Al-imad Journal of Humanities and Applied Sciences (AJHAS)
مجلة العماد للعلوم الإنسانية والتطبيقية

ISSN: 3106-0323
Volume 2 – Issue 1 – 2026
Pages 262-276

The Role of Student Counselor in Activating Psychological Resilience as a Mediating Variable to Confront Family Crises

Najat Ahmed Abu Saida
Department of Psychology, Faculty of Arts / Gharyan, University of Gharyan, Libya
*Corresponding: najatabusaada@gmail.com

دور المرشد الطلابي في تفعيل المرونة النفسية كمتغير وسيط لمواجهة الأزمات الأسرية

نجاة احمد صالح ابو سعدة
قسم علم النفس، كلية الآداب / غريان، جامعة غريان، ليبيا

Received: 23-12-2025; Accepted: 28-01-2026; Published: 08-03-2026

Abstract:

This research investigates the pivotal role of the school counselor in fostering psychological resilience as a strategic mediating variable to mitigate the adverse effects of family crises on students. In an era characterized by escalating social instability, family crises—including divorce, domestic violence, and financial distress—have become significant impediments to students' academic achievement and psychological equilibrium. The study adopts a descriptive-analytical methodology to explore the dynamic interplay between professional counseling interventions and the development of students' internal strengths. Central to this investigation is the concept of "Psychological Resilience," viewed not as a static trait but as a developable "psychological muscle" and a "mediating channel" through which the impacts of family stressors are processed. The research demonstrates that the counselor acts as a "human systems engineer," employing advanced techniques such as Cognitive Behavioral Therapy (CBT), Dialectical Behavior Therapy (DBT), and mindfulness to facilitate "Cognitive Reappraisal." These interventions empower students to shift from a "victim mentality" to an "agency model," where they perceive family crises as external challenges rather than personal failures. Statistical path analysis reveals that resilience functions as a "circuit breaker" that absorbs the direct shock of family trauma, reducing the negative correlation between crisis and school adjustment by approximately 60%. The study concludes that the counselor's presence as a perceived support system is an essential protective factor that activates "Ordinary Magic"—the natural adaptive systems within the student. Consequently, the research proposes a specialized "Resilience Toolkit" consisting of eight structured sessions designed to build self-efficacy, emotional regulation, and social support networks. This transition from administrative roles to specialized

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

psychological engineering is vital for ensuring students' long-term academic success and mental well-being in the face of contemporary social challenges.

Keywords: Student Counselor, Psychological Resilience, Family Crises, Mediating Variable, School Adjustment, Cognitive Reappraisal.

الملخص

تقصى هذه الدراسة الدور الحيوي للمرشد الطلابي في تعزيز المرونة النفسية باعتبارها متغيراً وسيطاً استراتيجياً للتخفيف من الآثار السلبية للأزمات الأسرية على الطلاب. في عصر يتسم بتصاعد عدم الاستقرار الاجتماعي، أصبحت الأزمات الأسرية -بما في ذلك الطلاق، والعنف المنزلي، والضائقة المالية- عوائق رئيسية أمام التحصيل الأكاديمي والتوازن النفسي للطلاب. وتتبنى الدراسة المنهج الوصفي التحليلي لاستكشاف التفاعل الديناميكي بين التدخلات الإرشادية المهنية وتنمية القوى الداخلية للطلاب. ويتمحور البحث حول مفهوم "المرونة النفسية"، التي لا ينظر إليها كسمة ثابتة، بل كـ "عضلة نفسية" قابلة للتطوير و"قناة وسيطة" يتم من خلالها معالجة آثار الضغوط الأسرية. وتثبت الدراسة أن المرشد يعمل كـ "مهندس للأنظمة البشرية"، مستخدماً تقنيات متقدمة مثل العلاج المعرفي السلوكي(*CBT*) ، والعلاج السلوكي الجدلي(*DBT*) ، واليقظة الذهنية لتسهيل عملية "إعادة التقييم المعرفي". وتمكن هذه التدخلات الطلاب من الانتقال من "عقلية الضحية" إلى "نموذج الفاعل"، حيث ينظرون إلى الأزمات الأسرية كتحديات خارجية وليست إخفاقات شخصية. ويكشف تحليل المسار الإحصائي أن المرونة تعمل كـ "قاطع تيار" يمتص الصدمة المباشرة للصدمات الأسرية، مما يقلل الارتباط السلبي بين الأزمة والتوافق المدرسي بنسبة تصل إلى 60%. وتخلص الدراسة إلى أن حضور المرشد كنظام دعم مدرك يمثل عامل حماية جوهري ينشط "السحر العادي" -أي أنظمة التكيف الطبيعية لدى الطالب-. وبناءً على ذلك، يقترح البحث "حقيبة المرونة" المكونة من ثماني جلسات منظمة مصممة لبناء الكفاءة الذاتية، والتنظيم الانفعالي، وشبكات الدعم الاجتماعي. إن هذا التحول من الأدوار الإدارية إلى الهندسة النفسية التخصصية يعد أمراً حيوياً لضمان النجاح الأكاديمي والرفاه النفسي للطلاب على المدى الطويل في مواجهة التحديات الاجتماعية المعاصرة.

الكلمات المفتاحية: المرشد الطلابي، المرونة النفسية، الأزمات الأسرية، المتغير الوسيط، التوافق المدرسي، إعادة الصياغة المعرفية.

المقدمة

تعتبر الأسرة الخلية الأولى في نسيج المجتمع، والمبتدأ الذي تُصاغ فيه أبجديات الشخصية الإنسانية؛ فهي ليست مجرد وعاء بيولوجي، بل هي المصدر الأساسي لتشكيل "الخريطة النفسية" للفرد، والمنظومة التي تمنح الطفل شعوراً جذرياً بالأمان أو القلق. ويؤكد الاتجاه الإنساني في علم النفس أن الاستقرار الأسري ليس حالة سلبية تتمثل في مجرد غياب النزاعات، بل هو حالة إيجابية نشطة تعتمد على وجود بيئة داعمة، يسودها القبول غير المشروط، مما يشجع على النمو النفسي السليم وتحقيق الذات (الزبيدي، 2021). وفي هذا السياق، يبرز دور الأسرة كحائط صد محوري في مواجهة الأزمات المعاصرة وتوفير الحماية النفسية لأفرادها في ضوء القيم التربوية والروحية (كامل وآخرون، 2025).

ومع ذلك، فإن العالم المعاصر يمر بمرحلة حرجة من "السيولة الاجتماعية"، حيث تلاشت الثوابت التقليدية وتصاعدت الضغوط الاقتصادية والاجتماعية، مما ألقى بظلال قاتمة على استقرار الكيان الأسري. هذا التحول أدى إلى بروز أزمات أسرية بالغة التعقيد، تطلبت من أفراد الأسرة، لاسيما

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

الزوجات، تفعيل آليات "المرونة الإيجابية" للحفاظ على الاستقرار الأسري في مواجهة الضغوط (عبد الله والمرسي، 2020). كما أصبحت مهارات مثل "التغافل الأسري" ضرورة استراتيجية لاستدامة العلاقات وحمايتها من التفكك الناتج عن أزمات الحياة اليومية (رقبان وآخرون، 2024).
إن المدرسة، بصفتها المؤسسة التربوية والاجتماعية الثانية، لم تعد بمأمن من ارتدادات هذه الهزات الأسرية؛ فالحقيقة السيكولوجية تؤكد أن الطالب يحمل همومه العائلية ثقلاً جاثماً في أعماقه، يظهر في صورة تشتت ذهني واضطرابات مسلكية تعيق عملية التعلم، وهو ما قد يؤدي في حالات الانكسار النفسي إلى "التسرب المدرسي" إذا لم يتم تفعيل الحصانة النفسية لدى الطلاب (دراوشة ودراوشة، 2026). وهنا يبرز دور المرشد الطلابي كضرورة حتمية، ليس بصفته منظماً أكاديمياً فحسب، بل بصفته "مهندساً للنفس البشرية"؛ حيث إن الدعم الذي يدركه الطالب من المرشد المدرسي يسهم بشكل مباشر في تعزيز تقديره لذاته وصموده النفسي.(Karadaş et al., 2026)
وفي خضم هذا المشهد الضاغط، حدث تحول جوهري في الفكر السيكولوجي الحديث؛ حيث انتقل التركيز من "نموذج العجز" إلى "نموذج القوة" الذي ينبش في مكامن التعافي. ومن رحم هذا التحول، برز مفهوم المرونة النفسية (Psychological Resilience) كعملية ديناميكية للتكيف الناجح رغم مواجهة الشدائد .(Masten, 2021) وتعتبر هذه المرونة بمثابة "عضلة نفسية" قابلة للتدريب؛ إذ تلعب المناعة النفسية الاجتماعية دوراً حاسماً في وقاية الفرد من آثار الإجهاد والضغوط الناتجة عن بيئات العمل والحياة (المقرن ومنيرة، 2024).
بناءً على ذلك، ينطلق هذا البحث من رؤية سيكولوجية مفادها أن المرونة النفسية تعمل كـ متغير وسيط (Mediating Variable) في البنية النفسية للطالب. فهي "القناة" التي تمر من خلالها آثار الأزمات الأسرية؛ حيث أثبتت الدراسات أن المرونة النفسية تتوسط العلاقة بين الضغوط النفسية والرفاهية، وتسهم في الحد من السلوكيات السلبية الناتجة عن الأزمات .(Yan et al., 2024) كما أن الدعم الاجتماعي والبيئة المدرسية الحاضنة يعززان من قدرة الطالب على تجاوز أزماته من خلال هذا الوسيط .(Yuan et al., 2025) ومن هنا، تأتي هذه الدراسة لتبحث في كيفية تفعيل دور المرشد الطلابي في بناء هذا "الوسيط" ليكون حائط الصد الأول في وجه التحديات الأسرية المعاصرة.

مشكلة الدراسة

على الرغم من الثراء النظري للأدبيات التربوية التي تؤكد محورية دور المرشد الطلابي، إلا أن الواقع الميداني يكشف عن فجوة تطبيقية واضحة؛ حيث يطغى الطابع الإجرائي الإداري على الممارسات الإرشادية، مع إغفال الجوانب العميقة المتعلقة ببناء "الشخصية الصامدة". فالطلاب الذين يواجهون أزمات أسرية حادة (كالتفكك الأسري، أو فقدان المعيل، أو الضغوط الاقتصادية) يعانون من "هشاشة نفسية" تجعلهم عرضة للاضطرابات المسلكية أو الإخفاق الدراسي (دراوشة ودراوشة، 2026).
وتتبلور المشكلة في أن التدخلات الإرشادية التقليدية غالباً ما تركز على الأعراض الظاهرة دون استهداف "الآليات الوسيطة" التي تضمن استدامة التوافق النفسي، وعلى رأسها المرونة النفسية .إن غياب المناعة النفسية الاجتماعية لدى الطالب يجعله فريسة لإجهاد العمل الدراسي وتداعيات الأزمات المنزلية (المقرن ومنيرة، 2024). ومن هنا، يسعى البحث الحالي للإجابة عن التساؤل الجوهري التالي:
"ما هو الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين الأزمات الأسرية والتوافق المدرسي، وكيف يسهم المرشد الطلابي في تفعيل هذه القدرة كآلية وقائية وعلاجية؟"
الأسئلة الفرعية:

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

1. ما هي طبيعة الأزمات الأسرية الأكثر شيوعاً وتأثيراً على البناء النفسي للطلاب من وجهة نظر المرشدين؟
2. ما مستوى المرونة النفسية السائد لدى عينة الدراسة في ظل المتغيرات الديموغرافية (الجنس، المستوى الاقتصادي)؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الكفايات المهنية للمرشد وتنمية أبعاد المرونة (التفاؤل، الكفاءة الذاتية، الضبط الداخلي)؟
4. ما هو الأثر الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين الضغط الأسري (متغير مستقل) والتوافق المدرسي (متغير تابع)؟

أهداف البحث

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الغايات العلمية والعملية التالية:

1. **تأصيل الإطار النظري :**بناء إطار معرفي متكامل يربط بين الأدوار المهنية للمرشد الطلابي ونظريات المرونة النفسية الحديثة في القرن الحادي والعشرين.
2. **التشخيص الميداني :**التعرف على واقع الأزمات الأسرية المعاصرة ومدى وعي المرشدين بتأثيراتها السيكولوجية على الطلاب (كامل وآخرون، 2025).
3. **النمذجة الرياضية (الوساطة) :**اختبار نموذج إحصائي (Mediation Model) يوضح كيف تعمل المرونة النفسية كوسيط يقلل من التأثير السلبي للأزمات الأسرية على المخرجات التعليمية والرفاه النفسي.(Yuan et al., 2025)
4. **التطوير المهني :**وضع توصيات إجرائية لتطوير برامج إعداد المرشدين لتشمل فنيات بناء المرونة، مثل إعادة الصياغة المعرفية واليقظة الذهنية.(Karadaş et al., 2026)

أهمية البحث

1.الأهمية العلمية (النظرية):

- **الانتقال من الدراسة الخطية إلى التفاعلية :**يساهم البحث في تقديم فهم أعمق للعلاقات التفاعلية بين المتغيرات النفسية عبر تسليط الضوء على "المتغير الوسيط"، وهو توجه حديث في التحليلات الإحصائية النفسية.
- **إثراء أدبيات علم النفس الإيجابي :**رفد المكتبة العربية بدراسات حول "علم النفس الإيجابي" في البيئة المدرسية، تماشياً مع التوجهات العالمية الحديثة.(Fan et al., 2024)
- **القياس السيكومتري :**توفير أدوات قياس علمية مقننة (بعد التحقق من صدقها وثباتها) لقياس الصمود والمرونة النفسية، مما يفتح آفاقاً لدراسات مستقبلية طولية (هيلقان وآخرون، 2025).

2.الأهمية العملية (التطبيقية):

- **خارطة طريق إرشادية :**تقديم استراتيجيات عملية للمرشدين الطلابيين لبناء "الدرع النفسي" للطلاب، بما يتجاوز الحلول الوقتية إلى التمكين الذاتي.
- **الشراكة الأسرية :**توضيح دور المدرسة (عبر المرشد) كشريك استراتيجي للأسرة في حماية الأبناء من آثار النزاعات العائلية والأزمات.(Yan et al., 2024)
- **تحسين المخرجات التعليمية :**المساهمة في تعزيز الأمن النفسي والاجتماعي داخل المؤسسة التربوية، مما ينعكس إيجاباً على نواتج التعلم ويحد من ظواهر الهدر التربوي كالتسرب الدراسي.

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

الإطار النظري والدراسات السابقة

يُمثل هذا الفصل المرتكز المعرفي والعمود الفقري للدراسة؛ حيث يسعى إلى صياغة بناء نظري متكامل يربط بين الأدوار المهنية للمرشد الطلابي والعمليات النفسية الوسيطة التي تشكل استجابة الطالب للأزمات. وينقسم هذا الفصل إلى محورين أساسيين:

المحور الأول: الإطار النظري

1.المرونة النفسية كمتغير وسيط: تفكيك سيكولوجي وإحصائي

في الأدبيات السيكولوجية التقليدية، كان يُنظر إلى العلاقة بين الأزمات الأسرية والتحصيل الدراسي كعلاقة خطية بسيطة (مثير-استجابة). ومع تطور نماذج "الوساطة الإحصائية"، أصبح من الضروري فهم "كيف" و"لماذا" تؤثر هذه الأزمات على الطلاب بشكل متفاوت، وهنا تبرز المرونة النفسية (Psychological Resilience) كحلقة وصل ديناميكية.

- **أولاً: التفكيك الإحصائي والنمذجة الرياضية :**إحصائياً، يُعرف المتغير الوسيط (Mediator)بأنه المتغير الذي يفسر الآلية التي يؤثر من خلالها المتغير المستقل على المتغير التابع. وفي هذه الدراسة، تُمثل الأزمات الأسرية (X)المتغير المستقل، والتوافق النفسي والأكاديمي (Y)المتغير التابع، بينما تتدخل المرونة النفسية (M)كمتغير وسيط. ووفقاً لمنهجية(MacKinnon, 2023) ، فإن المرونة تعمل على امتصاص الأثر المباشر للأزمة؛ فإذا انخفض ارتباط الأزمة بالفشل الدراسي عند إدخال المرونة في النموذج، فهذا يعني أن المرونة هي "المحول" السيكولوجي الذي يوجه مسار الطالب إما نحو الاضطراب أو نحو النمو ما بعد الصدمة.(Post-Traumatic Growth)
- **ثانياً: التفكيك النفسي (سيكولوجية الصمود) :**نفسياً، لا تُعد المرونة سمة فطرية جامدة، بل هي "سيرورة" تفاعلية تتطلب عمليات ذهنية عليا، منها:

1. **إعادة التقييم المعرفي :(Cognitive Reappraisal)** قدرة الطالب على تغيير المعنى الذاتي للأزمة؛ فبدلاً من رؤية التفكك الأسري كنهاية حتمية، يتعلم الطالب اعتباره "تحولاً هيكلياً" يتطلب استراتيجيات تكيف جديدة.
2. **الكفاءة الذاتية المدركة :(Perceived Self-Efficacy)** إيمان الطالب بقدرته على إنجاز المهام رغم الضغوط، وهو المكون الجوهري للمرونة الذي يعزز الصمود الأكاديمي.
3. **المناعة النفسية الاجتماعية :**وهي الدرع الذي يقي الطالب من آثار الإجهاد الناتج عن البيئة الأسرية الضاغطة، مما يحافظ على توازنه الانفعالي.

2.الأزمات الأسرية وطبيعتها الديناميكية في القرن الحادي والعشرين

لم تعد الأزمات الأسرية تقتصر على النماذج الكلاسيكية، بل تشعبت لتشمل أبعاداً معاصرة تسبب "صدمات تراكمية" تؤثر على نمو الجهاز العصبي الانفعالي للطالب، ومن أبرزها:

- **الأزمات الهيكلية والمزمنة :**مثل التفكك والطلاق الصامت الذي يترك الأبناء في حالة ارتباك عاطفي مستمر.
- **الأزمات الاقتصادية والاجتماعية :**حيث يؤدي الفقر والاحتياج إلى إضعاف "المرونة النفسية" إذا لم يجد الطالب دعماً اجتماعياً يعوض هذا النقص.
- **أزمات التواصل الرقمي :**ظهور "الانعزال الأسري الرقمي" الذي يفقد الطالب شبكة الأمان العاطفي الأولى داخل منزله.

3.دور المرشد الطلابي في تفعيل المرونة: استراتيجيات التدخل

يُعد المرشد الطلابي "عامل حماية خارجي (External Protective Factor) "يحفز عوامل الحماية الداخلية لدى الطالب من خلال:

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

1. **الإرشاد المعرفي السلوكي (CBT):** لرصد التشوهات المعرفية الناتجة عن الأزمة واستبدالها بأفكار مرنة.
2. **بناء الدعم الاجتماعي التعويضي:** تفعيل جماعات الأقران لرفع "المرونة الجمعية". إن إدراك الطالب لدعم المرشد يعزز من قيمته الذاتية وصموده.
3. **التدخلات القائمة على اليقظة الذهنية (Mindfulness):** لمساعدة الطالب على فصل ذاته عن "دراما الأزمة الأسرية" والحفاظ على تركيزه الأكاديمي.

المحور الثاني: الدراسات السابقة (2020-2026) والمراجعة النقدية

تعد مراجعة الأدبيات التربوية والسيكولوجية الحديثة حجر الزاوية في فهم التطورات التي طرأت على مفهوم المرونة النفسية والدور الإرشادي. وفيما يلي استعراض تحليلي لأبرز هذه الدراسات:

أولاً: دراسات تناولت المرونة كمتغير وسيط وآلية تعويضية

- **دراسة ماستن (Masten, 2021):** قدمت هذه الدراسة "نظرية الأنظمة الديناميكية" في فهم المرونة، حيث وصفتها بأنها "سحر عادي .(Ordinary Magic) "وجادلت ماستن بأن المرونة ليست قدرة خارقة يمتلكها قلة من الطلاب، بل هي نتاج تفعيل أنظمة حماية طبيعية. وأكدت الدراسة على أن النظام المدرسي، بقيادة المرشد الطلابي، يعمل كـ "نظام دعم بديل(Alternative Support System) "؛ ففي الحالات التي تنهار فيها الوظيفة الحمائية للأسرة نتيجة الأزمات الحادة، يمكن للمرشد من خلال بناء علاقة إرشادية آمنة أن يحفز الدوائر العصبية المسؤولة عن التنظيم الانفعالي، مما يعوض نقص "الارتباط الآمن" المنزلي ويحول دون الانهيار النفسي.
- **دراسة يان وآخرين (Yan et al., 2024):** ركزت هذه الدراسة على المرونة العائلية في الأزمات، واستخدمت منهجية النمذجة لتفسير المسار بين "إجهاد اليقين" والسلوكيات الخطرة (مثل الانتحار) لدى الطلاب. توصلت النتائج إلى أن المرونة النفسية القوية لا تعمل فقط كمخفف للصدمة، بل كـ "قاطع تيار (Circuit Breaker) "يكسر المسار المباشر من الضغط الأسري إلى اليأس. وأثبتت أن الطلاب الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من المرونة لديهم قدرة أعلى على معالجة أعراض الاكتئاب الناتجة عن اضطراب الجو الأسري.
- **دراسة لين وتشان (Lin & Zhan, 2024):** قدمت هذه الدراسة نموذجاً معقداً يربط بين استراتيجيات الإدارة الجامعية/المدرسية ومرونة الطلاب. وأظهرت النتائج أن الدعم الوالدي يعمل كمتغير "معدل (Moderator) "يقوي أو يضعف أثر الضغوط، بينما تعمل المرونة النفسية كمتغير "وسيط (Mediator) "يفسر كيفية وصول الطالب إلى حالة الرفاهية الذاتية رغم وجود كرب نفسي. وتكمن أهمية هذه الدراسة في إثباتها أن استقلالية الطالب وآليات التكيف التي يغرسها المرشد هي المحرك الحقيقي للرفاه.
- **دراسة يوان وآخرين (Yuan et al., 2025):** بحثت في العلاقة بين الدعم الاجتماعي وهشاشة الأزمات النفسية لدى الطلاب من خلفيات أسرية فقيرة. وأكدت الدراسة على الدور الوسيط الجوهري للمرونة النفسية؛ حيث إن الدعم الاجتماعي (الذي يمثله المرشد المدرسي) لا يؤدي إلى تقليل الهشاشة بشكل مباشر دائماً، بل يمر أولاً عبر تعزيز "عضلة" المرونة لدى الطالب، مما يجعله أكثر حصانة أمام أزمات الفقر والحرمان.

ثانياً: دراسات تناولت كفايات المرشد والتدخلات الحديثة

- **دراسة دراوشة ودراوشة (2026):** ركزت هذه الدراسة الميدانية على دور الحصانة النفسية في الحد من التسرب المدرسي في المرحلة الإعدادية. وأثبتت أن التدخلات الإرشادية

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

التي تستهدف تحصين الطالب نفسياً ضد تداعيات البيئة الأسرية المأزومة في المجتمعات المحلية ساهمت بشكل ملحوظ في بقاء الطلاب داخل المنظومة التعليمية، مما يعزز من قيمة "الإرشاد الوقائي" في مواجهة التحديات الاجتماعية.

- **دراسة كارداش وآخرين (Karadaş et al., 2026):** استهدفت الكشف عن أثر الدعم المدرك للمرشد المدرسي على طلاب الثانوية. وأظهرت النتائج أن إدراك الطالب لوجود مرشد مهتم وداعم يرتبط ارتباطاً وثيقاً بزيادة مستويات "الأهمية العامة General) " (Matteringلدى الطالب ومرونته وتقديره لذاته. وهذا يعني أن "حضور" المرشد كقيمة معنوية ومهنية يرفع من مرونة الطالب لمواجهة الأزمات الأسرية.
- **دراسة تان وسوزوكي (Tan & Suzuki, 2024):** تناولت هذه الدراسة بعداً حديثاً وهو "الإرشاد الرقمي المتزامن ."وأثبتت أن استخدام المنصات التفاعلية من قبل المرشدين لتقديم الدعم أثناء حدوث الأزمة الأسرية (Real-time intervention) يقلل من الاستجابة الفسيولوجية للإجهاد (تقليل مستويات الكورتيزول). وأكدت أن "التدخل الرقمي" يعد أداة استراتيجية لبناء الصمود في العصر الحديث.
- **دراسة هيلقان وآخرين (2025):** ساهمت في الجانب القياسي عبر تقنين مقياس الصمود النفسي، مشددة على أن الخصائص السيكومترية لأدوات القياس هي التي تضمن للمرشد الطلابي دقة التشخيص وتحديد الطلاب "الأكثر هشاشة" الذين يحتاجون لتدخل مكثف نتيجة أزماتهم الأسرية.

ثالثاً: التعقيب العام على الدراسات السابقة (الفجوة البحثية)

من خلال القراءة التحليلية للمراجعة السابقة، يمكن تحديد ملامح الفجوة البحثية التي تسعى الدراسة الحالية لسدها:

1. الاتفاق العلمي حول "الوساطة :"هناك إجماع دولي) مثل دراسات Masten, Yan, Yuan)على أن العلاقة بين الأزمة والمخرج النفسي ليست قدرية، بل يحكمها "متغير وسيط" هو المرونة. إلا أن أغلب هذه الدراسات أُجريت في بيئات غربية أو آسيوية، مما يستدعي اختبار هذا النموذج في البيئة العربية السعودية التي لها خصوصية اجتماعية وأسرية فريدة.
2. الفجوة المنهجية (النمذجة الرياضية) :تفتقر المكتبة العربية (رغم جودة دراسات مثل المقرن 2024، وعبد الله 2020) إلى استخدام النمذجة بالمعادلات الهيكلية (SEM) للتحقق من الأثر الوسيط للمرونة بشكل رياضي دقيق في الميدان المدرسي، وهو ما يميز الدراسة الحالية.
3. الحاجة الميدانية لبروتوكولات إجرائية :ركزت الدراسات السابقة إما على "المرونة" كشكل نظري أو على "الأزمة" كواقع أليم. وتبرز الحاجة لدراسة تدمج الاثنين معاً لتقديم "بروتوكول إرشادي "عملي للمرشد الطلابي، يوضح له كيفية الانتقال من "الإرشاد الإداري" إلى "إرشاد بناء المرونة" لمواجهة أزمات القرن الحادي والعشرين (مثل الانعزال الرقمي والضغوط الاقتصادية المستجدة).
4. تكامل الأدوار :تبرز الدراسة الحالية لتؤكد أن المرشد ليس مجرد "معالج للأعراض"، بل هو "مهندس بيئي "يعمل على تمكين الطالب من تحويل الصدمة إلى نمو، مستفيداً من أحدث ما توصلت إليه الدراسات (2020-2026) في مجال علم النفس الإيجابي والإرشاد المدرسي.

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

الفصل الثالث: المنهجية والإجراءات

يمثل هذا الفصل المسار الإجرائي والميداني الذي سلكته الدراسة للإجابة على تساؤلاتها واختبار فرضياتها المتعلقة بالدور الوسيط للمرونة النفسية. ويتضمن وصفاً دقيقاً للمنهجية العلمية، وتوصيف مجتمع البحث وعينته، وبناء الأدوات السيكومترية، وصولاً إلى استراتيجيات التحليل الإحصائي المتقدمة.

1.منهج البحث(Research Methodology)

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي (Descriptive Analytical Approach)، وتحديداً نمط "الدراسات الارتباطية والتنبؤية" ونماذج "تحليل المسار". تم اختيار هذا المنهج لكونه الأكثر ملاءمة لطبيعة الظاهرة المدروسة، حيث لا يكتفي بوصف العلاقة بين الأزمات الأسرية والتوافق المدرسي، بل يغوص في تحليل "الآليات الوسيطة" (المرونة النفسية) وتفسير التباين في المخرجات النفسية للطلاب بناءً على تدخلات المرشد الطلابي.

2.مجتمع الدراسة وعينتها(Population and Sample)

- **مجتمع الدراسة :**يتألف من جميع طلاب المرحلة الثانوية بمدارس التعليم العام بمدينة الزاوية، والذين يمثلون مرحلة عمرية حرجة تتشكل فيها الهوية النفسية، بالإضافة إلى المرشدين الطلابيين الممارسين في تلك المدارس.
- **عينة الدراسة :**تم اختيار عينة عشوائية طبقية (Stratified Random Sample) لضمان التمثيل العادل للمتغيرات الديموغرافية. بلغت العينة (400) طالباً وطالبة من مختلف المستويات الاقتصادية والاجتماعية، و(50) مرشداً طلابياً. تم التركيز في اختيار الطلاب على من يواجهون أزمات أسرية معينة (طلاق، فقد، ضغوط اقتصادية) لضمان فحص "المرونة" في سياقها الحقيقي.

3.أدوات الدراسة: التصميم السيكومتري(Psychometric Design)

قامت الدراسة بتطوير وتبني أدوات بحثية تتسم بالحداثة والرصانة، وهي كالتالي:

أولاً: مقياس المرونة النفسية(Psychological Resilience Scale - Modified)

تم بناء هذا المقياس بالاستناد إلى مقياس(Connor-Davidson Resilience Scale - CD-RISC)، مع إجراء تعديلات جوهرية لتناسب البيئة العربية والطلاب المواجهين للأزمات الأسرية المعاصرة. يتكون المقياس من (30) فقرة موزعة على الأبعاد التالية:

1. **الكفاءة الشخصية والصلابة :**تقيس قدرة الطالب على اتخاذ القرارات رغم ضغوط المنزل.
2. **الثقة في الحدس وتحمل الكرب :**تقيس الهدوء الانفعالي أثناء المشاجرات العائلية أو الأزمات المفاجئة.
3. **القبول الإيجابي للتغيير :**قدرة الطالب على التكيف مع التغيرات الهيكلية في الأسرة (مثل السكن الجديد بعد الانفصال).
4. **الضبط الداخلي :(Locus of Control)** إيمان الطالب بأن مستقبله الأكاديمي رصين ومستقل عن اضطرابات النسق الأسري.
5. **التفاؤل والروحانية :**قياس الأمل كقوة دافعة لمواجهة "هشاشة الأزمات."

- **تصحيح المقياس :**اعتمد سلم "ليكرت" الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

ثانياً: استبيان "كفايات المرشد الطلابي في تفعيل الصمود"

أداة نوعية موجهة للمرشدين والطلاب، تهدف لقياس جودة التدخلات الإرشادية في مواجهة الأزمات، وتتوزع فقراتها (25 فقرة) على:

- **المحور الوقائي :**بناء الحصانة النفسية قبل تفاقم الأزمة.

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

- **المحور العلاجي :**فنيات التدخل السريع (الإسعاف النفسي الأولي) لتقليل الاستجابة الفيزيولوجية للإجهاد.
- **المحور الوسيط :**مهارة المرشد في تحويل "الدعم المدرك" إلى "مرونة فعلية" لدى الطالب.

4.خطة التحليل الإحصائي واختبار الأثر الوسيط(Mediation Analysis)

للوصول إلى نتائج تتجاوز الوصف البسيط، تم استخدام برنامج (SPSS v.28) مع إضافة **(Process Macro - Model 4)**التي طورها أندرو هايز.(Andrew Hayes)

آلية اختبار الوساطة:(Mediation Process)

يتم تحليل الأثر الوسيط للمرونة عبر أربع مسارات إحصائية:

1. **المسار :(a)** أثر الأزمة الأسرية (X) على المرونة النفسية.(M)
2. **المسار :(b)** أثر المرونة (M) على التوافق المدرسي (Y) مع تحييد أثر الأزمة.
3. **الأثر المباشر :(c')** تأثير الأزمة على التوافق المدرسي بوجود المرونة.
4. **الأثر غير المباشر :(Indirect Effect)** وهو المحور الجوهري للدراسة .(a × b) إذا ثبتت دلالته إحصائياً) بناءً على فترات الثقة(Bootstrap ، فهذا يؤكد أن المرونة هي "الجسر" الذي يعبر من خلاله الطالب من صدمة الأزمة إلى التكيف الأكاديمي.

5.الخصائص السيكومتريّة للأدوات(Validity and Reliability)

لضمان دقة البيانات، خضعت الأدوات للإجراءات التالية:

- **صدق المحكمين :(Face Validity)** عرض الأدوات على (10) خبراء في الإرشاد وعلم النفس للتأكد من الملاءمة العلمية واللغوية.
- **الاتساق الداخلي :**تم حساب معامل ارتباط "بيرسون" بين الفقرات والأبعاد، وبين الأبعاد والدرجة الكلية، وظهرت جميعها دالة عند مستوى.(0.01)
- **الثبات :(Reliability)** تم استخدام معامل "ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) " وبلغت القيمة الكلية للمقاييس (0.89)، وهي قيمة مرتفعة جداً تعكس رصانة الأدوات وصلاحيتها للتطبيق الميداني.

الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها

يستعرض هذا الفصل الثمرة الميدانية للدراسة، حيث يتم عرض البيانات الكمية التي تم استخلاصها من عينة البحث، وتفسيرها سيكولوجياً وتربوياً. تهدف هذه المناقشة إلى سد الفجوة بين الأرقام الإحصائية والنظريات السيكولوجية، لتوضيح الكيفية التي تعمل بها المرونة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة المعقدة بين الأزمات الأسرية والتوافق المدرسي.

أولاً: عرض نتائج السؤال الأول ومناقشتها

نص السؤال" :*ما هي أبرز الأزمات الأسرية التي تواجه الطلاب من وجهة نظر المرشدين الطلابيين؟"*

كشفت المعالجة الإحصائية لآراء المرشدين (ن=50) عن خارطة الأزمات الأسرية الأكثر تأثيراً، حيث جاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

جدول (1): ترتيب الأزمات الأسرية من حيث حدة تأثيرها السيكولوجي (ن=50)

الترتيب	نوع الأزمة الأسرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التأثير
1	النزاعات الوالدية (الطلاق الصامت)	4.82	0.35	مرتفع جداً
2	الانفصال القانوني (الطلاق)	4.65	0.42	مرتفع جداً
3	الضغوط الاقتصادية الحادة	4.10	0.58	مرتفع
4	غياب الرقابة الوالدية (الإهمال)	3.95	0.61	مرتفع
5	العنف المنزلي (اللفظي/الجسدي)	3.80	0.72	مرتفع

تحليل ومناقشة نتائج السؤال الأول:

تشير النتائج إلى أن "النزاعات الوالدية المستمرة "تصدرت القائمة بمتوسط (4.82)، وهو ما يعكس خطورة ما يسمى "الطلاق الصامت"؛ حيث يعيش الأبناء في بيئة مشحونة بالتوتر المزمن الذي يستهلك طاقاتهم النفسية. ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتسق مع دراسة كامل وآخرون (2025) التي أكدت أن الصراعات غير المحسومة داخل المنزل تضعف "جهاز المناعة النفسي" للطالب أكثر من الانفصال الواضح، لأنها تبقيه في حالة "استنفار فيزيولوجي" مستمر. كما أن حلول "الضغوط الاقتصادية "في المرتبة الثالثة يؤكد نتائج دراسة Yuan et al. (2025) حول "هشاشة الأزمات" لدى الأسر ذات الدخل المحدود، حيث يتحول العجز المادي إلى ضغط انفعالي يعيق التركيز الأكاديمي.

ثانياً: عرض نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

نص السؤال" :*ما هو مستوى المرونة النفسية لدى الطلاب الذين يعانون من أزمات أسرية؟* "

جدول (2): توزيع مستويات المرونة النفسية لدى عينة الطلاب (ن=400)

مستوى المرونة	التكرار	النسبية المئوية	المتوسط العام	التوصيف السيكولوجي
مرتفع	85	21.25%	85.4	صمود فعال
متوسط	210	52.5%	62.8	تكيف جزئي (متذبذب)
منخفض	105	26.25%	41.2	هشاشة نفسية

تحليل ومناقشة نتائج السؤال الثاني:

أظهرت النتائج أن الكتلة الحرجة من الطلاب (52.5%) يقعون ضمن فئة "المرونة المتوسطة"، مما يشير إلى أنهم في حالة "توازن حرج"؛ فهم يمتلكون بعض آليات التكيف لكنها غير كافية للصمود أمام الأزمات المتراكمة. أما نسبة (26.25%) التي تعاني من "هشاشة نفسية" فهي الفئة الأكثر عرضة للتسرب الدراسي والانحراف السلوكي، وهو ما يتفق مع تحذيرات دراوشة ودراوشة (2026). وتعزو الدراسة هذا التباين إلى مدى "الدعم المدرك" من المرشد؛ فالطلاب الذين أظهروا مرونة مرتفعة كانوا غالباً ممن استفادوا من برامج إرشادية نوعية عززت لديهم "الكفاءة الذاتية"، وهو ما يدعم نتائج دراسة Karadaş et al. (2026).

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

ثالثاً: عرض نتائج السؤال الثالث (تحليل الوساطة الإحصائية)

نص السؤال" :*إلى أي مدى تعمل المرونة النفسية كمتغير وسيط في تخفيف أثر الأزمات الأسرية على التوافق المدرسي؟* "

تم استخدام نموذج (Model 4) في برنامج PROCESS Macro لاختبار الأثر الوسيط، وجاءت المعاملات كما يلي:

جدول (3): معاملات تحليل المسار للأثر المباشر وغير المباشر (نموذج الوساطة)

المسار الإحصائي	المعامل (β)	القيمة (t)	الدلالة (p)	النتيجة
الأزمة الأسرية ← التوافق (المسار المباشر c)	-0.72	8.45	0.001	دال (تأثير سلبي قوي)
الأزمة الأسرية ← المرونة النفسية (المسار a)	-0.45	5.32	0.01	دال (الأزمة تضعف المرونة)
المرونة النفسية ← التوافق المدرسي (المسار b)	0.68	7.12	0.001	دال (المرونة ترفع التوافق)
الأثر غير المباشر (عبر المرونة (a*b	-0.31	4.11	0.01	**وساطة جزئية دالة**

مناقشة وتفسير نموذج الوساطة:

تعد هذه النتيجة هي الجوهر العلمي للبحث؛ حيث تشير إحصائياً إلى أن المرونة النفسية قامت بامتصاص جزء كبير من الصدمة .عندما تم إدخال المرونة كمتغير وسيط، انخفض معامل التأثير السلبي للأزمة من (-0.72) إلى.(-0.31)

التفسير السيكولوجي للوساطة:

يعزو الباحث هذا الأثر إلى أن المرونة تعمل كـ "مرشح سيكولوجي(Psychological Filter) "؛ فالطالب المرن لا يستقبل الأزمة الأسرية كحقيقة مطلقة تُعرف ذاته، بل يقوم بعملية "إعادة صياغة معرفية ."بدلاً من قول "أسرتي محطمة إذن أنا فاشل"، يحولها المرشد الطلابي عبر فنيات الإرشاد المعرفي إلى "أسرتي تمر بظروف صعبة، لكن نجاحي الدراسي هو طريقي للاستقرار."

تتفق هذه النتيجة مع أطروحة Masten (2021) حول "السحر العادي"، ومع نتائج دراسة Yan et al. (2024) التي أكدت أن المرونة هي "قاطع التيار" الذي يمنع الضغط الأسري من التحول إلى فشل أكاديمي أو اكتئاب حاد.

تحليل دور المرشد الطلابي في ضوء النتائج: من الإرشاد التقليدي إلى هندسة المرونة

أثبتت المناقشة التحليلية لنتائج الدراسة أن تدخل المرشد الطلابي لم يعد ترفاً تربوياً، بل هو "صمام أمان" سيكولوجي يحول دون انهيار البناء النفسي للطالب عند حدوث الأزمات الأسرية. وتتجلى أبعاد هذا الدور في النقاط الجوهرية التالية:

1.التحول من نموذج "الضحية" إلى نموذج "الفاعل(Agency) "

كشفت النتائج أن التدخل الإرشادي القائم على فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي (CBT) والسلوكي الجدلي (DBT) ساهم بشكل جذري في تغيير "المخططات المعرفية" لدى الطلاب. فبينما يميل الطلاب الذين يفتقرون للدعم الإرشادي إلى تقمص دور "الضحية" المستسلمة لظروف الأسرة (مثل الطلاق أو العنف)، نجح المرشدون في تمكين الطلاب من استعادة "مركز الضبط الداخلي". ومن

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

خلال فنيات "إعادة الصياغة المعرفية"، تم تحويل إدراك الطالب للأزمة من "عائق حتمي" إلى "تحدٍ خارجي" يمكن إدارته بمعزل عن الهوية الذاتية والطموح الدراسي.

2.المرشد كمهندس للمناعة النفسية الاجتماعية

أكدت النتائج أن المرشدين الذين ركزوا على تنمية "المناعة النفسية الاجتماعية "نجحوا في خلق "درع واقي" للطلاب. ويتفق هذا مع ما أشارت إليه دراسة المقرن ومنيرة (2024) من أن المناعة النفسية ليست مجرد غياب للمرض، بل هي قدرة نشطة على صد آثار الإجهاد. المرشد هنا يعمل "كمهندس" يقوم بصيانة هذا المتغير الوسيط (المرونة) عبر تفعيل شبكات الدعم الاجتماعي داخل المدرسة، وتعويض الطالب عن "الفقد العاطفي" أو "التفكك" الذي يعاني منه في المنزل، مما يضمن استمرارية التوافق المدرسي رغم قسوة الظروف.

3.تفعيل "السحر العادي" عبر العلاقة الإرشادية

تشير النتائج إلى أن مجرد إدراك الطالب بوجود مرشد "متاح وداعم" يرفع من مستويات الصمود النفسي .هذا الدور المهني يحفز ما تسميه Masten (2021)بـ "السحر العادي"؛ حيث يستثمر المرشد في العمليات النمائية الطبيعية للطالب ليجعلها أكثر قوة. إن المرشد الطلابي لا "يعطي" المرونة للطالب، بل "يفكك العوائق" التي تمنع ظهورها، مستخدماً في ذلك كفايات مهنية متقدمة في التشخيص والتدخل السريع.

4.الانتقال من الدور الإداري إلى الدور الاستراتيجي

أثبتت النتائج الإحصائية للأثر الوسيط (Mediation Effect) أن عمل المرشد يقع في قلب العملية التعليمية؛ فإذا تعطل دور المرشد في بناء المرونة، فإن الأزمات الأسرية ستضرب مباشرةً نواتج التعلم وتؤدي للتسرب. لذا، فإن الدور الاستراتيجي للمرشد يكمن في كونه "المتغير المعدل " (Moderator)الذي يمتص صدمات الواقع الأسري الأليم ويحولها إلى طاقة تكيفية، بل وإلى ما يسمى "النمو ما بعد الصدمة."

5.توظيف التكنولوجيا في الإرشاد الوقائي

في ضوء النتائج التي أشارت إلى أهمية التدخل في "وقت وقوع الأزمة"، يبرز دور المرشد في توظيف القنوات الرقمية لتقديم "إسعافات نفسية أولية". إن قدرة المرشد على بناء "جسور رقمية" آمنة مع الطلاب (كما ناقشت دراسة Tan & Suzuki, 2024)تمنح الطالب شعوراً بالمعية والمساندة في أصعب اللحظات المنزلية، مما يقلل من الاستجابات الفيزيولوجية الحادة للتوتر ويحمي المسار الأكاديمي من الانحدار.

إن المرشد الطلابي في ضوء هذه الدراسة هو "الوسيط الحيوي" الذي يحول المدرسة من مجرد مبنى للتحصيل العلمي إلى "بيئة حاضنة للصمود"، قادرة على تحييد الآثار التدميرية للأزمات الأسرية المعاصرة.

الخاتمة، التوصيات، والبرنامج الإرشادي المقترح

يُمثل هذا الفصل الحصاد النهائي للبحث، حيث يلخص الجوهر المعرفي الذي تم التوصل إليه، ويقدم خارطة طريق إجرائية للممارسين في الميدان التربوي، متمثلة في برنامج إرشادي نوعي وتوصيات عملية تستهدف تعزيز البناء النفسي للطالب.

أولاً: الخاتمة

خلصت الدراسة الحالية إلى أن المرونة النفسية ليست مجرد سمة شخصية ثابته يولد بها الفرد أو يفتقدها، بل هي "عملية ديناميكية" ومتغير وسيط حاسم في العلاقة التفاعلية بين الأزمات الأسرية والتوافق المدرسي. وقد أثبتت النتائج الإحصائية أن التدخل المهني الاحترافي للمرشد الطلابي يمثل

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

"المتغير المعدل" (Moderator) الذي يسهم في تفعيل هذا الوسيط وتحويل مسار الطالب من الانهيار إلى الصمود.
إن الأرقام تشير بوضوح إلى أن الطالب الذي يواجه أزمة أسرية حادة (كالطلاق أو العنف) في ظل وجود مرشد يمتلك كفايات "بناء المرونة"، يمتلك فرصة تعافٍ ونمو نفسي تتجاوز أقرانه بنسبة 60%. وهذا يؤكد أن المدرسة، عبر مكتب الإرشاد، يمكن أن تتحول إلى "بيئة تعويضية" تكسر حدة الأثر السلبي للبيئة المنزلية المأزومة.

ثانياً: البرنامج الإرشادي المقترح (The Resilience Toolkit)
بناءً على نتائج البحث التي أكدت الدور الوسيط للمرونة، يقدم الباحث نموذجاً لبرنامج إرشادي تدريبي مكثف بعنوان **"حقيبة الصمود"**، يستهدف الطلاب الذين يمرون بأزمات أسرية نشطة:

هيكل وجدولة جلسات البرنامج:

الجلسة	عنوان الجلسة	الهدف الإجرائي	الفنيات والأساليب المستخدمة
الأولى	**بناء التحالف الإرشادي**	كسر الجليد وتوفير "مساحة آمنة" للتفريغ دون خوف من الأحكام.	التفريغ الوجداني، التقبل غير المشروط، الإصغاء النشط.
الثانية	**تفكيك وفهم الأزمة**	فصل "هوية الطالب" عن "أزمة الأسرة" (أنا لست أزمة والديّ).	إعادة الصياغة المعرفية (Cognitive Reframing)، فنية الكرسي الخالي.
الثالثة	**استعادة الكفاءة الذاتية**	استحضار "ومضات القوة" والنجاحات السابقة رغم وجود الضغوط.	التعزيز الإيجابي، النمذجة (Modeling)، سجل الإنجازات.
الرابعة	**التنظيم الانفعالي**	تزويد الطالب بأدوات للتحكم في القلق أثناء ذروة المشاكل المنزلية.	التنفس العميق، الاسترخاء العضلي، اليقظة الذهنية.(Mindfulness)
الخامسة	**التفكير في البدائل**	تدريب الطالب على اتخاذ قرارات مستقلة لا تتأثر بضبابية الأزمة.	العصف الذهني (Brainstorming)، شجرة القرارات.
السادسة	**خارطة الدعم الاجتماعي**	تحديد "شبكة الأمان" (أصدقاء، أقارب، معلمين) كبديل للارتباط المهتز.	رسم سوسيوجرام الدعم، التدريب على المهارات الاجتماعية.
السابعة	**المرونة المستقبلية**	صياغة أهداف دراسية ومهنية تعطي معنى للحياة خارج نطاق الأزمة.	التخيل الموجه، تحديد الأهداف الذكية (SMART Goals).
الثامنة	**التقييم والتمكين**	قياس النضج النفسي وتأكيد دور المرشد كمرجع مستدام عند الحاجة.	الاختبار البعدي للمرونة، التغذية الراجعة، خطة الوقاية من الانتكاسة.

ثالثاً: التوصيات الإجرائية
في ضوء النتائج التي أظهرت فاعلية المرونة كمتغير وسيط، يوصي الباحث بما يلي:

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

1. على المستوى السياساتي (وزارة التعليم): إدراج "مقياس المرونة النفسية" كأداة فحص دورية (Screening) ضمن ملف الطالب، لاكتشاف حالات "الهشاشة النفسية" الكامنة والتدخل الاستباقي قبل وقوع الفشل الدراسي.
2. على مستوى الإعداد المهني: تطوير برامج تدريب المرشدين لتشمل فنيات العلاج السلوكي الجدلي (DBT) واليقظة الذهنية، والتحول من الأدوار الإدارية الرقابية إلى الأدوار النفسية العلاجية.
3. على مستوى الثقافة المدرسية: تدشين مبادرة "أصدقاء المرونة" (Resilience Peers)، حيث يتم تدريب الطلاب الذين تجاوزوا أزماتهم بنجاح ليكونوا مرشدين لأقرانهم، مما يعزز المرونة الجمعية داخل المدرسة.
4. على مستوى الشراكة مع الأسرة: إصدار "أدلة إرشادية" للوالدين المنفصلين حول كيفية "تحييد الأبناء" عن الصراعات، مع إبراز المرشد كحليف تقني يساعد في الحفاظ على الصحة النفسية للابن.

رابعاً: المقترحات البحثية

يفتح هذا البحث آفاقاً للدراسات المستقبلية لسد الثغرات المعرفية المتبقية:

1. الدراسة (1): أثر توظيف الذكاء الاصطناعي (AI Chatbots) في تقديم دعم فوري لتعزيز المرونة النفسية للطلاب في أوقات الأزمات المتأخرة (خارج ساعات العمل المدرسي).
2. الدراسة (2): الفروق الجندرية في استراتيجيات المرونة النفسية الوسيطة لمواجهة "الطلاق الصامت" (دراسة مقارنة بين الطلاب والطالبات).
3. الدراسة (3): فاعلية برنامج مستند إلى اليقظة الذهنية (Mindfulness) في خفض مستويات الكورتيزول والتوتر الفيزيولوجي لدى الطلاب ضحايا العنف الأسري.
4. الدراسة (4): دور المرشد في تفعيل "المرونة الوالدية" كمتغير وسيط لاستقرار الأبناء التحصيلي (دراسة تستهدف الآباء).

المراجع

أولاً: المراجع العربية

[1]دراوشة، أيمن، ودراوشة، رامي .(2026) .دور الحصانة النفسية في الحد من ظاهرة التسرب المدرسي الناتج عن الأزمات الأسرية في المجتمعات المحلية .*مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، 18(1)، 45-68.

[2]الزبيدي، كامل .(2021) .*الاتجاهات الحديثة في علم النفس الأسري: الاستقرار النفسي وتحقيق الذات* .دار الفكر للنشر والتوزيع.

[3]رقبان، أحمد، وآخرون .(2024) .استراتيجية التغافل الأسري وعلاقتها باستدامة العلاقات الزوجية في ظل أزمات الحياة المعاصرة .*المجلة العربية للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 12(3)، 112-135.

[4]عبد الله، سحر، والمرسي، أمل .(2020) .آليات المرونة الإيجابية لدى الزوجات لمواجهة الضغوط الاقتصادية والاجتماعية: دراسة سيكولوجية .*مجلة الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، (62)، 15-44.

[5]فوزي، عماد .(2022) .*فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في البيئة المدرسية: دليل المرشد الطلابي* .مكتبة الأنجلو المصرية.

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

[6]كامل، محمد، وآخرون .(2025) .الاستقرار الأسري كحائط صد في مواجهة الأزمات المعاصرة: رؤية تربوية ونفسية .*مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربوية*، 37(2)، 201-225.
[7]المقرن، نورة، ومنيرة، عبد العزيز .(2024) .المناعة النفسية الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين إجهاد العمل والرفاهية لدى المعلمين والمرشدين .*المجلة السعودية للعلوم التربوية*، 9(1)، 88-110.
[8]هيلقان، خالد، وآخرون .(2025) .تقنين مقياس الصمود النفسي في البيئة المدرسية: الخصائص السيكومترية ودواعي الاستخدام .*المجلة الدولية للقياس والتقويم التربوي*، 6(4)، 33-56.

ثانياً: المراجع الأجنبية(English References)

[9] Fan, J., et al. (2024). Positive psychology in schools: Global trends and future directions. *Journal of School Psychology*, 98, 102-118.
[10] Karadaş, C., et al. (2026). The impact of perceived counselor support on general mattering and psychological resilience among high school students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 48(1), 55-72.
[11] Kim, L. (2023). Post-traumatic growth in the school environment: The role of the counselor. *Educational Psychology in Practice*, 39(2), 156-172.
[12] Lin, X., & Zhan, Y. (2024). Parental support and student well-being: The mediating role of resilience in university settings. *Journal of Happiness Studies*, 25(3), 441-460.
[13] MacKinnon, D. P. (2023). *Statistical mediation analysis* (2nd ed.). Routledge.
[14] Masten, A. S. (2021). Resilience in developing systems: The power of ordinary magic. *American Psychologist*, 76(2), 213–228. https://doi.org/10.1037/amp0000785
[15] Tan, L., & Suzuki, H. (2024). Synchronous digital counseling: Real-time interventions and physiological stress responses in students. *Computers in Human Behavior*, 151, 107-124.
[16] Yan, J., et al. (2024). Family resilience as a circuit breaker: Mediating the path between family stress and suicidal ideation. *Journal of Family Psychology*, 38(2), 189-201.
[17] Yuan, R., et al. (2025). Social support and vulnerability to psychological crises among students from low-income families: The crucial mediating role of resilience. *Developmental Psychology*, 61(1), 74-90.

Disclaimer/Publisher's Note: The statements, opinions, and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and not of **AJHAS** and/or the editor(s). **AJHAS** and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions, or products referred to in the content.

 Copyright: © 2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).