

**الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة
الذين اصابوا واكتسبوا الشفاء التام من
□ جائحة كورونا**



م.م مظهر حسين كنوش

**/ جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الانسانية / قسم العلوم
التربوية والنفسية**

Psychological hardness among university students who were
injured and gained full recovery from the Corona pandemic

Modheher Hussein kanoosh

**University
Tikrit , Iraq
modher . hussain@tu.edu.iq**

هدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى الصلاية النفسية لدى طلبة الجامعة كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة تكريت, الذين اصيبوا واكتسبوا الشفاء التام من جائحة كورونا, وقد استخدم الباحث النهج الوصفي التحليلي وقد بلغت عينة البحث (٥٠) طالب وطالبة, وقد تم استخدام مقياس الصلاية الذي اعده الباحث وبعد المعالجات الاحصائية باستخدام الاختبار التائي (T- test) لعينة واحدة وعينتين مستقلتين وتم التحقق من الصدق والثبات للمقياس وهدف البحث الى التعرف على مستوى الصلاية النفسية لدى طلبة الجامعة كلية التربية للعلوم الانسانية, ومستوى الصلاية حسب النوع ذكور واناث, ومستوى الصلاية النفسية حسب التخصص, وتوصل الباحث الى النتائج الاتية :-

١. لا يتوفر لدى عينة البحث مستوى جيد من الصلاية النفسية مؤشراً الى ان هؤلاء الطلاب لم تتوفر لهم الظروف الملائمة وغياب الرؤيا الواضحة لاهمية الصلاية النفسية في حياتهم.
٢. وجود فروق لدى الذكور كونهم اكثر صلابه من الاناث ولكن بفروق بسيطة والتي لم تشر الى وجود علاقة داله احصائياً مما يترتب على ضعف الثقة بالنفس ولا توجد لديهن رؤية واضحة وايجابية للحياة .
- ومن أجل استكمال الفائدة من البحث الحالي عرض الباحث عدد من التوصيات والمقترحات .

Abstract

The aim of the current research is to identify the level of psychological hardness among university students, College of Education for Human Sciences, Tikrit University, who were injured and gained full recovery from the Corona pandemic. Prepared by the researcher and after statistical treatments using the T-test for one sample and two independent samples. The validity and reliability of the scale were verified. The aim of the research is to identify the level of psychological toughness among university students, College of Education for Human Sciences, and the level of toughness according to gender, males and females, and the level of psychological hardness according to specialization, and the researcher reached the following results:

1. The research sample does not have a good level of psychological toughness, indicating that these students did not have the appropriate conditions and the absence of a clear vision of the importance of psychological toughness in their lives.

2. There are differences among males, being more solid than females, but with minor differences, which did not indicate a statistically significant relationship, which results in poor self-confidence and they do not have a clear and positive vision of life.

In order to complete the benefit of the current research, the researcher presented a number of recommendations and suggestions.

الفصل الاول

مشكلة البحث:

تتأثر شخصيّة الإنسان وصحّته النفسيّة بالعديد من الظروف والمواقف الاجتماعيّة والاقتصاديّة والسياسية وكافة ظروف الانضغاط التي يقابلها في حياته , قدّر لكل فرد أن يواجه موت شخص عزيز عليه في فترة من حياته قد تكون مرّت , وقد تكون منتظرة وهذه المواجهة مؤلمة , وتعد أكثر ماسية الحياة وأشقها على النفس , وقد تؤدي إلى مخاطر كثيرة كإصابة المكروب من فقد عزيز بأمراض بدنيّة أو نفسيّة مختلفة , وقد تصل إلى الوفاة . تختلف استجابات الأفراد للأحداث الضاغطة والمؤلمة , فمنهم من ينهار ولا يقوى على المواجهة ويقع فريسة للمرض الجسمي والنفسي والآخرين يواجهون تلك الظروف الضاغطة بقوة وصلابة ونفس صابرة محتسبة راضية بقضاء الله وقدره . (راضي , ٢٠٠٨ : ٣-٤) . ومن العوامل النفسيّة التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرّضون لها في حياتهم اليوميّة , الصلابة النفسيّة أو ما يُسمّى المقاومة النفسيّة أو المرونة عند تلقّي الصدمات , وتتجه الدراسات الحديثة إلى التركيز على البحوث المرتبطة بالصحة النفسيّة , والتأكد في الوقت نفسه على العوامل النفسيّة أو المناعة النفسيّة التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرّضون لها في حياتهم , ومن تلك العوامل التي حظيت باهتمام الباحثين مفهوم الصلابة النفسيّة أو ما يُسمّى أحياناً بالمقاومة أو المرونة عند تلقّي الصدمات (حمادة , ٢٠٠٢ : ٢٩٩) . تأتي الصلابة النفسيّة كأحد أهم مرتكزات علم النفس الإيجابي باعتبارها المفتاح الأساسي لمواجهة الضغوطات النفسيّة الحياتية بفاعلية وتحدّد مسؤوليتها , واهتمّ الباحث بموضوع الصلابة النفسيّة كونه فرداً من هذا المجتمع

الذي يتعرّض يومياً إلى الضغوط الصدمية في هذه الحياة ولما لمرض جائحة كورونا (Covid-19) من آثار سلبية على أفراد المجتمع بشكل عام وأبنائنا الطلبة بشكل خاص كونهم الشريحة المستهدفة من هذا البحث وكذلك الشريحة الأكبر في المجتمع، ونظراً لأهمية هذه المتغير فإن البحث الحالي يجيب على السؤال التالي. ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة الذين أصيبوا واكتسبوا الشفاء التام من جائحة كورونا.

أهمية البحث :

لا يمكن وصف الشيء بأنه صلب إلا إذا اختبر تحت الضغط والشدة، فإذا أبدى مقاومة وتماسكاً وصفناه بأنه صلب، وكذلك الحال في المجال النفسي فقد ارتبطت الصلابة بالضغوط والشدائد التي يتعرّض لها الفرد، لقد أشار كل من كوبازا (Kobasa) وسميث (Smith) بأن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، فواقع الحياة مخوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات والظروف غير الملائمة، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الفقد، ولا نستطيع أن نتجنب ونهرب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل النمو، فلا حياة بدون ضغوط وحيث توجد الحياة توجد الضغوط، ويتفق (منصور البيلاوي : ١٩٨٩) مع كوبازا في أن الضغوط تظهر من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان في أوقات مختلفة، تتطلب منه توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة، هذه الظاهرة شأن معظم الظواهر النفسية الأخرى كالقلق والصراع والإحباط، وهي من طبيعة الوجود الإنساني، ولا نستطيع الإحجام عنها أو الهروب منها لأن ذلك يعني نقص فعاليات الإنسان وقصور كفاءته (مخيمر، ٢٠٠٢ : ٥-٦). أن الصلابة النفسية تضمن كل هذه المفاهيم أو بعضها ليس في المواقف العادية فقط بل حتى في المواقف الصعبة الضاغطة، وقد أشارت نظرية كوبازا وفروضها إلى أن الأفراد الأكثر صلابة يتميرون بأنهم أكثر صموداً، ومقاومة وانجازاً وضبطاً داخلياً وقيادته واقترار ومبادأة ونشاط وواقعية، بمعنى أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من الأخطار الضاغطة على الصحة البدنية والنفسية للفرد، فالاشخاص الأكثر صلابة يتعرّضون للضغوط ولا يمرضون لأن الصلابة عندهم تعمل كمنطقة عازلة تخفف الآثار السلبية للضغوط وتجعل من الضغوط أثراً وليس مصدراً مساهماً (عسكر، ٢٠٠٠ : ١٤٥-١٤٦). فالصلابة النفسية عامل مهم وحيوي من عوامل الشخصية في مجال علم النفس وهي عامل حاسم في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، والمحافظة على السلوكيات، وقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال كوبازا، حيث توصلت لمفهوم الصلابة من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط، حيث تقول بأن الصلابة هي اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليه وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئة المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (فاروق السيد، ٢٠٠١ : ٢٠٩). لقد بدأت الدراسات في السنوات القليلة الماضية تتجاوز مجرد الدراسة العلاقات بين إدراك الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية والتأكيد على المتغيرات المدعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة أو عوامل المقاومة أي المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدره الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها (مخيمر، ١٩٩٦ : ٢٧٥). تكمن الأهمية في هذه الدراسة في حث المؤسسات الأكاديمية والجامعية على بناء برامج إرشادية وعلاجية لرفع مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة المنتظمين بالدراسة، من بناء جيل قادر على مواجهة صعوبات الحياة بصلابة نفسية، كذلك من الممكن أن يفيد هذه البحث في عملية التوجيه والإرشاد النفسي والتربوي حيث يقوم بتوجيه طلبة الجامعة وتعرّيفهم بأهمية الرضا عن الحياة، وتعليمهم أهم الأساليب والطرق والمهارات العلمية والعقلية لزيادة مستويات الرضا عن حياتهم الأمر الذي ينعكس حياتهم الأكاديمية والاجتماعية والنفسية بشكل إيجابي (صباح، ٢٠١٥ : ١٢). ونظراً لأهميتهم علماء علم النفس الإيجابي بدراسة الصلابة النفسية باعتبارها مفهوم حديث له علاقة وطيدة بالصدمة، وإن تشخيص الإصابة بجائحة كورونا والذي يُعتبر حدث صادم لدى المعرضين للإصابة والذين يعيشون في فترة انتشار المرض من هذا المنطلق يُمكن أن طرح أهمية البحث الحالي الذي يُحاول الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة المُصابين بجائحة كورونا واكتسبوا الشفاء ؟

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى :

١ . التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة كلية التربية للعلوم الانسانية المُصابين بجائحة كورونا والذين اكتسبوا الشفاء التام .

٢ . التَعْرِفُ عَلَى مُسْتَوَى الصَّلَاةِ النَّفْسِيَّةِ لَدَى طَلَبَةِ الْجَامِعَةِ كَلِيَّةِ التَّرْبِيَةِ لِلْعُلُومِ الْإِنْسَانِيَّةِ الْمُصَابِينَ بِجَائِحَةِ كُورُونَا وَالَّذِينَ اكْتَسَبُوا الشِّفَاءَ النَّامَ حَسَبَ النَّوعِ (نكور - اناث)

حدود البحث : يتَّخَذُ النَّبْحُ بِطَلَبِهِ جَامِعَةً تَكْرِيَةً كَلِيَّةَ التَّرْبِيَةِ لِلْعُلُومِ الْإِنْسَانِيَّةِ لِلْعَامِ الدَّرَاسِيِّ ٢٠٢٠-٢٠٢١ وَمَنْ كُلًّا الْجُنُسَيْنِ .

تعريف المصطلحات:

تعريف الصلاية النفسية: كوبازا (Kobasa,1979): مَجْمُوعَةٌ مِنَ السَّمَاتِ تَتَمَثَّلُ فِي اعْتِقَادِ أَوْ اتِّجَاهِ عَامٍ لَدَى الْفَرْدِ فِي فَاعِلِيهِ وَقُدْرَتِهِ عَلَى اسْتِغْلَالِ كُلِّ الْمَصَادِرِ النَّفْسِيَّةِ وَالْبِيئَةِ الْمَتَاحَةِ كَيْ يُدْرِكَ بِفَاعِلِيَّةِ إِخْدَاتِ الْحَيَاةِ الضَّاعِطَةِ إِدْرَاكاً غَيْرَ مُحَرَّفٍ أَوْ مُشَوِّهِ ، وَيَفْسِرُهَا بِوَاقِعِيَّةٍ وَمَوْضُوعِيَّةٍ وَمَنْطِقِيَّةٍ ، وَيَتَعَايَشُ مَعَهَا عَلَى نَحْوِ إِبْجَابِيٍّ ، وَالْإِبْعَادِ هِيَ (الْإِلْتِزَامُ ، النَّحْكُمُ ، التَّحَدِّيُّ) . (Kobasa,1979:11.) .
فنك (1992 Funk): حَصْلَةُ عَامَّةٍ فِي الشَّخْصِيَّةِ تَعْمَلُ عَلَى تَكْوِينِهَا وَتَنْمِيَّتِهَا الْخِبْرَاتِ الْبِيئِيَّةِ (المعززة) الْمُحِيطةَ بِالْفَرْدِ مِنْذُ الصِّغَرِ .. (funk,1992:335)

مخيمر (٢٠٠٢) : قَدَّرَهُ الْفَرْدُ عَلَى اسْتِخْدَامِ الْمَسَانِدَةِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ كَوَاقِيَةٍ مِنْ آثَارِ الْأَخْدَاتِ الضَّاعِطَةِ وَخَاصَّةً الْاِكْتِتَابِ . (مخيمر , ٢٠٠٢ : ٨٥) .

البيزفردار (٢٠١١) : قَدَّرَهُ الْفَرْدُ عَلَى تَجَاوُزِ الضُّغُوطِ النَّفْسِيَّةِ الَّتِي يَتَعَرَّضُ لَهَا عَنْ طَرِيقِ اسْتِخْدَامِهِ لِلْمَعْطِيَّاتِ الْمَتَوَفَّرَةِ مُجْتَمِعَةً كَالْمَسَانِدَةِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ (البيزفردار , ٢٠١١ : ٣٢) .

التعريف النظري: هي مجموعة من السمات التي تساعد الفرد على استغلال المصادر النفسية والبيئية المتاحة بشكل ايجابي للوقاية من احداث الحياة الضاغطة .

التعريف الاجرائي : الدَّرَجَةُ الَّتِي يَحْصُلُ عَلَيْهَا الطَّالِبُ الَّذِي أُصِيبَ بِالْجَائِحَةِ وَاكْتَسَبَ الشِّفَاءَ النَّامَ عَلَى مِقْيَاسِ الصَّلَاةِ النَّفْسِيَّةِ .

الفصل الثاني

مفهوم الصلاية النفسية:

فالصلاية النفسية مفهوم نفسي حديث اُثْبِتَ مِنْ بَيْنِ عِدَّةِ مَفَاهِيمَ ضَمِنَهَا عِلْمُ النَّفْسِ الْإِبْجَابِيِّ وَتَبَنَتْهَا الْبَاحِثَةُ كُوبَازَا (Kobaza , 1979) وَتُعْرَفُ الصَّلَاةُ النَّفْسِيَّةُ بِأَنَّهَا "عَمَلِيَّةُ التَّكْوِينِ السَّلِيمِ وَالْحَيَاةِ فِي أَوْقَاتِ الشِّدَّةِ وَالضُّغُوطِ وَالصَّدَمَاتِ مَعَ بَقَاءِ الْأَمَلِ ، وَاللِّقَّةِ بِالنَّفْسِ ، وَالْقُدْرَةِ عَلَى التَّحْكُمِ بِالْمَشَاعِرِ ، وَالْقُدْرَةِ عَلَى حَلِّ الْمَشَاكِلِ وَفَهْمِ مَشَاعِرِ الْآخَرِينَ وَالتَّعَاظُفِ مَعَهُمْ ، وَهِيَ امْتِلَاكُ الْفَرْدِ لِمَجْمُوعَةٍ مِنَ السَّمَاتِ تُسَاعِدُ الْفَرْدَ عَلَى مُوَاجَهَةِ مَصَادِرِ الضُّغُوطِ ، مِنْهَا الْقُدْرَةُ عَلَى الْإِلْتِزَامِ وَالْقُدْرَةُ عَلَى التَّحَدِّيِّ وَالْقُدْرَةُ عَلَى التَّحْكُمِ فِي الْأُمُورِ الْحَيَاتِيَّةِ (خالد مُحَمَّد عَبْدالله , ٢٠١٢ : ٢٢) . لَا يُمَكِّنُ وَصْفُ الشَّخْصِ بِأَنَّهُ صُلْبٌ إِلَّا إِذَا أُخْتِيرَ تَحْتَ أَلْغَطِ وَالشِّدَّةِ ، فَإِذَا أَبْدَى مُقَاوَمَةً وَتَمَاسَكَ وَصَفْنَاهُ بِأَنَّهُ صُلْبٌ وَكَذَلِكَ الْحَالُ فِي الْمَجَالِ النَّفْسِيِّ فَقَدْ ارْتَبَطَتِ الصَّلَاةُ بِالضُّغُوطِ وَالشَّدَائِدِ الَّتِي يَتَعَرَّضُ لَهَا الْفَرْدُ . نُدْ أَشَارَ كُلِّ مَنْ كُوبَازَا (: Kobasa 1982) وَسَمِيَتْ (Smith : 1982) بِأَن تَعْرِضُنَا لِلضُّغُوطِ أَمْرٌ حَتْمِيٌّ لَا مَفْرَءَ مِنْهُ ، فَوَاقِعُ الْحَيَاةِ مُحْفُوفَةٌ بِالْعَقَبَاتِ وَالصَّعُوبَاتِ وَإِشْكَالٍ الْفِشْلِ وَالنَّكْسَاتِ وَالظُّرُوفِ غَيْرِ الْمَوَاتِيَةِ ، وَنَحْنُ لَا نَسْتَطِيعُ تَجَنُّبَ الْفِشْلِ أَوْ الْإِحْبَاطِ أَوْ الْفَقْدِ ، وَلَا نَسْتَطِيعُ أَنْ نَتَجَنَّبَ أَوْ نَهْرَبَ مِنْ مَتَطَلِبَاتِ الْحَيَاةِ وَالتَّغَيُّرِ فِي النُّمُوِّ الشَّخْصِيِّ فِي أَيِّ مَرَحَلَةٍ مِنْ مَرَاكِلِ النُّمُوِّ ، فَلَا حَيَاةَ بِدُونِ ضَعُوطٍ وَحَيْثُ تُوجَدُ الْحَيَاةُ تُوجَدُ الضُّغُوطُ ، أَنْ الضُّغُوطُ ظَاهِرٌ مِنْ ظَوَاهِرِ الْحَيَاةِ الْإِنْسَانِيَّةِ فِي أَوْقَاتٍ وَمَوَاقِفٍ مُخْتَلِفَةٍ ، وَتَتَطَلَّبُ مِنْهُ تَوَافُقًا أَوْ إِعَادَةَ تَوَافُقٍ مَعَ الْبِيئَةِ ، وَهَذِهِ الظَّاهِرَةُ شَأْنُ مُعْظَمِ الظُّوَاهِرِ النَّفْسِيَّةِ الْآخَرَى كَالْقَلْقِ وَالصَّرَاحِ وَالْإِحْبَاطِ ، وَهِيَ طَبِيعَةُ الْوُجُودِ الْإِنْسَانِيِّ (ابن أسعد , ٢٠١٢ : ٣٧) . إِذَا كَانَتْ الصَّلَاةُ النَّفْسِيَّةُ لَا تَتَّضِحُ إِلَّا فِي إِطَارِ الضُّغُوطِ فَإِنَّ مَعْنَاهَا فِي هَذَا السِّبَاقِ يُحِيلُ إِلَى الْإِعْتِقَادِ الْعَامِّ لِلْفَرْدِ فِي فَاعِلِيَّتِهِ وَقُدْرَتِهِ عَلَى اسْتِخْدَامِ كُلِّ الْمَصَادِرِ النَّفْسِيَّةِ وَالْاجْتِمَاعِيَّةِ الْمَتَاحَةِ كَيْ يُدْرِكَ وَيَفْسِرَ وَيُوَاجِهَ بِفَاعِلِيَّةِ إِخْدَاتِ الْحَيَاةِ الضَّاعِطَةِ (مخيمر , ٢٠٠٢ : ٥-٦) .

الصلاية النفسية ومواجهة الضغوط والصدمات :

أظهرت كافة الدراسات أن الصلاية النفسية ترفع من كفاءة الأفراد في المجالات المختلفة وتزيد من قدرتهم على التحمل ، وتساعدهم على تجاوز الأزمات وأدائه الضغوط بجدارة ، ومن الدراسات الأولى في هذا الإطار دراسة (كوبازا : ١٩٧٩) وهي دراسة استكشافية استهدفت معرفة دور الصلاية النفسية في الاحتفاظ بالصحة النفسية والبدنية رغم التعرض للضغوط ، وقد توصلت الباحثة إلى أن الأفراد الأكثر صلابة رغم تعرضهم للضغوط كانوا أقل مرضاً ، كما اتسموا بأنهم أكثر صموداً وانجازاً وسيطرة وقيادته وضبطاً داخلياً ، في حين أن الأشخاص الأقل صلابة كانوا أكثر مرضاً وعجزاً ، وأعلى في الضبط الخارجي . (kobasa , 1979 : 71) .

أبعاد الصلاية : تَظْهَرُ إِبْعَادُ الصَّلَاةِ النَّفْسِيَّةِ مِنْ خِلَالِ الدِّرَاسَاتِ الَّتِي قَامَتْ بِهَا كُوبَازَا وَالَّتِي أَشَارَتْ إِلَى أَنَّ الدِّينَ يَتِمَتَعُونَ بِالصَّلَاةِ النَّفْسِيَّةِ يُحَاوِلُونَ أَنْ يَكُونَ لَدَيْهِمُ التَّأثيرُ مِنْ مَجْرَى بَعْضِ الأَحْدَاثِ الَّتِي يَمُرُّونَ بِهَا وَهَذِهِ الإِبْعَادُ هِيَ : -

١ . الإلتزام : يُعْتَبَرُ مَكُونُ الإلتِزَامِ مِنْ أَكْثَرِ مَكُونَاتِ الصَّلَاةِ النَّفْسِيَّةِ ارْتِبَاطاً بِالدَّورِ الوَقَائِي لِلصَّلَاةِ بِوَصْفِهَا مَصْدَراً لِمَقَاوِمَةِ مُثْبِرَاتِ المَشَقَّةِ , وَقَدْ أَشَارَ جُونسون وسارسون إلى هذه النتيجه حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والإكتئاب , كما أشار هينك (Henk) إلى أهميَّة المكون لدى من يمارسون مهنة شاقَّة كالمحاماة والنمريض وطب الأسنان (Hydon 1986 ,) . (العبدلي , ٢٠١٢ : ٢٢) . وَيَرَى مخيمر بأنه نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله (مخيمر , ١٩٩٧ : ١٤) . وتُعرَف جيهان الإلتزام بأنه اتجاہ الفرد نحو معرفة ذاته , وتحديد لأهدافه وقيمه في الحياة وتحمله المسؤوليَّة , ويُشير إلى اعتقاد الفرد بقيمه وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته أو للمجتمع . فالشخص الملتزم يؤدِّ الانخراط مع الناس والأحداث من حوله بدلاً من أن يكون سلبياً ويبدو له هذا طريق الحصول على المعنى المثير , ومما يُزرعه أن يعرق في الوحده والاعتراب ويبدوا أن من يتسمون بالإلتزام العالي يُؤدون عملهم في حالة من الأهمه والجهد القليل (مجدي , ٢٠٠٧ : ٩٨).

٢ . التَّحَكُّم : تَرَى كُوبَازَا التَّحَكُّمُ بِأَنَّهُ اعْتِقَادُ الفَرْدِ بِمَدَى قُدْرَتِهِ عَلَى التَّحَكُّمِ فِيمَا يُوَاجِهُ مِنْ أَحْدَاثٍ وَقُدْرَتِهِ عَلَى تَحْمُلِ المَسْئُولِيَّةِ الشَّخْصِيَّةِ عَلَى مَا يَحْدُثُ لَهُ فإدراك التَّحَكُّمِ يُمَثِّلُ تَوَجِيهَ الفَرْدِ نَحْوِ إِحْسَاسِ بِالْفِعَالِيَّةِ وَالتَّأثيرِ فِي الطُّرُوفِ الحَيَاةِ المُتَنَوِّعَةِ فَالتَّحَكُّمُ يُمَثِّلُ التَّوَجُّهَ للشعور والتعرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة (kobasa , 1979 : 70) . وَقَدْ أَوْصَحَ (هيريس Hairis ,) أن التَّحَكُّمَ يُعَدُّ تَصَوُّرَ الفَرْدِ أَنَّ الأَهْدَافَ وَتَجَارِبِ الحَيَاةِ يُمكن التَّحَكُّمِ فِيهَا وَتَوَقُّفِهَا وَأَنَّهَا تَمَثِّلُ نَتِيجَةَ أَعْمَالٍ , فَهُوَ يُمَثِّلُ اعْتِقَادَ الفَرْدِ بِحُدُوثِ الأَحْدَاثِ الشَّاقَّةِ , وَرُؤْيُهَا كَمَوَاقِفَ يُمكن التَّعَامُلَ مَعَهَا وَالتَّحَكُّمِ فِيهَا , وَالفَرْدِ الَّذِي لَدَيْهِ نَزْعُهُ قَوِيَّةٌ نَحْوِ التَّحَكُّمِ يَعْتَقِدُ أَنَّهُ كَافِحٌ أَوْ حَاوِلٌ فَإِنَّهُ بِذَلِكَ امْتِثَالٌ قَوِيٌّ للتَّأثيرِ بالنواتج الَّتِي تَحْدُثُ مِنْ حَوْلِهِ (عباس , ٢٠١٠ : ١٦٨-٢٣٣) .

٣ . التَّحَدِي : تَعْرِفُهُ كُوبَازَا بِأَنَّهُ اعْتِقَادُ الفَرْدِ بِأَنَّ التَّغْيِيرَ المُتَجَدِّدُ فِي أَحْدَاثِ الحَيَاةِ , هُوَ أَمْرٌ طَبِيعِيٌّ بَلْ حَمِيٌّ لِأَبَدٍ مِنْهُ لَارْتِقَائِهِ , أَكْثَرُ مِنْ كَوْنِهِ تَهْدِيدٌ لِأَمْنِهِ وَتَقْتَهُ بِنَفْسِهِ وَسَلَامَتِهِ النَّفْسِيَّةِ . (kobasa , 1979 : 70) يُعْرِفُهُ توماكا (Tomaka : 1996) التَّحَدِيَّ بِأَنَّهُ تِلْكَ الاسْتِجَابَاتِ المُنظَّمَةِ الَّتِي تَنشَأُ رِداً عَلَى المَتَطَلِبَاتِ البيئية وَهَذِهِ الاسْتِجَابَاتِ تَكُونُ ذَاتَ طَبِيعَةٍ مَعْرِفِيَّةٍ أَوْ فِسيولوجيةٍ أَوْ سُلُوكِيَّةٍ وَقَدْ تَجَمَّعَ مَعاً وَتُوصَفُ بِأَنَّهَا اسْتِجَابَاتٌ فِعَالِيَّةٌ (محمد , ٢٠٠٢ : ٤١) . يَتَّضِحُ أَنَّ التَّحَدِيَّ يَمَثِّلُ فِي قَدْرِهِ الفَرْدِ عَلَى التَّكَيُّفِ مَعَ مَوَاقِفِ الحَيَاةِ الجَدِيدَةِ وَتَقَبُّلِهَا بِكُلِّ مَا فِيهَا مِنْ مَسْتَجِدَاتٍ سَارَةٍ أَوْ ضَارَّةٍ , بِاعْتِبَارِهَا أُمُوراً طَبِيعِيَّةً لِأَبَدٍ مِنْ حُدُوثِهَا لِئَمْوَهُ أَوْ ارْتِقَائِهِ , مَعَ قُدْرَتِهِ عَلَى مُوَاجَهَةِ المُشْكِلاتِ بِفَاعِلِيَّةٍ , وَهَذِهِ الخَاصِيَّةُ تُسَاعِدُ الفَرْدَ عَلَى التَّكَيُّفِ السَّرِيعِ فِي مُوَاجَهَةِ إِحْدَاثِ الحَيَاةِ الضَّاعِطَةِ المُولِمَةِ , وَتُخَلِّقُ مَشَاعِرَ التَّقَاعُلِ فِي تَقَبُّلِ الخِبْرَاتِ الجَدِيدَةِ , وَعَلَى ذَلِكَ فَإِنَّ الحِرْصَ عَلَى المُرُورِ بِتَجَارِبِ مَأْلُوفَةٍ وَالإِحْسَاسِ بِالتَّهْدِيدِ نَتِيجَةٌ لِلتَّغْيِيرِ تَبْدُو لَهُ أُمُوراً سَطْحِيَّةً , كَمَا يَعْتَقِدُ بِأَنَّ التَّغْيِيرَ وَلَيْسَ التَّنَبُّثُ هُوَ الطَّبِيعِيُّ فِي الحَيَاةِ , وَإِنَّ التَّعَامُلَ الفِعَالِ وَالإِيجَابِيَّ يُؤَدِّي إِلَى النُّضْجِ وَلَيْسَ لِتَهْدِيدِ الإِحْسَاسِ بِالأَمْنِ . (العبدلي , ٢٠١٢ : ٣١) .

النماذج النظرية المفسرة للصلاية النفسية :

أولاً : نظرية كوبازا (١٩٨٣) قَدِّمَتْ نَظْرِيَّةً رَائِدَةً فِي مَجَالِ الوَقَائِيَّةِ مِنَ الإِصَابَةِ بِالاضْطِرَابَاتِ النَّفْسِيَّةِ وَتَنَاوَلَتْ خِلَالِهَا العَلَاقَةَ بَيْنَ الصَّلَاةِ النَّفْسِيَّةِ بِوَصْفِهَا مَفْهُوماً حَدِيثاً فِي هَذَا المَجَالِ وَاحْتِمَالَاتِ الإِصَابَةِ بِالأَمْرَاضِ وَاعْتَمَدَتْ فِي صِيَاغَةِ النَظْرِيَّةِ عَلَى عَدَدٍ مِنَ الأَسْئَلِ النَّظْرِيَّةِ النَّجْرِيَّةِ , تَمَثَّلَتْ الأَسْئَلِ النَّظْرِيَّةِ فِي آرَاءِ بَعْضِ العُلَمَاءِ أَمْثَالِ فِرَانْكِل , مَاسَلُو , رُوجِرْز , الَّتِي أَشَارَتْ إِلَى وَجُودِ هَدَفٍ لِلْفَرْدِ أَوْ مَعْنَى لِحَيَاتِهِ الصَّعْبَةِ يَعْتَمِدُ بِالدَّرَجَةِ الأُولَى عَلَى قُدْرَتِهِ عَلَى اسْتِغْلَالِ إمْكَانِيَّاتِهِ الشَّخْصِيَّةِ وَالإِجْتِمَاعِيَّةِ بِصُورَةٍ جَيِّدَةٍ . كَمَا يُعَدُّ نَمُودَجُ لَازَرُوسِ (١٩٦١) مِنْ أَمَمِ النَّمَاذِجِ الَّتِي اعْتَمَدَتْ عَلَيْهَا هَذِهِ النَظْرِيَّةُ , حَيْثُ نَوَقِشَتْ الصَّلَاةُ مِنْ خِلَالِ ارْتِبَاطِهَا بِعَوَامِلِ حَدَّدَتْ فِي - البيئية الداخليَّة للفرد- الأَسْلُوبِ الإدراكي المعرفي - الشُّعُورِ بِالتَّهْدِيدِ وَالإِخْبَاطِ , حَيْثُ ذَكَرَ لَازَرُوسُ أَنَّ الإِحْسَانَ بِالتَّهْدِيدِ يَجْذِبُهَا فِي المَقَامِ الأَوَّلِ إِدْرَاكَ الفَرْدِ للمواقفِ وَاعْتِبَارَهُ ضَاعِطاً قَابِلاً لِلتَّعَايُشِ (تقييم أولي) وَتَقْيِيمَ الفَرْدِ لقدراته الخاصة وتحديد المدى كفاءتها في تناول المواقف الصَّعْبَةِ (التقييم الثانوي) . أَمَّا الأَسَاسُ النَّجْرِيَّةُ لِصِيَاغَةِ النَظْرِيَّةِ فَقَدْ اسْتِنطَاعَتْ كُوبَازَا مِنْ خِلَالِ اعْتِمَادِهَا عَلَى نَتَائِجِ دِرَاسَتِهَا الَّتِي اسْتَهْدَفَتْ الكَشْفَ عَنِ المُتَغْيِرَاتِ النَّفْسِيَّةِ وَالإِجْتِمَاعِيَّةِ الَّتِي مِنْ شَأْنِهَا مُسَاعَدَةُ الفَرْدِ عَلَى الإِخْتِطَاطِ بِصِحَّتِهِ النَّفْسِيَّةِ وَالجسدية رَغْمَ تَعَرُّضِهِ لِلْمَشَقَّةِ , كَمَا اسْتَهْدَفَتْ مَعْرِفَةَ دُورِ هَذِهِ المُتَغْيِرَاتِ فِي إِدْرَاكِ الضُّغُوطِ وَالإِصَابَةِ بِالأَمْرَاضِ وَذَلِكَ عَلَى عَيْنَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنْ شَاغِلِي المَنَاصِبِ الإِدَارِيَّةِ المُتَوَسِّطَةِ وَالعُلَمَاءِ وَمَنْ

المحامين ورجال الأعمال ، مما يجعلها تنتهي إلى عددٍ من النتائج ساعدها في صياغة الأسس التي اعتمدها في وضع نظريتها ومن أمثلة هذه النتائج مايلي : الكشوف عن مصدرٍ إيجابيٍ جديدٍ في مجال الوقاية من الإصابة من بالاضطرابات النفسية بالنسبة للأفراد الأكثر صلابة على الرغم من تعرضهم للضغوط الشاقة وذلك مقارنةً بالفرد الأقل صلابةً وطرحت كوبازا (١٩٨٣) اقتراحها الأساسي نظريتها والقائل أن للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرًا ضروريًا ، بل إنه حتميٌّ لازتقاء الفرد ونُضجه الانفعالي والاجتماعي ، وإن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزيد عند التعرض لهذه الأحداث ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية (راضي : ٢٠٠٣ : ٣٥-٣٦) .

ثانياً : نموذج فنك (Funk , 1995) المعدل لنظرية كوباسا هذا النموذج قدمه فنك (١٩٩٢) من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعامل الفعال من ناحية والصحة العقلية من ناحية أخرى ، وذلك على عينيها قوامها (١٦٧) جندياً إسرائيلياً ، واعتد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة ، وقام بدراسة المتغيرات السابقة قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين التي بلغت ستة أشهر وبعد انتهائها توصل إلى مايلي : (ارتباط مكوّن الإلتزام والتحكّم بالصحة العقلية الجيدة ، وارتباط الإلتزام إيجابياً مع الصحة العقلية من خلال خفض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعامل الفعال خاصة ، ضبط الانفعال ، وارتباط التحكّم إيجابياً بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف بأنه أقلّ مشقّة واستخدام إستراتيجية حلّ المشكلات للتعامل مع الضبط) .

ثالثاً : النموذج النظري لمادي وكوبازا (١٩٨٤) الذي دققه سلفادور مادي (S, maddi, 1999) ويخص على أن تراكم الأحداث الضاغطة يسبب ارتفاع التوتر Tension الذي يمكن أن يظهر لدى الفرد في شكل ردود فعل تتمثل في زيادة الفرق ، سرعة التهيج والحساسية والقلق ، هذه الاستجابات ردود فعل تعكس حالة استنفارٍ وتأهب الكائن الحي ، واستمرار هذه الحالة يمكن أن يخلق أو يسبب ظهور أعراض مرضية في شكل أعراض جسدية أو عقلية . (Kobassa, Maddi, 1984, p170). إذن فمن خلال هذا النموذج النظري فإن الصلابة تظهر كمصدر للمواجهة ، فالفرد الصلب بإمكانه خفض التوتر الناتج عن الضغوط ويحافظ على صحته باستخدام استراتيجيات للتعامل الفعال ، رغم ظروف الحياة شديدة التطلب والوظة (Delmas&al, 2004, p13-14). ويتفق الباحث مع نظرية كوبازا والتي تؤكد على الصلابة النفسية ومواجهة الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الأفراد ، فكلما كان الشخص إيجابياً كلما ازدادت الصلابة للمواقف التي تواجهه في حياته العامة والتغلب على الأحداث الصدمية .

الدراسات السابقة :

١. دراسة المفرجي والشهري (٢٠٠٨) الكشوف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة أضافه إلى معرفة الفرق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير (الجنس - العمر - التخصص - السنة الدراسية - مستوى دخل الأسرة) ومعرفة الفرق بين عينة الدراسة في الأمن النفسي تبعاً لمتغير (الجنس - العمر - التخصص - السنة الدراسية) وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : وجود ارتباط موجب دالّ احصائياً سواءً للذكور أو للإناث أو العينة الكلية بين الصلابة النفسية والأمن النفسي ، عدم وجود فرق بين الطلاب والطالبات في متوسط درجات الصلابة النفسية ، وجود فرق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في الأمن النفسي لصالح الذكور . (كحل ، ٢٠١٣ : ١٠٥) .

٢. دراسة (Angel , 2008) : هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الإجهاد والاحتراق النفسي والصلابة النفسية والدعم الاجتماعي لدى معلّمي المدارس الثانوية في المدين ، قام الباحث بفحص أثر المتغيرات السكانية من ناحية احصائية واستخدام معامل الارتباط بيرسون وكانت نتائجها بين وجود علاقة ارتباطية كبيرة دالة احصائياً بين الصلابة النفسية والإجهاد والدعم الاجتماعي والاحتراق النفسي ، كما فسرت الصلابة النفسية جزءاً كبيراً من التباين في مستويات الاحتراق ، كما وجدت فروق ذات دلالة احصائية تعزى لكل من متغيرات العمل ، مستوى التعليم ، سنوات الزواج وأثبتت النتائج أن قلة انضباط الطلاب وقلة دافعيّتهم للتعليم هي المصدر الرئيسيّ المسبب للإجهاد لدى المعلم . (Angel, 2008: 91) .

الفصل الثالث

الإجراءات

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي قام بها الباحث من أجل تحقيق أهداف البحث ابتداءً من تحديد مجتمع البحث وعينته ، مروراً بأعداد أدوات البحث وما ينبغي أن يتوفر فيها من تمييز وصدق وثبات ، لغرض تطبيقها على عينة البحث وانتهاءً بتحديد الوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل البيانات ، وفيما يأتي وصف لتلك الإجراءات :-

مجتمع البحث: يتألف مُجْتَمَعُ النَحْتِ مِنْ بَطَلَيْهِ كَلِيَّةِ التَّرْبِيَةِ لِلْعُلُومِ الْإِنْسَانِيَّةِ لِلْعَامِ الدَّرَاسِيِّ ٢٠٢٠-٢٠٢١ الْمُتَكَوِّنُ مِنْ (٣٣٢٨) طَالِبًا وَطَالِبَةً موزعين بواقع (١٥٠٢) طَالِبًا و (١٨٢٦) طَالِبَةً . وَقَدْ تَمَّ الْحُصُولُ عَلَى هَذِهِ الْبَيِّنَاتِ مِنْ كَلِيَّةِ التَّرْبِيَةِ لِلْعُلُومِ الْإِنْسَانِيَّةِ لِلِسَّنَةِ الدَّرَاسِيَّةِ ٢٠٢٠-٢٠٢١.

عينة البحث : لِأَجْلِ أَنْ تَكُونَ الْعِيْنَةُ مُمَثِّلَةً لِلْمُجْتَمَعِ قَامَ الْبَاحِثُ بِأَخْذِ عَيْنِهِ قَصْدِيَّةً بَلَغَتْ (١٠٠) طَالِبًا وَ طَالِبَةً وَهُمْ عَيْنُهُ مِنْ مُجْتَمَعِ الْبَحْثِ الْحَالِي . وَالْجَدُولُ رُقْم (١) . عينة البحث موزعين بحسب التخصص والنوع

المرحلة	عدد الطلبة	
	ذكور	اناث
تاريخ	٧	٧
علم نفس	٩	٨
جغرافية	٨	٥
علوم قرآن	٦	٧
اللغة الانكليزية	٧	٩
الفنية	٦	٧
اللغة العربية	٧	٧
مجموع	٥٠	٥٠
	١٠٠	

وَلَا بُدَّ مِنْ الْإِشَارَةِ إِلَى أَنَّ حَجْمَ عَيْنِهِ الْبَحْثِ يُعَدُّ مَقْبُولًا وَمُنَاسِبًا إِذْ يُشِيرُ نَانلي (Nunily) إِلَى أَنَّ نِسْبَةَ عَدَدِ أَفْرَادِ الْعِيْنَةِ إِلَى عَدَدِ قَرَأَتِ الْمَقِيَّاسِ يَنْبَغِي أَنْ لَا تَقُلَّ عَنْ نِسْبَةِ (١ . ٥%) وَ ذَلِكَ لِتَقْلِيلِ خَطَأِ الصَّدَقَةِ فِي عَمَلِيَّةِ التَّحْلِيلِ الْإِحْصَائِيِّ . (Nunly,1978:p262)

مقياس الصلابة النفسية :-

أ - تحديد مجالات المقياس : لِعَرَضِ إِعْدَادِ مَجَالَاتِ الْمَقِيَّاسِ وَالَّتِي تُعْطَى فَعَرَأَتُهُ قِيَّاسِ الصَّلَابَةِ النَّفْسِيَّةِ , وَوَقَّعَ مَا يَعْكُسُهُ الْإِطَارُ النَّظَرِيِّ وَالتَّعْرِيفِ النَّظَرِيِّ وَالتَّعْرِيفِ الْإِجْرَائِيِّ فِي هَذَا النَّحْتِ , وَمَا أَطَّلَعَ عَلَيْهِ الْبَاحِثُ مِنْ أَدْبِيَّاتٍ وَدَرَسَاتٍ سَابِقَةٍ وَإِجْرَاءِ مَقَابِلَاتٍ شَخْصِيَّةٍ مَعَ الْمُخْتَصِّينَ فِي هَذَا الْمَجَالِ حَدَّدَ ثَلَاثَةَ مَجَالَاتٍ لِهَذَا الْمَقِيَّاسِ تَنْطَبِقُ وَالْمُؤَشِّرَاتِ الْمُنْتَبَعَةَ لِقِيَّاسِ الصَّلَابَةِ النَّفْسِيَّةِ وَهِيَ :-

- ١ - الالتزام
- ٢ - التحكم
- ٣ - لتحدي

وللتعرف عَلَى مَدَى تَمَثُّلِ الْمَجَالَاتِ لِلْمَقِيَّاسِ الْمَطْلُوبِ عَرَضَ الْبَاحِثُ الْمَجَالَاتِ وَتَعَارِيفَهَا عَلَى (١٥) مُحْكَمًا مُخْتَصًّا فِي الْعُلُومِ التَّرْبَوِيَّةِ وَالنَّفْسِيَّةِ وَاسْتِنَادًا عَلَى آرَاءِ (٨٠٪) مِنَ الْمُحْكَمِينَ أَبْقَى عَلَى الْمَجَالَاتِ كَافَّةً وَكَمَا هِيَ فِي صِيَاغَتِهَا الْأَوَّلِيَّةِ .

ب - فقرات المقياس بَعْدَ الْإِطْلَاعِ عَلَى الدَّرَسَاتِ السَّابِقَةِ وَمُرَاجَعَةِ الْإِدْبِيَّاتِ الَّتِي تَتَّوَلَّتِ الصَّلَابَةِ النَّفْسِيَّةِ وَلِأَجْلِ تَصْمِيمِ مَقِيَّاسٍ يَخْدُمُ تَحْقِيقَ أَهْدَافِ النَّحْتِ الْحَالِي قَامَ الْبَاحِثُ بِنِيبَاءِ مَقِيَّاسِ الصَّلَابَةِ النَّفْسِيَّةِ الَّذِي يَتَكَوَّنُ مِنْ ثَلَاثَةِ مَجَالَاتٍ وَ (٣٦) فَعْرَهُ , لِكُلِّ مَجَالٍ (١٢) فَعْرَهُ مِنْهَا فَعَرَأَتُ إِجْبَابِيَّةٌ وَفَعَرَاتُ سَلْبِيَّةٌ وَتَتِمُّ الْإِجَابَةُ عَلَى هَذِهِ الْفَعَرَاتِ بِوَضْعِ عَلَامَةٍ (√) إِمَامَ الْفَعْرَةِ الَّتِي يُجَابُ عَنْهَا , وَأَمَّا الْبَدِيلُ الَّذِي يُمَثِّلُ الْإِجَابَةَ عَلَى مَقِيَّاسٍ مُتَدَرِّجٍ مِنْ (٥) بَدَائِلِ هِيَ (دائمًا , غالبًا , أحيانًا , نادرًا , أبدأ) وَتَصَمَّمَتِ وَرَقَةُ التَّعْلِيمَاتِ مَعْلُومَاتٍ عَنِ الْمَقِيَّاسِ النَّوْعِ (ذَكَور - إِنَاث) (تَارِيخ-عِلْمُ نَفْسٍ) وَقَدْ اسْتَمَّ هَذَا الْمَقِيَّاسُ بِخَصَائِصِ الصِّدْقِ وَالثَّبَاتِ , وَمِنْ أَجْلِ تَطْبِيقِهِ عَلَى عَيْنِهِ الْبَحْثِ وَقَامَ الْبَاحِثُ بِمَجْمُوعِهِ مِنَ الْخَطُواتِ هِيَ :-

١ . مؤشرات صدق المقياس : يُعَدُّ الصِّدْقُ مِنَ الْمُؤَشِّرَاتِ الْمُهْمَّةِ فِي بِنَاءِ أَيِّ مَقِيَّاسٍ بِمَعْنَى أَنَّ الْإِحْتِبَارَ أَدَاهُ صَالِحَهُ لِقِيَّاسِ مَا وَضِعَ لِقِيَاسِهِ .

٢. صلاحية فقرات المقياس : ولتحقيق ذلك فقد عُرِضَت الفقرات بصيغتها التمهيدية وَعَدَّهَا (٣٦) فُقِرَهِ عَلَى (١٥) خُبْرَاءَ مِنَ الخُبْرَاءِ الْمُتَخَصِّصِينَ فِي مَجَالِ العُلُومِ التَّرْبَوِيَّةِ وَالنَّفْسِيَّةِ لِإِصْدَارِ الحُكْمِ عَلَى مَدَى صِلَاحِيَّتِهَا , وَسَلَامُهُ صِيَاغَتِهَا وَمِلَاتِمَتِهَا لِلْفَرَضِ الَّذِي أُعِدَّتْ مِنْ أَجْلِهِ وَمَدَى مَلَائِمَةِ الْفَقَرَاتِ وَكَذَلِكَ صِلَاحِيَّةِ الْبِدَائِلِ الْمُسْتَعْمَلَةِ لِلِإِجَابَةِ وَتَحْلِيلِ آرَاءِ الخُبْرَاءِ عَلَى فُقَرَاتِ المِقيَاسِ , إِذْ تُكُونُ الفُقَرَةُ صَالِحَةً لِلْمِقيَاسِ إِذَا كَانَتْ نِسْبَةُ المُوَافَقَةِ عَلَيْهَا (٨٠٪) فَأَكْثَرَ , وَنَالَتْ غَالِبِيَّةَ فُقَرَاتِ المِقيَاسِ مُوَافَقَةَ المُحَكِّمِينَ , فِي حِينِ تَمَّ تَعْدِيلُ بَعْضِ الْفَقَرَاتِ بَعْدَ المُنَاقَشَاتِ مَعَ المُحَكِّمِينَ حَوْلَ تَعْدِيلِ بَعْضِ الْفَقَرَاتِ حَتَّى تُكُونُ أَكْثَرَ صِلَاحِيَّةً لِمِقيَاسِ المُتَعَيِّرَاتِ المُرَادِ قِيَاسِهَا كَمَا مُوَضِّحٌ فِي الجَدُولِ (٢)

جدول رقم (٢) نسبة اتفاق اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس الصلابة النفسية

المجالات	ارقام الفقرات	عدد الفقرات	الموافقون		غير الموافقون		قيمة كاي مربع	مستوى الدلالة ٠,٠٥
			التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية		
الالتزام	١, ٢, ٣, ٤, ٥, ٦, ٧, ٨, ٩, ١٠, ١١	١٥	١٥	١٠٠٪	٠	٠٪	٧,٥	دالة
	١٢, ٨	٢	١٣	٨٦,٦٪	٢	١٣,٤٪	٤,٠٣	دالة
التحكم	١, ٢, ٣, ٤, ٥, ٦, ٧, ٨, ٩, ١٠, ١١, ١٢	١٢	١٤	٩٣,٣٪	١	٦,٧٪	٥,٦٣	دالة
	١, ٢, ٣, ٤, ٥, ٦, ٧, ٨, ٩, ١٠, ١١, ١٢	١٢	١٤	٩٣,٣٪	١	٦,٧٪	٥,٦٣	دالة

وتأسيساً على ما جاء في الجدول (٢) تم إجراء ما يأتي :

١ . إبقاء جميع الفقرات المقياس والبالغة (٣٦) فُقِرَهِ لِأَنَّ نِسْبَةَ اتِّفَاقِ آرَاءِ الخُبْرَاءِ وَالْمُحَكِّمِينَ عَلَيْهِ أَكْثَرُ مِنْ (٨٠ ٪)

ب . وَبَعْدَ اخْتِيارِ آرَاءِ الخُبْرَاءِ وَالْمُحَكِّمِينَ بَقِيَ المِقيَاسُ عَلَى حَالِهِ مُؤَلَّفٌ مِنْ (٣٦) فُقِرَهِ .

ج . فِي ضَوْءِ آرَاءِ المُحَكِّمِينَ وَمَقْتَرِحَاتِهِمُ أُجْرِيَتْ بَعْضُ التَّعْدِيلَاتِ عَلَى (٤) فُقَرَاتٍ وَهِيَ (٣١ , ٢٦ , ١٤ , ١٠) وَأَصْبَحَ المِقيَاسُ يَتَكُونُ مِنْ (٣٦) فُقِرَهِ بِصُورَتِهِ الأَوَّلِيَّةِ .

٣ . التَّطْبِيقُ الاسْتِطْلَاعِي لِمِقيَاسِ الصِّلَابَةِ النَّفْسِيَّةِ :

طُبِقَ البَاحِثُ المِقيَاسَ عَلَى عِشْرَينِ عَشْرَينِ الكَونِيَّةِ الكَونِيَّةِ مِنْ خِلالِ مِئْصَةِ كِلاسِ رُومِ (Class room) مِنْ مُؤَلَّفِهِ مِنْ (٢٠) طَالِبِ دُكُورٍ وَإِنَاثٍ , وَطَلَّبَ مِنْهُمُ البَاحِثُ قِراءَةَ التَّعْلِيمَاتِ وَالْفَقَرَاتِ وَالاسْتِفسارَ عَنِ أَيِّ غُموُضٍ وَذَكَرَ الصُّعُوبَاتِ الَّتِي تَواجِهُهُمُ أَثناءَ الاسْتِجَابَةِ , وَلِغرضِ تَلَافِيهِها قَبْلَ تَطْبِيقِ الإِخْتِبارِ بِصِغَةِ النِّهائِيَّةِ , مَلَائِمَةَ الوَقْتِ المُخَصَّصِ لِلِإِجَابَةِ , وَقَدِ أَظْهَرَتْ نَتائِجُ التَّطْبِيقِ أَنَّ تَعْلِيمَاتِ المِقيَاسِ وَفُقَرَاتِهِ وَاضِحَةٌ .

٣ . التَّحْلِيلُ الإِحْصَائِي لِلْفَقَرَاتِ : لَقَدِ تَحَقَّقَ البَاحِثُ مِنْ فُقَرَاتِ المِقيَاسِ بِتَحْلِيلِهَا إِحْصَائِيًّا وَفُقِ إِجْرَاءُ حِسَابِ القُوَّةِ التَّمييزِيَّةِ لِلْفَقَرَاتِ وَكَمَا يَأْتِي

- :

- حِسَابُ القُوَّةِ التَّمييزِيَّةِ لِلْفَقَرَاتِ : - الِهْدَفُ مِنْ الحِصَانِصِ المُمَيَّزَةِ لِلْفُقَرَةِ الجَيِّدَةِ هِيَ قُدْرَتُهَا عَلَى التَّمييزِ بَيْنَ الفِئَةِ العُلْيَا وَالذُّنْيَا , بِمَعْنَى يَنْسَجِمُ تَمييزِ الفُقَرَةِ مَعَ تَمييزِ الإِخْتِبارِ بِأَكْمَلِهِ .

١ . اسلوب المجموعتين المتطرفتين :- تَمييزُ هَذِهِ الطَّرِيقَةِ بِأَنَّهَا لا تَتَطَلَّبُ جُهْدًا كَبِيرًا , وَعَادَةً يُمَثِّلُ أَحَدَ القِسْمَيْنِ المُجمُوعَةِ الَّتِي نَالَتْ أَعْلَى الدَّرَجَاتِ فِي الإِخْتِبارِ , وَيُمَثِّلُ القِسْمَ الأَخرَ المُجمُوعَةِ الَّتِي نَالَتْ أَقلَّ الدَّرَجَاتِ فِي الإِخْتِبارِ نَفْسِهِ , وَقَدِ توَصَّلَ (Helley) إِلَى أَفْضَلِ نِسْبَةِ مَبُودِيَّةٍ مِنَ الأَفْرَادِ يَنْبَغِي أَنْ تُشْمَلَ عَلَيْهَا كُلُّ مِنَ المُجمُوعَتَيْنِ لِكِي يَكُونُ مِعامَلُ التَّمييزِ أَكْثَرَ دَقَّةً , فَحَدَدَ أَنَّ النِّسْبَةَ المَبُودِيَّةَ الَّتِي تُقَابَلُ أَقْصَى قِيَمَةً لِلدَّلَالَةِ (٢٧ . ٢٦ ٪) لِذَلِكَ أَوْصَى كَيْلِي عِنْدَ تَحْلِيلِ مُفْرَدَاتِ الإِخْتِبارِ الإِعْتِمَادَ عَلَى نِسْبَةِ (٢٧٪) مِنَ الأَفْرَادِ فِي كُلِّ مُجمُوعَةٍ مِنَ المُجمُوعَتَيْنِ المُتَطَرَفَتَيْنِ (علام : ٢٠٠٢ : ٢٤٨) وَلِغرضِ التَّحَقُّقِ مِنْ ذَلِكَ اتَّبَعَ البَاحِثُ الحُطُواتِ الآتِيَّةَ : -

١ - أُخْتِيرَتِ عِنيهِ عَشْوَينِ عَشْرَينِ مِنَ طَلَبِهِ كَلِيَّةِ التَّرْبِيَّةِ لِلْعُلُومِ الإِنْسَانِيَّةِ وَقَدِ بَلَغَ عَدْدُهُمُ (١٠٠) طَالِبٍ وَطَالِبَةٍ .

٢ - طُبِقَ الإِخْتِبارُ بِصِغَتِهِ الأَوَّلِيَّةِ عَلَى أَفْرَادِ العِيْنَةِ , وَذَلِكَ لِتَحْدِيدِ الدَّرَجَةِ الكَلِيَّةِ الَّتِي حَصَلَ عَلَيْهَا كُلُّ مُسْتَجِيبٍ بَعْدَ التَّصْحيحِ .

٣ - ثم جمعت الاستمارات من أفراد العينة وصححت ورزقت ترتيباً تنازلياً حسب مجموع الدرجات من أعلى درجة إلى أدنى درجة فتراوحت الدرجات (١٦١ - ٧٦) .

٤- وعلى هذا الأساس أخذت نسبته (٢٧٪) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات لتمثيل المجموعة العليا و (٢٧٪) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات لتمثيل المجموعة الدنيا , وقد اتبع هذا الإجراء على أساس أن هذه النسبة تقدم لنا مجموعتين بأفضل ما يمكن أن تكون عليه من حجم مناسب وتمايز أو تباين بينهما . ولهذا يعطينا هذا الأسلوب الطريقة الأفضل في تقدير القوة التمييزية للفقرة . (Ahman &Marvin, 1957: 83) وبذلك فقد بلغ عدد الاستمارات الكلية المأخوذة (١٠٠) استمارة, وقد تراوحت حدود الدرجات للمجموعة العليا (١٦١ - ١٢٣) درجة , في حين تراوحت حدود الدرجات للمجموعة الدنيا ما بين (٧٦ - ١١٢) درجة .

٥ - طبق الباحث الاختبار التائي (T_test) لعينتين مستقلتين لغرض اختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات المجموعتين العليا والدنيا في كل فعالية من فعاليات الاختبار أسنعمل برنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية والذي يرمز له باختصار (SPSS) علماً أن القيمة التائية الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجه حرية (٩٨) تساوي (٠.٩٦) . تبين أن جميع الفقرات مميّزة عدا الفقرتان (٢٢ , ٣٢) . أصبح المقياس يتكوّن من (٣٤) فقره

٢ . أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس : - لغرض التأكد من أن اختبار الصلابة النفسية يتمتع باتساق داخلي تطلب الأمر استخراج العلاقة الارتباطية بين درجات عينه التمييز الذين أجابوا على كل فقرة ودرجاتهم الكلية على المقياس وبعد تحليل العينة وفقاً لمعادلة ارتباط بيرسون أوضحت النتائج أن معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (٠.٠٤ - ٠.٧٥٢) . وبذلك يتم حذف الفقرات التي هي أقل من (٠.١٩) حسب مقياس أيل والإبقاء على الفقرات التي هي أعلى من ذلك , وينتج من ذلك أن جميع الفقرات ذات ارتباط قوي والجدول يبين ذلك .

جدول (٣) معامل ارتباط الدرجة الكلية بالمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٣٧	٧	٠.٣٣	١٣	٠.٣١	١٩	٠.٥٦	٢٥	٠.٥١	٣١	٠.٤١
٢	٠.٢٩	٨	٠.٤٩	١٤	٠.٢١٠	٢٠	٠.٥٢٣	٢٦	٠.٣٩	٣٢	٠.٠٦
٣	٠.١٠٥	٩	٠.٧٥٢	١٥	٠.١٣٥	٢١	٠.٣١١	٢٧	٠.٩٢	٣٣	٠.٥٥
٤	٠.٢٠١	١٠	٠.١٥٩	١٦	٠.٣٤	٢٢	٠.٠٩	٢٨	٠.٦٣	٣٤	٠.٢٢
٥	٠.٩٥	١١	٠.٧٨	١٧	٠.٨٧	٢٣	٠.٧٢	٢٩	٠.٤٤	٣٥	٠.١١
٦	٠.٤٧	١٢	٠.٤٥٠	١٨	٠.٤٣	٢٤	٠.٧٠	٣٠	٠.٣٦	٣٦	٠.٣٥

٣. الصيغة النهائية للمقياس : - بعد تحليل فقرات اختبار الصلابة النفسية واستخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقراته وإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للاختبار اتضح أن جميع الفقرات تتصف بالتمييز والصدق ما عدى الفقرة (٢٢ , ٣٢) أقل من قيمة (١٩) . وبذلك يصبح المقياس بصورته النهائية من (٣٤) فقره

١- ثبات الاختبار Test Reliability

تصبح المقياس : - تألف المقياس بصورته النهائية من (٣٤) فقره منها فقرات إيجابية وأخرى سلبية وتتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال خمسة بدائل تُعطى لها الأوزان دائماً (خمسة) , غالباً (اربعة) , أحياناً (ثلاثة) , نادراً (اثان) , ابدأ (درجة واحدة) للفقرة الإيجابية , والعكس للفقرة السلبية , وتكون الدرجة العليا للمقياس هي (١٧٠) درجة , أما الدرجة الدنيا للمقياس فهي (٣٤) درجة . في حين أن المتوسط النظري للمقياس مقداره (٨٥) درجة .

- مؤشرات الصدق والثبات للمقياس :-

١. صدق المقياس (Validity of scale) وقد تحققت للباحث صدق المقياس في اختبار الصلاية النفسية عن طريق الاعتماد على نوعين من هذا الصدق هما . الصدق الظاهري والصدق البناء .

٢. الصدق الظاهري (Validity Face) . يقوم الصدق الظاهري على فكره مدى مناسبة المقياس لما يقيس ولما يطبق عليهم ويبدو مثل هذا الصدق في وضوح الفقرات ومدى علاقته بالقدرة أو السمة أو البعد الذي يقيس وغالباً ما يقرر ذلك مجموعته من المختصين في المجال الذي يفترض أن ينتمي له هذا المقياس (عبدالرحمن : ١٩٨٣ : ٢٢٦) .

٣. صدق البناء (Construct Validity) . وقد جرى التحقيق من هذا النوع من الصدق عن طريق تمييز فقرات الاختبار ، فيما يتعلق بارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس والذي يُعد مؤشراً للاتساق الداخلي لفقرات الاختبار .

٤. ثبات المقياس (Scale Reliability) . ولغرض التحقق من ثبات اختبار الصلاية النفسية قام الباحث بتطبيق الاختبار على عينه من طلبه الجامعة إلكترونياً بواسطة منصة الكلاس روم (Class room) البالغ عددهم (٢٠) موزعين حسب النوع .

طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest) : - ولأجل استخراج الثبات لاختبار الصلاية النفسية وبطريقه إعادة الاختبار ، طبق الاختبار على عينه من الطلبة بواسطة منصة الكلاس روم (Class room) البالغ عددهم (٢٠) ، وبعد الانتهاء من التطبيق الأول والثاني مع الأخذ بعين الاعتبار المدة بين الاختبارين لا تقل عن (١٥) يوماً ، حسب ثبات المقياس وذلك عن طريق حساب درجات العينة في التطبيق ، وحساب درجات العينة نفسها في الاختبار الثاني باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، ومن ثم استخراج معامل الثبات وتبلغ مقداره (٠.٨٣) وهو دال احصائياً عند مستوى (٠.٠٥) .

ب. طريقة التجزئة النصفية : (Spilt- Half) وللتحقق من توافر خاصية الثبات بطريقة التجزئة النصفية ، فقد قام الباحث بتطبيق مقياس الصلاية النفسية على عينه الثبات نفسها بواسطة منصة الكلاس روم (Class room) البالغ عددهم (٢٠) ثم قسم فقرات المقياس إلى نصفين ، فقرات النصف الأول تحمل الأرقام الفردية وفقرات النصف الثاني تحمل الأرقام الزوجية كلاً على انفراد . ومن ثم حسبت قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس باستخدام معادلة بيرسون (Person) ، وذلك لمعرفة العلاقة بين درجات الأفراد على الفقرات الفردية ودرجاتهم على الفقرات الزوجية للمقياس ، فبلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (٠.٨٦) دال احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) . وهو معامل ثبات عالٍ وبذلك يكون المقياس قد استكمل اجراءاته .

التطبيق النهائي لأداة البحث :- بعد أن استكمل الباحث الإجراءات اللازمة لبناء أداة البحث ، والتحقق من سلامة الأداة وصلاحيتها ، وكذلك تحديد عينه البحث ، قام الباحث بتطبيق الأداة على العينة التطبيقية البالغة عددها (١٠) طالب وطالبة موزعين على كلية التربية للعلوم الانسانية بواسطة منصة الكلاس روم (Class room) وبعد الانتهاء من التطبيق النهائي صحح الباحث اجابات الطلبة إلكترونياً على الأداة التي تكونت من (٣٤) فقرة ووضع الدرجات على وفق الأوزان الخمسة التي بينها الباحث ، وقد خضع المقياس للوسائل الاحصائية المناسبة والمتبعة بالدراسات التربوية والنفسية التي تضمنت مثل هذا المقياس .

الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها الباحث بعدما استكمل متطلبات إعداد أداة البحث وعلى النحو التالي :-

١- الهدف الأول : - الصلاية النفسية لدى طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية .

بعد تطبيق مقياس الصلاية النفسية على عينه البحث ، أظهرت النتائج بأن المتوسط الحسابي لاختبار الصلاية النفسية لأفراد العينة من كلا الجنسين هو (٣٧ . ١٨) وبانحراف معياري قدره (٢٠.١٥) وعند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٩٩.٥) يلاحظ بأنه أقل من المتوسط الفرضي وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينه واجدة تبين أنه غير دال احصائياً وعند مستوى (٠.٠٥) الجدول بين ذلك .

جدول رقم (٤) نتائج الاختبار على مقياس الصلاية النفسية لدى طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية

عدد الافراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الفرضية	
100	٣٧,١٨	٢٠,١٥	٩٩,٥	١٩,٢٥	٢	٠,٠٥

يُضِح من هذه النتيجة أن أفراد عيّنه أبحاث لا يتوافر لديهم المستوى الملائم من الصلاية النفسية وهذا يمكن أن يكون مؤشراً إلى أن هؤلاء الأفراد لم تتوفر لهم الظروف الملائمة التي من شأنها الإسهام الفاعل في توجيه الإهتمام اللازم بالأشياء التي تتساعد على عملية الإهتمام بهذا النوع من الصلاية وهذا يمكن أن يكون مؤشراً على غياب الرؤية الواضحة لأهمية الصلاية النفسية في حياتهم . ويرى الباحث أن هذه النتيجة مؤشراً يستوجب بذل المزيد من الجهود وبحث وتقصي عن كل ما من شأنه أن يثري معلومات الطلبة ويجعلهم في حالة أكثر إيجابية وصبر من امكاناتهم وقدراتهم التي لم تتوفر لها الظروف الملائمة لانضاج عملية الإهتمام بهذا النوع من الصلاية وتأثرت عيّنه أبحاث بجائحة كورونا مما أدى إلى التخبط في التعامل مع هذا المرض .

٢-الهدف الثاني : التعرف على مستوى الصلاية النفسية حسب النوع (ذكور - اناث)

بعد تطبيق مقياس الصلاية النفسية على عيّنه أبحاث , أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي (١٦ . ١٦) وبانحراف المعياري قدره (٨.٢) وعند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (١٦) يلاحظ بأنه أكثر من المتوسط الفرضي , وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينه واحدة تبين أنه دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٥) . أما بالنسبة للإناث فإن المتوسط الحسابي (١٤.٥٢) وبانحراف المعياري قدره (٦.٨) وعند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (١٦) يلاحظ بأنه أقل من المتوسط الفرضي , وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينه واحدة تبين أنه غير دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٥) . الجدول

جدول رقم (٥) نتائج الاختبار على مقياس الصلاية النفسية وحسب متغير الجنس (الذكور والاناث)

عدد الافراد العينة	الجنس	المتوسط الحسابي	المتوسط المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
100	الذكور	١٦.١٦	٨.٢	١٦	٠.٠٩٨	٢.٠٦٤	٠.٠٥
	الاناث	١٤.٥٢	٦.٨	١٦	١.٠٩	٢.٠٦٤	

تُشير هذه النتيجة إلى أن الصلاية النفسية وبحسب متغير النوع بالنسبة للذكور حيث ظهرت فرق ذو دلالة بسيطة عند مستوى (٠.٠٥) وإن هذه النتيجة تُشير إلى أن الأفراد العينة من كلا الجنسين يتمتعون بمستوى ضعيف من الصلاية النفسية في ظل هذه الجائحة التي لم تؤثر إلى وجود علاقة دالة احصائيا وقد يعود السبب في ذلك إلى طبيعة الظروف غير المشجعة التي يتعرض لها مختلف أفراد العينة من الطلبة مما قد تكون له الانعكاسات غير مشجعة على النمو والتطور فالنظرة قد تكون غير متوازنة مما يترتب عليه ضعف الثقة بالنفس من قبل الطالبات في ظل الظروف الحالية .

الاستنتاجات :

- ١ - أن أفراد عيّنه أبحاث لا يتوافر لديهم المستوى عال من الصلاية النفسية وهذا يمكن أن يكون مؤشراً إلى أن هؤلاء الأفراد لم تتوفر لهم الظروف الملائمة , ويمكن أن يكون مؤشراً على غياب الرؤية الواضحة لأهمية الصلاية النفسية في حياتهم .
- ٢ - الذكور أكثر صلاية من اناث ولكن بدرجة بسيطة , فالنظرة قد تكون غير متوازنة مما يترتب عليه ضعف الثقة بالنفس من قبل الطالبات وفي ظل الظروف الصعبة التي يتعرض لها مختلف أفراد العينة.

التوصيات :

- ١ . تصميم برامج إرشادية لتعزيز الصلاية النفسية لدى الطلبة .
- ٢ . توفير بيئة تعليمية إيجابية تساهم في تحسين مستوى الصلاية النفسية
- ٣ . برنامج إرشادي لتخفيف الصلاية لدى الطلبة .

المراجع العربية :

١. ابن اسعد , احمد(٢٠١٢): الصلاية النفسية المفهوم والمتعلقات , مجلة الدراسات لجامعة الاغواط, عدد ٢١ .
٢. البيرقدار, تهديد (٢٠١١) : الضغط النفسي وعلاقته بالصلاية النفسية لدى طلبة كلية التربية , مجلة اباحث كلية التربية الاساسية , المجلد ١١, عدد ١ .
٣. حمادة, لؤلؤه (٢٠٠٢): الصلاية النفسية والرغبة في الحكم لدى طلاب الجامعة , مجلة الدراسات النفسية , المجلد ١٢, اعدد ٢ .
٤. راضي, زينب احمد نوفل (٢٠٠٨): الصلاية النفسية لدى امهات انتفاضة الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات , الجامعة الاسلامية , غزة.
٥. الزوبعي, عبدالجليل وبكر, محمد الياس و الكناني, ابراهيم عبد الحسن (١٩٨١) الاختبارات والمقاييس النفسية. جامعة الموصل.
٦. صباح ,حنين زبير (٢٠١٥) : الصلاية النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطلبة العرب في جامعة حيفا , رسالة ماجستير , جامعة عمان العربية , كلية العلوم التربوية والنفسية , الاردن.
٧. عباس , مدحت (٢٠١٠): الصلاية النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الاعدادية , مجلة كلية التربية , مجلد ٢٦,(١).
٨. العبدلي , خالد محمد بن عبدالله (٢٠١٢) الصلاية النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا , رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة ام القرى , السعودية .
٩. عثمان , فاروق السيد(٢٠٠١): القلق وإدارة الضغوط النفسية , دار الفكر العربي , القاهرة .
١٠. عسكر , علي (٢٠٠٠): ضغوطات الحياة واساليب مواجهتها , الصحة النفسية والبدنية في عصر القلق , دار الكتاب الحديث, القاهرة.
١١. علام, صلاح الدين محمود (٢٠٠٠) القياس والتقويم التربوي والنفسي ,دار الفكر العربي, القاهرة, مصر .
١٢. عودة, احمد سليمان (١٩٩٣) القياس والتقويم في العملية التعليمية دار الامل للنشر والتوزيع, عمان, الاردن.
١٣. مجدي, محمود فهيم (٢٠٠٧): بناء مقياس الصلاية النفسية لمعلمي التربية الرياضية , مجلة البحوث النفسية والتربوية (٢).
١٤. محمد, ابراهيم (٢٠٠٢) : الهوية والقلق والابداع , دار القاهرة , القاهرة .
١٥. مخيمر , عماد (١٩٩٦): ادراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلاية النفسية لطلاب الجامعة , مجلة دراسات نفسية , المجلد ٦, العدد ٦.
١٦. مخيمر , عماد محمد احمد (٢٠٠٢): مقياس الصلاية النفسية .مكتبة الانجلو المصرية , القاهرة .
١٧. مخيمر , عماد محمد احمد (٢٠٠٠): استبيان الصلاية النفسية ,مكتبة الانجلو المصرية , القاهرة .

المراجع الاجنبية :

- 1- Anastasi, A. (1988) Psychological Testing. 5th Edition. Macmillan, NewYork, USA.
- 2- Baron, A. R. etl (1981) Psychology. Second Edition. Italt-Saunders, International Editions. Japan.
- 3- Ebel, R. (1972) Essentials of Educational Measurement. New Jersey ,Prentice Hall Englewood, USA.
- 4- Nunlly , J (1978) Psychometric Theory. McGraw Hill, NewYork, USA.
- 5- Funk,s,c,(1992): Hardiness " A Review of theorg and Research. Health Psychology v0l,11,No,5 ,pp.335-345
- 6- Kobasa, s,c.(1979) : stressful the Events Personality and Health : An Inquiry in Hardiness " , Journal of personality and social Psychology vol,37,No.1, pp. 1-11
- 7- Hydon(1981): the pleasures of Psychological Hardiness. New York : New American library .
- 8- Maddi,s,R,(2006): the personality construct of hardiness: part 111. relation ships with repression , innovativeness , authoritarianism , and performance Journal of personality .74,2,575.
- 9- Angel M: Study of relationship of stress burnout, hardiness and social support and urban, secondary school teachers, Dissertation Abstract International (2008) , page: 91