مجلة العلوم الإسلامية والحضارة رقم ISSN 2477 – 9903
المجلد 06 ـ العدد 02 ـ السنة 2021 ص 311 - 334

الصلابة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة "دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية "جامعة عمار ثليجي– الأغواط

Psychological hardiness among a sample of female students A field study at the faculty of social and humanitarian sciences Ammar Theliji University, Laghouat, Algeria

بن العربي فاطمة [1] *، عمومن رمضان [2]

[1] جامعة عمار ثليجي، الأغواط، مخبر الصحة النفسية، الجزائر benlarbi@lagh-univ.dz

[2] جامعة عمار ثليجي، الأغواط ، مخبر الصحة النفسية، الجزائر r.amoumen@lagh-univ.dz

تاريخ الإرسال: 2021/04/28 تاريخ القبول: 2021/05/19 تاريخ: النشر: 2021/06/06

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية عند الطالبات وقد تمت الدراسة على عينة قوامها (88) طالبة بكلية العلوم الاجتماعية والانسانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط المسجلات للعام الدراسي 2020/2019 اعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام قائمة الصلابة النفسية المقننة على البيئة الجزائرية من طرف الأستاذ بشير معمرية والتي أعدها عماد مُحَّد مخيمر 2002، حيث توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1. مستوى الصلابة النفسية عند الطالبات كان متوسطا.

2. لا توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى لمتغيرات: الدرجة العلمية، والحالة الاجتماعية، ونمط الإقامة

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية: الالتزام؛ التحكم؛ التحدي؛ طالبات كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

الكلمات المفتاحية: بن نبي؛ المنظور الحضاري؛ المسألة الحضارية؛ الفكر؛ المنهج.

* المؤلف المرسل

Abstract:

The study was based on a sample of 88 female students from the Faculty of Social and Humanities at Ammar Thaliji University's Faculty of Social and Humanities. The study was conducted using the analytical curriculum for the 2019/2020 academic year. The list of psychological rigidity used in the Algerian environment was prepared by Mr. Bashir Moukheimer 200 2, the study concludes:

1. The level of psychological rigidity of female students was moderate.

2. There are no differences in psychological rigidity due to variables: Scientific degree. Social status pattern

Keywords: **Psychological hardness: commitment, control, challenge, female students of the College of Social and Humanities Then, the researcher adopted**

مقدمة:

إن المواقف والظروف التي يمر بها الإنسان في حياته من شأنها أن تؤثر إيجابا أوسلبا في بناء شخصيته وكذا في مدى صحته الجسمية والنفسية ويختلف الأفراد فيما يمتلكون من قدرة وقوة على مواجهة الصعاب وتحدي مشكلات الحياة حسب ما يتمتعون به من سمات ومن أهم هذه السمات نجد الصلابة النفسية كأحد أبرز خصائص الشخصية التي تساعد صاحبها في تخطي الصعوبات والشدائد والتعامل مع الضغوط كمواقف أقل تهديدا وتعتبر شريحة الطلبة من أكثر شرائح المجتمع عرضة لضغوط الحياة عامة والحياة الجامعية خاصة بالإضافة إلى أن أكثر الطالبات يمارسن عدة أدوار في المجتمع .

وتعتبر الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الطالبة الجامعية على التعامل الجيد مع القلق ومواجهة الإحباطات والتعامل الجيد مع المشكلات ذلك أن الصحة النفسية للطالبة الجامعية تعتبر متطلبا ملحا لتحقيق وإنجاز طموحاتها من جهة ومن جهة أخرى تساعدها على التعايش والتكيف مع ما تحمله بيئتها من مشكلات وضغوط وتجنبها الانسحاب مما ينعكس

على تطور شخصيتها ونموها نتيجة التكيف الإيجابي مع الضغوط ومواجهتها بفعالية حيث أن التغيرات التي تطرأ على حياتها ليست مجرد تهديد لها وإنما هي في الغالب تعكس نضجها الانفعالي والاجتماعي والنفسي في مقاومة المشكلات باعتمادها على مصادرها النفسية

والاجتماعية التي تقف حاجزا بينها وبين تدهور صحتها النفسية والجسدية وتحسن من أدائها النفسي والجسدي حسب مستوى صلابتها النفسية «باعتبارها مصدرا من مصادر الشخصية الذاتية المقاومة للأثار السلبية لضغوط الحياة على الصحة النفسية والجسمية حيث تساهم في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك والتقويم والمواجهة التي تقود إلى التوصل إلى

الحل الناجح للموقف الذي خلقته الظروف الغامضة» .[1]

مشكلة الدراسة:

يعتبر التعليم من بين أهم الفرص التي زادت من تعظيم دور المرأة وفاعليتها في المجتمع ومما لاشك فيه أن الجامعة الجزائرية اليوم تشهد اقبالا كبيرا من الإناث بشكل عام كأحد أوجه التغيير في نظرة المجتمع الجزائري نحوتعلم الإناث حيث أصبح التعليم لدى المرأة بمثابة بوابة مفتوحة المصرعين على عالم الشغل والريادة والبحث والطموح الأكاديمي والعلمي والارتقاء

في مجالات عدة وهوما أخرج المرأة من دائرة مهامها الأساسية والتقليدية إلى سوق العمل ومجالات أخرى.وبين ما أصبحت تصبوله المرأة من خلال التعليم وبين ماهو منوط بها من أدوار طبيعية يخولها لها المجتمع تجد الطالبة الجامعية نفسها محاصرة بالعديد من الضغوط والمشكلات نتيجة تعدد المسؤوليات والمهام حيثتعتبر شريحة الطلبة من أكثر شرائح المجتمع عرضة لضغوط الحياة عامة والحياة الجامعية خاصة فلا يكاد يخل الوسط الجامعي من الضغوط العديدة فقدأكدت دراسة (حجار ودخان2005) أن البيئة الجامعية تحتل المرتبة الأولى في الضغوط التي يعاني منها طلاب الجامعة تليها الضغوط الدراسية في المرتبة الثانية حسب نفس

الدراسة خاصة وأن نظام LMD الذي تعتمده الجامعة الجزائرية يتميز بكثافة البرنامج وتعدد المقاييس وكثافة الحجم الساعي وما يتطلبه من دافعية في الانجاز وفاعلية في الآداء الأكاديمي

والاعتماد على مجهودات الطالب ودافعيته في التعلم بالإضافة إلى أن أكثر الطالبات يمارسن عدة أدوار في المجتمع فقد تكون الطالبة أما وعاملة وطالبة في نفس الوقت خاصة مع التسارع المذهل في التغيرات التي يشهدها المجتمع والعالم عامة وانعكاسها على مكانة المرأة ودورها واكتساحها لعدة ميادين ووظائف وتنامي طموح المرأة خارج الأدوار المعروفة والمعتادة لها مما يخلق لها في الكثير من الأحيان ضغوطات اجتماعية وأسرية نتبجة صراع الدور الذي تعيش فيه ونظرا لطبيعتها الانفعالية التي تجعلها أكثر عرضة للتأثر بالضغوط مما يستلزم على الطالبة

الجامعية أن تمتلك مجموعة من الخصائص النفسية الواقية من الآثار السلبية لهذه الضغوط وتعتبر الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الطالبة الجامعية على التعامل الجيد مع القلق ومواجهة الضغوطات والاحباطات والتعامل الجيد مع المشكلات وقد أكدت العديد من الدراسات وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة مثل دراسة القصبي (2014)ودراسة البيرقدار(2011) ودراسة الحجار (2005) كما أن دراسة جانلين وبلاني(Ganellon.Blaney.1984) التي أجريت على طالبات الجامعة أثبتت أن الصلابة النفسية تقلل من وقع الضغوط والاكتئاب عند الطالبات كما أن العديد من الدراسات أكدت أن تمتع طلبة الجامعة بمستوى جيد من الصلابة النفسية بقلل من الآثار السلبية للضغوط والاكتئاب والقلق ويرفع من جودة الحياة والأمن النفسي لديهم ،ذلك ان الصحة النفسية للطالب الجامعي تعتبر متطلبا ملحا لتحقيق وانجاز طموحاته وأن أي تأثير سلبي على صحته النفسية ينعكس سلبا على مسوى آدائه ومن خلال ما سبق عرضه يمكن طرح السؤال التالي:

ما مستوى الصلابة النفسية عند عينة من طالبات جامعة عمار ثليجي بالأغواط؟

فرضيات الدراسة :

- مستوى الصلابة النفسية لدى الطالبات مرتفع.

- توجد فروق في الصلابة النفسية لدى عينة من الطالبات الجامعيات تعزى لمتغير الدرجة العلمية لصالح المستوى الأعلى.

– توجد فروق في الصلابة النفسية لدى عينة من الطالبات الجامعيات تعزي لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح الطالبات المتزوجات.

– توجد فروق في الصلابة النفسية لدى عينة من الطالبات الجامعيات تعزي لمتغير نمط الاقامة لصالح الطالبات المقيمات.

أهداف الدراسة :

– إبراز أهمية وضرورة دراسة الصلابة النفسية كمتغير بارز فعال في الشخصية.

– وصف السلوك الإنساني والتنبؤ به لتحقيق السيطرة على المظاهر السلوكية التي من شأنها أن تؤثر غلى الصحة الجسمية والنفسية للطالبات .

– معرفة أثر المتغيرات الشخصية (الحالة الاجتماعية ،نمط الاقامة ،الدرجة العلمية) على الصلابة النفسية عند عينة من الطالبات الجامعيات .

أهمية الدراسة :

– دراسة إحدى أهم شرائح المجتمع الجزائري وهي فئة الطلبة بتوفير قاعدة من المعلومات النفسية التي يمكن أن تفيد المهتمين بشأن جودة التعليم العالي بالجزائر.

– تفيد هذه الدراسة المهتمين بمجال علم النفس والإرشاد الأكاديمي الجامعي في إعداد البرامج الارشادية والعلاجية .كما تساعد هذه الدراسة على فهم شخصية الطالبة مما يساعد على الاستغلال الأمثل لطاقاتها وإمكاناتها وبذلك توجيه قدراتها بشكل إيجابي.

– الاهتمام بضرورة فحص مصادر مقاومة الضغوط التي تساعد الطالبة الجامعية على التكيف مع الأحداث الضاغطة وتزيد من قدرتها على حل المشكلات.

التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة:

الصلابة النفسية :هي مجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة الجامعية على مقياس الصلابة النفسية من إعداد (مخيمر،2000) والذي قننه بشير معمرية على البيئة الجزائرية والمستخدم في الدراسة الحالية وتقاس إجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة عند استجابتها لفقرات المقياس.

1- الاطار النظري للدراسة:

1-1- تعريف الصلابة النفسية:

عرف مفهوم الصلابة النفسية على أنه مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية وقد عرفتها كوبازا(kobaza1979) بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تعمل كمصدر أوكواق من

أحداث الحياة الشاقة كما أنها تمثل اعتقادا واتجاها عاما لدى الفرد في قدرته على استغلال كافة مصادره وإمكاناته النفسية والبيئية المتاحة لكي يدرك أحداث الحياة الشاقة إدراكا غير مشوه ويفسرها بمنطقية وموضوعية ويتعايش معها على نحوإيجابي وأنها تتضمن الالتزام ،التحكم التحدي.[2]

عرفها مخيمير أنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله واعتقاد الفرد بأنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث ويتحمل المسؤولية عنها وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغير هوأمر مثير وضروري للنموأكثر من كونه تهديدا وإعاقة له.[3]

1-2-أهمية الصلابة النفسية:

أن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلا وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة كما أن الصلابة النفسية عامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية وقد قدمت

كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوطات التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد.[4]

أكد اليرد سميث(Allerd Smith1989): أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية وما ينتج عنها من انحدار في مستوى التحفز الفسيولوجي كما أن لديهم مجموعة من الجمل الإيجابية عن الذات أكثر من أولئك الأقل صلابة وهي سمة من شأنها أن تقي من الأثار الجسدية المتعددة .[5]

كما أن الصلابة النفسية تجعل الفرد قادرا على اتخاذ القرارات المناسبة لمواجهة الضغوط وحل مشكلاته والتكيف والتوافق مع مواقف الحياة الجديدة. [6]

1-3-أبعاد الصلابة النفسية:

إن المطلع على المرجعية النظرية والتراث السيكولوجي الذي تطرق لمفهوم الصلابة النفسية بالبحث والتحليل يمكنه أن يرصد ثلاث أبعاد أساسية مرتبطة ومتداخلة فيما بينها تمثل في تكاملها مصدرا للصلابة النفسية.

وتوضح الدراسات التي أجريت في مجال الصلابة النفسية أنها تتكون من ثلاث مكونات ألا وهي (الالتزام، التحكم ،التحدي) والتي تمثل كلا متكاملا لا يمكن الفصل بينها وتعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد مما يعطي دافعا وتشجيعا للتغلب على هذه الأحداث .[7]

ويمكن أن نشير هنا إلى أنه ورغم شيوع هذه الأبعاد الثلاث إلا ان الباحثان ومن خلال اطلاعهما على بعض الدراسات السابقة والبحوث وجدا أن هناك من يخالف هذه الأبعاد ويركز على أحادية البعد لمفهوم الصلابة النفسية.

حيث يرى كارفر(Carver1989) أن هناك صعوبة في أدراك مفهوم الصلابة النفسية إذا افترض أنه متعدد الأبعاد كما أن نونالي(Nunnaly1978) يرى أن العاملين في مجال القياس النفسي يفضلون الأسلوب أحادي البعد.[8]

1-3-1 الإلتزام:

يعرف مخيمر الالتزام أنه «نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله»[9] .

وأشارت ستيك (Stick.2014) للالتزام باعتباره شعورا بالقيمة نحوالذات والآخرين والحرص على المشاركة الايجابية الفعالة المثمرة بالتفاؤل مما يجعل الفرد يتقبل كل الأحداث الصعبة بسعة صدر ومرونة وأنها فرصته للنموالنفسي والذاتي واكتساب الخبرات الجديدة [10].

أنواع الإلتزام:

-الالتزام الشخصي أوالنفسي: أشارت كوبازا ومادي وبكستي (paccitti .kobaza , madi) أن الالتزام الشخصي أوالنفسي يضم كل من:

-الالتزام اتجاه الذات :وعرفته بأنه اتجاه الفرد نحومعرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة وتحديد الاتجاهات الإيجابية على نحويميزه عن الآخرين .

-**الالتزام اتجاه العمل** : وعرفته على أنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أوللآخرين واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في إنجاز عمله وضرورة تحمله والالتزام بنظامه [11].

-**الالتزام الأخلاقي:** ويتجلى في تحلي الفرد بصفات خلقية تتناسب وواقع الحياة الاجتماعية التي تحيا في المجتمع كالصدق والأمانة والتسامح[12] .

-**الالتزام القانوني**: عرفه (عبد الله 1986) بأنه اعتقاد الأفراد بضرورة الانصياع لمجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل بتنفيذها جبرا بواسطة السلطة المختصة في حال الخروج عنها أومخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكات العامة داخل المجتمع [13].

1-3-2 التحكم:

تعرف كوبازا التحكم بأنه اعتقاد الفرد في قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث ،فإدراك التحكم يمثل التوجه للشعور بالقدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الاستسلام والشعور بالعجز عن مواجهة كوارث وطوارئ الحياة .[14]

ويرى الرفاعي أن الصور الرئيسية للتحكم هي :

التحكم المعرفي : ويعد من أهم صور التحكم التي تقلل من الأثار السلبية اذا ما تم على نحوإيجابي وذلك بالقدرة على استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للمشقة كالتفكير في الموقف وإدراكه بصورة إيجابية وتفسيره بصورة منطقية وواقعية وبمعنى آخر فان الشخص يتحكم في الحدث الضار باستخدامه بعض الاستراتيجيات العقلية مثل تشتت الانتباه التركيز في امور أخرى أوعمل خطة للتغلب على المشكلة.

التحكم المعلوماتي : يختص التحكم المعلوماتي بقدرة الفرد على استخدام كافة المعلومات المتاحة عن الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه كما يختص بقدرة الفرد على البحث عن المعلومات الموضحة لطبيعة الموقف الشاق كأسباب حدوثه والوقت المتوقع لحدوثه والعواقب الناتجة عنه حيث تساعد هذه المعلومات على التنبؤ بالمواقف قبل وقوعها ،فيتنبأ له مما يقلل القلق المصاحب للتعرض له وتسهيل السيطرة عليه.

التحكم باتخاذ القرارات: يسمح هذا التحكم للمتصل باتخاذ القرارات وطريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أوتجنبه أومحاولة التعايش معه ويرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه وظروف

حدوثه حيث يتضمن الاختيار بين البدائل، فالمريض هوالذي يقرر أي الأطباء سوف يذهب إليهم ومتى يذهب والإجراءات التي يتبعها

التحكم السلوكي: ويقصد بالتحكم السلوكي القدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة، بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات

لتعديله أوتغييره.

التحكم الاسترجاعي: ويرتبط التحكم الاسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته ،فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف ورؤيته على أنه موقف ذومعنى وقابل للتناول والسيطرة عليه وبمعنى آخر نظرة الشخص للحد الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له ، مما قد يؤدي لتخفيف أثر الضغوط.

1-3-3 التحدي:

تعرفه(Kobaza) بأنه اعتقاد الفرد بأن التغير في أحداث الحياة هوأمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية ويتضح من خلال ذلك ان التحدي يمثل قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها بكل ظروفها سارة أوضارة مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية والتكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.[15]

كما يعني اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيرات على جوانب حياته هوأمر مثير وضروري يشكل فرصة للنموالنضج وليس أمرا باعثا على التهديد فانه يستمر في التعلم من التجارب السابقة والموجبة ويعتبرها مصدرا للنموالإنجاز وعلى ذلك فانه يحرص على المرور بتجارب مألوفة والإحساس بالتجديد نتيجة للتغيير [16].

2- الجانب التطبيقي

2-1- حدود البحث:

- **الحدود الزمانية:** تم تطبيق البحث خلال الموسم الدراسي الأول من العام الدراسي 2020/2019

-**الحدود المكانية:** تم تطبيق البحث في كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط.

-**الحدود البشرية:** اقتصر البحث على طالبات كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط حيث قدرت عينة البحث ب 88 طالبة.

-**الحدود الموضوعية:** تمثلت في التعرف على مستوى الصلابة النفسية عند الطالبات ومعرفة الفروق في هذه الصلابة النفسية التي تعزى لبعض المتغيرات.

2-2- المنهج والإجراءات:

- **منهج الدراسة:** اعتمد الباحثان في هذه الدراسة على المنهج الوصفي لمناسبته لموضوع الدراسة وهوالتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة.

- **عينة الدراسة:** تكونت عينة الدراسة (88) طالبة من مختلف التخصصات الموجودة بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة عمار ثليجي بالأغواط للسنة 2020/2019 حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية من مختلف هذه التخصصات (علم النفس، علم الاجتماع، فلسفة وشريعة إسلامية).

- **أداة الدراسة:** استخدما الباحثان في هذه الدراسة استبيان الصلابة النفسية لعماد محمد مخيمر، يتكون في الأصل من (47) بندا موزعة على ثلاث أبعاد رئيسية وهي: الالتزام (16) بندا التحكم (15) بندا، والتحدي (16) بندا. [17]

قام بتقنينه على البيئة الجزائرية بشير معمرية، حيث أضاف بندا واحدا لبعد التحكم ليصبح 16 بندا، وصار العدد الكلي لبنود المقياس 48 بندا ، كما أن إجابات المفحوصين يتم تصحيحها ضمن أربعة بدائل هي (لا) تنال صفرا، (قليلا) تنال درجة واحدة، (متوسط) تنال درجتين، (كثيرا) تنال ثلاث درجات. وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين (0- 144) وارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

تم التأكد من صدق وثبات الأداة المقننة باستعمال أساليب متنوعة من الصدق والثبات منها الصدق التمييزي، الصدق الاتفاقي، الصدق التعارضي توصل من خلالها إلى أن القائمة تتمتع

بمعاملات صدق مرتفعة، أما الثبات فتم قياسه بطريقة إعادة تطبيق الاختبار ومعامل ألفاكرونباخ حيث تبين أن القائمة تتميز بمعامل ثبات جيد.

2-3- الخصائص السيكومترية للدراسة الحالية:

تم التأكد من الخصائص السيكومترية للأداة بتطبيق الاستبيان على عينة من طالبات الجامعة (ن = 60) وكانت النتائج كما يلي:

الثبات: تم حساب معامل الثبات باستخدام معامل ألفاكرونباخ كما استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية.

المقياس	العينة	عدد البنود	ألفاكرونباخ
الصلابة النفسية	60	48	0.92

يتضح من الجدول (01) أن معامل ألفاكرونباخ (0.92) وهوما يدل على مستوى عال من الثبات في المقياس.

حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

المقياس	العينة	قيمةr قبل التعديل	قيمةr بعد التعديل	معامل التصحيح جوتمان
الصلابة النفسية	60	0.91	0.95	النتيجة

يتضح من الجدول (02) أن قيمة الارتباط بين البنود الفردية والزوجية لدرجات أفراد العينة كان قبل التعديل 0.91 أما بعد التعديل فأصبح 0.95 مما يدل على ثبات الأداة.

– الصدق:

–الصدق التمييزي: لحساب هذا النوع من الصدق تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات للعينة، حجم كل عينة يساوي 16

بواقع سحب 27% من العينة الكلية (ن = 60) ويتم توضيح ذلك في الجدول التالي:

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الفرق	دلالة	درجة الحرية	مستوى دلالة	القرار
قيم دنيا	**16**	**73.5**	**13.02**	**13.53**	**0.00**	**3.0**	**0.01**	**دالة**
قيم عليا	**16**	**122.87**	**6.56**					

يتضح من الجدول (03) أن للأداة القدرة على التمييز بين القيم المتطرفة فهي صادقة

2–6– مناقشة وتحليل النتائج:

– عرض نتيجة التساؤل الأول: ما مستوى الصلابة النفسية عند طالبات قسم العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة عمار ثليجي الأغواط؟

الجدول رقم (04) يوضح نتائج التساؤل الأول:

المستوى	التكرار	النسبة المئوية
ضعيف	21	% 23.9
متوسط	53	% 60.2
مرتفع	14	% 15.9
المجموع	88	% 100

للإجابة على هذا السؤال جرى تصنيف استجابات أفراد العينة إلى ثلاث مستويات (ضعيف، متوسط ومرتفع) ومن خلال الجدول رقم (01) نلاحظ أن مستوى الصلابة النفسية عند الطالبات كان متوسطا حيث قدر ب 60.2 % عند المستوى المتوسط، ويمكن تفسير هذه النتائج بأن الصلابة النفسية ترتبط حسب ما جاء في الدراسات بتعرض الفرد إلى أحداث ضاغطة صعوبات وأزمات وأن إدراك الفرد لهذه الأحداث والضغوطات هوالمحدد الرئيسي

لمستوى الصلابة النفسية لديه، وهذا ما أكده (لازاروس) وبالرجوع إلى مستوى الصلابة النفسية عند الطالبات يمكن تفسير ذلك بعدم تعرض الطالبات لضغوط ومواقف صادمة

ومهددة بالشكل الذي يتطلب درجة صلابة عالية وتفسر الباحثة ذلك في ضوء القيم الاجتماعية التي يتميز بها المجتمع الجزائري، حيث يحظى فيه الشباب الجزائري عامة والإناث منه خاصة إلى رعاية ومساندة أسرية تحول بينه وبين الكثير من الضغوطات والمصاعب حيث تتحمل العائلة جزءًا كبيرا منها دون أن يحس هذا الأخير بالضغط النفسي، كما تُقَدِّمُ الأسر الجزائرية الدعم المادي والعاطفي والمعنوي خاصة في المراحل الدراسية المهمة لأبنائها كالمرحلة الجامعية إحساسا منها بقيمة المرحلة ومدى صعوباتها وأهميتها حيث تعمل من خلال هذا الدعم على التخفيف من حدة الضغوط وتساعد أبناءها على التكيف وهذا ما أكده Ruttee (1990) في دراسته إلى أن هناك متغيرات واقية من الأثر النفسي السلبي الذي تحدثه الضغوط والتي ذكر منها:

- كفاية المساندة الأسرية (كترابط الأسرة وإدراك الفرد للدفء العائلي).

- إمكانية وجود أنظمة المساندة الاجتماعية لتشجيع الفرد على مواجهة الضغوط والتخفيف من حدة وقعها.[18]

كما يمكن أن نفسر هذه النتائج أيضا بطبيعة المرحلة العمرية للطالبات وما تحمله من خصائص ومميزات تتسم بالحيوية والنشاط والصحة الجسدية والنفسية العالية (قوة البنية الجسمية المتمثلة في نظام المناعة أي الأداء الوظيفي الجيد، وهذا ما أكدته «كوبازا وبوستي» (Kobaza&Puccetti) كأحد أهم المتغيرات التي تعمل على تخفيف أثر الضغوط [19]، كما أن الطالبات في هذه المرحلة العمرية يكنُّ أكثر استمتاعا بأوقاتهن في أنشطة واهتمامات وهويات تمتص الضغط النفسي لديهن وتبعدهن عن المشكلات وتوفر لهن متنفسا وراحة نفسية.

كما يمكن أن تستند الباحثة في تفسيرها لهذه النتائج على اعتماد الطالبات على مصادر مناعية أخرى في شخصياتهن لمواجهة الضغوط والتخفيف من حدتها فقد أكد Erikson على عدة خصائص للشخصية في تخطي الأزمات وهي الأمل (Hope) والإرادة (Will) والصلابة (Hardiness) والهدف (Purpose) والحب (Love) والاهتمام (Care) والحكمة (Wisdom) والتي تساعد الفرد وتخلصه من مشاعر اليأس والعجز وتدفعه إلى اتخاذ دوره في مواجهة الظروف الصعبة وتحرره من الصراع .[20]

إن نتائج هذه الفرضية التي تقر بوجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية لدى الطالبات مؤشر غير مطمئن من وجهة نظر الباحثة حيث يمكن أن نعتبره معيارًا لمدى الحاجة الملحة لضرورة اهتمام الجامعة الجزائرية بتوفير خدمات وبرامج إرشادية وتفعيل الإرشاد الأكاديمي والاهتمام النفسي بشريحة الطلبة عامة والطالبات خاصة، كما أن هذه النتيجة تلقي مزيدا من المسؤولية على عاتق الجامعة.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة ويس(Weiss 2002) ودراسة يحي النجار وعبد الرؤوف الطلاع(2012) وتختلف مع دراسة ويرنار(Werner1982)، الناصر وساندمان

(A Nacer&Sandman) ودراسة الخطيب ودراسة محمود شاكر (2010) ودراسة القصبي (2014) ودراسة الشهري (2015). والتي وجدت مستوى عال من الصلابة النفسية عند الطلبة كما تختلف مع دراسة إيبا وديبزا (Iba&Debza 2007) التي وجدت مستوى ضعيف في الصلابة النفسية عند طلبة الجامعة وهي النتائج نفسها التي توصلت إليها دراسة (البيرقدار) والتي أظهرت مستوى منخفض من الصلابة النفسية عند طلبة الجامعة.

-عرض ومناقشة الفرضية الثانية:

ونصها « توجد فروق في درجات الصلابة النفسية تعزي لمتغير الدرجة العلمية»

والجدول رقم (02) يوضح نتائج الفرضية الأولى:

الدرجة العلمية	العدد	المتوسط الحسابي	المعيار الانحرافي	قيمة الفرق	درجة الحرية	الدلالة	القرار
ليسانس	41	105.58	17.21	1.39	86	0.16	غير دالة
ماستر	47	99.46	23.01				

للوصول إلى الفروق في إجابات أفراد العينة تم استخدام اختبار (T)للعينات المستقلة ومن خلال قراءة الجدول رقم (02) الذي يوضح نتائج الفرضية.

تبين أن قيمة الفرق (1.39) عند درجة الحرية (86) غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه يتم رفض الفرضية التي تقر بوجود فروق في درجة الصلابة النفسية تعزى لمتغير الدرجة العلمية وتفسر الباحثة ذلك بإشتراك الطالبات لنفس الظروف والبيئة الجامعية وتقاسمهن نفس المناخ التعلمي ورغم اختلاف درجاتهن العلمية فإنهن في الأغلب لهن نفس الاهتمامات العلمية ويسعين جميعا لنفس الأهداف كما أنهن يتحملن نفس الالتزامات الأكاديمية وحت إشراف

نفس الهيئة التدريسية لكونهن من كلية واحدة وهذا من شأنه أن يقلل الفروق بينهن في مستوى الصلابة النفسية التي تعزى لمتغير الدرجة العلمية أوالمستوى الدراسي وتتوافق نتائج الدراسة في هذه

الفرضية مع دراسة (القصبي 2014) ودراسة المفرجي والشهري (2008) ودراسة أبي الندى (2007) ودراسة حليمة طه (2005). وتختلف مع دراسة العيافي (2012) ودراسة إبا وديبزا (Iba&Debza 2007) التي أثبتت وجود فروق في الصلابة النفسية تبعا لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الدراسي الأعلى ودراسة زواهرة (2015) لصالح طلبة

المستوى الدراسي الأعلى ودراسة يحي النجار وعبد الرؤوف الطلاع(2012) والتي كانت نتائجها لصالح الدرجة العلمية الأعلى.

-عروض ومناقشة الفرضية الثالثة:

ونصها «توجد فروق في درجات الصلابة النفسية لدى الطالبات تعزى للحالة الاجتماعية»

والجدول رقم (03) يوضح نتائج الفرضية الثالثة:

الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الفرق " ت"	درجة الحرية	الدلالة	القرار
متزوجات	07	105.71	33.92	0.45	86	0.65	غير دالة
غير متزوجات	81	102.02	19.42				

يتضح من النتائج المعروضة على الجدول (03) أن قيمة « ت» (0.45) عند درجة الحرية (86) غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه تم رفض الفرضية التي تقر بوجود فروق في الصلابة النفسية لدى الطالبات تعزى للحالة الاجتماعية (متزوجة، غير متزوجة).

وتفسر الباحثة ذلك أن الصلابة النفسية تكون في أدنى مستوياتها في بداية السنة الدراسية وتبدأ بالارتفاع في التقدم في العام الدراسي حيث تزداد الالتزامات الأكاديمية للطالبات ويكن أكثر سعيا وجهدا بعد اتضاح الأهداف التعلمية لهن بشكل جيد، حيث أن الدراسة الحالية قد

اجريت في بداية الموسم الدراسي الأول مما قلل الفروق في الصلابة النفسية بين الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات، كما يمكن أن تفسر الباحثة ذلك بطبيعة التنشئة الاجتماعية في مجتمعنا الجزائري كغيره من المجتمعات العربية الذكورية، حيث تنشأ الفتاة على الإذعان والاستكانة فسواءً كانت متزوجة أوغير متزوجة فإن خصائصها الأنثوية مشتركة كالتبعية والخضوع والانقياد مما ينعكس على قدرتها على مجابهة المشكلات وعدم الخوض في القرارات

المصيرية بشكل فردي والخوف من عقبات المشكل والتخوف من مسؤولية اتخاذ القرار اتجاه المواقف الاستثنائية والمصيرية واللجوء إلى الآخر.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة الصياد والقطراوي (2015) التي توصلت إلى أن الصلابة النفسية تكون بدرجة أكبر عند المتزوجين كما تختلف مع دراسة حمادة وعبد اللطيف (2002) بعنوان» العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت»

والتي أكدت وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

-عرض ومناقشة الفرضية الرابعة:

ونصها «توجد فروق في درجات الصلابة النفسية لدى الطالبات تعزى لنمط الإقامة»

والجدول رقم (05) يوضح نتائج الفرضية الخامسة:

نمط الإقامة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الفرق «ت»	درجة الحرية	الدلالة	القرار
داخلية	25	98.40	24.00	1.12	86	0.26	غير دالة
خارجية	63	103.87	19.12				

يتضح من نتائج الجدول رقم (05) أن قيمة ت (1.12) عند درجة الحرية 86 غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه يتم رفض الفرضية التي تقر بوجود فروق لدى الطالبات تعزى لنمط الإقامة وتفسر الباحثة ذلك أن سمات الشخصية لدى الطالبات عموما تكاد تكون

متقاربة نظرا لتقاربهم في المرحلة العمرية والمرحلة الدراسية والإطار الأكاديمي عامة، كما يمكن أن تفسر الباحثة ذلك أن الطالبة المقيمة بعيدة عن أهلها من أجل مواصلة الدراسة يخلق لديها نوع من التحدي للظروف الضاغطة التي تواجهها، كما أن تكيُّف الطالبة الجامعية المقيمة مع ظروف الإقامة الجامعية وما تحمله من صعوبات يولد لديها خبرة حياتية تنعكس على

مستوى الصلابة النفسية لديها، وهذا ما أكدته دراسة Rodewalt Zone (1989) بعنوان « الصلابة النفسية وأثرها على تخفيف الضغوط» أن الإناث الأقل صلابة نفسية يتعرضن لنسبة عالية من الخبرات الحياتية الضاغطة غير المرغوب فيها، كذا أن الأحداث السلبية تتطلب منهن درجة أكبر من التكيف[21] (نوفل، 122) ولم تتوصل الباحثة إلى دراسات تتوافق أوتختلف نتائجها مع نتائج هذه الدراسة.

7-الخاتمة:

هدف البحث إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طالبات كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الأغواط، حيث كان مستوى الصلابة لديهن متوسطا كما هدف إلى التعرف على الفروق في الصلابة النفسية لديهن تعزى لمتغيرات (الدرجة العلمية، الحالة الاجتماعية، نمط الإقامة) توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في درجات الصلابة النفسية عند الطالبات تعزى لهذه المتغيرات ((الدرجة العلمية، الحالة الاجتماعية، نمط الإقامة)، وبناءً على هذه النتائج قدمت الاقتراحات التالية:

- تتميز الفترة الجامعية بكثرة الضغوط النفسية والالتزامات الأكاديمية مما يتطلب تمتع الطلبة بدرجة

عالية من الصلابة النفسية وبالتالي: على الجامعة الاهتمام بإجراء دورات تدريبية وندوات ومداخلات وأيام دراسية لتوعية الطلبة بضرورة الرفع من صلابتهم النفسية لمواجهة الضغوط.

- تفعيل الإرشاد النفسي والتوجيه الأكاديمي بالجامعة وتوفير مختصين في تصميم برامج إرشادية للرفع من الصلابة النفسية عند طلبة الجامعة.

- إجراء دراسات مماثلة تهتم بالمتغيرات الإيجابية من عوامل علم النفس الإيجابي لدى شريحة الطلبة لأهميتها كونها تمثل ركيزة المجتمع الذي تحمل طموحاته وآماله.

- ترقية وتطوير البيئة الجامعية بحيث تصبح فضاءً علميا يضمن للطلبة الراحة والصحة النفسية والابتعاد عن الضغوط وليس فقط مكانا أكاديميا.

- إجراء دراسات تجريبية على أثر الصلابة النفسية على دافعية الإنجاز، التفكير الابتكاري، الطموح والأداء الأكاديمي.

8- قائمة المراجع:

1. الشهري ،عبد الله، ومرعي، علي ، الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية بجامعة الدمام، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية، جامعة الملك فيصل، المملكة العربية السعودية، 2014

2. أبومصطفى، إسلام عودة ، التنبؤ بالأمن النفسي في ضوء أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى المعلمات في مراحل التعليم العام، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية ، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين، 2014

3. بوراس كهينة، الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية يتيمي أحد الوالدين، مذكرة ماجستير غير منشوره ، جامعة مولود معمري ، تيزي وزو، 2014

4. رولا مجدي، هاشم الصفدي، المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والارامل بمحافظه غزه. رسالة ماجستير ،غير منشوره، كليه التربية جامعة الأزهر غزه، فلسطين، 2013

5. سالم ،مُحَمَّد عبدالله، وعبد الله، علي،" الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة"، مجلة ،علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية ،جامعة المنيا العدد 19. 2008.

6. السهلي، عمر مصلح، مصادر الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الحموم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية، 2015.

7. شهرزاد، نوار، ونرجس زكريا،" الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى مرضى السكري" ، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة ورقلة، العدد2، 2016.

8. عبدالفتاح، إبراهيم، دور الموارد البشرية والاجتماعية في حماية الكويتيين من أعراض الضغوط النفسية للغزوالعراقي، الطبعة الأولى، جامعة الكويت، مركز دراسات الخليج والجزيرة العربية، 1996.

9. العبدلي، خالد بن مُحَمَّد، الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة، 2011.

10. كماش يوسف، وعبد الكاظم حسن، سيكولوجية التعلم والتعليم، الطبعة الأولى، دار الخليج للصحافة والنشر عمان، الأردن2017.

11. مُحَّد منذر، ويوسف ،عبدالخالق ، الصلابة النفسية كمتغير وسيط ببين الضغوط النفسية والتوافق النفسي لدى خريجي الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية جامعة الأقصى، 2017.

12. مخيمر عماد ،" ادراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة"، مجلة دراسات النفسية ، العدد 26، 1997.

13. مريامة حنصالي،" المقاربة النظرية لإحدى سمات المناعية ، الصلابة النفسية" ، مجلة علوم المجمتع، العدد 08 ، 2013.

الهوامش:

[1]رولا مجدي، هاشم الصفدي ، المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والارامل (بمحافظه غزه. رسالة ماجستير ،غير منشوره، كليه التربية جامعة الأزهر غزه، فلسطين، 2013)، ص 4.

[2]Kobasa .s.c ، stressful life events personality and health, an inquiry into hardiness , journal of personality and social psychology, vol.37 ,n1 , 1979, p 67.

[3]مخيمر عماد ، ادراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة،(مجلة دراسات النفسية ، العدد 26، 1997)،ص 13.

[4]كماش يوسف ، وعبد الكاظم ،حسن، سيكولوجية التعلم والتعليم ، الطبعة الأولى ، (دار الخليج للصحافة والنشر عمان، الأردنن2017).، ص 379.

[5]أبومصطفى ، إسلام عودة ، التنبؤ بالأمن النفسي في ضوء أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى المعلمات في مراحل التعليم العام،(رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية ، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين، 2014)،ص 35-36

[6]مُحَّد ،منذر، ويوسف ،عبدالخالق ، الصلابة النفسية كمتغير وسيط ببين الضغوط النفسية والتوافق النفسي لدى خريجي الجامعات الفلسطينية، (رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية جامعة الأقصى، 2017)، ص 12.

[7]مخيمر ، عماد ، مقياس الصلابة النفسية ، (مكتبة الانجلوالمصرية2002)، ص175.

[8]سالم مُحَّد عبدالله، ، عبد الله علي، الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة»،(مجلة ،علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية ،جامعة المنيا العدد 19. 2008)، ص 35.

[9]مخيمر ،مرجع سابق ، ص 14.

[10]الشهري ،عبد الله، ومرعي، علي ، الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات كلية التربية بجامعة الدمام،(رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية، جامعة الملك فيصل، المملكة العربية السعودية، 2014)،ص 25.

[11]العبدلي ، خالد بن محمّد ، الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة ،(رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة، 2011)، ص24

[12]بوراس، كهينة، الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية يتيمي أحد الوالدين، مذكرة (ماجستير غير منشوره ، جامعة مولود معمري ، تيزي وزو، 2014)، ص44

[13]السهلي، عمر مصلح ، مصادر الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الحموم، (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية، 2015)، ص41

[14] Kabaza, ibad,p 67.

[15] Kabaza, ibad,p 81.

[16]شهرزاد، نوار، ونرجس زكريا، الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى مرضى السكري، (مجلة العلوم النفسية والتربوية ، جامعة ورقلة ،العدد2، 2016)، ص 91.

[17] مخيمر عماد ، مرجع سابق، ص 19– 21

[18]نوفل زينب راضي، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات،(رسالة ماجستير الجامعة الإسلامية (غزة) كلية التربية ، فلسطين ،2008)، ،ص 18.

[19] لولو، حمادة ،وحسن عبداللطيف ، الصلابة النفسية والرغبة فيها التحكم لدى طلاب الجامعة، (مجلة الدراسات النفسية المجلد 12، العدد 2، القاهرة، 2002)، ص 230.

[20]مريامة حنصالي، المقاربة النظرية لإحدى سمات المناعية ، الصلابة النفسية ،(مجلة علوم المجتمع، العدد 08 ، 2013)، ص 281.

[21] نوفل مرجع سابق، ص 122.