

الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد

د. جمعة عبد الرحمن غيث*

المقدمة :

لقد حظى مفهوم الصلابة النفسية باهتمام كبير لدى الباحثين في علم النفس بصفة عامة وفي علم النفس الشخصية بصفة خاصة، فقد انصب تفكير الكثير من المنظرين الذين تناولوا موضوع الشخصية على الصلابة النفسية بوصفه متغير محوريا من متغيرات الشخصية التي تساعد الأفراد على التوافق النفسي مع مواقف الحياة المختلفة التي يتعرضون لها، حيث يعيش الإنسان اليوم في عصر يشهد ثورة في مجال المعلوماتية والتواصل بحيث يمكن القول: إن هذا المجال من أكثر المجالات تقدماً إن لم يكن أكثرها على الإطلاق، فهذا المجال المذهل لفت نظر الإنسان إليه، فجعله يهتم به إلى الحد الذي قد يضر بسلوك الإنسان، والواقع إن ضغوط الحياة وأحداثها الحرجة هي من طبيعة الوجود الإنساني، وركن أساسي من أركان الحياة بجوانبها الإيجابية منها والسلبية، ولا يمكن أن تخلو الحياة منها، وتزداد الضغوط كماً وكيفاً مع تعقد الحضارة وتسارع إيقاعات العصر وتحدياته التي قد تصل في بعض الأحيان إلى استهداف الإنسان نفسه، إلا أن ذلك لا يحدث مع كل الأفراد، فقد لوحظ أن بعضهم يحتفظون بمستوى عالٍ من الأمن النفسي، الأمر الذي يجعلنا نعطي أهمية كبيرة لشخصية الفرد بكل جوانبها ومصادر مقاومتها للضغوط النفسية والمتغيرات التي تساعد الفرد على التوافق النفسي مع الأحداث

*عضو هيئة تدريس بكلية التربية جامعة بني وليد.

الضاغطة، حيث اتضحت إن من بين تلك المصادر المقاومة للاضطرابات النفسية ما يسمى بالصلابة النفسية التي تتمثل في مجموعة من الخصائص النفسية التي تتضمن الالتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدي وهذه الخصائص من شأنها أن تحافظ على الصحة النفسية والجسمية والأمن النفسي عندما يتعرض الفرد للأحداث الضاغطة.

إن مفهوم الصلابة النفسية **Psychological Hardines** قد حاز على اهتمام الكثير من الباحثين في الدراسات النفسية التي أجريت في السنوات الأخيرة حيث تم الكشف عن متغيرات عديدة ترتبط بمفهوم الصلابة النفسية مثل القلق والاكتئاب والتغاؤل والتشاؤم وغيرها من المتغيرات (حمادة لؤلؤة وآخرون 2002 : 230).

لاشك أن الأوضاع السياسية والاجتماعية والاقتصادية والحروب والأزمات المتعددة التي يعيشها المواطن الليبي اليوم تؤدي إلى العديد من الاضطرابات والمشاكل النفسية والعقلية، نتيجة المعاناة التي باتت تشكل المظاهر البارزة للحياة اليومية، ويواجه المجتمع الليبي تحديات جسيمة تهدد سلامته وأمنه، وقد أدت الظروف السياسية والأمنية غير المستقرة إلى حدوث تغيرات ثقافية واجتماعية انعكست على جميع فئاته بشكل عام وعلى الشباب بوجه خاص، وزادت مشكلاتهم بشكل كبير في السنوات الأخيرة بسبب ثقافة العنف التي لم يشهدها المجتمع الليبي من قبل.

ويشير عبد الرحمن أبو ندى 2007 إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة نفسية ليس من الصعب عليهم أن يلزموا أنفسهم بما يفعلونه، ويعتقدون أن في قدرتهم التحكم في أحداث الحياة الضاغطة وينظرون إليها على أنها تحدي طبيعي يسمح لهم بالنمو، وعند إدراكهم لأحداث الحياة الضاغطة يمكنهم اتخاذ القرارات الصائبة، ويصنعون أولويات في حياتهم

وأهدافاً وأنشطة أخرى أكثر تعقيداً وقيمونها على أنها قدرات إنسانية مهمة (عبد الرحمن أبو ندى 2007: 22).

إن الصلابة النفسية عاملٌ أساسي في مواجهة العديد من الاضطرابات النفسية والأحداث الضاغطة والمؤلمة، فهي بمثابة القوة الداخلية التي تُعين الفرد على مواجهة الصعاب ليتمكن من المضي قُدماً في الحياة، ويرجع الفضل في استخدام مفهوم الصلابة النفسية إلى سوزان كوبازا Souzan Kobass 1982 التي تُعد أول من درست مصطلح الصلابة النفسية، متأثرة بأعمال فيكتور فرانكل Victor Frankel مؤسس مدرسة العلاج بالمعنى، حيث عرفت الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات التي تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرّف أو مشوه، ويفسرها بواقعية ومنطقية وموضوعية، ويتعايش معها على نحو إيجابي، وتمثل أبعاد الصلابة النفسية، وقد حددتها بثلاثة أبعاد هي: (الالتزام والتحكم والتحدي) (عماد مخيمر 1996 : 227).

هذا، وقد توسعت الجهود البحثية في السنوات الأخيرة حول مفهوم الصلابة النفسية، وذلك بهدف التعمق في فهم الدور الذي يمكن أن تؤديه كمتغير وقائي من الأحداث والأزمات الحياتية، وكذلك للتعرف على مكوناتها وأبعادها وخصائصها، وعلاقتها بالمتغيرات النفسية الأخرى.

مشكلة الدراسة:

تُعد الصلابة النفسية أحد السمات الشخصية التي تساهم بشكل فعال في الحفاظ على الصحة النفسية والجسمية للفرد، كما تُعد في مقدمة الصفوف الأمامية في مقاومة انهيار

البناء النفسي له، حيث إنها تقوم بدور كبير في امتصاص ما تخلفه الضغوط النفسية نتيجة الأحداث الضاغطة التي يمر بها، وهي بذلك تكون بمثابة مصدرٍ للمقاومة والصمود، والوقاية من الآثار الجانبية التي تكون بسبب الضغوط على الصحة النفسية والجسمية للأفراد، وأن الأفراد الأكثر صلابة نفسية أقل تعرضاً للضغوط النفسية، وأنهم أكثر إنجازاً وقيادة وأكثر ضبطاً داخلياً، كما يتميزون بالنشاط والواقعية والمرونة في مواجهة الأحداث، وانطلاقاً مما سبق سوف نركز هذه الدراسة على معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد، وتحدد مشكلة الدراسة بالأسئلة الآتية:

- 1 - ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد ؟
- 2 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية ترجع لمتغير الجنس ؟
- 3 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية ترجع لمتغير التخصص الدراسي ؟

أهمية الدراسة:

لقد حظيت الصلابة النفسية حديثاً باهتمام الكثير من الباحثين، حيث درست على نطاق واسع في دراسات كوبازا بهدف معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للأحداث الضاغطة وقدرتها على مواجهة الأحداث والاضطرابات التي تواجه الإنسان اليوم، وعلى الرغم من كثرة الأساليب النفسية والوقائية وتعددتها وتنوعها في حماية الذات الإنسانية من تصدع البناء النفسي،

برزت أساليب نفسية تُعد من أساسيات الصحة النفسية التي تسهم إلى حد كبير في قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع الآخرين، فكانت الصلابة النفسية أو المناعة النفسية أو المقاومة النفسية أحد الأساليب الفعالة التي يستخدمها الفرد في الحفاظ على صحته النفسية والجسمية، وتكمن أهمية الدراسة الحالية:

1- تتنبق أهمية هذه الدراسة من أهمية موضوعها وهو الصلابة النفسية باعتبارها أحد المصادر الوقائية من الاضطرابات النفسية.

2 - ندرة البحوث والدراسات التي تناولت الصلابة النفسية في البيئة المحلية، ومن هنا يمكن القول بأن هذه الدراسة تعد من الدراسات الرائدة في هذا المجال.

3 - تتبع أهمية هذه الدراسة من كونها تكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد حيث إنهم يتعرضون للكثير من الأحداث الضاغطة.

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

1- معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد.

2- معرفة مدى تأثير متغير الجنس على أبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية.

3- معرفة مدى تأثير متغير التخصص العلمي على أبعاد الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد.

4- وضع المقترحات في ضوء نتائج هذه الدراسة التي تسهم في الارتقاء ببرامج الإرشاد النفسي لتنمية الجوانب الإيجابية للصلابة النفسية لدى الطالب الجامعي لمواجهة الشدائد.

مصطلحات الدراسة:

الصلابة النفسية: هي مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصدر وقائي لأحداث الحياة الشاقة، وأنها تتمثل في اعتقادٍ أو اتجاهٍ عامٍ لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كافة مصادره النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الشاقة إدراكاً غير محزّف أو مشوه، ويفسرها بواقعية ومنطقية وموضوعية ويتعايش معها على نحو إيجابي، وأنها تتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية، وهي (الالتزام والتحكم والتحدي) (عماد مخيمر 1996: 227).

التعريف الإجرائي للصلابة النفسية هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال استجابته على مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

حدود الدراسة: تتحدد هذه الدراسة بدراسة الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد لفصل الربيع 2020 م

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً- الإطار النظري

مفهوم الصلابة النفسية Psychological Hardiness

يُعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبياً حيث بدأ يشكل أحد الخصائص النفسية الهامة للفرد في مواجهة العديد من الأحداث الضاغطة والمتعددة والمتتالية بنجاح، فقد كانت كوبازا أول من وضع الأساس لمصطلح الصلابة النفسية، حيث لاحظت أن بعض الأفراد يستطيعون تحقيق ذواتهم واستغلال إمكانياتهم الكامنة الاستغلال الأمثل رغم

تعرضهم للكثير من الإحباطات والضغوط، لذلك كانت ترى وجوب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم، أي الذين يتحدون الصعاب والمشكلات التي يتعرضون لها في حياتهم، وليس الأفراد ذوي الشخصية المحبطة والمستسلمة، حيث اشتقت هذا المصطلح من الفكر الفلسفي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، والذي يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل وليس على الماضي، وأن دافعية الفرد تتبع أساساً من البحث المستمر النامي عن المعنى والهدف من الحياة، وأن الأفراد الذين تتسم شخصياتهم بالصلابة النفسية يتميزون بمقدرة عالية على مقاومة النتائج السلبية والمؤلمة للأحداث الضاغطة والشاقة (تتهيد عادل 2011 : 33).

لقد تعددت تعريفات الصلابة النفسية حيث لا يوجد تعريف واحد محدد يعترف به جميع المشتغلين في هذا الميدان، إلا أن التعريف الأكثر شيوعاً والذي حاز على القبول لدى غالبية المختصين هو تعريف سوزان كوبازا 1982 حيث عرفت الصلابة النفسية بأنها: مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصدر وقائي لأحداث الحياة الشاقة، وأنها تتمثل في اعتقادٍ أو اتجاهٍ عامٍ لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كافة مصادره النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الشاقة إدراكاً غير محرّف أو مشوه، ويفسرها بواقعية ومنطقية وموضوعية ويتعايش معها على نحو إيجابي، وأنها تتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية وهي: (الالتزام والتحكم والتحدي) .

عرفها فنك 1992 FUNK بأنها سمة عامة في الشخصية تعمل الخبرات البيئية المتنوعة على تكوينها وتمييزها لدى الفرد منذ الصغر (رجاء محمود 2016 : 356).

وعرفها عماد مخيمر 1996 بأنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله وإيمانه بقدراته التي يستطيع بها التحكم في ما يعترضه

من أحداث يتحمل المسؤولية عنها، وله القدرة على تغييرها إلى عامل من عوامل النمو أكثر من كونها تمثل تهديداً أو عائقاً له في تحقيق أهدافه (عماد مخيمر 1996 : 284).

وعرفتها جيهان محمد 2002 بأنها مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية تضم الالتزام والتحدي والتحكم (جيهان محمد 2002 : 35).

ويعرفها بشير دخان 2007 بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة (بشير دخان 2007 : 335).

ويعرفها مجدي عبد الكريم 2006 بأنها القدرة العالية على المواجهة الإيجابية للضغوط، وتعكس مدى اعتقاده في فاعليته على الاستخدام الأمثل لكل المصادر المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه أحداث الحياة ويحقق الإنجاز (محمود مجدي 2006 : 75).

ويعرفها كونسينتوفا بأنها عبارة عن أفعال من جانب الفرد تقيم وتواجه الأحداث الضاغطة والتي يمكن أن تؤثر على صحته، فتعمل مكونات الصلابة النفسية على تهيئة الفرد ليقوم بالأحداث الضاغطة فيجعلها أقل تهديداً وأنه أكثر كفاءة في مواجهتها (مدحت عباس 2010 : 174).

يتضح من التعريفات السابقة لمفهوم الصلابة النفسية، أنها تتفق فيما بينها على أن الصلابة النفسية تعد جوهر الشخصية السوية التي تزرع عند الفرد روح التحدي وتقوي من عزيمته، ليتطلع نحو مستقبل أفضل للحياة وليكون أكثر إيجابية في مواجهة الأحداث الضاغطة، لذلك كانت الصلابة النفسية عند البعض عاملاً مهماً وحيوياً من عوامل الشخصية التي تُمكن الفرد من استغلال قدراته الكامنة الاستغلال الأمثل لتحسين أدائه

والمحافظة على صحته النفسية والجسدية، وهي مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية الناتجة عن الأحداث والأزمات والمخترقات.

أبعاد الصلابة النفسية

يتضح من الدراسات التي أجريت في مجال الصلابة النفسية أنها تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي (الالتزام، التحكم، التحدي) و هي تمثل كلاً متكاملًا، لا يمكن الفصل بينها، وتعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على البناء النفسي للفرد، مما يعطي دافعا وتشجيعا لمقاومة هذه الأحداث بفعالية وعزيمة قوية تقبل التحدي ، وأنها ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة وتحويلها إلى فرص للنمو الشخصي، كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة بشكل عام يوصف بأنه احتراق نفسي، ولا يكفي بُعدا واحدا من مكونات الصلابة النفسية الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والإقدام لتحويل هذه الأحداث إلى أمور أكثر إيجابية، فهي مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة نحتاجها جميعا لمواجهة الأزمات ، وهذه الأبعاد هي:

– الالتزام Commitment

يعتبر بُعد الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي ، بوصفه مصدراً لمقاومة الأحداث الضاغطة، وتؤكد سوزان كوبازا على أن مكون الالتزام يمثل قدرة الفرد على إدراك أهمية و قيمة ذاته وأهدافه وتقدير امكانياته ليكون لديه هدفا يسعى لتحقيقه، وكذلك قدرته على اتخاذ القرارات التي تعزز التوازن والتراكيب الداخلية، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وقيمته ونحو الآخرين، وهذا المكون يشير إلى تبني الفرد لقيم ومبادئ ومعتقدات محددة ومقدار تمسكه بها وتحمله المسؤولية

الشخصية اتجاه نفسه ومجتمعه، والتعامل مع الأحداث الشاقة كأحداث هادفة وذات معنى، وهذا يعكس مدى الصلابة النفسية للفرد (مدحت عباس 2010 : 176).

– التحكم Control

يشير إلى اعتقاد الفرد بأن ظروف الحياة ومواقفها المتغيرة التي يتعرض لها أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها، وهذا لا يعني التوقع الساذج لتحديد نتائج أحداث الحياة، وإنما يعني إدراك الذات على أنها ذا تأثير واضح من خلال ممارسة التفكير والمعرفة والمهارة والاختيار ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرار وتفسير الأحداث ويعزز القدرة على المقاومة الفعالة للضغوط النفسية من خلال استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الأحداث لتقلل الآثار السلبية للمشقة إذا ما تم على نحو إيجابي (فانقة بدر 2007 : 130).

– التحدي Challeng

يشير هذا البعد إلى أن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعيّ وحتمي ولا بد منه بدلاً من الاستقرار، لارتقاء الفرد أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية، وأن التغييرات ماهي إلا حوافز مثيرة للاهتمام والنمو بدلاً من التهديد للأمن وهو بُعد يخفف من وطأة الحياة على الجانب الحسي، أو الإدراكي من خلال تلوين الأحداث كمثيرات للنمو والانفتاح والمرونة والتقييم الفعال للأحداث المتناقضة، ويظهر في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات إيجابية أو سلبية باعتبارها أموراً طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه (سمير محمد وآخرون 2015 : 451).

النظريات المفسرة للصلابة النفسية

— نظرية سوزان كوبازا 1982: لقد قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة من الاضطرابات النفسية والجسدية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها متغيراً حديثاً في هذا المجال، ولقد اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية حيث تمثلت الأسس النظرية في أن حياة الفرد الصعبة ليس لها معنى أو هدف، مالم تعتمد بالدرجة الأولى على قدراته الشخصية واستغلال هذه القدرات الاستغلال الأمثل، ومن أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية (البنية الداخلية للفرد - الأسلوب الإدراكي المعرفي - الشعور بالتهديد أو الإحباط) وقد اعتمدت كوبازا في نظريتها على افتراض أساسي، وهو أن تعرض الفرد للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمراً ضرورياً بل إنه حتمي وطبيعي لا مفر منه، فواقع الحياة محفوف بالعقوبات والصعوبات وأشكال الفشل والأحداث الشاقة ، ونحن لا نستطيع تجنب ذلك ولا يمكننا الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل حياتنا ، وأن الفرد يواجه تلك الأحداث بما يملكه من مصادر تتمثل في المعرفة والمهارات والقدرات اللازمة لإدارة متطلبات الحياة، ويقوم الفرد بعملية التقييم المعرفي وهي العملية التي من خلالها يُقيم الفرد أهمية تلك المتطلبات ويقرر ما إذا كان لها تأثير إيجابي أو سلبي، فإذا تجاوزت مصادر الفرد المتطلبات فيتم تقييم المتطلبات على أنها تحد وليس تهديداً، ولكن عندما تتجاوز تلك المتطلبات مصادر الفرد فيتم تقييمه كتهديد للفرد أو أن الفرد عرضة للتهديد، وأن المصادر الاجتماعية والنفسية الخاصة بكل فرد قد تقوي وتزداد عند التعرض لتهديد الأحداث، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية بكافة أبعادها، ولقد فسرت كوبازا العلاقة بين الصلابة النفسية والوقاية من الإصابة بالأمراض من خلال الخصال المميزة

للأفراد مرتفعي الصلابة النفسية بالإضافة إلى الأدوار الفعالة التي تقوم بها الصلابة النفسية للتقليل من التعرض للأحداث الضاغطة (زينب نوفل 2008 : 122).

– نظرية متلازمة التكيف العام لهانز سيلبي

قدم هذه النظرية العالم الفسيولوجي هانز سيلبي وسماها متلازمة التكيف العام وهي عبارة عن سلسلة من الاستجابات الفسيولوجية يقابل الجسم بها الضغوط النفسية من أجل إحداث التوازن والاستقرار، وهذه الاستجابات الفسيولوجية تمر بثلاث مراحل هي:

– مرحلة الإنذار أو التنبيه: وفي هذه المرحلة يقوم الجسم باستدعاء كافة قواته الدفاعية لمواجهة الخطر الذي يهدد كيانه الشخصي.

– مرحلة المقاومة: وتتكون هذه المرحلة نتيجة المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد فتختفي التغيرات الأولى وتظهر تغيرات جديدة تدل على التكيف مع الموقف.

– مرحلة الاستنزاف: ويصل الفرد إلى هذه المرحلة عندما يفشل في مقاومة الأحداث الضاغطة وتطول فترة التهديد (حمود عامر 2016 : 28).

نظرية التقييم المعرفي لازاروس وفلوكرمان

وهذه النظرية تشير إلى تأثير الأحداث الضاغطة على تقييم الأفراد لأحداث الحياة حيث ترى هذه النظرية أن الأحداث التي يمر بها الأفراد ماهي أحداث نوعية ونسبية في نفس الوقت فهي تختلف من فرد لآخر، وبذلك سوف تختلف استجابة كل فرد عن الآخر في الدرجة وفي النوع وتشمل هذه النظرية ثلاث جوانب رئيسية هي (الأحداث الضاغطة - عملية التقييم - أساليب المواجهة) (عبدالله الشهري 2015 : 23).

اهمية الصلابة النفسية

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية التي تقي الإنسان من آثار المثيرات الحياتية الضاغطة وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاءلاً وقابلية للتغلب على المشاكل التي يتعرض لها في حياته، كما تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض النفسية والجسمية، فتقوم بتعديل عملية الإدراك للأحداث فتجعلها أقل وطأة على تفكير الفرد، ومن ثم تؤدي إلى أساليب مواجهه نشطة تنقله من حال إلى حال أفضل منه، وتفيد ايضاً في التأثير في أساليب المواجهة بشكل غير مباشر من خلال تأثيرها الاجتماعي (عبد اللطيف حسن 2002 : 32).

إن إدراك وتقييم جميع جوانب الحياة تساعد الشخصية الصلبة على إيجاد فرص للتدريب واتخاذ القرارات الصائبة والتأكيد على أولويات الحياة، ووضع أهداف جديدة وتقدير الأنشطة المعقدة كالقدرات الهامة للأفراد والقدرة على تقييم الأحداث في إطار خطة الحياة اليومية، ولن يصل الفرد إلى تحقيق هذا ما لم يكن من ذوي الصلابة النفسية فهي اساس قدرة الفرد على المواجهة الناجحة لضغوطات الحياة والبقاء بصحة جيدة.

ثانياً : الدراسات السابقة

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة التي تتعلق بالصلابة النفسية، تبين أن هناك العديد من الدراسات المتنوعة التي تناولت العلاقة بين الصلابة النفسية وغيرها من المتغيرات الأخرى لذلك سوف نعرض بعض الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية بشكل عام.

- دراسة بُتينة منصور 1995 بعنوان الصلابة الشخصية وعلاقتها بأساليب التعامل مع ضغوط الحياة، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة الشخصية

وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة ، وقد تكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة ، وقد أشارت نتائج الدراسة عن وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة ، كما أشارت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث لصالح الذكور .

دراسة عماد مخيمر 1997 بعنوان الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرين من متغيرات المقاومة والوقاية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية على الوقاية من آثار الأحداث الضاغطة ، وقد تكونت عينة الدراسة من (171) طالب وطالبة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية لصالح الذكور .

- دراسة بشير الحجازي 2006 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بمستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة ومستوى الضغوط النفسية، وقد تكونت عينة الدراسة من (541) طالب، وقد أشارت نتائج إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين الصلابة النفسية ومستوى الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة .

- دراسة سالم المفرجي 2008 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلاب الجامعة، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة والأمن النفسي، وقد تكونت عينة الدراسة من (445) طالبا، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة والأمن النفسي، وأشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث .

- دراسة هويدا نور 2012 بعنوان الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة، وقد تألفت عينة الدراسة من (249) طالباً، وقد أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة .

- دراسة خالد العبدلي 2012 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية ، وقد اشتملت عينة الدراسة على (200) طالب وطالبة ، وقد أشارت نتائج الدراسة عن وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة ، كما أشارت إلى وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية بين الطلبة المتفوقين والطلبة العاديين لصالح الطلبة المتفوقين.

- دراسة الحسين سيد 2012 بعنوان النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، وقد تكونت عينة الدراسة من (412) طالبًا وطالبة، وقد أشارت نتائج الدراسة عن وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، كما أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية، كما أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وبالمساندة الاجتماعية.

- دراسة أسماء زهاني 2014 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة ، وقد بلغت عينة الدراسة (30) معلمة، وقد توصلت الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى المعلمات، وأن هناك علاقة قوية الصلابة النفسية وبأساليب مواجهة الضغوط النفسية.

- دراسة فتحية العربي 2014 بعنوان مدى تمتع الشباب الجامعي بالصلابة النفسية في مواجهة بعض الضغوط الحياتية المعاصرة، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلاب جامعة الزاوية، وقد بلغت عينة الدراسة (127)

طالب وطالبة، وقد أشارت نتائج الدراسة عن وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، كما أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية.

- دراسة عبدالله الشهري 2015 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب كلية التربية، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلاب كلية التربية، وقد بلغت عينة الدراسة (302) طالب وطالبة، وقد أشارت نتائج الدراسة عن وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، كما أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

في ضوء مراجعة الدراسات السابقة ذات العلاقة بالصلابة النفسية يتضح لنا أنها أجريت في مناطق عربية مختلفة وفي سنوات متعددة، ولكنها انفتحت جميعها على تأثير الصلابة النفسية في مقاومة الأحداث الضاغطة، وأنها منبئ قوي في التخلص من الاضطرابات النفسية والإجهاد النفسي، كما ارتبطت سمة الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام والتحكم والتحدى) والتي تعد من أهم السمات التي يستخدمها الفرد في مواجهة الظروف الصعبة والأحداث الضاغطة، وأن الأشخاص ذوي الشخصية الصلبة هم أكثر صموداً وإنجازاً وأقل عرضة للضغوط النفسية.

فروض الدراسة

- 1- لا يوجد أي مستوى من مستويات الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بنى وليد.
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية التربية وليد في أبعاد الصلابة النفسية ترجع لمتغير الجنس .

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية التربية و ليد في أبعاد الصلابة النفسية ترجع لمتغير التخصص العلمي .

الاجراءات المنهجية للدراسة

منهج الدراسة: لما كانت الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد، فإن هذا يقتضي الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي ذلك المنهج الذي يقوم على توضيح متغيرات الدراسة وتحديد مقارها واتجاهها.

مجتمع الدراسة: يتألف مجتمع الدراسة من جميع طلاب كلية التربية بني وليد، والبالغ عددهم حسب إحصائية الفصل الدراسي الربيع 2020م حوالي (1896) طالب وطالبة، منهم (640) طالب و(1256) طالبة موزعين على العلوم التطبيقية والعلوم الإنسانية.

عينة الدراسة: تتألف عينة الدراسة الحالية من (100) طالب وطالبة، موزعين مناصفة بين الجنسين من العلوم التطبيقية والإنسانية، وقد تم اختيار هذه العينة عشوائياً، وروعي فيها جميع خصائص المجتمع الأصلي.

أدوات الدراسة

بناء على طبيعة مشكلة الدراسة وأهدافها، وبعد الاطلاع على مجموعة من المقاييس التي استخدمتها الدراسات السابقة لقياس الصلابة النفسية، فقد تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية من إعداد سوزان كوبازا Souzan Kobass 1982، لقياس الصلابة النفسية الذي قام بتعريبه وملائمته للبيئة العربية عماد مخيمر 1996، حيث يعتبر من

أكثر المقاييس استخداماً في مجال قياس الصلابة النفسية لما يمتاز به من خصائص عديدة ، وقد توافرت له مستويات

عالية من الصدق والثبات في معظم البلاد العربية ويتكون هذا المقياس من (47) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد (الالتزام - التحكم - التحدي) وتوجد امام كل فقرة ثلاثة بدائل وهي (دائماً - أحيانا - ابداً) تعطي الفقرات الموجبة وعددها (32) على التوالي (3 - 2 - 1) وتعكس الدرجة في حالة الفقرات السالبة وعددها (15) فتصبح على التوالي (1- 2 - 3) وقد وزعت فقرات المقياس على ثلاثة ابعاد على النحو التالي:

1- بُعد الالتزام: و يتكون هذا البُعد من (16) فقرة وهي (1 - 4 - 7 - 10 - 13 - 16 - 19 - 22 - 25 - 28 - 31 - 34 - 37 - 40 - 43 - 46) وتكون الدرجة النهائية لهذا البُعد (48) درجة من الدرجة الكلية للمقياس.

2- بُعد التحكم : و يتكون هذا البُعد من (15) فقرة وهي (2 - 5 - 8- 11- 14 - 17 - 20 - 23 - 26 - 29 - 32 - 35 - 38 - 41 - 44) وتكون الدرجة النهائية لهذا البُعد (45) درجة من الدرجة الكلية للمقياس.

3- بُعد التحدي : ويتكون هذا البُعد من (16) فقرة وهي (3 - 6- 9- 12 - 15- 18 - 21 - 24 - 27 - 30 - 33 - 36 - 39 - 42 - 45 - 47) و تكون الدرجة النهائية لهذا البُعد (48)، وبذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس (141) ، درجة وهي أعلى

درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب في الأبعاد الثلاثة ، في حين تكون أقل درجة يحصل عليها المستجيب في الأبعاد الثلاثة هي (47) وبناء على ذلك فإن الدرجة المرتفعة للمقياس بأبعاده الثلاثة تعني مستوى مرتفع من الصلابة النفسية في حين تعني الدرجات المنخفضة للمقياس مستوى منخفض للصلابة النفسية، ويكون المتوسط الافتراضي للمقياس هو(94) درجة، وتتحدد طبيعة الصلابة النفسية بالاعتماد على النقطة الفاصلة التي حددت بالدرجة 94 فإذا كانت الدرجة المتحصل عليها من خلال

الإجابة على فقرات المقياس أعلى من المتوسط الافتراضي دل ذلك على وجود الصلابة النفسية بشكل عام بغض النظر عن إبعاد المقياس ، في حين تدل الدرجة المنخفضة عنه على تدني مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة .

جدول (1) يبين تصنيف مستويات أبعاد مقياس الصلابة النفسية كما حددتها سوزان كوبازا

الابعاد	منخفض	معتدل	مرتفع
الالتزام	16 – 26	27 – 37	38 فما فوق
التحكم	15 – 24	25 – 34	35 فما فوق
التحدي	16 – 26	27 – 37	38 فما فوق

الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

قام الباحث بتطبيق مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة على عينة استطلاعية قوامها (30) طالب وطالبة تم اختيارهم عشوائيا من عينة الدراسة الأساسية لمعرفة مدى صلاحيته للاستخدام .

1- صدق المقياس: يعد الصدق من المعاملات الأساسية التي ينبغي لمستخدم المقياس التأكد منها، وصدق المقياس هو أن يقيس المقياس ما وضع لقياسه بالتحديد، وقد تم التأكد من صدق مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة باستخدام الطرق الآتية:

أ- الصدق الظاهري: للحصول على معامل الصدق الظاهري تم عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها، لذلك تم الحصول على الصدق الظاهري للمقياس بعرضه بصيغته الأولية على عددٍ من المختصين في علم النفس للتأكد من صلاحية الفقرة وسلامتها ومدى ملائمة الفقرات لقياس ما وضعت لقياسه، وقد كان هناك اتفاق عام بنسبة 0.98 من لجنة المحكمين على أن جميع فقرات المقياس مناسبة وملائمة لبيئة الدراسة الحالية و لا تحتاج إلى تعديل.

ب - الصدق الذاتي: تم حساب معامل الصدق الذاتي لمقياس الصلابة النفسية من خلال الجذر التربيعي لمعامل الثبات المستخرج بطريقة التجزئة النصفية، وفي هذه الحالة يكون معامل الصدق الذاتي لمقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة = 0.85

2- ثبات المقياس يُعد الثبات من الخصائص الأساسية التي تعتمد عليها أدوات القياس الفعالة حيث تتوقف دقة المقياس على معامل ثباته في قياس مظهر من مظاهر السلوك، وقد تم التأكد من ثبات مقياس الصلابة النفسية باستخدام الطرق الآتية:

أ - طريقة التجزئة النصفية: لقد استخدم الباحث معادلة رولون وذلك للحصول على معامل الثبات، فبلغ معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة (0.73) وهو معامل ثبات مرتفع ومناسب جداً لأغراض الدراسة.

ب - طريقة إعادة الاختبار: لقد تم تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (30) طالب وطالبة وأعيد تطبيقه بفواصل زمني قدره (15) يوم، إذ بلغ معامل ثباته (0.70) وهو قيمة تدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات .

عرض النتائج وتفسيرها

جدول رقم (2) يبين الإجابة على سؤال الدراسة الذي ينص على: ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد ؟

للإجابة على هذا السؤال جرى حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأبعاد الفرعية لمقياس الصلابة النفسية وفق المستويات الثلاثة، لدرجات طلاب كلية التربية.

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	أبعاد الصلابة النفسية
مرتفع	8.51	41.06	100	الالتزام
مرتفع	6.22	37.12	100	التحكم
مرتفع	6.83	43.17	100	التحدي

يتضح من خلال المؤشرات الاحصائية السابقة أن متوسط درجات عينة الدراسة في أبعاد الصلابة النفسية قد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في بُعد الالتزام (41.06) وانحراف معياري (8.51) ، وفي بُعد التحكم بلغ المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة في (37.12) وانحراف معياري (6.22) ، وفي بُعد التحدي بلغ المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة (43.17) وانحراف معياري (6.83)، وبعد مقارنة المتوسطات السابقة بالدرجة الاختيارية لتحديد مستوى كل بُعد يتضح من أبعاد الصلابة النفسية يتضح أن الصلابة النفسية بجميع أبعادها تقع في المستوى المرتفع ، وأن بُعد التحدي كان أعلى أبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة ويليهِ بُعد الالتزام وأخيراً جاء بُعد التحكم ، وهذا يدل على أن طلبة كلية التربية يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية بأبعادها المختلفة ، وخاصة في بُعد التحدي ، وهذه نتيجة منطقية ، حيث يعيش أفراد مجتمع الدراسة ظروفًا اجتماعية وسياسية واقتصادية وثقافية ويتعرضون إلى العديد من الأزمات والمخنقات والظروف الأمنية غير المستقرة تلقي بظلالها على الجميع ، وهذه الظروف القاسية تحتاج إلى شخصية تتمتع بالصلابة النفسية المرتفعة لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة ويمكن تفسير ذلك في مفهوم الصلابة النفسية التي تعمل كواقى ضد ما يقابل الفرد من أزمات وأحداث ضاغطة في ضوء مكونات الصلابة النفسية

(الالتزام والتحكم والتحدي) ، حيث يوصف الأفراد الذين يحاولون حل مشكلاتهم الصعبة، والتي تشكل نوعا من التحدي لقدراتهم فيحاولون التكيف مع هذه الظروف بمختلف الأساليب المسموح بها اجتماعيا ويحققون نوعا من الاستقرار النفسي بدوي المناعة النفسية، بينما الأفراد الذين ليس لهم رغبة في التحكم لا يميلون إلى تحدي هذه الأزمات والأحداث الضاغطة وتتفق هذه النتيجة مع كافة الدراسات السابقة التي أجريت في الدول العربية

جدول رقم (3) بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت لدرجات لدرجات طلاب كلية التربية في ابعاد الصلابة النفسية وفق متغير الجنس.

قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	ابعاد الصلابة النفسية
3.17	6.10	35.21	ذكور	الالتزام
	5.14	32.47	إناث	
2.94	5.82	34.17	ذكور	التحكم
	6.13	30.56	إناث	
3.59	8.15	39.05	ذكور	التحدي
	6.04	36.81	إناث	

يتضح من خلال المؤشرات الإحصائية بالجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جميع أبعاد الصلابة النفسية، حيث كان المتوسط الحسابي لدرجات الذكور في بُعد الالتزام (35.21) وبانحراف معياري (6.10) وبلغ المتوسط الحسابي لدرجات الإناث (32.47) وبانحراف معياري (5.14) كما بلغت القيمة التائية المحسوبة (3.17) وهي قيمة ذات دلالة إحصائية تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد الالتزام بين الذكور و الإناث، وكانت هذه الفروق لصالح الذكور، وفي بُعد التحكم كان المتوسط الحسابي للذكور (34.17) وبانحراف معياري

(5.82) وبلغ المتوسط الحسابي للإناث (30.56) وبانحراف معياري (6.13) ، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (2.94) وهي قيمة ذات دلالة إحصائية تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد التحكم بين الذكور والإناث، وكانت هذه الفروق لصالح الذكور، كما بلغ المتوسط الحسابي للذكور في بُعد التحدي (39.05) وبانحراف معياري (8.15) وبلغ المتوسط الحسابي للإناث (36.81) وبانحراف معياري (6.04) بلغت القيمة التائية المحسوبة (3.59) وهي قيمة ذات دلالة إحصائية تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد التحدي بين الذكور و الإناث ، وكانت هذه الفروق لصالح الذكور، لقد كشفت النتائج الإحصائية السابقة عن حصول الذكور على متوسطات حسابية أعلى من الإناث في متغير الصلابة النفسية ، مما يشير إلى أن الذكور أكثر التزاما و تحكما وتحديا وضبطا من الإناث ، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من (دراسة بُثينة منصور 1995، دراسة عماد مخيمر 1996 ، ، دراسة خالد العبدلي 2012 ، دراسة عبدالله الشهري 2015) وتتفق هذه النتيجة مع طبيعة التنشئة الاجتماعية السائدة في مجتمع الدراسة، حيث تدعم الأسرة الأبناء الذكور أكثر من الإناث، وتشجعهم على الالتزام بالجهود والمواثيق ومحاولة تحقيقها في ضوء القواعد والمعايير الاجتماعية، بالإضافة إلى تعزيز مكون التحدي لدى الأبناء الذكور بمعنى استغلال العقبات والأزمات إلى تحديات يمكن مواجهتها والتغلب عليها وتحقيق أهدافهم التي التزموا بها، والقيام بأدوارهم والتحكم في هذه المتغيرات المحيطة بهم بحيث يستطيعون السيطرة عليها، وبما أن فعالية الفرد في المجتمع تحددها خصاله الشخصية وتعد الصلابة النفسية أحد أهم الجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية، والتي يمكن اعتبارها عاملاً أساسياً لتجاوز الكثير من الأزمات والمواقف الصعبة، وما أحوجنا إلى بناء وتدعيم الشخصية الصلبة التي تتميز بالتزامها بالمبادي والقيم وبقدرتها على تحمل المسؤولية، في مواجهة الأزمات ورغبتها في التميز والإبداع والدافعية نحو الإنجاز، وهذه المتغيرات تمثل الصلابة النفسية التي يتمتع بها

الذكور انطلاقاً من عوامل نفسية واجتماعية وثقافية وسياسة واقتصادية وظروف أمنية غير مستقرة.

جدول (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت لدرجات لدرجات طلاب كلية التربية في أبعاد الصلابة النفسية وفق متغير التخصص العلمي.

الابعاد الصلابة	التخصص	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت
الالتزام	علوم تطبيقية	35.71	4.62	1.36
	علوم إنسانية	36.24	4.31	
التحكم	علوم تطبيقية	33.08	3.75	1.19
	علوم إنسانية	32.67	3.66	
التحدي	علوم تطبيقية	42.03	6.51	1.24
	علوم إنسانية	40.58	6.12	

وبالنظر إلى المؤشرات الإحصائية الموضحة بالجدول السابق يلاحظ أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب العلوم التطبيقية ومتوسط درجات طلاب العلوم الإنسانية على جميع أبعاد الصلابة النفسية، فقد كان المتوسط الحسابي لدرجات طلاب العلوم التطبيقية في بُعد الالتزام (35.71) وانحراف معياري (4.62) وبلغ المتوسط الحسابي لدرجات طلاب العلوم الإنسانية (36.24) وانحراف معياري (4.31) كما بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.36) ، وكان المتوسط الحسابي لدرجات طلاب العلوم التطبيقية في بُعد التحكم (33.08) وانحراف معياري (3.75) بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات طلاب العلوم الإنسانية في بُعد التحكم (32.67) وانحراف معياري (3.66) كما بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.19) كما كان المتوسط الحسابي لدرجات طلاب العلوم التطبيقية في بُعد التحدي (42.03) وانحراف معياري (6.51) بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات طلاب العلوم الإنسانية في بُعد التحدي (40.58)

وبانحراف معياري (6.12) كما بلغت القيمة التائية المحسوبة (1.24) ، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب العلوم التطبيقية وطلاب العلوم الإنسانية بكلية التربية في جميع أبعاد الصلابة النفسية، أي إن مستوى الصلابة النفسية لا يختلف باختلاف التخصص العلمي، ويمكن تفسير ذلك بأن الصلابة النفسية سمة ترتبط في وجودها بعوامل شخصية وبيئية علاوة على أن المناهج الدراسية التي تقدم لطلاب كلية التربية بتخصصاتهم المختلفة يخلو مضمونها من متغيرات الصلابة النفسية، وتركز على الجانب المعرفي فيما عدا بعض المقررات التربوية العامة بكلية التربية التي تقدم لجميع التخصصات التطبيقية منها والإنسانية وبنفس المضمون، وبالطبع فإن المدة الزمنية التي يقضيها الطلاب في دراسة المقررات التربوية محدودة جدا لا تسمح بتتمية الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الأزمات والأحداث الضاغطة بالصورة المطلوبة، ويتضح مما سبق غياب التفاعل بين التخصص الدراسي في التأثير على الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة الالتزام و التحكم والتحدي.

يتضح لنا مما سبق الدور الذي تلعبه الصلابة النفسية ليس فقط في جعل الافراد قادرين على مقاومة الضغوط، بل يمتد تأثيرها إلى تعزيز جوانب اخرى للشخصية حيث أنها تتفاعل مع بعضها مكونة جملة من الخصائص النفسية والاجتماعية التي تعزز قدرة الفرد مواجهة تحديات الحياة، وتغيير الاحداث الضاغطة إلى فرص لنمو الشخصية، ونقص هذه الأبعاد يؤدي إلى الاضطرابات النفسية وهذه البنية تهدف إلى التخفيف من أثر الإجهاد النفسي من خلال النظرة إلى الأوضاع المجهدة وتقلل من التأثير السلبي للأحداث من خلال التقييم المعرفي والمواجهة الفعالة من خلال السمات الشخصية التي تقي الفرد من الآثار السلبية للضغوط النفسية المختلفة.

النتائج والتوصيات

لقد توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية:

- يوجد مستوى مرتفع من الصلابة النفسية بأبعادها المختلفة لدى أفراد عين الدراسة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كافة أبعاد الصلابة النفسية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب العلوم التطبيقية وطلاب العلوم الانسانية في كافة أبعاد الصلابة النفسية.

التوصيات

- ضرورة اهتمام الجامعة بتقوية الجانب الإيجابي للصلابة النفسية للطلاب في الكليات المختلفة - ضرورة أن تتضمن المناهج الدراسية المهارات الأساسية لتنمية الصلابة النفسية لدى الطلاب.
- الاهتمام بإقامة دورات تدريبية في التنمية البشرية لتنمية أساليب المواجهة الفعالة للأزمات.
- ضرورة الاهتمام بالدراسات التي تتناول الصلابة النفسية والاضطرابات النفسية.

قائمة المصادر والمراجع

- أسماء زهاني (2014) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية جامعة محمد خضير، الجزائر.
- بشير حجازي (2006) الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة الجامعة الإسلامية م14، ع2 غزة
- بشير دخان (2007) الضغوط النفسية وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة الاسلامية، مجلة الجامعة الإسلامية م 15، ع 5 .
- بُئينة منصور (1995) العلاقة بين الصلابة النفسية واساليب التعامل مع ضغوط الحياة، رسالة ماجستير غير منشورة معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- تهديد عادل (2011) الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية، مجلة أبحاث الجامعة الاساسية م 11، ع 1، دمشق .
- جيهان محمد (2007) دور الصلابة النفسية في المساندة الاجتماعية، مجلة البحوث النفسية التربوية، ع4. القاهرة.
- حمود عامر (2016) الصلابة النفسية وعلاقتها بالقيم ، مجلة البحوث التربوية ، ع2 . الجزائر
- حمادة لؤلؤة وآخرون (2002) الصلابة النفسية وعلاقتها بالرغبة في التحكم / مجلة دراسات نفسية م 12ع2 ، القاهرة.

حسن سيد (2012) الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة الجامعة الإسلامية، م19، ع3 غزة.

خالد العبدلي (2012) (الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية جامعة أم القرى.

رجاء محمود (2016) الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الملك سعود ، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع 74. بيروت

زينب نوفل (2008) الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، دار وائل عمان

سالم المفرجي(2008) الصلابة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي، مجلة علم النفس، ع19، المنيا

سمير محمد وآخرون (2015) الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية، مجلة الإرشاد النفسي ع 44 القاهرة.

عبدالرحمن ابو ندى (2007) الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية، جامعة الازهر، القاهرة.

عبدالله الشهري (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب كلية التربية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك فيصل مكة المكرمة.

عبد اللطيف حسن (2002) الصلابة النفسية والرغبة التحكم مجلة دراسات نفسية، م12ع2، القاهرة.

عماد مخيمر (1996) إدراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلبة الجامعة، مجلة دراسات نفسية م6، ع2، القاهرة.

فتحية العربي (2014) مدى تمتع الشباب الجامعي بالصلابة النفسية، مجلة الجامعة م4، ع16.

فائقة بدر (2007) علاقة المثيرات الانفعالية بالصلابة النفسية، مجلة مستقبل التربية العربية، م2، ع42 عمان.

محمود مجدي (2006) بناء مقياس الصلابة النفسية، مجلة البحوث النفسية التربوية، ع2. القاهرة.

مدحت عباس (2010) الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية، مجلة كلية التربية م26، ع1 القاهرة.

هويدا نور (2012) (الصلابة النفسية لدى طلاب قسم علم النفس، مجلة الجامعة الاسلامية، م14، ع2.