

جامعة المرقب

المجلة العلمية

مجلة علمية محكمة تحت مسمى (مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى)

منشورات كلية التربية البدنية - جامعة المرقب

الموقع الإلكتروني

[HTTP://SSJ.ELMERGIB.EDU.LY](http://ssj.elmergib.edu.ly)

العدد الثامن

(ديسمبر) 2021 - 2022 م

هيئة التحرير

م دكتور / ميلود عمار النفر عميد الكلية رئيس التحرير

اللجنة العلمية المحلية

الوظيفة	الاسم	الجامعة
رئيساً	1 د. مفتاح محمد ابوجناح	المرقب
عضوا	2 د. خالد محمد الكموشي	المرقب
عضوا	3 د. عبد الحكيم سالم تنتوش	الجبل الغربي
عضوا	4 د. زياد سويدان	الزاوية
عضوا	5 د. عمران جمعة تنتوش	الجفارة
عضوا	6 أ. هشام رجب عباد	المرقب
عضوا	7 أ. محمد علي زائد	المرقب

اللجنة العلمية الدولية

عضوا	1 د. جمال بكباي	الجزائر
عضوا	2 د. سامية شينار	باتنة1/ الجزائر
عضوا	3 د. سامية ابريغم	العربي بن مهيدي ام البواقي / الجزائر
عضوا	4 د. يزيد شويعل	الدكتور يحي فارس المدية / الجزائر
عضوا	5 د. رضوان بلخيري	العربي التبسي تبسة / الجزائر
عضوا	6 د. مسعودي ظاهر	زيان عاشور جلفة / الجزائر
عضوا	7 د. عبد السلام مقبل الريبي	اليمن

اللجنة الاستشارية

الوظيفة	الاسم	الجامعة
رئيساً	1 د. سعيد سليمان معيوف	طرابلس
عضوا	2 د. سليمان الصادق الامين	الجفارة
عضوا	3 د. صبري عمران	الزقازيق / مصر
عضوا	4 د. فتحي البشيني	روسيا
عضوا	5 د. محمد جابر	المرقب

ملاحظة

كافة البحوث تعبر عن وجهة نظر أصحابها، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة أو الكلية

جميع الحقوق محفوظة

2022م

التعليمات الخاصة بنظم النشر مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى

طبيعة المواد المنشورة

تهدف المجلة إلى إتاحة الفرصة لكافة المتخصصين لنشر إنتاجهم العلمي في مجال علوم الرياضة والتربية البدنية والعلوم الأخرى، الذي تتوافر فيه الأصالة والجدية والمنهجية العلمية.

وتقوم المجلة بنشر المواد التي لم يسبق نشرها باللغة العربية أو الإنجليزية وتقبل

المواد في الفئات التالية:

- البحوث الأصيلة.
- المراجعات العلمية.
- تقارير البحوث.
- المراسلات العلمية القصيرة.
- تقارير المؤتمرات والندوات.

اللائحة التنظيمية:

- 1- أن تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- تصدر كلية التربية البدنية جامعة المرقب مجلة علمية تسمى (مجلة التربية الرياضية – والعلوم الأخرى).
- 3- تصدر المجلة بصفة دورية كل 6 أشهر من كل عام.

أهداف المجلة:

- 1- المشاركة في تشجيع حركة البحث العلمي.
- 2- تحقيق إضافة جديدة على الساحة العلمية في المجالات الرياضية.
- 3- نشر وتعزيز الدراسات والأبحاث العلمية الرياضية.

سياسة النشر:

- 1- تختص المجلة بنشر الأبحاث والمقالات العلمية في المجالات الرياضية والتربية البدنية والعلاج الطبيعي والتأهيل الرياضي والأبحاث التربوية والعلوم الأخرى المرتبطة بها.

- 2- يسمح بالاشتراك في المجلة بالأبحاث أو المقالات التي يجريها أو يشترك فيها أعضاء هيئة التدريس أو الباحثين في الجامعة والمعاهد العلمية ومراكز وهيئات البحث العلمي في ليبيا وخارجها.
- 3- تنشر الأبحاث في المجلة وفق الأسبقية دورها بعد تحكيمها وإعدادها في شكلها النهائي وفق شروط النشر والقواعد التي تقررها المجلة.
- 4- جميع الأبحاث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها سواء نشرت أو لم تنشر وإذا تمت الموافقة على نشرها فإن لهيئة التحرير الحق في نشرها في الوقت الذي تراه مناسباً.
- 5- يخضع ترتيب الموضوعات في المجلة لاعتبارات فنية.

شروط ومعايير النشر:

- 1- تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- يقدم الباحث أصل + نسخة على CD + ثلاثة نسخ مطبوعة وعلى وجه واحد فقط وعلى ورق كوارتر مقياس 4A مع ضرورة ترك الصفحات بدون ترقيم.
- 3- تتضمن الصفحة الأولى عنوان البحث، اسم الباحث أو الباحثين ووظائفهم.
- 4- يجب ألا يزيد عدد الصفحات عن 20 صفحة وفي حالة الزيادة عن 20 صفحة يتم دفع مبلغ خمسة دنانير عن كل صفحة.

إجراءات التحكيم:

- 1- تلتزم لجنة المجلة بإشعار الباحث بوصول بحثه وإحالاته إلى هيئة التحرير.
- 2- تتم مراجعة البحوث المقدمة بصورة مبدئية من هيئة التحرير لتقرير مدى صلاحيتها وتمشيها مع سياسة المجلة ويمكن تبعاً لذلك استبعاد بعض البحوث وعدم إرسالها للتحكيم مع ضرورة إبلاغ صاحب البحث بذلك.
- 3- يحال البحث للتقييم من قبل ثلاثة من الأساتذة المحكمين أعضاء اللجنة العلمية الدائمة للتربية البدنية في ليبيا.
- 4- تحال البحوث المقدمة للنشر إلى المحكمين في آن واحد وترفق مع البحث استمارة التحكيم ليقوم كل محكم بملاء هذه الاستمارة خلال فترة محددة.
- 5- تعتمد قرارات المحكمين بالأغلبية من حيث القبول أو الرفض من قبل هيئة التحرير.

- 6- تقوم لجنة المجلة بإبلاغ أصحاب البحوث بإجازة بحثهم، ولهيئة التحرير أن تطلب إجراء تعديلات شكلية أو موضوعية بناءً على توصية المحكمين قبل إجازة البحث للنشر
- 7- تلتزم المجلة بالسرية التامة بالنسبة لعملية التحكيم وأسماء المحكمين.

قواعد عامة:

- تقبل البحوث من خارج ليبيا.
- تسديد الرسوم تحدد من قبل هيئة التحرير أو مجلس الكلية أو مجلس الجامعة.

شروط كتابة البحوث:

- 1- تكتب البحوث المقدمة للمجلة على ورق حجم A4 .
- 2- بالنسبة للهوامش تراعى الشروط التالية:
 - من أعلى 3.5 سم ومن باقي الجوانب 3 سم.
 - خط العنوان الرئيسي للبحث SakkalMajalla حجم Bold 20 .
 - خط الكتابة العربي SakkalMajalla حجم 14 عادي وتأخذ أسماء الباحثين والعلماء.. **Bold**
 - خط الكتابة الأجنبي Times New Roman حجم Bold 12 .
 - خط العناوين Simplified Arabic حجم Bold 16 والعناوين الصغيرة Bold 14 .
 - خط العناوين الأجنبي Times New Roman حجم Bold 16 .
- 3- بالنسبة للجداول تكون مفتوحة من الجانبين ومسطرة تحديداً مفرداً أما بداية ونهاية الجدول فيكون التحديد مزدوجاً .

كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين وأصلي وأسلم على خير الخلق أجمعين محمداً النبي الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين..... وبعد.

إنه ليسعدني نيابة عن مجلس الكلية أن أقدم العدد الثامن (ديسمبر 2021-2022م) من المجلد الأول العدد الثامن من مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى الصادرة من كلية التربية البدنية - جامعة المرقب في صورتها الجديدة لتسهم بجهود وافرة في النشر العلمي في مختلف أنشطة التربية الرياضية والبدنية والصحية والفنية والترفيهية وبعض العلوم الأخرى المرتبطة باعتبارها رائدة المجالات العلمية المتخصصة على مستوى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بدولة ليبيا إيماناً برسالة الجامعة في هذا الصدد مراعية اتسام محتوى المجلة بالتجريب والتطوير والتطبيق في ظل أهداف الجامعات الإقليمية الأمر الذي أصبح ضرورة ملحة في عالم سريع التغيير بابتكارية التكنولوجيا والتقدم العلمي المذهل، حيث حقق العلم وثبة كبيرة في كل المجالات وكان للتربية البدنية نصيباً من هذا التقدم حيث لعب طموح علماءها دوراً أساسياً في الاعتماد على علوم حديثة ليكون منها المنطلق للتقدم.

وقد آلت كلية التربية البدنية بالجامعة على تطوير هذه المجلة حتى تصل إلى المستوى اللائق بالجهد الذي تبذله للنهوض بها بين الجامعات الليبية والعربية والعالمية.

ولا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر لجميع من أسهموا في ظهور المجلة سواء بالنقد البناء أو تقديم المقالات والبحوث والتراجم العلمية ونتوجه إليهم جميعاً لطلب المزيد من التعاون حتى نصل بهذه المجلة إلى المستوى العلمي والفني المتكامل في مجالات أنشطة التربية الرياضية والصحية والتربية.

عميد الكلية

ورئيس هيئة التحرير

د: ميلود عمار النفر



واقع مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمراقبة تعليم قصر الأخيار "دراسة ميدانية"

* د. نجاة سالم عبد الله زريق
* أ. نجمة عمار الأحمير

مستخلص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية (الخبرة، الدرجة الوظيفية، المؤهل العلمي) لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمنطقة قصر الأخيار، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تم تطوير استمارة كأداة للدراسة (مقياس الصلابة النفسية) وجرى التأكد من صدق الأداة وثباتها، ولتحقيق هدف الدراسة قامت الباحثتان باختيار عينة عشوائية بسيطة مكونة من معلمات مدارس مرحلة التعليم الأساسي بمنطقة قصر الأخيار، حيث قامت الباحثتان بتوزيع (300) استمارة، وتحصلت على (285) استمارة صالحة للتحليل، وللإجابة على تساؤلات الدراسة تم استخدام البرنامج الإحصائي الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss بمستوى معنوية (0.05).

وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمدينة قصر الأخيار، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق في الصلابة النفسية حسب الخبرة، والدرجة الوظيفية، وعدم وجود فروق حسب المؤهل العلمي، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات وهي ضرورة عمل أنشطة، ولقاءات تربوية تعليمية من قبل قطاع التعليم بهدف التعزيز من قدرة المعلمة وتمكينها من عملها، ووضع خطط وبرامج إرشادية تستهدف المعلومات اللاتي يعانين من ضياع معظم أوقات حياتهن في أنشطة لا معنى لها بهدف إيجاد طرق تربوية تعليمية تعمل على ابتكار أنشطة ذات معنى ومفيدة لهن تعود بالنفع على المجتمع.

المقدمة:

يواجه الإنسان في حياته مجموعة من العوائق التي تقف أمامه فتمنعه من إشباع دوافعه وتحد من رغباته فيشعر بالعجز وقلة الحيلة، وتختلف قدرة الأفراد على تحمل المصاعب والمشاق التي تواجههم في حياتهم، فمن الناس من يصاب بالإحباط، ومنهم من يتمتع بالصلابة النفسية، وهذه الصلابة تمكنه من مواجهته المتاعب والتغلب على العوائق التي تواجهه.

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجعل الفرد أكثر مرونة، وتفاؤل أو قابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية، والأمراض والاضطرابات النفسية.

وتعد الصلابة النفسية أحد السمات التي تمثل مصدراً للمقاومة والصمود تنمىها خبرات الفرد منذ الصغر، وتختلف من فرد لآخر باختلاف مستوياتها، وما يتمتع به الفرد من الإحساس بالالتزام ووجود القابلية لدى الفرد للانخراط بما يمكن أن يواجهه من مواقف والاعتقاد بتوافر القدرة على الضبط، وأن لديه القدرة على التأثير في ظروف بيئته والتحدي والاستعداد لتقبل التغيير.

* عضو هيئة تدريس بكلية الآداب بالخمس.

وعندما يفشل الفرد في التوافق مع الضغوط، ويزداد القلق عن الحد المعقول، فإن ذلك يؤدي إلى الاحتراق النفسي، الذي يُعد من أخطر الآثار الناتجة عن الضغوط، ويظهر الاحتراق على شكل شعور عام بالإرهاك، وانخفاض الرغبة في العمل والشعور بالإحباط واليأس والتوتر، وهذا يؤدي بدوره إلى قلة مستوى الأداء وانخفاض كفاءته المهنية. (شهيب، راغب، 200:1992)

الصلابة النفسية تعمل على مقاومة الضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، حيث تقف سداً منيعاً لحمايته من هذه الضغوط والمواقف التي تواجهه في مختلف جوانب الحياة لتحويلها إلى مواقف وخبرات مفيدة وتجعل منه فرداً قادراً على مواجهة التحديات والصعوبات وأكثر قدرة وسيطرة لتفادي آثارها السلبية. (علوي، 2002:29)

ويتمتع الأفراد ذوي الصلابة النفسية بخصائص مميزة، فشعورهم بالالتزام والقدرة على ضبط الأمور، والاستعداد لقبول التحدي يجعلهم يتخذون تدابير أكثر في مواجهة الأحداث، ودمجها في مجريات الحياة، والتعلم منها ما يمكن أن يستفيدوا منه في المستقبل. (خنفر، 2004:10)

ولقد أجرى بخيت (2017) دراسة هدفت إلى تحديد القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات في التنبؤ بالصلابة النفسية لموظفي الجامعة من المناصب الإدارية، حيث توصلت الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات والصلابة النفسية، ووجود فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية لصالح الذكور، بينما لا توجد فروق بين الجنسين في التوجه نحو المشكلة واتخاذ القرارات. كما أجرى البيرقدار (2011) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الموصل، وتوصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ووجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق إحصائية تعزى لمتغير الجنس في الصلابة النفسية لصالح الذكور. مشكلة الدراسة:

اهتم العديد من الباحثين بدراسة موضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بمتغيرات عديدة لما لهذا الموضوع من أهمية بالنسبة للفرد والمجتمع. حيث أن المعلمين الذين يعانون من عدم تمتعهم بالصلابة النفسية هم عرضة للإخفاقات والإحباطات والفشل أمام صدمات الحياة ومواقفها، وتجعلهم يشعرون بخيبة الأمل، وعليه فإن الباحثان تؤكدان على ضرورة الاهتمام بدراسة الصلابة النفسية لدى المعلمين وجعلها هدفاً للدراسة والبحث، ومن هنا جاءت الحاجة لدراسة الصلابة النفسية لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمنطقة قصر الأخيار، ولقد تحددت مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- 1- ما مفهوم الصلابة النفسية وخصائصها وأهم نظرياتها؟
- 2- ما مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المبحوثات على مقياس الصلابة النفسية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

1- التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيرات (الصلابة النفسية) عند مستوى 0.05.

2- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي.

3- التعرف على أهم المعوقات والمشكلات وأهم المقترحات للتغلب عليها.

أهمية الدراسة:

1- قلة الدراسات التي استهدفت اختبار نوع العلاقة بين متغيرات الدراسة في المجتمع الليبي.

2- تكمن أهمية الدراسة في تناولها لعنصر مهم في العملية التعليمية ألا وهو المعلمات.

3- الوقوف على مستوى صلابتهن لأن موضوع الصلابة من المواضيع المهمة التي أثارت اهتمام العديد من الباحثين داخل المجتمعات الأخرى.

حدود الدراسة:

تمثلت حدود الدراسة في الآتي:

1 – الحدود الموضوعية:

اقتصرت الحدود الموضوعية على الجوانب التالية بالمؤسسات التعليمية من خلال الآتي:

أ – مستوى حصول الأئمة بالمؤسسات التعليمية.

ب – العمل على تحديد مستوى مدى التوافق بين المبحوثين حول الصلابة النفسية بالمؤسسات التعليمية.

ج – العمل على الوصول إلى مقترحات لنجاح المعلمات في الرفع من مستواهم في مواجهة معوقات أو مشكلات تواجههم بالمؤسسات التعليمية.

2 – الحدود المكانية:

اقتصرت الدراسة الحالية على معلمات المؤسسات التعليمية ببلدية قصر الأخير في الدراسة وفقاً

للمبررات التالية:

أ – تم اختيار البلدية كنموذج.

ب – اتساع الرقعة الجغرافية لمواقع المؤسسات التعليمية.

3 – الحدود الزمنية: (2017-2018)**4 – الحدود البشرية:**

تم تحديد الحدود البشرية في عينة من معلمات مرحلة التعليم الأساسي بالبلدية.

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

الصلابة النفسية:

عرفت الصلابة النفسية اصطلاحاً بأنها: "نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وقيمه وأهدافه والآخرين من حوله واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر كونه تهديداً وإعاقة له". (حسيب، 2007: 158)

وعرفت الصلابة النفسية إجرائياً: "من خلال ما تقتبس أبعادها الثلاثة وهي بعد الالتزام وبعد التحكم وبعد التحدي، وهي الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص نتيجة لإجابته على مقياس الدراسة".

الدراسة السابقة:

أولاً: الدراسات المحلية:

* دراسة (الأعوج – 2021) بعنوان علاقة الذكاء الوجداني بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بالجامعة الأسمرية.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الوجداني والصلابة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بزلتين، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة من كلية العلوم بزلتين واستخدم المنهج الوصفي، واستخدم الاستبانة كأداة لجمع البيانات، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً في الصلابة النفسية، وكذلك في الذكاء الوجداني، ووجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والصلابة النفسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكاء الوجداني والصلابة النفسية حسب متغير الجنس.

ثانياً: الدراسات العربية:

* دراسة (محمود – 2016) بعنوان: "الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود".

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى عينة مكونة من (307) طالباً من جامعة الملك سعود، واستخدم لتحقيق أهدافها المنهج الوصفي، ومن أهم نتائجها وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة، ووجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية، ومستوى فوق المتوسط من جودة الحياة، ويوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطالبات وفقاً لمتغير التخصص العلمي.

* دراسة (الشمري – 2015) بعنوان: "الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بالسعودية".

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي واستخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (236) معلماً من معلمي التربية الخاصة، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين متوسط درجات معلمي مدارس التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية وبعض أبعاده ومتوسط درجاتهم على الدرجة الكلية لمقياس الرضا الوظيفي، وأوضحت نتائج الدراسة أن الصلابة النفسية تسهم إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة.

* دراسة (العطوي – 2014) بعنوان: "علاقة الصلابة النفسية بالتفاؤل والأمل والشكاوى البدنية لدى عينة من المعلمات في المملكة العربية السعودية".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والتفاؤل والأمل والشكاوى البدنية لدى عينة من المعلمات في المجتمع السعودي، وتمكنت عينة الدراسة من (180) معلمة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، ومن أبرز نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية

والتفاؤل، وعدم وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والأمل، إضافة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والشكاوى البدنية لدى المعلمات في المملكة العربية السعودية.

* دراسة (جبر – 2005) بعنوان: "مفهوم الذات وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المعاقين بصرياً مقارنةً بالمبصرين".

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مفهوم الذات مقارنةً بالمبصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، واستخدم لتحقيق ذلك المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (150) ذكور وإناث، وأسفرت الدراسة عن وجود فروق بين الذكور المبصرين على جميع أبعاد مفهوم الذات، ووجود فروق بين الإناث المبصرات وأقرانهن المعاقات جزئياً على جميع أبعاد الصلابة النفسية.

التعقيب على الدراسات السابقة:
أوجه التشابه:

توصلت الدراسات السابقة إلى أن الصلابة النفسية لها دور فعال في إنجاح العملية التعليمية، واعتمدت الدراسات السابقة في المنهجية على المنهج الوصفي.

أما بالنسبة لأوجه الاختلاف:

توصلت نتائج الدراسات السابقة إلى تطورات مقترحة وتوصيات معظم الدراسات السابقة استخدمت عينات مختلفة من بيئة الدراسات الحالية.

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

استفادت الباحثتان من الدراسات السابقة من الأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة في علاج وتحليل البيانات، وكذلك استفادت الباحثتان من الدراسات السابقة في إثراء ودعم الجانب النظري للدراسة.

الإطار المفاهيمي للدراسة إطار نظري:

1 – مفهوم الصلابة النفسية:

عرفها (فنك، 1992) بأنها خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها للخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر. (راضي، 2008: 21)

ويرى (عبد اللطيف، 2002) بأنها المقاومة والصلابة ذات الطبيعة النفسية وهي خصال تضم (الالتزام، والتحكم، والتحدي).

وعرف (فهيم، 2007) الصلابة للمعلم بأنها "القدرة العالية للمعلم في مواجهة الإيجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية، والتي تعكس مدى اعتقاده وقدرته على الاستخدام الأمثل وكل المصادر الشخصية والبيئية والاجتماعية المتاحة لكي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث المهنية الضاغطة وتحقيق الإنجاز والتفوق في العمل.

خصائص الأشخاص الذين يتميزون بالصلابة النفسية:

- 1- رسوخ الصبر في الذات مع تحمل المشقة.
- 2- المرونة في اتخاذ القرارات.
- 3- عدم فقدان التوازن في الأزمات.
- 4- الاحتفاظ بالهدوء والثبات في أشد وأقصى المواقف والظروف.

5- الالتزام بقيم ومبادئ معينة، والتمسك بها وعدم التخلي عنها.

6- القدرة على وضع الخطط لمواجهة المشكلات.

7- القدرة على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة.

8- المبادرة لحل ما يواجهه من مشكلات.

9- التحكم في الذات وامتصاص الغضب والعلو على النفس. (القيسي، 2012: 23)

الصلابة النفسية من وجهات نظر مختلفة:

الصلابة النفسية في نظرية Kopaza:1983

لقد قدمت (كوبازا) نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوماً حديثاً في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالأمراض، وهذا ما تشير إليه دراسة (سمت 1989) التي هدفت إلى التأكد من أن الأشخاص ذوي الصلابة أكثر مقاومة للأمراض التي تحدثها الضغوط، ويرجع هذا الأسلوب لتفكيرهم التكيفي الذي يؤدي إلى خفض مستوى الإثارة الفسيولوجية لديهم، وقد أشارت النتائج إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة يستخدمون جملاً إيجابية في التعبير عن الذات حتى في ظل أكثر الظروف تهديداً، كما أنهم أقل ظهوراً للإثارة الفسيولوجية عند انتظارهم لبدء المهمة. (راضي، 2008: 122)

وقد حددت (كوبازا) الخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة، ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم من آثار التعرض للأحداث الضاغطة. كما ذكرت (كوبازا) أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطاً ومباداة وإقندار وقيادة وضبطاً داخلياً، وأكثر صموداً ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة، وأشد واقعية وإنجاز وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث، كما أنهم يجدون أن إنجازاتهم ممتعة وذات معنى، فهذه الفئة من الأفراد تضع تقييماً متفانلاً لتغييرات الحياة، ويميل للقيام بالأفعال الحاسمة للسيطرة عليها، وتؤيد معرفة المزيد من الخبرات لتعلم كل ما هو مفيد للحياة المستقبلية، وعلى العكس فإن الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم بدون معنى، ويشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداث الحياة المتغيرة، ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها أو عندما تخلو من التجديد، ولذلك لا توجد لديهم اعتقادات راسخة الارتقاء، فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة، وتكون للظروف الشاقة أثر سلبي على الحالة الصحية لهؤلاء الأشخاص لعجزهم عن تحقيق الأثر السيئ الناتج عن التعرض لهذه الأحداث.

وتضيف (كوبازا) أن الصلابة النفسية تؤدي أدواراً هامة بالنسبة للفرد تتمثل في:

1- تغيير الصلابة للإدراك المعرفي للأحداث اليومية إذا ما تم رؤيتها على نحو غير واقعي، فيعتقد الأفراد ذو الصلابة في كفاءتهم في تناول الأحداث الحياتية، ومن تم فهم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية.

2- تخفف الصلابة الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث وتحول دون وصول الفرد لحالة الإجهاد المزمن وشعوره يستنزف طاقاته.

3- ترتبط الصلابة بطرق التعايش التكيفي الفعال، واعتياد استخدام التعايش التجني أو الإنسحابي للمواقف.

4- تدعم الصلابة عمل متغيرات أخرى كالمساندة الاجتماعية بوصفها من المتغيرات الواقعية.

احتياجات الصلابة النفسية:

إن تعرضنا للضغوط أمراً حتمياً لا مفر منه، حيث أن واقع الحياة محفوف بالعقبات والأزمات وأشكال الفشل والنكسات والظروف الغير ملائمة، وإذا كنا لا نستطيع أن نتجنب خبرات الإحباط والفقد، أو نهرب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل النمو، فإننا نستطيع أن نهتم بدراسة وتقوية مصادر المقاومة، أي تلك العوامل والمتغيرات النفسية والبيئية التي يمكن أن تعادل ما للأحداث الضاغطة من آثار سلبية على سلامة الأداء النفسي للفرد، وهي تمثل نقاط قوة لدى الفرد، وتساعد على أن يظل محتفظاً بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط. (القيسي، 2012: 25)

منهج الدراسة:

اتبعت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي لأن هذا المنهج يتناسب مع طبيعة الدراسة ومتغيراتها، ومعرفة العلاقة بين المتغيرات، حيث يستخدم المنهج الوصفي التحليلي لدراسة أوصاف دقيقة للظواهر التي من خلالها يمكن تحقيق تقدم كبير في حل المشكلات، وذلك من خلال قيام الباحثتان بتصوير الوضع الراهن، وتحديد العلاقات بين الظواهر في محاولة لوضع تنبؤات عن الأحداث المتصلة، على عينة مختارة عشوائية من معلمات مرحلة التعليم الأساسي قصر الأخير. (الشيباني، 1975: 113)

أدوات الدراسة:

لبلوغ أهداف هذه الدراسة استخدمت الباحثتان مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثتان، ويتضمن (32) فقرة.

مجتمع الدراسة وعينتها:

يتكون مجتمع الدراسة الأصلي من جميع معلمات مرحلة التعليم الأساسي قصر الأخير، وقد سحب العينة بالطريقة العشوائية التطبيقية لأنها تمثل المجتمع الأصلي، وعددها (285) معلمة للعام الدراسي (2017-2018).

ثبات المقياس:

تم التأكد من صدق القياس عن طريق عرضه على عدد من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة لإبداء الرأي حول دقة الصياغة، ونجاح الفقرات في تغطية المحتوى، وبعد إجراء التعديلات أخذ الاختيار صياغته النهائية، وتم استخراج معامل الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول رقم (1)

يبين معاملات ثبات مقياس الصلابة النفسية

المقياس	معاملات ثبات التجزئة النصفية	معامل ثبات ألفا كرونباخ
الصلابة النفسية	0.76	0.72

بالنظر إلى الجدول (1) تبين أن جميع معاملات الثبات المحسوبة مقبولة مما يعطي مؤشراً جيداً على

ثبات المقياس.

صدق فقرات الاستبانة:

وتم ذلك من خلال: صدق الاتساق البنائي.

جدول رقم (2)

معامل الارتباط بين محاور الدراسة وإجمالي الاستبيان

ت	المحاور	عدد الفقرات	معامل الارتباط	قيمة الدلالة الإحصائية
1	الصلابة النفسية	32	0.805	0.000

لقد بينت النتائج في الجدول رقم (2) أن قيمة معامل الارتباط بمحور الصلابة النفسية وإجمالي الاستبيان تساوي (0.805) وأن قيمة الدلالة الإحصائية للارتباط تساوي صفراً، وهي أقل من (0.05) وتشير إلى معنوية العلاقة، وبالتالي تحقق صدق الاتساق التبادلي. الوصف الإحصائي لعينة الدراسة وفق الخصائص والسمات الشخصية: 1 - سنوات الخبرة:

جدول رقم (3)

يوضح توزيع أفراد العينة حسب سنوات الخبرة

النسبة %	عدد الحالات	سنوات الخبرة
38.60%	110	5 سنوات فأقل
28.77%	82	6 سنوات إلى 10 سنوات
32.63%	93	11 سنة فأكثر
100.0%	285	المجموع

يتبين من خلال الجدول رقم (3) أن (110) من المستهدفات وما نسبته (38.6%) كانت خبرتهن (5) سنوات فأقل في مجال التدريس، و(82) منهن وما نسبته (28.77%) لهن خبرة تراوحت ما بين (6) سنوات إلى (10) سنوات، و(93) من المستهدفات وما نسبته (32.63%) كانت خبرتهن (11) سنة فأكثر، وقد تبين وجود فروق في الصلابة النفسية حسب الخبرة بين فئة الخبرة (11) سنة فأكثر وباقي الفئات ولصالح فئة (11) سنة فأكثر.

2 - المؤهل العلمي:

جدول رقم (4)

يوضح توزيع أفراد العينة حسب المؤهل العلمي

النسبة %	عدد الحالات	المؤهل العلمي
17.54%	50	دبلوم معلمين
53.33%	152	ليسانس آداب
22.46%	64	بكالوريوس علوم
6.67%	19	مؤهل آخر
100.0%	285	المجموع

يتبين من خلال الجدول رقم (4) أن غالبية المستهدفات وبنسبة (53.33%) من جملة مؤهل الليسانس في الآداب، في حين أن (64) مستهدفة وما نسبته (22.46%) يحملن مؤهل البكالوريوس في العلوم، و(50) متهن وما نسبته (17.52%) يحملن مؤهل دبلوم معلمين، و(19) من المستهدفات وما نسبته (6.67%) لهن مؤهلات علمية أخرى غير الذي تم ذكره، وهذه النتائج تدل على عدم وجود فروق في الصلابة النفسية حسب المؤهل العلمي، مما يدل على عدم تأثير دور المؤهل العلمي في الصلابة النفسية من حيث ارتفاعه أو انخفاضه، وهذا يدل على أن جميع أفراد العينة يتسمون بالصلابة النفسية على الرغم من اختلاف مؤهلاتهم العلمية، وهذا يعني أن جميع أفراد العينة ينتمون إلى خصائص مجتمع واحد متجانس وثقافة مجتمع واحد.

3 - الدرجة العلمية:

جدول رقم (5) يوضح توزيع أفراد العينة حسب الدرجة الوظيفية

النسبة %	عدد الحالات	الدرجة الوظيفية
21.40%	61	السابعة فما دون
24.21%	69	الثامنة
22.11%	63	التاسعة
16.14%	46	العاشرة
9.12%	26	الحادية عشر
5.61%	16	الثانية عشر
1.40%	4	الثالثة عشر
100.0%	285	المجموع

يتبين من خلال الجدول رقم (5) أن (61) من المستهدفات وما نسبته (21.4%) يملكون درجات وظيفية من الدرجة السابعة فما دونها، في حين أن (69) من المستهدفات وما نسبته (24.21%) يعملون بدرجات وظيفية من الدرجة الثامنة (63) منهن وما نسبته (22.11%) لهن درجات وظيفية من الدرجة التاسعة، و(64) من المستهدفات وما نسبته (16.14%) يملكون درجات وظيفية من الدرجة العاشرة و(26) مستهدفة وما نسبته (5.61%) يملكون درجات وظيفية من الدرجة الثانية عشر، و(4) منهن وما نسبته (1.4%) لهن درجات وظيفية من الدرجة الثالثة عشر، وقد تبين وجود فروق بين الدرجات الوظيفية، وكانت لصالح الدرجة الوظيفية الثامنة.

نتائج الدراسة:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي؟

لتحديد مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي تم استخدام اختبار (one sample T-Test) فيكون المستوى المرتفع (أفراد العينة متفقيين على محتوى فقرات المحور) إذا كانت قيمة الدلالة الإحصائية أقل من (0.05) وقيمة متوسط الاستجابة لكل فقرة والإجمالي المحور أكبر من قيمة متوسط القياس (2)، ويكون المستوى منخفض (أفراد العينة غير متفقيين على محتوى فقرات المحور) إذا كانت قيمة الدلالة الإحصائية أقل من (0.05)، وقيمة متوسط الاستجابة للفقرة أقل من قيمة متوسط القياس (2) ويكون المستوى متوسطاً إذا كانت قيمة الدلالة الإحصائية أكبر من (0.5).

الجدول رقم (6)

يوضح نتائج التحليل الوصفي لمحور الصلابة النفسية

المستوى	قيمة الدلالة الإحصائية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة
عال	*0.000	0.225	2.27	285

تبين من نتائج الجدول رقم (6) أن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة دالة إحصائياً عند مستوى 5%، وأن درجة الموافقة كانت مرتفعة على (25) فقرة من فقرات محور الصلابة النفسية، وكانت درجة الموافقة متوسطة على (4) فقرات من فقرات المحور، و(3) فقرات كانت درجة الموافقة عليها منخفضة، كما تبين أن قيمة متوسط الاستبانة الإجمالي محور الصلابة النفسية (2.27) (4)، وهي أكبر من قيمة متوسط القياس (2).

وكانت الفروق (0.27) ولتحديد معنوية الفروق فإن قيمة الدلالة الإحصائية تساوي صفرًا، وهي أقل من (0.05) وتشير إلى معنوية هذه الفروق، وهذا يدل على ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمدينة قصر الأخيار، ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى أن عينة الدراسة بالرغم من الظروف التي تمر بها البلاد لديهم مستوى معرفة عالٍ بكيفية التعامل مع الظروف المحيطة بهم ومواجهتها، وتحدي التأثيرات السلبية، والتحكم فيها، إضافة إلى تمتعهم بمستوى قيبي أخلاص عال.

وتتفق نتائج هذا التساؤل مع نتائج دراسة جبر (2005) حيث أشار إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أبعاد مفهوم الذات والصلابة النفسية، وتتفق مع دراسة محمود (2016) إذ أشارت إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وجودة الحياة.

وكذلك تتفق مع دراسة الشمري (2015) التي أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمي مدارس التربية الخاصة. وتفسر الباحثتان ذلك بأن المعلمات اللاتي يتسمن بهن المفهوم هن أكثر ثقة والمعلمات في آرائهن، ولديهن تحد للضغوط والمشاكل المحيطة بهن وقدرة التحمل والرغبة في إنجاز الأعمال الموكلة لهن دون كلل أو ملل.

التوصيات:

- 1- إجراء المزيد من البحوث والدراسات السابقة المتعلقة بالصلابة النفسية على عينات أخرى نظراً لأهمية هذا الموضوع ونتائجه على الأداء والإنجاز والإتقان في المهن المختلفة.
- 2- الاستفادة من نتائج البحوث والدراسات السابقة في هذه المواضيع، والاهتمام بها أكثر، وبالتالي إيصال مقترحاتها إلى الجهات المسؤولة والمؤسسات المعنية.
- 3- ضرورة الاهتمام بعقد ندوات توعوية، وبرامج إرشادية لفئة المعلمين لتنمية وتعزيز مفهوم الصلابة النفسية لديهم.
- 4- الاهتمام بعقد ندوات توعوية وبرامج إرشادية تقدم فيها محاضرات من علم النفس الإيجابي من أجل تحقيق الوجود الأفضل نظراً لأن مجتمعنا الليبي وما يعانيه من أزمات سياسية، واقتصادية، واجتماعية في أمس الحاجة إلى الأخذ بالتغيرات الإيجابية سواءً على مستوى الفرد أو على مستوى الجماعة (المجتمع) من أجل رفع كفاءاتهم في مواجهة ضغوط الحياة، ومشاكلها اليومية.

المراجع:

- 1- جبر، جبر محمد، (2005)، علاقة مفهوم الذات بالصلابة النفسية لدى المعاقين بصرياً مقارنة بالمبصرين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، المؤتمر العلمي، كلية الآداب، بني سويف، جامعة القاهرة.
- 2- حسيب، عبد المنعم عبد الله، (2007) أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية، مجلة الإرشاد النفسي، (41)، جامعة بني شمس.
- 3- العطوي، حنان صالح حسن، (2014) علاقة الصلابة النفسية بالتفاؤل والأمل والشكاوى البدنية لدى عينة من المعلمات في المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
- 4- الأعوج، رجاء رجب، (2021) علاقة الذكاء الوجداني بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بالجامعة الأسمرية الإسلامية، المجلد (34) العدد (1).
- 5- راضي، زينب أحمد، (2008)، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء الأقصى، وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير الجامعة الإسلامية، غزة.
- 6- الشمري، بدر عودة بن نهيير، (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أمر القرى.
- 7- الشيباني، عمر محمد التومي، (1975) مناهج البحث الاجتماعي، ط2، منشورات الشركة العامة للنشر والتوزيع والإعلان، طرابلس، ليبيا.
- 8- القيسي، ريم محمد شكري إسماعيل، (2012) الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى زوجات المرضى الفصامين، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي والاجتماعي، جامعة القدس، فلسطين.

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
8 - 1	دور العلاج الطبيعي في إعادة تأهيل عضلات الساقين ما بعد الإصابة بدوالي الساقين السيدات من العمر (30-50)	اسامة اعطية قدارة سمير فرج ضو	1
29 – 9	Validation of an Arabic version of the brief pain inventory in Libyan patients with chronic pain	عادل بن يونس	2
50 - 30	A Taxonomic Study of Medicinal Plants in Al Shaafin Reserve, in Musallata - Libya	Adel D. El Werfalyi Salem A. Hassan Alhusein M Ezarzah	3
65 - 51	تأثير برنامج تدريبي لتطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمستوى الرقعي لمسابقة دفع الجلة لطلاب كلية التربية البدنية بجامعة المرقب	مصطفى محمد العويمري فتح الله لامين عبدالعزيز ميلود عمار محمد	4
75 - 66	Physical, Chemical, and Microbiological Analysis of Mud Sediment from Lapindo, Sidoarjo	Emad Eldin Dagdag Salah Eldin Elgarmadi Fathi Ghanem	5
85 -76	دور الاعلام في ترسيخ ثقافة القبول بنتائج الانتخابات	جمعة عبد الحميد شنيب عائشة صالح كجمان	6
91 - 86	الملاحة البحرية عند الفينيقيين 1200ق.م – 450ق.م	عبد الكريم علي نامو	7
104 – 92	علاقة بعض السمات الشخصية بالخلج لدى طالبات السنة الأولى في كلية التربية البدنية جامعة صبراتة	صالح ابراهيم ابوعجيلة عبد المنعم احمد المختار نوري عاشور الشماح	8
132 – 105	الثقافة التنظيمية وعلاقتها بالالتزام التنظيمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية الآداب بالجامعة الأسمرية الإسلامية	هدى فتحي مخلوف نعيمه عمر بص	9
167 – 133	نادي الاتحاد الرياضي ودوره الثقافي والاجتماعي والسياسي في مدينة طرابلس 1943-1969م	جميلة مفتاح الجنزوري عزيزة سليمان اقجام	10
187 - 168	إمكانية تطبيق إدارة الجودة على خدمات التعليم العالي من أجل الحصول على الاعتمادية بجامعة المرقب	حميد رجب السويح محمد مفتاح جابر محمد مسعود عبد الرازق	11
211 - 188	تشاد بين التدخلات الفرنسية والاضطرابات المحلية (1960-1982م) دراسة تاريخية	علي أحمد الدوماني	12
224 - 212	قضية الانتحال في الشعر الجاهلي	فاطمة علي الطبال	13
243 -225	أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية العلوم الإنسانية.	فتحية علي رمضان بن خير	14

262 - 244	متطلبات اختيار القادة للعمل الإداري بأندية الرياضات البحرية في ليبيا	أسامة سالم محمد الشريف	15
282 - 263	دور الإشراف التربوي في توجيه المعلم المبتدئ أثناء الزيارات الصفية	فوزية أمحمد صابر	16
294 - 283	واقع مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمراقبة تعليم قصر الأخيار "دراسة ميدانية	نجاة سالم عبد الله زريق نجمة عمار الأحيمر	17
318 - 295	مدى فاعلية برنامج إرشادي باللعب في تخفيض النشاط الزائد للأطفال المتأخرين عقلياً بمركز الأمل لدوي الاحتياجات الخاصة مصراتة.	عبد الحميد عبد القادر الرييض	18
325 - 319	التوتر النفسي لمدربي كرة الطاولة في بطولة ليبيا (2021)	فاطمة سالم الشعاب	19
353 - 326	" تأثير انزيمات العضلات الهيكلية والمتغيرات الفسيولوجية على الكفاءة البدنية لدى لاعبي المسافات المتوسطة"	محمد بركة عبد الله حسين الشيخ أحمد محمد المختار أبوبكر محمد	20
391 - 354	ظاهرة الفقر وبعض العوامل المؤدية لها في المجتمع الليبي.	مفتاح ميلاد الهديف د-ونيس محمد الكراتي	21
410 - 392	الآثار الاجتماعية للمخدرات على الشباب الليبي تعاطي المخدرات بين الشباب الليبي	فرج نجم الدين الحراري موسى أحمد موسى	22