مجلة التنمية وإدارة الموارد البشرية -بحوث ودراسات-
المجلد: 09 العدد: 01 ، 2022 ص.ص:242-266

الصلابة النفسية في المؤسسة الجامعية وعلاقتها بجودة الحياة طلبة السنة الثانية علم النفس، بجامعة البليدة 2 لونيسي علي أنموذجا

Psychological toughness in the university institution and its relationship to the quality of life students of the second year psychology, Blida University 2 Lunisi Ali Model

سعدي سامية
جامعة لونيسي علي البليدة 2
Saadisamia2019@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2022/02/07 **تاريخ القبول: 2022/03/07**

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى مجموعة من الأهداف وهي معرفة مستوى الصلابة النفسية ومستوى جودة الحياة لطلبة السنة الثانية علم النفس، معرفة طبيعة العلاقة بين المتغيرين وذلك حسب التخصص ونمط الإقامة (داخلي–خارجي). تم إتباع المنهج الوصفي في هذه الدراسة بلغت عينة الدراسة (150) طالب وطالبة بجامعة البليدة –2– لونيسي علي، وذلك من جميع تخصصات علم النفس على مستوى الكلية، تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية من إعداد: مخيمر عماد (2002) وتقنين بشير معمريه (2011)، ومقياس جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين للباحثين منسي وكاظم (2006). وقد أسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج وهي: وجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لدى طالبة السنة الثانية علم النفس مقابل وجود مستوى متوسط لجودة الحياة، كذلك وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين درجة الصلابة النفسية ودرجة جودة، ولا وجود لفروق دالة في درجات الصلابة وجودة الحياة تعزى إلى نمط الإقامة أو التخصص.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، جودة الحياة، طلبة السنة الثانية علم النفس.

Abstract :

The current study aimed at a set of goals, namely knowing the level of psychological hardness and the level of quality of life for second-year students of psychology, knowing the nature of the relationship between the two variables, according to specialization and accommodation type (internal-external). The descriptive approach was followed in this study. The study sample reached (150) male and female students at the University of Blida -2- Lounisi Ali, from all disciplines of psychology at the college level .The Psychological Hardness Scale was applied by: Mukhaimer Emad (2002) and Taqin Bashir Maamarih

(2011), and the Quality of Life Scale for University Students by researchers Mansi and Kazem (2006). The second year Psychology versus the presence of an average level of quality of life, as well as the existence of a statistically significant correlation between the degree of psychological hardness and the degree of quality, and there are no significant differences in the degrees of hardness and quality of life due to the pattern of residence or specialization.

Key words: Psychological toughness, quality of life, second-year psychology students.

مقدمة :

تلعب الصلابة النفسية دورا وسيطا بين الضغط والصحة، إذ تتحدد بموجبها الطريقة التي يدرك ويفسر من خلالها الأفراد الأحداث الضاغطة على أنها فرصة للنمو والتطور الشخصي ومن ثم يعمل هذا الإدراك الإيجابي على تعديل الاستجابة للضغوط مخففا بذلك من أثارها السلبية على الصحة النفسية والجسدية، كما يكشف الأفراد الأكثر صلابة عن معدلات الإصابة بالاضطرابات رغم تعرضهم للضغوط الشاقة، وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صلابة ، وقد يعود ذلك إلى الدور الفعال الذي يقوم به متغير الصلابة النفسية في إدراك ضغوط الإحداث الشاقة للحياة وتفسيرها وترتيبها على نحو إيجابي.[1]

كما اتفق العديد من الباحثين على تحديد مجموعة من الخصائص التي تميز ذوي الصلابة النفسية المرتفعة بأنهم يتميزون بالالتزام أمام الآخرين، والجرأة والمنافسة، ولديهم القدرة على التحمل والمقاومة، وكذلك يتصفون بالقدرة على إيجاد العديد من البدائل للمشكلات، والجاذبية الشخصية، والإصرار والتحدي، كما أنهم يتمتعون بالإنجاز الشخصي والنزعة التفاؤلية.[2]

وأضاف مخيمر (1997) أن الأشخاص الأكثر صلابة رغم تعرضهم للضغوط كانوا اقل مرضا، كما أنهم يتسمون بأنهم أكثر صمودا وانجازا وسيطرة وقيادة، وأكثر مرونة وكفاية واقتدار ونشاطا ومبادأة واقتحاما وواقعية، وأكثر تقديرا لذواتهم الإيجابية أما الأشخاص الأقل صلابة كانوا أكثر مرضا وعجزا واقل في الضبط الداخلي وأكثر نقدا لذواتهم وأكثر شعورا وتعميما لخبرات الفشل.[3]

فالصلابة النفسية من العوامل التي تساعد الفرد على التوافق مع المواقف التي يتعرض لها في حياته اليومية كما أنها من مصادر المقاومة والوقاية النفسية للأحداث الضاغطة التي تزود الفرد بروح التحدي وتقوي من عزيمته فينظر إلى الحياة بشكل إيجابي وهذا يرجع لخاصية الصلابة وتأثيرها على عدة متغيرات يركز عليها علم النفس الإيجابي ومن أهمها جودة الحياة. و يذكر السمادوني (2007) في هذا السياق أن متغير الصلابة النفسية يعد من المتغيرات التي تعمل على تحسين جودة الحياة والرضا عن الذات وعن الحياة بشكل عام.[4]

فبالاعتماد على النظرية التكاملية لاندرسون (2003) وهي من النظريات المفسرة لجودة الحياة، والتي تفسر وترى ان شعور الفرد والرضا عن الحياة في مختلف مجالات الحياة التي يعيشها هو الذي يشعره بجودها، وأن هذا الشعور يتحقق من خلال عدة أمور، حيث يشير إلى أن إدراك الفرد لحياته، يجعله يقيم شخصيا ما يدور حوله، كما يمكنه من أن يكون أفكارا ليصل إلى الرضا عن الحياة، وان هناك سمات تؤدي الى الشعور بجودة الحياة، فجودة الحياة تعتبر من المؤشرات الهامة لرضا الفرد عن الحياة التي يعيشها، في ظل المساندة الاجتماعية والخدمات المقدمة له ورضاه عنها، وإحساسه بالسعادة والرغبة في الحياة.

إذ تعد دراسة فرجاني (1992) رائدة في مجال تحديد مفهوم وقياس جودة الحياة في البلدان العربية في السياق الدولي وذلك من خلال اعتماد مشروع ميثاق حقوق الإنسان والشعب في الوطن العربي أساسا لبلورة مفهوم عربي لجودة الحياة، عن طريق انتقاء مفردات أساسية في الدراسة وإعادة ترتيبها وتصنيفها، وتفصيل بعضها أو الإضافة إليه عند الضرورة مع مراعاة عدم التفرقة بين الحقوق المدنية والسياسية والاقتصادية والاجتماعية والثقافية، على ان تكون التفرقة بين المستويين الفردي والجمعي في حقوق الإنسان الأساسية وحريته، مع الاعتماد على الوطن العربي للدلالة على الحقوق والحريات، وتوصل الباحث الى المفهوم العربي لجودة الحياة والذي يتضمن الحقوق الفردية وتضم السلامة الشخصية، حرية الرأي والبحث عن المعلومات والأفكار، حرية الفكر، حرية الحياة الخاصة، أما الحقوق الجمعية وتضم تكوين الأسرة، الرعاية الاجتماعية والصحية، مستوى المعيشة اللائق، التعليم المجاني، فكل بني البشر في الوطن العربي يشتركون في مكونات جودة الحياة للفرد الواحد، إلا أنها تختلف من فرد لأخر نتيجة الاختلاف الأهداف والدوافع، كما تختلف من مرحلة الى أخرى وخاصة مرحلة الشباب التي تتميز بخصائص وسمات وتغيرات نفسية واجتماعية جديرة بالبحث والدراسة.[5]

حيث يشكل الشباب في كل المجتمعات القوة المنتجة والصانعة نظرا لما يملكه من مهارات ومعارف تؤهله لبذل الجهد والطاقة من اجل تحقيق التنمية والنهضة في المجتمع وتعد مرحلة التعليم الجامعية أكثر المراحل الحياة أهمية لما لها من دور رئيس في تنمية شخصية الطالب ومنحه المعارف والمهارات التي تنعكس إيجابيا على مستقبله ولكنها تتضمن الكثير من التجارب التعليمية الجدية والمشكلات والخبرات الجديدة والمواقف الضاغطة التي يجب عليه تحملها واجتيازها ومواجهتها بكفاءة ولا يكون هذا الا بوجود مجموعة من السمات والخصائص الشخصية الإيجابية التي تساعد الطالب الجامعي على اجتياز الصعوبات والعراقيل وتحقيق جودة الحياة لديه ناهيك ان كان هذا الطالب قد اختار تخصص علم النفس، هذا التخصص

الذي يعنى بدراسة النفس البشرية ونشاطاتها ودوافعها وانفعالاتها ومكوناتها ومحاولة فهمها وتفسيرها وتعديلها وتوجيهها وحل مشاكلها من خلال اتباع طرق عملية ومنهجية، ويفسر السلوك، ويهدف الى فهمه وتوضيحه والتنبؤ به.

وأشار سامي ملحم (2007) الى أهمية علم النفس في كونه يدرس الشخصية والعوامل المهمة التي تؤثر في تكوينها وأسباب انحرافها وطرق علاجها، فالعوامل النفسية تلعب دورا في مختلف الشؤون الأساسية ولهذا فإننا بحاجة الى فهمها لأنها تفتح للطالب افاقا جديدة للاستفادة من علم النفس في كل موقع وموقف في الحياة وليس فقط في الدراسة ويفيدنا في جوانب الحياة المتعددة.[6]

فأي طالب جزءا لا يتجزأ من عملية التنمية الإنسانية ان لم نقل أساسها فأي عملية تنموية تنطلق بالأساس من متعلم وتنتهي بتحقيق مخرجات نهائية فعالة، وطبيعة التكوين الذي يقدم لطالب علم النفس في مختلف الجوانب النظرية والبيداغوجية والتطبيقية الميدانية، وما يتلقاه من المعارف والمعلومات، يؤثر في شخصيته وفي أفكاره وسلوكه مما يكسبه خصوصية عن باقي الطلبة.

فقد توصلت مشري حياة (2014) من خلال دراستها التي هدفت الى التعرف على دور التكوين في اختصاص علم النفس في تنمية بعض المهارات الحياتية عند الطالب الجامعي الى ان التكوين في علم النفس يلعب دور إيجابي في تنمية بعض المهارات الحياتية لدى الطالب الجامعي.[7]

فطلبة علم النفس يمثلون شريحة مهمة من حيث خصوصية المرحلة التي يمرون بها من جهة وطبيعة التكوين الذي يتلقونه من جهة أخرى للخروج الى معترك الحياة بأحداثها ومشاقها المتلاحقة والمستمرة والتي تتطلب شخصية صلبة تستطيع التوافق مع احداث الحياة وتهدف الى تحقيق جودتها.

أولا: الإشكالية :

نحاول من خلال هذه الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين متغير الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس بجامعة البليدة –2–لونيسي علي، وكذلك التعرف على مستوى كل من الصلابة النفسية وجودة الحياة لديهم بطرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة السنة الثانية علم النفس؟.
- ما مستوى جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس؟.

- هل توجد علاقة دالة احصائيا بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس؟.
- هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى الى متغير التخصص؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى الى متغير نمط الإقامة (داخلي–خارجي)؟
- هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى الى متغير التخصص؟
- هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى الى متغير نمط الإقامة (داخلي–خارجي)؟

1. فرضيات الدراسة :

- يتميز طلبة السنة الثانية علم النفس بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية.
- يتميز طلبة السنة الثانية علم النفس بمستوى متوسط من جودة الحياة.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس.
- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى لمتغير نمط الإقامة (داخلي–خارجي).
- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص.
- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة (داخلي–خارجي).

2 أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في مواكبتها للاتجاه الجديد للدراسات الحديثة التي أصبحت تركز على الجوانب الإيجابية للشخصية والموضوعات التي ينتمي اليها مجال علم النفس الإيجابي.

- وكذلك تبرز أهمية هذه الدراسة في تناولها متغير الصلابة النفسية الذي يعتبر متغيرا هاما في الدراسات النفسية لما له من دور في تحقيق الصحة النفسية للفرد والوقاية من الاضطراب النفسي، وكذا متغير جودة الحياة الذي يعتبر حاليا بؤرة تركيز الكثير من الباحثين في علم النفس، والذي يندرج ضمن المفاهيم الإيجابية في علم النفس الإيجابي.
- وكذلك تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية العينة والتي تمثل طلبة علم النفس، وذلك لما يتسمون به من خصائص تفرضها طبيعة تخصص علم النفس الذي يختص بدراسة السلوك الإنساني من جميع جوانبه النفسية والاجتماعية والفيسيولوجية والعقلية والانفعالية وغيرها وعلاقته بالبيئة التي يعيش فيها وذلك لمساعدته على التوافق والتكيف مع جميع المواقف المختلفة التي تصادفه في الحياة وكل هذا بالطريقة العلمية في البحث.
- بالإضافة إلى إمكانية الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية لتوظيفها في التخطيط وتصميم البرامج التدريبية والإرشادية التي تلبي حاجيات الطلبة وفق منهجية علمية يمكن ان تساهم في تدعيم الصلابة النفسية للطلبة في مواجهة ضغوط الحياة وتحسين مقومات جودة الحياة لديهم.
- كما يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في مجال الدراسات النفسية والتربوية في تصميم برامج تربوية للطلبة، تسمح بتوجيه طاقاتهم وإمكانياتهم فيما يساعد على حل مشكلاتهم وتنمية الصلابة النفسية لديهم باعتبارها دافع إلى تحقيق الصحة النفسية لديهم.

3 أهداف الدراسة : للدراسة الحالية مجموعة من الأهداف ندرجها فيما يلي:

- معرفة كل من مستوى الصلابة النفسية ومستوى جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس.
- معرفة طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجة الصلابة النفسية ودرجة جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس.
- معرفة طبيعة الفروق بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى لمتغير التخصص، ولمتغير نمط الإقامة (داخلي–خارجي).
- معرفة طبيعة الفروق بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص، ولمتغير نمط الإقامة (داخلي–خارجي).

ثانيا: مفاهيم الدراسة :

1 الصلابة النفسية : "هي نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والاخرين من حوله، واعتقاده بان بإمكانه ان يكون له تحكم فيما يلقاه من احداث، ويتحمل مسؤولية ما يطرا على جوانب حياته من تغيير أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا او إعاقة ".[8]

وتعرف اجرائيا أيضا أنها الدرجة التي يتحصل عليها طالب علم النفس على مقياس الصلابة النفسية الذي أعده الباحث مخيمر، وقننه بشير معمرية.

2 جودة الحياة : "جودة الحياة تعني شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على اشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة، ورقي الخدمات التي تقدم له في المجالات الصحية والاجتماعية والثقافية التعليمية، والنفسية وحسن إدارة الوقت والاستفادة منه ".[9]

كما تعرف جودة الحياة اجرائيا على أنها الدرجة التي يتحصل عليها طالب علم النفس على مقياس جودة الحياة لكاظم ومنسي.

ثالثا: منهج الدراسة : بما أن الدراسة الحالية من الدراسات النفسية التي تسعى إلى تحقيق هدف علمي يتمثل في محاولة إثبات طبيعة العلاقة القائمة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى عينة من طلبة علم النفس بجامعة البليدة –2– لونيسي علي، والكشف عما إذا كان هناك فروق بين أفراد العينة تعزى لمتغيري التخصص ومكان الإقامة ،اعتمدت الطالبة على المنهج الوصفي الذي يهدف إلى جمع البيانات لمحاولة إختبار الفروض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد عينة الدراسة.

رابعا: مجتمع الدراسة : يمثل مجتمع الدراسة المجموع الكلي لطلبة علم النفس السنة الثانية بتخصصاتها الثلاثة والمتمثلة في تخصص علم النفس وتخصص الارطوفونيا وتخصص علوم التربية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة البليدة –2– لونيسي علي، حيث يتم عرض ذلك بشكل تفصيلي في الجدول الموالي الذي تم الحصول عليه بعد التوجه لمكتب الإحصاءات بذات الكلية.

الجدول (01)

إحصائيات طلبة السنة الثانية علم النفس جامعة البليدة2 (أفريل 2019)

السنة	التخصص	المجموع
السنة الثانية ليسانس	علم النفس	343
	علوم التربية	197

	أرطوفونيا	152

المصدر (مكتب الاحصائيات الخاصة بطلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة البليدة 2-لونيسي علي.

خامسا: عينة الدراسة : تم انتقاء نوع العينة الحصصية لإجراء الجانب التطبيقي للدراسة الحالية، حيث يقسم المجتمع الأصلي في هذا النوع من العينة إلى صفاته الرئيسية المتصلة بهدف الدراسة العلمية، وتكون طريقة اختيار هذه العينة انتقائية، وذلك حسب إمكانية الباحث في الحصول على أفرادها، بشرط أن يحصل على الحصة المطلوبة من كل فئة (حصة).

1 حجمها : شارك في الدراسة المقامة (150) طالبا جامعيا من طلبة علم النفس ذكورا وإناثا إذ شارك (130) طالبة و(20طالب)، وبالنسبة للتخصصات فقد شارك (50) طالب من كل تخصص. وفيما يلي يتم عرض جدول يمثل توزيع العينة حسب التخصص، وآخر حسب نمط الإقامة.

جدول (02)

توزيع العينة حسب التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
علم النفس	50	%33.33
الارطوفونيا	50	%33.33
علوم التربية	50	%33.33

الجدول (05) يوضح توزيع العينة حسب التخصص حيث أن عدد الطلبة كان(50) طالبا من كل تخصص في علم النفس أي بنسبة (33,3%).

جدول (03)

توزيع العينة حسب نمط الإقامة (داخلي-خارجي)

نمط الإقامة	التكرار	النسبة المئوية
خارجي	94	%62.7
داخلي	56	%37.3
المجموع	150	%100

الجدول (06) يوضح توزيع العينة حسب نمط الإقامة له، حيث كان عدد الطلبة الخارجيين في عينة الدراسة (94)طالبا خارجي أي بنسبة (62,7%)، أما عدد الطلبة الداخليين فقد كان (56)طالبا أي بنسبة (37,3%).

2 معايير إختيارها : تم اختيار عينة الدراسة بناءا على المعايير التالية:

- أن يكون الأفراد الذين يشكلون العينة كلهم طلبة جامعيين من قسم علم النفس وعلوم التربية الارطوفونيا (شعبة علم النفس).
- أن يكون الطلبة من مستوى السنة الثانية ليسانس على اعتبار ان طلبة السنة أولى في بداية التكوين الجامعي وطلبة كل من السنة الثالثة الماستر والدكتوراه على دراية بمحتوى المقاييس وتكون إجاباتهم منتقاة.
- أن يكون الطلبة من كلا الجنسين.
- أن يكون التنوع في التخصص الدراسي.
- أن يكون التنوع في مكان الإقامة.

سابعا: أدوات الدراسة :

يتوقف نجاح الباحث في تحقيق أهداف دراسته على اختيار أنسب الأدوات والتقنيات المنهجية والمناسبة لمتغيرات الدراسة، بغرض جمع المعلومات والبيانات المطلوبة والتي لها صلة بموضوع البحث ليتمكن من اختبار الفروض والإجابة عن التساؤلات.

ولقد اعتمدت الطالبة الباحثة في هذه الدراسة على ما يلي:

1 مقياس الصلابة النفسية : من إعداد مخيمر عماد (2002) وتقنين معمرية بشير (2011)

وصف المقياس: هي أداة تعطي تقديرا كميا لصلابة الفرد النفسية أعدها مخيمر عماد (2002)، والأداة تتكون في الأصل من 47 بندا، موزعة على ثلاثة أبعاد هي: الالتزام ويقيسه 16 بند، التحكم: ويقيسه 15 بند، وأضاف معمرية بشير (2011) إلى هذا البند بعدا واحدا وهو رقم 47، فصار عددها 16 بندا، التحدي: ويقيسه 16 بند، وصار عدد البنود في المقياس كله 48 بند. وتصحح إجابات المفحوصين ضمن أربعة بدائل حسب المقياس المقنن من طرف معرية بشير وهي : (لا –قليلا – كثيرا –متوسطا) وقد قامت الباحثة بوشكيمة أحلام نبيلة عند إعدادها لمذكرة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس تحت "عنوان السعادة النفسية وعلاقتها بكل من الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة الجامعيين «،للسنة الجامعية (2015–2016) باستشارة الأستاذ بشير معمرية واخذ الآذن منه في تحويل البدائل الأربعة إلى ثلاثة حيث جعلت إجابات المفحوصين ضمن ثلاثة بدائل هي (تنطبق دائما – تنطبق أحيانا –لا تنطبق أبدا) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى (إذا كانت الإجابة تنطبق دائما: 3– إذا كانت تنطبق أحيانا : 2– إذا كانت لا تنطبق

ابدا : 1) وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين 48 إلى 144 درجة ، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع الصلابة النفسية، وهذا ما اعتمدت عليه الطالبة الباحثة في هذه الدراسة .

2 أبعاد مقياس الصلابة النفسية :

- الالتزام :هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والاخرين من حوله. وهذا البعد يتكون من 16 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى ان الفرد أكثر التزاما اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والاخرين. ويمكن ذكرها كما يلي:

1-4-7-10-13-16-19-22-25-28-31-34-37-40-43-46.

- التحكم: يشير إلى مدى اعتقاد الفرد بإمكانه ان يكون له تحكم فيما يلقاه من احداث، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له. وهذا البعد يتكون من 16 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى ان الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسؤوليته الشخصية عما يحدث له، وهذه البنود هي:

2-5-8-11-14-17-20-23-26-29-32-35-38-41-44-47.

- التحدي: هو اعتقاد الفرد أنما ما يطرأ من متغيرات على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية. وهذا البعد يتكون من 16 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى اعتقاد الفرد بان أي تغيير يطرأ على حياته إنما هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا له مما يساعده على المباداة والاستكشاف والتحدي. والبنود هي:

3-6-9-12-15-18-21-24-27-30-33-36-39-42-45-48.

3 مستويات مقياس الصلابة النفسية :

- الفئة الأولى :(48-111) تمثل صلابة نفسية منخفضة.
- الفئة الثانية: (112-119) تمثل صلابة نفسية متوسطة.
- الفئة الثالثة: (120-144) تمثل صلابة نفسية منخفضة.

4 الخصائص السيكومترية : التي أجرتها الباحثة خلال الدراسة الاستطلاعية فقد أسفرت على أن كل أبعاد مقياس **الصلابة النفسية** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) وذلك لأن معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية عال، حيث بلغ أكثر من (0.50) في كل الأبعاد والدلالة المعنوية Sig تساوي (0.00) و منه فإن مقياس **الصلابة النفسية** يتمتع بدرجة عالية

من الصدق. ومنه فان المقياس صالح لقياس ما اعد لقياسه ولتقديم نتائج موضوعية. أما بالنسبة **ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس من قبل الطالبة الباحثة في الدراسة الاستطلاعية، باستخدام معادلة ألفا كرومباخ، فبلغ معامل الثبات (0,866)، وهذا ما يشير الى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وفيما يلي يتم عرض الجدول الذي يوضح ذلك.

5 مقياس جودة الحياة : ويتم عرض أهم المعلومات المتعلقة به وفقا لما يلي:

وصف المقياس: تم إعداد المقياس من طرف الباحثان منسي وكاظم على عينة من الطلبة الجامعيين.

ويتكون المقياس من 60 بند يتم توزيعهم على ستة أبعاد، بحيث يحتوي كل واحد منه على عشرة بنود، وتشمل جودة الصحة العامة، جودة الحياة الأسرية والاجتماعية، جودة التعليم والدراسة، جودة العواطف (الجانب الوجداني)، جودة الصحة النفسية، وجودة شغل الوقت وإدارته، وقد تم صياغة عشرة بنود لكل بعد (05 بنود موجبة و05 بنود سالبة)، وأمام كل بند مقياس تقدير خماسي (أبدا، قليل جدا، إلى حد ما، كثيرا، كثيرا جدا).

6 أبعاد مقياس جودة الحياة : بنود مقياس جودة الحياة وفقا للأبعاد، وأرقام البنود كالتالي:

1. جودة الصحة العامة: 1-10
2. جودة الحياة الأسرية: 11-20
3. جودة التعليم والدراسة: 21-30
4. جودة العواطف (الجانب الوجداني): 31-40
5. جودة الصحة النفسي: 41-50
6. جودة شغل الوقت وإدارته: 51-60

تصحيح نتائج المقياس: تتم الإجابة على المقياس باختيار إحدى التقديرات ت (أبدا قليلا جدا، إلى حد ما كثيرا، كثيرا جدا) فنعطى البنود الموجبة الدرجات (1-2-3-4-5) في حين تعطى عكس الميزان السابق البنود السالبة (5-4-3-2-1) وبذلك تتراوح الدرجات الكلية إلى كل بعد من الابعد 10-50 درجة. (منسي وكاظم، 2006 :49)

7 مستويات مقياس جودة الحياة : يجب الإشارة إلى القيم المعيارية التي على أساسها، يتم تحديد مستوى جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين ويتم ذلك وفقا لما يلي:

- 60إلى 125: مستوى جودة الحياة منخفض.
- 126إلى 234: مستوى جودة الحياة متوسط.
- 235إلى 300: مستوى جودة الحياة مرتفع.

8 الخصائص السيكومترية : الذي قامت به الباحثة فأسفر على أن كل أبعاد مقياس **جودة الحياة** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) وذلك لأن معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية عال، حيث بلغ أكثر من (0.50) في كل الأبعاد والدلالة المعنوية Sig تساوي (0.00) ومنه فإن مقياس **جودة الحياة** يتمتع بدرجة عالية من الصدق. أما **ثبات المقياس** فتم حسابه بطريقة ألفا كرونباخ حيث بلغ معامل الثبات (0,835) وهذا يشير إلى أن المقياس على درجة عالية من الثبات ويتم عرض ذلك في الجدول الاتي:

جدول (04)

ثبات مقياس جودة الحياة

المقياس	درجة الثبات
جودة الحياة	0,835

9 حدود الدراسة: تتمثل حدود الدراسة في كل من المكان الذي أجريت فيه الدراسة والمدة المستغرقة في إنجازها، ويتم عرض ذلك وفقا لما يلي:

1. **الحدود المكانية:** تمت الدراسة بجامعة البليدة2 بالعفرون، كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية.
2. **حدود زمانية:** امتدت الدراسة في جانبها الميداني من السداسي الأول من الموسم الدراسي 2019/2018.

10 الإجراءات العملية للتطبيق : أن عملية توزيع المقاييس كانت أكثر تنظيما، فقد تم التطبيق خلال الحصص الدراسية بعد اخذ الإذن من الأساتذة مسبقا وأخذ موعد أحيانا وأحيانا أخرى كنا نتصل بالطلبة قبل بداية الحصة ونوزع المقاييس ثم نعطي موعد أخر لجمعها.

11 أساليب المعالجة الإحصائية : تعتبر الطريقة الإحصائية في تحليل نتائج البحوث من أكثر الطرق استعمالا من طرف الباحثين وذلك لما تتميز به من موضوعية، وما تقدمه من نتائج كمية ونوعية واضحة. وبغية الإجابة عن تساؤلات الدراسة الحالية والتأكد من صحة الفروض، قامت الطالبة الباحثة باستخدام برامج الحاسوب الإحصائي Spss25 وهي كالتالي:

- Alpha cronbach: لحساب ثبات المقياسان.
- حساب الاتساق الداخلي لحساب صدق المقياسان.
- Ttest: لحساب دلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين
- Pearson: معامل الارتباط بيرسون لدراسة العلاقة الارتباطية بين متغيرا الدراسة.
- استخدام التكرارات والنسب لقياس المستويات.
- One WayAnova: تحليل التباين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات مجموعات الافراد.(إضافة الى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري).

ثامنا: عرض وتحليل ومناقشة نتائج فرضيات الدراسة :

1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى للدراسة :

تنص الفرضية الأولى للدراسة على وجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لطلبة السنة الثانية علم النفس، ولمعرفة مدى صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي بانحرافه المعياري، وحساب قيمة Ttest.ويتم توضيح ذلك أكثر من خلال الجدول الموالي:

الجدول (05)

مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة السنة الثانية علم النفس.

الصلابة النفسية	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
منخفض (48-78)	150	116.86	12.73	112.42	0.01
متوسط (79-109)					
مرتفع (110-144)					

يتضح من خلال الجدول (05) أن المتوسط الحسابي قد بلغ (116.866) بانحراف معياري قدره (12.731)، كما بلغت قيمةTtesT (112.424)، وبالرجوع إلى القيم النظرية التي تم عرضها في الجدول يمكن القول بوجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لدى طلبة السنة الثانية علم النفس، وبالتالي يتم قبول الفرضية الأولى للدراسة التي تنص على وجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لدى طلبة السنة الثانية علم النفس.

تشير نتائج الفرضية الأولى للدراسة الى وجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لدى طلبة السنة الثانية علم النفس، وهذا ما يتفق مع معظم الدراسات التي اهتمت بمتغير الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين من حيث نتائج مستوى الصلابة ومن بينها دراسة أبو الندى (2007)[10] ، والشهري (2015)[11] التي توصلت الى وجود مستوى مرتفع من الصلابة.

ونفسر ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة السنة الثانية علم النفس، الى طبيعة المرحلة التي يمرون بها الا وهي مرحلة التعليم الجامعي التي تؤثر في تنمية مدركات الطلبة لمختلف جوانب حياتهم ويكون فيها الطالب قد حقق مستوى من النضج الذي يمكنه من الخروج لمعترك الحياة بكل احداثها وتحدياتها.

كما يمكن إرجاع إرتفاع مستوى الصلابة النفسية عند طلبة السنة الثانية علم النفس الى طبيعة التخصص الذي يدرسونه ،فطبيعة التكوين الذي يتلقاه طالب علم النفس في مختلف الجوانب النظرية والبيداغوجية والتطبيقية الميدانية وما يتلقاه من معارف ومعلومات ضمن الوحدات المدرسة والتي تمكنه من معرفة نفسه وقدراته واهتماماته وجوانب القصور لديه وطرق التغلب عليها ،وهذا ما يكسب طلبة علم النفس القدرة على التعامل بفاعلية مع الضغوط والتحديات والصعوبات اليومية ،والقدرة على حل المشاكل ومواجهة الصعوبات والتصدي للصدمات والاحباطات وبالتالي تطوير أهدافهم بواقعية لحل المشاكل والتفاعل بسلاسة مع الاخرين ومعاملتهم باحترام، واحترام الذات . وهي كلها من مؤشرات الصلابة كما قيست في الدراسة الحالية. فإدراك طالب علم النفس الاثار السلبية للضغوط على نحو إيجابي ينعكس وبصورة إيجابية على أدائه في الراحل المتقدمة من حياته.

فطلبة علم النفس يمثلون شريحة مهمة في المجتمع التي ينتظر منها عدة امتيازات من حيث الاسهام في قضايا المجتمع على اختلاف مجالاتها خصوصا مع التطور الذي شهده هذا التخصص والذي شمل مجالات اهتمامه وطرائق البحث فيه وميادينه اذ أصبح يهتم بالقضايا العملية التطبيقية التي تشغل بال المجتمعات حتى أصبح يطلق على هذا العصر بعصر المعرفة السيكولوجية.[12]

فالدور المنوط لطلبة علم النفس يتطلب منهمان يتمتعوا بصلابة نفسية قوية وقدرة عالية من التحكم في انفعالاتهم رغم ما يمرون به من ظروف ومحكات وهذا ما ينعكس على ما يقومون به من أدوار في المستقبل، فتمتعهم بالصلابة النفسية هي أكبر دليل على قدرتهم على الصمود والمقاومة والاقتدار والسيطرة على البيئة من حولهم، وأكثر مبادرة ونشاط ودافعية أفضل.

ونظرا لأهمية الصلابة النفسية لدى الطالب الجامعي اكدت عدة دراسات على ضرورة تقوية الصلابة النفسية لما لها من أهمية في حياة الطالب الجامعي في مختلف الجوانب ،من بينها دراسة إيناس محمد سليمان علي (2006) التي هدفت الى معرفة فعالية برنامج ارشادي لتنمية الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، وتم فيها تطبيق البرنامج على عينة مكونة من (20)طالبة وتم تقسيم العينة الى مجموعتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية ،وأشارت النتائج الى وجود فروق دالة بين درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على الصلابة لصالح القياس البعدي ووجود فروق في درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية للدراسة :

تنص الفرضية الثانية للدراسة على وجود مستوى متوسط لجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس ولمعرفة مدى صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي بانحرافه المعياري، وحساب قيمة Ttest.ويتم توضيح ذلك أكثر من خلال الجدول الموالي.

جدول (06)

مستوى جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس.

جودة الحياة	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
منخفض (60-125)	150	205.83	20.41	123.48	0.01
متوسط (126-234)					
مرتفع (235-300)					

يتضح من خلال الجدول (06) ان المتوسط الحسابي قد بلغ (205.833) بانحراف معياري قدره (20.415)، كما بلغت قيمة Ttest (123.483)، وبالرجوع الى القيم النظرية التي تم عرضها في الجدول يمكن القول بوجود مستوى متوسط لجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس. وبالتالي يتم قبول الفرضية الثانية للدراسة والتي تنص على وجود مستوى متوسط لجودة الحياة لدى طلبة علم النفس.

تشير نتائج الفرضية الثانية للدراسة الى وجود مستوى متوسط لجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس. وهذا ما يتوافق مع دراسة سابقة في ذات السياق وهي دراسة رجاء محمود مريم (2016) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى عينة من طالبات جامعة الملك سعود والتي توصلت الى وجود مستوى متوسط لجودة الحياة للطالبات.

وعلى اعتبار أن مفهوم جودة الحياة متعدد الابعاد ويختلف من شخص الى اخر وفقا للمعايير التي يعتمدها الفرد لتقويم الحياة ومطالبها فهي غالبا ما تتأثر بعوامل كثيرة تحدد مقومات جودة الحياة كالصحة الجسمية والحالة النفسية ومستوى الاستقلالية، والعلاقات الاجتماعية والاعتقادات الشخصية وعلاقته بالبيئة بصفة عامة، وعلى أساس هذا نفسر وجود مستوى متوسط لجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس بجامعة البليدة–2– لونيسي على الى تدني في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم للطالب ،فقد عرف المحيط الجامعي مؤخرا اضطرابات متكررة متعلقة بظروف التمدرس والإقامة والتنقل والاطعام وكذا الظروف المتعلقة بالجوانب الإدارية، حيث أشار الاشول (2005) إلى أن جودة الحياة تتمثل في رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، ومدى إدراك هؤلاء لقدرة الخدمات على اشباع حاجاتهم المختلفة.[13]

كما يمكن إرجاع ذلك الى ان معظم افراد العينة من الجنس الانثوي بنسبة (87 بالمئة) اللاتي يتأثرن بالموروث الثقافي والعادات الموجودة في المجتمع الجزائري والتي تحد من إمكانية شغلهن لوقت الفراغ في ممارسة الهوايات وتنمية المواهب فمن الشائع في مجتمعنا هو تقديم المساندة والدعم الاجتماعي للأنثى في مجال الدراسة أكثر من أي مجال اخر هذا من جهة والحد من حريتها على التعبير عن العواطف والوجدان من جهة أخرى خاصة في هذه المرحلة النمائية الحساسة. وكذلك يمكن ارجاع المستوى المتوسط لطلبة علم النفس الى سوء إدارة الوقت بصفة عامة. فنجد أغلبية الطلبة يقضون أوقات فراغهم في مواقع التواصل الاجتماعي، والجلوس في الساحات، وهذا ما يؤكد أنه يجب علينا أن نهتم بالظروف الملائمة للطالب.

3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة للدراسة :

تنص الفرضية الثالثة على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجة الصلابة النفسية ودرجة جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس، ولمعرفة صحة هذه الفرضية. تم حساب معامل بيرسون بين متوسط الدرجات الكلية للصلابة النفسية ومتوسط الدرجات الكلية لجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس، ويتضح ذلك من خلال الجدول الموالي.

جدول (07)

العلاقة الارتباطية بين درجة الصلابة النفسية ودرجة جودة الحياة.

المتغيرات	ن	م	ع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
الصلابة النفسية	150	116.866	12.731	0.351	0.01	دال
جودة الحياة		205.833	20.415			

يتضح من خلال الجدول رقم (07) ان معامل بيرسون قد بلغ (0.351) وهذا ما يشير الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) ما بين درجة الصلابة النفسية ودرجة جودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس، وهذا ما يتوافق مع الفرضية الثالثة للدراسة.

تثبت نتائج الفرضية الثالثة للدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجة الصلابة النفسية وجودة الحياة لطلبة السنة الثانية علم النفس، وقد اتفقت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة بعض الدراسات، إذ تعد الصلابة النفسية جوهر الشخصية السوية فهي من العوامل المهمة وحيوية التي تساعد الفرد على مواجهة الاحداث الضاغطة والأزمات التي يتعرض لها بشكل مستمر وحتمي وتمكنه من استثمار مصادره الشخصية وخبراته الحياتية لتحسين أدائه والمحافظة على صحته النفسية والجسدية نفيراها البعض انها نمط من التعاقد النفسي الذي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والاخرين من حوله واعتقاده بان بإمكانه ان يكون له التحكم فيما يلقاه من احداث، ويتحمل مسؤولية ما يطرا على جوانب حياته من تغيير الذي يعتبره امر مثير وضروري اكثر من كونه تهديد.

كما أن مفهوم جودة الحياة مفهوم واسع يختلف من شخص لأخر ويتأثر بعدة عوامل كالصحة الجسمية والحالة النفسية العلاقات الاجتماعية ومستوى تحكم الفرد في ذاته وعلاقته بالبيئة التي ينتمي اليها. كما ينظر الى جودة الحياة من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجاته الجسمية

والنفسية وتحقيق العلاقات الاجتماعية الإيجابية، الاستقرار الاسري والرضا عن العمل والاستقرار الاقتصادي. وعليه فإن مستوى ما يملكه الفرد من صلابة نفسية تساعده على إدراك البيئة الداخلية والخارجية بشكل إيجابي وهذا ما ينعكس على مستوى جودة حياته.

ونفسر ذلك أن ما يملكه طلبة السنة الثانية علم النفس بجامعة لونيسي على من صلابة نفسية وجودة الحياة يعود الى طبيعة المناهج التي يدرسونها لما لها من دور في تعزيز الصلابة النفسية، وبالتالي انعكاسها على جودة الحياة. كما ترى الباحثة أن وجود العلاقة الطردية بين الصلابة النفسية وجودة الحياة يرجع الى القدرات والطاقات والسمات التي تمييز طالب علم النفس والتي تمنحه القوة والتحمل، وهذا يدل على ان مقومات الصلابة النفسية يمكن ان تساهم في فهم مواقف الحياة ومواجهتها بفاعلية وإيجابية ووصولا الى الشعور بالرضا والاستمتاع بالحياة وبالتالي تحقيق جودة حياة. وهذا ما أشار إليه شقير (2009) إلى أن الصلابة النفسية تمثل احدى محكات خصائص الشخصية السوية والتي تحدد معايير وأبعاد جودة الحياة بشكل عام.[14]

4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة للدراسة :

تنص الفرضية الرابعة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى لمتغير التخصص، ولأجل التأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة f، ويتم توضيح ذلك في الجدول الموالي.

جدول (08)

الفروق بين متوسط الدرجات في الصلابة النفسية حسب التخصص.

المجموعات	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة f	مستوى الدلالة	الدلالة
بين المجموعات	15551.293	7775.647	132.909	0.000	دال
داخل المجموعات	8600.040	58.504			
المجموع	24151.333				

يوضح الجدول رقم (08) ان قيمة fبلغت (132.909) وبما ان مستوى الدلالة اقل من مستوى المعنوية المفترض 0.05 فان قيمة fدالة احصائيا ومنه تقبل الفرضية فيما يتعلق بمتغير التخصص.

تثبت نتائج الفرضية الرابعة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لطلبة السنة الثانية علم النفس تعزى لمتغير التخصص.

دراستنا الحالية ركزت على بحث الفروق في الصلابة بين التخصصات الفرعية لتخصص رئيس وهو علم النفس وتوصلنا الى وجود فروق في الصلابة رغم ان كل هذه التخصصات تصب في

نفس السياق حيث تسعى الى تنمية شخصية الطالب من خلال اشباعه بالمعارف والمعطيات التي تمكنه منا ن يكون متمكنا فيما يوجه اليه مستقبلا، وهذا يؤثر بدوره على الصلابة النفسية التي تتطلب إحساس الفرد بالالتزام اتجاه المبادئ والقيم التي يتبناها ويدافع عنها واعتقاده بالسيطرة والتحكم في بيئته والتأثير عليها ورفع التحدي أمام ما يمكن ان يوجهه ويعتبره فرصة للنمو والتطور. ونفسر هذا وجود اختلاف في محتوى الوحدات التي تدرس ضمن كل تخصص من تخصصات علم النفس ،فنجد ان تخصص الأرطوفونيا له توجه طبي حيث يركز في تدريسه على علم النفس العصبي واضطرابات النطق واللغة والصمم وفحص الأصوات ،فهو يهدف الى فهم الاضطرابات الخاصة بالغة والنطق والتكفل بها ، حيث تدرج الأرطوفونيا في بعض الدول ضمن الفروع الشبه طبية اما تكوين الأرطوفونيين في الجزائر فهو فرع تابع لأقسام علم النفس حيث يعتمد في الكثير من الأحيان على علم النفس ومعطياته سواء على مستوى التنظير أو التطبيق، في حين نجد أن علم النفس يركز على دراسة الشخصية والعوامل المهمة التي تؤثر في تكوينها وأسباب انحرافها وطرق علاجها، فهو يختص بدراسة السلوك الإنساني من جميع جوانبه النفسية والاجتماعية والفيزيولوجية والعقلية والانفعالية وغيرها وعلاقته بالبيئة التي يعيش فيها ،أما تخصص علوم التربية فيركز على دراسة السلوك الإنساني في المواقف التربوية من خلال تزويد الطالب بالمبادئ والمناهج والأساليب النظرية التي تمكن من حدوث عملية التعليم والتعلم والتعرف على المشكلات التربوية وحلها .

وحسب إطلاعنا على الدراسات التي تناولت الفروق في الصلابة حسب متغير التخصص وجدنا أن معظمها تناول الفروق بين التخصصين العلمي والادبي كدراسة الحجار (2005) ودراسة البيرقدار (2011) والزهاورة (2015) حيث توصلت الى وجود فروق ذات دلالة في الصلابة النفسية لصالح التخصصات العلمية.

5 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة للدراسة :

تنص الفرضية الخامسة على وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى لمتغير نمط الإقامة (داخلي –خارجي) ومن اجل التأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة الاختبار "ت" لمعرفة الفروق في الصلابة النفسية حسب نمط الإقامة ويتم توضيح ذلك في الجدول التالي.

جدول (09)

الفروق بين متوسط الدرجات في الصلابة حسب الإقامة.

نمط الإقامة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T	مستوى الدلالة	القرار
خارجي	94	118.138	12.641	148	1.593	0.113	غير دال
داخلي	56	114.732	12.707				

من خلال الجدول رقم (09) يتبين ان المتوسطات الحسابية بالنسبة لعينة الدراسة في درجات الصلابة النفسية والتي بلغت لدى الطلبة الخارجيين (118.138) بانحراف معياري (12.641) أما عند الطلبة الداخليين فقد بلغت (114.732) وبانحراف المعياري(12.707) ، في حين ان قيمة Tبلغت (1.593) عند مستوى الدلالة (0.113) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في الصلابة النفسية تعزى لمتغير نمط الإقامة (داخلي– خارجي).

ونرجع ذلك الى انشاء العديد من الأقطاب الجامعية في السنوات الأخيرة على المستوى الوطني مما أدى الى قرب الاقامات الجامعية من المناطق التي ينتمي اليها الطالب المقيم فلا يشعر ببعده عن العائلة التي تعتبر مصدر الدعم النفسي والاجتماعي له في جميع مراحل حياته فيكون أكثر استقرارا وبعدا عن الضغوط التي قد يتحملها الطالب المغترب وهذا من دعائم الصلابة النفسية.

ويمكن ارجاعها أيضا الى ان معظم افراد العينة من الاناث واللاتي يتميزن بالقدرة على التحكم في أمور حياتهن وإدارتها كطالبات مقيمات أحسن من الذكور حيث ان التواجد في الاقامات الجامعية كون لديهن درجة عالية من الالتزام وغياب الشعور بالاغتراب النفسي وكذلك درجة عالية من التحدي للقيام بالمهام من منطلق ان التغيير ضرورة لابد منه للنمو والتطور وهذا ما توصلت اليه حراوبية (2009) الى ان الاناث المقيمات أكثر صلابة من الذكور المقيمين.

ولقد تنافت نتائج دراستنا فيما يخص وجود فروق ذات دلالة في الصلابة النفسية للطلبة الجامعيين تعزى لمتغير نمط الإقامة مع دراسة حراوبية لبندا (2009) والتي كان من أهدافها التعرف على الفروق في التوافق والصلابة النفسية بين الطلبة المقيمين وغير المقيمين وتوصلت الى ان الطلبة غير المقيمين(الخارجيين) أكثر توافقا وبالتالي اكثر صلابة من الطلبة المقيمين(

الداخليين) ويمكن ارجاع الاختلاف بين نتائج الدراسة الحالية ونتائج دراسة حراوبية الى الاختلاف الذي شهدته ظروف الإقامة بين الدراستين حيث ان ظروف الإقامة الحالية أحسن مما كانت عليه في 2009اذ كان الطالب حينها يعاني اكثر فيما يخص فرص الزيارة للعائلة وصعوبات التنقل ومشاق السفر، وقلة التواصل مع الاهل مقارنة مما هو عليه حاليا .وهذا ما ينعكس على صلابته النفسية.[15]

6 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السادسة للدراسة :

تنص الفرضية السادسة الى وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى لمتغير التخصص، ولأجل التأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب fويتم توضيح ذلك في الجدول الموالي.

الجدول (10)

الفروق بين متوسط الدرجات في جودة الحياة حسب التخصص.

المجموعات	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	الدلالة
بين المجموعات	4543.77	2271.887	5.802	0.004	دال
داخل المجموعات	57557.06	391.545			
المجموع	24151.33				

يوضح الجدول رقم (10) ان قيمة f بلغت (5.802) وبما ان مستوى الدلالة اقل من مستوى المعنوية المفترض (0.05)، فان قيمة fدالة احصائيا ومنه تقبل الفرضية فيما بتعلق بمتغير التخصص.

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لطلبة السنة الثانية علم النفس تعزى لمتغير التخصص وترجع الطالبة الباحثة ذلك الى طبيعة الوحدات التي تدرس في كل تخصص من التخصصات الثلاثة فالطالب يتشبع بمعارف ومعلومات التخصص الذي ينتمي اليه والذي يؤثر بدوره في تنمية مدركاته لجودة حياته. فجودة الحياة بشكل عام جودة خصائص الانسان من حيث تكوينه الجسمي والنفسي والمعرفي ودرجة توافقه مع ذاته ومع الاخرين وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي وتواترت المفاهيم التي تضم جودة الحياة لتشمل عدة مفاهيم متشابهة كالسعادة، والحياة الجيدة والرضا الذاتي ".[16]

كما أن جودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص إلى آخر من الناحيتين (النظرية والتطبيقية) استنادا إلى المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم حياتهم ومتطلباتها. وتتفق دراستنا مع دراسة العادلي (2006) التي هدفت الى معرفة مدى إحساس طلبة كلية التربية بالترساق بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات، وشملت العينة (198) طالبا وطالبة، وأظهرت

النتائج ان إحساس افراد العينة بجودة الحياة كان من مستوى فوق المتوسط، وان هناك فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الطلبة وفق التخصص الدراسي لصالح تخصص الدراسات الاجتماعية مقارنة بباقي التخصصات الأخرى. كما أثبتت دراسة حسن (2008) أنه توجد فروق في جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص لصالح التخصصات العلمية.[17]

7 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية السابعة للدراسة :

تنص الفرضية السابعة على وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة(داخلي–خارجي)، ومن اجل التأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة الاختبار "ت" لمعرفة الفروق في جودة الحياة حسب نمط الإقامة(داخلي–خارجي)، ويتم توضيح ذلك في الجدول التالي:

الجدول (11)

الفروق بين متوسط الدرجات في جودة الحياة حسب نمط الإقامة.

نمط الإقامة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T	مستوى الدلالة	القرار
خارجي	94	208.414	19.193	148	2.027	0.044	غير دال
داخلي	56	201.500	21.809				

من خلال الجدول رقم (11) يتبين أن المتوسطات الحسابية بالنسبة لعينة الدراسة في درجات الصلابة النفسية والتي بلغت لدى الطلبة الخارجيين (208.414) بانحراف معياري (19.193) أما عند الطلبة الداخليين فقد بلغت (201.500) وبانحراف معياري(21.809) في حين ان قيمة T بلغ(2.027) عند مستوى الدلالة (0.044) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلبة السنة الثانية علم النفس في جودة الحياة تعزى لمتغير نمط الإقامة(داخلي–خارجي).ونفسر ذلك أن الطالب المقيم له نفس الادراك ونفس النظرة لجودة حياته مع الطالب غير المقيم، فقد أصبحا يحظيان بنفس الفرص في الحصول على المساندة الاسرية والتواصل المستمر مع المحيط الذي نشا فيه الى حد ما، وذلك نتيجة لتوفير الأقطاب الجامعية القريبة من المناطق التي ينتمي اليها الطالب المقيم مما يخول له التواصل المستمر مع اسرته ومحيطه والتي تعتبر مصدر الدعم النفسي والاجتماعي في هذه المرحلة.

خاتمة:

تطرقنا في دراستنا هذه إلى علاقة الصلابة النفسية بجودة الحياة لدى طلبة السنة الثانية علم النفس بجامعة البليدة –2– لونيسي علي، حيث تم التطرق لأدبيات كل متغير بالتفصيل في الجانب النظري، فتم التطرق لمتغير الصلابة النفسية والتي تعتبر من المتغيرات الإيجابية لما لها من أهمية في الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فهي من مصادر المقاومة والصمود والوقاية من آثار الضغوط التي يتعرض لها الفرد بشكل مستمر وحتمي. كما تم التعرف كذلك على متغير جودة الحياة الذي يعد مفهوما نسبيا يختلف من فرد لآخر إذ أنه يشمل تقييم الفرد وإدراكه لحياته من جوانبها المتعددة، وبالتالي فقد تأثر هذا المفهوم لدى الفرد بعدة عوامل منها ما هو موضوعي خارجي، ومنها ما هو ذاتي داخلي، فهو مفهوم معقد وفي نفس الوقت بالغ الأهمية إذ أصبح مؤخرا بؤرة إهتمام الكثير من الدراسات في مجالات عديدة ومنها علم النفس. وفي الجانب التطبيقي تمت إقامة هذه الدراسة وفقا للمنهج الوصفي والذي يعد الأنسب لهذا النوع من الدراسات، وبانتقاء نوع العينة الحصصية بحجم (150) طالب جامعي تخصص علم النفس وذلك بتطبيق مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر عماد (2002)وتقنين معمرية بشير (2011)،ومقياس جودة الحياة للباحثين منسي وكاظم (2006) بعد التحقق من خصائصها السيكومترية من خلال الدراسة الاستطلاعية ،وبالتالي تم تحقيق أهداف الدراسة المسطرة في الفصل التمهيدي بالتفصيل، وكذلك بإجراء القياس الكمي لمعطيات الدراسة الميدانية الأساسية.

قائمة المراجع:

1-Kobaza .S.O.Maddi,puccetti,zola,m(1985). effedi veness of hardiness,exercise and social support as resorces against illness. **journal of psychosomatic research**,vol.29,No.5. 5,1985.

2-Taylor and.Shaunna,L(1995)، an analyses of relascition stress control program in an altermative Elementary school . dissertation. **abstraets international**.

3-عماد مخيمر، 1997، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، متغيرات وسطية في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***، العدد السابع عشر، المجلد السابع.

4- السيد إبراهيم السمادوني، 2007 ،الذكاء الوجداني اسسه وتطبيقاته وتنميته، ***دار الفكر***،عمان ،الاردن ط.1

5-مصطفى حسن حسنين، 2004، بعض المتغيرات النفسية نوعية الحياة وعلاقتها بسمات الشخصية لمدمني الهروين، رسالة ماجستير غير منشور كلية الآداب، جامعة عين الشمس.

6-سامي محمد ملحم، 2007، اساسيات علم النفس، عمان، الأردن، ط1، ***دار الفكر ناشرون وموزعون.***

7- مشري حياة، 2014، جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي، ***مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية***، العدد (08)، جامعة الوادي الجزائر.

8- بشير معمرية، 2009، مركز الضبط والصحة النفسية ط1مصر، ***المكتبة العصرية***.

9- كاظم علي مهدي، محمود عبد الحليم، 2006، مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. جامعة السلطان قابوس. سلطنة عمان.

10- أبو ندى عبد الرحمان، 2007، الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الازهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس كلية التربية، جامعة الازهر، غزة، فلسطين.

11-المفرجي سالم والشهري عبد الله، 2008، الصلابة النفسية والامن النفسي لدى عينة من الطلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، ***مجلة علم النفس والعلوم الإنسانية***، جامعة المينا مصر.

12- علي عبد الحق، 2009، المهارات الحياتية استراتيجية منهجية، اسكندرية مصر، ***دار الجامعة الجديدة للنشر***.

13- الاشول عادل عز الدين، 2005، نوعية الحياة من المنظور الاجتماعي والنفسي والطبي، وقائع المؤتمر العلمي الثالث، جامعة الزقازيق مصر.

14- زينب شقير، 2005، الشخصية السوية والمضطربة، ***دار الكتاب العالمية بيروت***.

15- حراوبية ليندة، 2010، الصلابة النفسية وتأثيرها على التوافق مع الحياة الجامعية عند الطلبة، دراسة مقارنة، رسالة دكتوراه، غير منشورة في علم النفس العيادي، جامعة الجزائر.

16-Andalman ,r,b(1999), qality of lifeof children usa of psycholond otcomes gicpalning aal tasting for teartment planning.

17- حسن ولاء إسحاق، 2008، فاعلية برنامج ارشادي مقترح لزيادة مرونة الانا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة.