

الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية (دراسة ميدانية بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست)

Psychological hardness and its relationship to life satisfaction among adolescents with hearing disabilities (a field study at the School for Hearing-Impaired Children in Tamanghasset)

أ. عبد المنعم فيصل 1، د. عبد الله بن عبد السلام 2

1 المركز الجامعي أمين العقال الحاج موسى اق اخاموك - تامنغست (الجزائر)

2 المركز الجامعي أمين العقال الحاج موسى اق اخاموك - تامنغست (الجزائر)

fayssalfaycal@gmail.com 1

saikbal5108@yahoo.fr 2

تاريخ النشر: 2020/05/30

تاريخ القبول: 2020/04/28

تاريخ الإرسال: 2020/03/28

ملخص البحث

تهدف الدراسة الحالية إلى محاولة التعرف على طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست , والتعرف على الفروق بين الجنسين (ذكور-إناث) في الصلابة النفسية والرضا عن الحياة, حيث تكونت عينة الدراسة من (30) مراهق من ذوي الإعاقة السمعية تتراوح أعمارهم ما بين (13-24) سنة , وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي, ولجمع البيانات تم استخدام مقياس الصلابة النفسية لذوي الإعاقة السمعية ل "مرؤى السيد علي الهادي (2009م) ومقياس الرضا عن الحياة ل "مجدي الدسوقي" (1996م), وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل الى : وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعوقين سمعيا تامنغست أيضا توصلت الدراسة الى عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور -إناث) في الصلابة النفسية وفي الرضا عن الحياة .

الكلمات المفتاح: صلابة, رضا,مراهق, اعاقه , سمع .

المرسل: saikbal5108@yahoo.fr

Abstract:

The current study aims to try to identify the nature of the relationship between psychological hardship and life satisfaction in adolescents with hearing disabilities in the school for hearing impaired children tamanrasset, and to identify the differences between the sexes (male-female) in psychological hardness and satisfaction with life, where the study sample consisted of (30) A teenager with auditory impairment ranging in age from (13-24) years, and a relational descriptive approach was used. To collect data, a psychological hardness scale for the hearing impaired was used for "Marwa El-Sayed Ali El-Hady (2009) and a measure of life satisfaction for Magdy El-Desouky " (1996), and after statistical treatment, Pray to:

-The presence of a positive correlation between psychological rigidity and satisfaction with life among adolescents with hearing impairment in the school for children with hearing impairment Tamanghasset The study also concluded that there are no differences between the sexes (males and females) in psychological rigidity and in satisfaction with life.

Suggested words: hardness, satisfaction, adolescence, obstruction, hearing



مقدمة:

تعتبر حاسة السمع إحدى الحواس التي تحتل مركزا هاما في حياة الإنسان و فقدان هذه الحاسة يعيق حياة الفرد عامة والطفل بصفة خاصة، فالطفل الذي يولد أصما يكون منذ ولادته بعيدا ومنعزلا عن الوسط الذي يعيش فيه، إذا تحرمه من الاكتساب الطبيعي للمنبهات الحسية الضرورية، وتجعله يعيش في فراغ صامت طول حياته، كما تجعله يشعر بشيء ما يقف حاجزا في طريق نموه، ويعيق التعبير عن نفسه كما يجد صعوبة كبيرة في ربط علاقة بين ذاته والمحيطون به، وكل هذا قد يؤدي به إلى التهميش الذي يبدأ منذ الطفولة المبكرة، ومن الأسرة التي قد لا تتقبل وضعية هذا الصغير، الذي كانت تنتظره بشغف كبير، لكن إعاقته عكست المعادلة وحالت دون إكمال الفرحة، فنتيجة لإعاقة الطفل سمعيا وعدم تقبل أسرته لأعاقته هو ما يؤثر على شخصيته وتسبب له مشكلات نفسية كمشاعر القلق والاكتئاب و ضعف تقدير الذات وسوء التوافق النفسي والاجتماعي وتؤدي الى انكساره ويصبح شخصا هشا غير قادر على التحكم في مجريات أمور حياته

وغير ملتزم بواجباته إضافة الى استسلامه الى امر الواقع غير متحدي للصعاب التي تواجهه وبالتالي فان اقباله على الحياة والرضا عنها سوف يقل.

ولكي يواجه المعاق سمعيا هذه المشكلات النفسية فيجب ان تتسم شخصيته بنظام مناعة تسهم في الحفاظ على صحته النفسية والجسدية وهذا النظام يتمثل في الصلابة النفسية التي تساعده على التوافق مع مواقف الحياة المختلفة التي يتعرض لها , حيث تعتبر الصلابة النفسية تعد بمثابة الدرع الواقي والجدار المنيع الذي يساعد الفرد على التكيف الإيجابي والهادف للتعامل مع أحداث الحياة الضاغطة، وتقوم بعمليات دعم المتغيرات الواقية من آثار الضغوط السلبية كالمساندة الاجتماعية والمرونة والتماسك والفعالية الذاتية، وهي تؤدي بذلك إلى تحقيق الشخصية القوية القادرة على احتمال الضغوط ومقاومتها، وتسهم في ارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي، والصلابة النفسية مفهوم نفسي حديث ظهر من خلال اعمال كوبازا خلال سنوات دراستها (1979م) وأشارت من خلال اعمالها أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية النفسية للفرد، حيث يتمتع الأشخاص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة بقدرة عالية على تحمل الضغوط(1).

فالصلابة النفسية تعتبر أكثر من ضرورة للمعاقين سمعيا، لأنها تمثل دورا حاسما في زيادة تقدير الذات وإعادة اعتبار المعاق سمعيا لنفسه ورضاه عن الحياة، حيث اشارت نتائج دراسة مجدي الدسوقي (1997م) ان الرضا عن الحياة ترتبط إيجابيا بتقدير الشخص لذاته، كما ان المراهقين الصم قد يشعرون بالرضا عن الحياة باعتبارها بنية نفسية متعددة الابعاد ترتبط بالعديد من المتغيرات النفسية كالصلابة النفسية وتقدير الذات وتعد هذه البنية مؤشرا للنجاح والتكيف في الحياة (2).

ونظرا لما يعانيه المراهق الأصم من مشكلات نفسية وضعف في المهارات الاجتماعية، ومن خلال اهتمام الباحث بفتة المعاقين سمعيا وعمله معهم فارتأى ان يتناول في دراسته موضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى المراهقين المعاقين سمعيا بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا تامنغست، وانطلاقا مما سبق ذكره نطرح التساؤلات التالية :

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتانمغست؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية حسب متغير الجنس (ذكور-اناث) بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتانمغست؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية حسب متغير الجنس (ذكور-اناث) بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتانمغست؟

أولاً: ملخص الدراسات السابقة :

ترى مجمل الدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية حيث ربطتها ببعض المتغيرات كاستراتيجية المواجهة كدراسة ستيفينسون (1990م) وجهة الضبط والوعي بالبيئة الاسرية , و دراسة مكستين (1997م), والاتجاهات الشخصية (3) , ودراسة نافولوري (1998م) استراتيجية الموائمة , و دراسة سودرستروم واخرون (2000م) الضغط النفسي, و دراسة مريم ملكي (4), (2015م), حيث توصلت جلها الى ان الصلابة النفسية ترتبط بعلاقة موجبة مع هذه المتغيرات. اما الدراسات المتعلقة بالرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات فقد ربطت جلها الرضا عن الحياة مع بعض المتغيرات كأحداث الحياة الضاغطة كدراسة أبو العلا (2009م) المساندة الاجتماعية المدركة والغير المدركة ,قلق المستقبل كدراسة إبراهيم (2011م), الاستجابة المناعية والدعم الاجتماعي المدرك (5) و دراسة خميسه قانون (2012م), التي هدفت الى الكشف عن الفروق بين الجنسين , وتوصلت جل هذه الدراسات الى ان الرضا عن الحياة يرتبط بعلاقة موجبة مع المتغيرات التي تناولتها (6)

اما الدراسات السابقة المشابهة مع الدراسة الحالية التي ربطت الصلابة النفسية مع الرضا عن الحياة كدراسة طارق أبو غمجة (2016م) (7), اما الدراسات الأخرى فقد ربطت الصلابة النفسية مع المتغيرات المشابهة للرضا عن الحياة كمعنى الحياة وجودة الحياة ونوعية الحياة كدراسة يحيى عمر شعبان شقورة (2012م), (8) ودراسة امل الشريدة (2016م) وتوصلت جميعا الى ان الصلابة النفسية والمتغيرات المشابهة لها ترتبط بعلاقة موجبة مع الرضا عن الحياة .

ثانياً: مصطلحات الدراسة :

1. الصلابة النفسية :

أ. التعريف النظري :

تعرف "كوبازا kobaza" الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد، في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك بفعالية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام والتحكم والتحدي. (9)

ب. التعريف الاجرائي للصلابة النفسية :

هي الدرجة الكلية لمجموع استجابات المراهق المعاق سمعيا على أبعاد مقياس الصلابة النفسية ل

"مروى السيد علي الهادي"

2. الرضا عن الحياة :

أ. التعريف النظري :

تعريف منظمة الصحة العالمية "الرضا عن الحياة هو معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييرها واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه (10)

ب. التعريف الاجرائي للرضا عن الحياة :

في الدراسة الحالية هي الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المعاق سمعيا على مقياس الرضا عن الحياة

ل "مجدي الدسوقي"

3. المراهق الاصم :

1. التعريف النظري:

ذلك الفرد الذي يعاني من عجز سمعي يصل إلى درجة تساوي 76 ديسبل فأكثر من فقدان السمع تحول دون اعتماده على حاسة السمع في فهم الكلام سواء باستخدام السماعات أو بدونها (11)

2. التعريف الإجرائي للمراهق الاصم : هو كل فرد عمره ما بين 13- 21 سنة ذكور واناث

مستواه التعليمي من السنة الأولى متوسط الى السنة الثالثة ثانوي يعاني من إعاقه سمعية بدرجة 70 الى 100 db والمتمدرس بمدرسة أطفال المعوقين سمعيا أصيب بالصمم في مرحلة عمرية ما أدى الى عجزه عن الاتصال والتواصل باللغة المنطوقة ما يحتم عليه استعمال لغة الإشارة.

ثالثا: فرضيات الدراسة :

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية حسب متغير الجنس (ذكور-اناث) لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية حسب متغير الجنس (ذكور-اناث) لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بمدرسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست

رابعا: أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة من ناحيتين الناحية النظرية والتطبيقية :

1. الناحية النظرية :

-أهمية الشريحة العمرية التي تناولتها الا وهي مرحلة المراهقة فهي مرحلة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع، كما أنها من أهم الفترات النمائية والتطورية في حياة الانسان، إذ يتحدد فيها الطريق الذي يختاره الشباب فيما بعد وبالتالي تتبلور شخصيتهم وتأخذ ملامحها الثابتة.

-تنبع أهمية هذه الدراسة من الفئة التي تناولها ، ألا وهي ذوو الإعاقة السمعية، هذه الفئة التي لا تمثل مشكلة من الناحية العددية فقط ، ولكنها تمثل مشكلة من الناحية (الإنسانية) أيضا فهم أناس كسائر البشر في المجتمع ، يتحتم أن تتاح لهم الحياة بين الآخرين ومع الآخرين ويتم معاملتهم كفئة في المجتمع مثل غيرهم.

2. من الناحية التطبيقية:

-تتضح أهمية هذه الدراسة في الاستفادة من نتائجها في عملية التكفل النفسي للأفراد من ذوي المستويات المنخفضة من الصلابة النفسية والرضا عن الحياة ، وتوجيه الوالدين والمحيطين بالمعاقين سمعيا للقواعد التي يجب مراعاتها في عملية التنشئة الاجتماعية لهذه الفئة حتى يخرجوا للمجتمع اسوياء نفسيا ويستطيعون مقاومة الضغوط وتجنب آثارها.

خامسا :أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى :

-الكشف عن طبيعة علاقة الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست .

-الكشف عن الفروق بين الجنسين في متغير الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بمدسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست

-الكشف عن الفروق بين الجنسين في متغير الرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الاعاقة السمعية بمدسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست

سادسا : الحدود الزمكانية للبحث :**1. الحدود المكانية :**

تم إجراء الدراسة بمدسة الاطفال المعاقين سمعيا بتامنغست التي تقع بحي الوثام؛ أنشأت بمرسوم تنفيذي رقم 103/04 المؤرخ في: 2004/17/19م , تم فتح المؤسسة في : 2004/11/18م , طاقة استيعابها تقدر ب: (120) فهي مؤسسة عمومية ذات طابع تربوي تقع تحت وصاية وزارة التضامن الوطني وتستقبل الأطفال ذوي الإعاقة السمعية من كلا الجنسين.

المجموع الكلي لتلاميذ المتكفل بيهم هو (98) تلميذ, (24) منهم داخليين, و(36) نصف داخليين، وعدد الحالات المتكفل بيهم في اطار التكفل الخارجي هو (38) حالة خارجي فهي بالتالي تعتمد على ثلاثة أنظمة داخلي نصف داخلي وخارجي تحتوي المؤسسة على عدة مكاتب هي :

مكتب للمدير ومكتب للأمانة العامة وآخر للمقتصد ومكتب لرئيس المستخدمين بالإضافة إلى المخزن العام ومكتب المصلحة البيداغوجية , أمانة المصلحة البيداغوجية ، 6 اقسام ، قاعة الانتظار، قاعة الألعاب، النادي قاعة المستوى التحضيري، المكتبة، و ورشة الأشغال اليدوية و أخرى للطرز والخياطة، بالإضافة إلى مكتب الفحص الأرتوفاوني، مكتب الفحص العيادي النفسي ومكتب المراقب العام ، البيضاة، مرقدين واحد للذكور وآخر للإناث وعيادة طبية.

2. الحدود الزمانية :

تم اجراء الباحث من بداية شهر ديسمبر 2018م الى غاية أواخر شهر افريل 2019م بمدرسة الأطفال المعوقين سمعيا تامنغست .

سابعا: مجتمع وعينة الدراسة

1. **مجتمع الدراسة:** هو المجتمع الذي يسحب منه الباحث عينة بحثه ، وهو الذي يكون موضع الاهتمام في البحث والدراسة وقد يكون مجتمع الدراسة محدود من حيث الحجم إضافة إلى ذلك مجتمع الدراسة هو مجموعة من المفردات تشترك في صفات وخصائص محددة ومعينة. ويتمثل مجتمع الدراسة الحالي من 30 مراهق من ذوي الإعاقة السمعية يتراوح أعمارهم ما بين 13 سنة الى 24 سنة المتدرسين بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست في الموسم الدراسي 2018/2019م

1. عينة الدراسة :

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية من ذوي الإعاقة السمعية المراهقين من مدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست , حيث تكونت العينة من 30 مراهق من ذوي الإعاقة السمعية وهو العدد الكلي لمجموع المراهقين المتواجدين في مدرسة الأطفال المعوقين سمعيا و تم تقديم لهم مقياس الدراسة المتمثلة في مقياس الصلابة النفسية ومقياس الرضا عن الحياة وبعد شرح تعليمات كل مقياس أجاب المفحوصين على المقاييس إلا بعض البنود التي لم يفهمها المفحوصين وبالاستعانة بالأخصائيين والمربين تم ترجمة تلك لبنود اللغة الإشارة وبالتالي أصبحت كل بنود مقياس الدراسة مفهومة وواضحة وأجاب جميع المفحوصين عليها.

2. وصف خصائص العينة:

جدول رقم (1) يوضح خصائص عينة الدراسة:

الجنس	العدد	النسبة للتوية
الذكور	13	43,33%
الاناث	17	56,66%
المجموع	30	100%

نلاحظ من خلال الجدول رقم (1) أن الذكور أقل من الإناث حيث بلغ عددهم 13 بنسبة مئوية قدرت ب 43.33 % وبلغ عدد الاناث 17 بنسبة مئوية قدرت ب 56.66 %

جدول رقم (2) يوضح خصائص العينة حسب السن :

السن	العدد	النسبة المئوية
18-13	17	56.66%
24-18	13	43.33%
المجموع	30	100%

نلاحظ من خلال الجدول رقم (2) أن عدد الذين يتراوح أعمارهم ما بين (13-18) أكبر من عدد الذين يتراوح أعمارهم ما بين (18-24) حيث بلغ عددهم 17 بنسبة مئوية قدرت ب 56.66 % وبلغ عدد الذين تتراوح أعمارهم ما بين (18-24) 13 بنسبة مئوية قدرت ب 43.33 %

جدول رقم 03 يوضح خصائص العينة حسب المستوى التعليمي :

المستوى التعليمي	العدد	النسبة المئوية
أولى متوسط	11	36.66%
ثالثة متوسط	06	20%
رابعة متوسط	06	20%
ثالثة ثانوي	07	23%
المجموع	30	100%

ثامنا : أدوات الدراسة :

يرتبط أي بحث علمي بمدى فعالية الأدوات التي استخدمت كونها الوسيلة التي يستعين بها الباحث في جمع البيانات ذات العلاقة بموضوع الدراسة وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على مقاييسين :

1. مقياس الصلابة النفسية للمراهقين ذوي الإعاقة السمعية من اعداد الباحثة "مروى

السيد علي الهادي" (2009م)

يتكون مقياس الصلابة النفسية للمراهقين ذوى الإعاقة السمعية من 38 عبارة موزعة على أربعة أبعاد هم الالتزام - التحكم - التحدى - الثقة ، يتم الإجابة عليها بإختيار استجابة واحدة من ثلاثة استجابات هي: دائما ونادرا واحيانا

أ. تصحيح المقياس :

تكون الدرجات على التوالي (1-2-3) - (دائما-أحيانا-نادرا) في حالة العبارات الموجبة وتعطى الدرجات على التوالي (3-2-1) - (دائما-أحيانا-نادرا) في حالة العبارات السالبة ثم تجمع درجات البنود التي تعبر عن الدرجة الاجمالية لها عن درجة الفرد في الصلابة النفسية وبلغت الدرجة الكبرى للمقياس (114) والدرجة الصغرى للمقياس (38) بحيث تعبر الدرجة الكبرى من مقياس عن مستوى مرتفع من الصلابة النفسية والدرجة الصغرى من المقياس عن مستوى منخفض من الصلابة النفسية ويوضح الجدول التالي مفتاح تصحيح المقياس.

-مفتاح تصحيح مقياس الصلابة النفسية لدى المراهقين المعوقين سمعياً

جدول رقم (4) يوضح مفتاح تصحيح مقياس الصلابة النفسية

م	الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات	درجة كل بعد
1	الالتزام	1-5-9-13-17-21-25-29-33-36-38	11	أقل درجة للبعد 11 - اعلى درجة للبعد 33
2	التحكم	2-6-10-14-18-22-26-30-34	9	أقل درجة 11 - اعلى درجة 27
3	التحدى	3-7-11-15-19-23-27-31	8	أقل درجة 8 - اعلى درجة 24
4	الثقة	4-8-12-16-20-24-28-32-35-37	10	أقل درجة 10 - اعلى درجة 30

ب. الخصائص السيكومترية للمقياس :

قمنا في هذه الدراسة الحالية بإعادة حساب الخصائص السايكومترية للمقياس لاعادة التأكد من صدق وثبات المقياس :

❖ **الصدق البنائي:** يعتبر الصدق البنائي أحد مقاييس صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدى ارتباط كل محور من محاور الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات الاستبانة.

جدول رقم (5) يوضح معاملات ارتباط أبعاد الصلابة النفسية بالدرجة الكلية للمقياس

الرقم	الأبعاد	الارتباط	مستوى الدلالة
01	الالتزام	**0,689	0,00
02	التحكم	**0,737	0,00
03	التحدي	*0,376	0,04
04	الثقة	**0,841	0,00

** دالة عند مستوى الدلالة 0.00 *دالة عند مستوى الدلالة 0.05

الجدول رقم (3) يبين معاملات الارتباط كل بعد من المقياس بالدرجة الكلية للمقياس ونلاحظ ان جميع الأبعاد دالة عند مستوى الدلالة 0.01 وعند 0.05 ومنه تعتبر جميع الأبعاد المقياس صادقة لما وضعت لقياسه .

❖ **الثبات:** قمنا بحساب ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق على نفس أفراد العينة، حيث أعيد التطبيق بعد 21 يوم من التطبيق الأول والجدول الموالي يوضح قيمة معامل الارتباط لبيرسون.

جدول رقم (6) يوضح معامل ارتباط ثبات مقياس الصلابة النفسية

عدد أفراد العينة	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
30	0,90	0,00

نلاحظ من خلال الجدول رقم 6 ان معامل الارتباط هو 0.90 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01 وهذا يدل على ثبات الاختبار.

1. مقياس الرضا عن الحياة من اعداد مجدي الدسوقي 1996م

مقياس الرضا عن الحياة: أعده مجدي الدسوقي سنة 1996م يتكون من 30 عبارة تقيس عدة أبعاد هي: السعادة الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي، القناعة. لهذا المقياس خمس بدائل هي: تنطبق تماما، تنطبق، بين، لا تنطبق، لا تنطبق أبدا.

5-مقابل تنطبق تماما.

4-مقابل تنطبق

3-مقابل بين بين

2-مقابل لا تنطبق

1-مقابل لا تنطبق أبدا

ب: الخصائص السيكومترية : قمنا في هذه الدراسة الحالية بإعادة التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة لمزيد من الثقة المنهجية والموضوعية العلمية من خلال حساب الصدق والثبات وهو ما سنوضحه في مايلي :

❖ الصدق : استعملنا صدق المقارنة الطرفية للتأكد من الصدق التمييزي لهذا الاختبار، حيث قمنا بترتيب النتائج تصاعديا و قسمناها إلى فئتين عليا وسفلى بنسبة 33 % لكل فئة والجدول التالي يوضح نتائج الاختبار"ت" لدلالة الفروق بين الفئة العليا والسفلى.

جدول رقم (7) بين نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين لفئة الدنيا والفئة العليا لمقياس الرضا عن الحياة

الفئة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
الفئة الدنيا	104,20	7,62	11,47	0,00
الفئة العليا	133,20	2,39		

من خلال الجدول رقم (7) نلاحظ أن قيمتي المتوسط الحسابي بالنسبة للفئة العليا و الدنيا على الترتيب هما: (104.20) بانحراف معياري (7.62) و (133.20) بانحراف معياري (2.39) وقد قدرت قيمتي الانحراف المعياري للفئتين حيث بلغت قيمة "ت" (11.47) وهي دالة عند المستوى ، 0.00 مما يدل على الصدق التمييزي للاختبار.

❖ **النتائج:** استعملنا لحساب ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق على نفس أفراد العينة، حيث أعيد التطبيق بعد 21 يوم من التطبيق الأول والجدول الموالي يوضح قيمة معامل الارتباط لبيرسون.

جدول رقم (8) يوضح معامل ثبات مقياس الرضا عن الحياة

عدد أفراد العينة	قيمة الارتباط	الدلالة
30	0.81	0.00

نلاحظ من خلال الجدول رقم (8) ان معامل الارتباط هو 0.81 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.00 وهذا يدل على ثبات الاختبار.

تاسعا: منهج الدراسة و الأساليب الإحصائية المستخدمة:

1. منهج الدراسة:

استخدمنا في هذه الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لمناسبته للدراسة الحالية والذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا والتعبير عنها كميًا وكيفيًا من خلال إعطاء وصف رقمي يوضح مقدار وجود الظاهرة وحجمها ودرجة ارتباطها بالظواهر الأخرى وتحليلها وتفسيرها.

2. الأساليب الإحصائية المستخدمة: لقد تمت معالجة بيانات الدراسة باستخدام بعض

الأساليب الإحصائية التالية باستخدام برنامج SPSS:

-معامل الارتباط بيرسون.

-إختبار "ت" لعينتين مستقلتين غير متساويتين.

عاشرا: عرض نتائج الدراسة :

1. عرض نتيجة الفرضية العامة :

تنص الفرضية العامة على : وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست , و لاختبار هذه الفرضية تم الاعتماد على المعالجة الإحصائية بحساب معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرين والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (9) يوضح العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة

المتغيرين	التوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الصلابة النفسية	91.46	6.60	0.495**	0.00
الرضا عن الحياة	119.07	13.00		

* دالة عند مستوى الدلالة 0.05

** دالة عند مستوى الدلالة 0.00

يتضح من الجدول رقم (9) ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة 0.00 بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية والدرجة الكلية للرضا عن الحياة وبالتالي تحققت الفرضية العامة التي تنص على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست.

2. عرض نتائج الفرضية الجزئية الاولى

تنص الفرضية الجزئية الاولى على: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية حسب متغير الجنس (ذكور اناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار ت لدلالة الفروق بين عينيتين مستقلتين والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (10) بين اختبارات دلالة الفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية

الجنس	العدد	التوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ذكر	13	93.53	5.79	1.538	0.50
انثى	17	89.88	6.90		

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (10) نلاحظ ان المتوسط الحسابي للذكور قدر ب (93.53) بانحراف معياري قدر ب (5.79) بينما المتوسط الحسابي للإناث قدر ب (89.88) بانحراف معياري قدر ب (6.90) وبالنظر الى قيمة ت المقدره ب (1.538) فهي غير دالة عند أي مستوى دلالة بالتالي لا توجد فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية , وبذلك فان الفرضية السادسة المطروحة لم تتحقق.

3. عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

تنص الفرضية الجزئية الثانية على: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة حسب متغير الجنس (ذكور اناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار ت لدلالة الفروق بين عينيتين مستقلتين والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (11) بين اختبارات دلالة الفروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ذكر	13	119.69	13.96	0.227	0.92
انثى	17	118.58	12.64		

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (11) نلاحظ ان المتوسط الحسابي للذكور قدر ب (119.69) بانحراف معياري قدر ب (13.96) بينما المتوسط الحسابي للإناث قدر ب (118.58) بانحراف معياري قدر ب (12.64) وبالنظر الى قيمة ت المقدرة ب (0.227) فهي غير دالة عند أي مستوى دلالة وبالتالي لا توجد فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة , وبذلك فان الفرضية السابعة المطروحة لم تتحقق.

حادي عشر: مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

1. تفسير ومناقشة نتائج الفرضية العامة :

تنص الفرضية العامة على انه توجد علاقة ارتباطيه بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست حيث جاءت النتائج تقر بوجود علاقة طرديه بين المتغيرين , أي انه كلما ارتفع مستوى الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا زادت درجة رضاهم عن الحياة والعكس صحيح وهذا ما يتفق مع دراسة "يجي عمر شعبان شقورة" (2012م) والتي اشارت الى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة , ويتمثل أيضا مع دراسة "سعيدة قجال

وعقيلة عيسرو" (2018م) التي اشارت الى ان الصلابة النفسية ترتبط بنوعية الحياة حيث أن ارتفاع درجة الصلابة النفسية مرتبط بارتفاع مستوى نوعية الحياة , ويتماشى هذا أيضا مع كل من دراسة "بن قاسي دليلة ودهلوم ريمة" (2017م) ودراسة "تفاحة السيد" (2009م), (12) ودراسة "طارق أبو غمجة" (2016م) حيث بينت كل هذه الدراسات ان هناك علاقة ارتباطيه إيجابية بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة.

ويرى الباحث ان هذه النتيجة منطقية حيث أن الإحساس بالرضا عن الحياة يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسية وسعادته في الحياة ،ولكي يتمتع الفرد بصحة نفسية لابد أن تتوفر لديه القدرة على التكيف مع الأحداث الضاغطة ومواجهتها بقدر كافي من الصلابة النفسية التي تمكنه من اجتيازها بسلام ومواصلة حياته بشكل يكون راض عنه ،فالصلابة النفسية تؤدي إلى التوافق النفسي والاجتماعي ،والتوافق هو العمود الفقري للصحة النفسية لأنه يعني الحركة الدينامية التي تتناول السلوك والبيئة بالتغيير و التعديل مما يؤدي إلى تجاوز المشكلات والعقبات ،فيشعر الإنسان بإيجابية وانجازة ويشعره بالسعادة والرضا عن الحياة ، يقول "أدلر" شعور الفرد بالنقص يدفعه إلى التعويض بجانبه الإيجابي" إذا يخلق هذا الإحساس تحديا ذاتيا داخل الفرد يكون مصدرا لقوة واردة خلاقة للإبداع في الحياة، وترجع العلاقة الارتباطية الإيجابية بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة الى ان ادراك الفرد للرضا عن الحياة هو نتاج لاستثمارات القدرات والطاقات الكامنة التي تمنحه القوة والتحمل وهذا يدل على ان مقومات الصلابة النفسية يمكن ان تساهم بشكل فعال في فهم المواقف الحياتية الضاغطة ومواجهتها بفعالية وإيجابية وصولا الى الشعور بالرضا والاستمتاع بالحياة.

2. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولى :

تنص الفرضية الجزئية الاولى على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية حسب متغير الجنس (ذكور اناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا بتامنغست وأشارت النتائج الى عدم وجود فروق في الصلابة النفسية حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة "مروى السيد علي الهادي" (2009م) حيث توصلت الى عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور – اناث) لدى المراهقين المعاقين سمعيا حيث كلاهما لديهم صلابة نفسية نتيجة لظروف التي يتعرضوا لها وتتماثل أيضا مع دراسة مع كل من "كالهان" (2000 م) ودراسة "سودرستروم واخرون"

(2000م) حيث توصلوا الى عدم وجود فروق بين الجنسين في لصلاية النفسية بينما تختلف هذه نتيجة مع الدراسة مع كل من دراسة "ستيفنسون"
(1990م) ودراسة "حرايبيبة ليندة واخرون" (2012م) حيث توصلوا الى وجود فروق بين الجنسين في الصلاية النفسية , ويمكن تفسير هذه النتيجة بطبيعة العصر الحالى الذى نعيش فيه وعدم التفرقة بين الذكور والإناث بصفة عامة في المعاملة كالسابق، بل أنه فى بعض الأحيان تعامل الأنثى معاملة الذكر لحماية نفسها من الذئاب البشرية، ويتم تشجيعها على السلوك الاستقلالى وتحمل المسؤولية واتخاذ قراراتها بنفسها، وذلك نظراً لكثرة الضغوط والاحباطات التى تكتنف هذا العصر ويتعرض لها المراهقون بصفة عامة على حد سواء دون التفرقة بين جنس المراهق , وكذلك الأمر بالنسبة للمعاقين سمعياً لا توجد فروق بين الجنسين فى الضغوط التى تفرضها عليهم ظروف وطبيعة الإعاقة، حيث يجدوا أنفسهم منذ الصغر مجبرين على الذهاب إلى مدارس داخلية تبعد أحياناً لمسافات بعيدة عن منازلهم فهم ليسوا كالطفل العادى الذى يعامل منذ الصغر كطفل مدلل يذهب معه والده إلى المدرسة ذهاباً وإياباً وفى آخر اليوم يكون بين أفراد أسرته، وعلى العكس من ذلك، فالمعاق سمعياً يمر منذ صغره بالانفصال النفسى عن أسرته، فيجد نفسه وحيداً محدود الخبرة لا يجد من يسانده فى وحدته ويعينه على تحمل الصعاب ومواجهة العقبات والتحكم فيها وتحديها.

3. مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

تنص الفرضية الجزئية الثانية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى الرضا عن الحياة حسب متغير الجنس (ذكور- إناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعياً بتامنغست وأشارت النتائج الى عدم وجود فروق فى الرضا عن الحياة حسب متغير الجنس (ذكور- إناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع كل من دراسة "أبو العلا" (2009م) ودراسة "يحي عمر شعبان شقورة" (2012م) ودراسة "قانون خميسة" (2012م) حيث توصلوا جميعا الى عدم وجود فروق فى الرضا عن الحياة بين الجنسين ذكور وإناث , بينما تختلف هذه النتيجة مع كل من دراسة "عبد اللطيف حسن" (1996م) ودراسة "تفاحة السيد (2009م) وفضل إبراهيم (2002م) حيث توصلوا الى وجود فروق بين الجنسين فى الرضا عن الحياة , وهذا ما يتماشى مع ما يراه أنصار نظرية التكيف و التعود، حيث أن الأفراد يتصرفون بشكل مختلف اتجاه الأحداث الجديدة فى الحياة ، وذلك اعتمادا على نمط شخصيتهم ،

وردود أفعالهم ، وأهدافهم بالحياة، ولكن نتيجة التعود والتأقلم مع الحدث وبمرور الوقت فإنهم يعودون إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل الأحداث ، فاستجابة الأفراد بالفرح أو الحزن هو رد فعل قصير حسب طبيعة الأحداث فحسب هؤلاء فإن الشعور بالسعادة يرتبط بتحقيق الأهداف اللاحقة أو نجاح العلاقة الاجتماعية المقبلة أو حل المشكل ، ولا يرتبط بالعمر أو بالجنس ، فنتائج الدراسات تشير إلى أن الأفراد من مختلف الأعمار وبغض النظر عن الجنس لا يختلفون في الشعور بالسعادة أو الرضا عن الحياة، ويرجعون السبب إلى التكيف أو التأقلم مع الأوضاع الجديدة، فقد وجد أن المعاقين الذين يستخدمون الكرسي المتحرك يتمتعون تقريبا بنفس الدرجة من السعادة والرضا عن الحياة التي يتمتع بها غير المعاقين .

ويرى الباحث أن المراهقين المعاقين سمعيا ذكور وإناث يتعايشون مع نفس الظروف الفيزيائية داخل المدرسة بالإضافة إلى الأعباء الدراسية التي يتعرضون لها وبالتالي فإن مدى رضاهم عن الحياة يكون متقارباً جداً.

خاتمة

من خلال هذا الدراسة التي قمنا بها والتي هدفت إلى محاولة الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا تامنغست ، ومن خلال تطبيق مقياس الصلابة النفسية لذوي الإعاقة السمعية "لمروى السيد علي الهادي" (2009م)، ومقياس الرضا عن الحياة "لمجدي الدسوقي (1996م) تم التوصل إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة 0.00 بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا تامنغست
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الصلابة النفسية طبقا الى الجنس (ذكور-إناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا تامنغست.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الرضا عن الحياة طبقا الى الجنس (ذكور -إناث) لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية بمدرسة الأطفال المعاقين سمعيا تامنغست.
- ومن خلال النتائج المتحصل عليها يمكن الخروج بالاقترحات التالية:

- ✓ على الوالدان والقائمون على رعاية المراهقين المعاقين سمعياً ان يكونون نماذج سلوكية تتسم بالصلاية النفسية حتى يتمكن للمعوقين سمعياً أن يقلدوها ويحتدوا بها.
- ✓ البدء من إمكانات وقدرات المعاق سمعياً وليس مما ينبغى أن يكون، وإتاحة الفرصة له للتعبير عن ذاته من خلال إشراكه في برامج تدعم الاستقلال الذاتي لديه وإشباع حاجته إلى النجاح والتقدم، وتهيئة البيئة الأسرية والمدرسية لذلك.
- ✓ تبصير المراهق المعاق سمعياً بجوانب القوة لديه، وغرس المعتقدات الإيجابية وإزالة المعتقدات السلبية لديه، وتشجيعه على أداء أنشطة بديلةً تعويضاً عن الأنشطة التي يتعذر عليه القيام بها بسبب إعاقته وتقديم التدعيم المناسب لإنجازاته وابتكاراته.
- ✓ إعادة النظر في المناهج الدراسية المعدة للمعاقين سمعياً بحيث تراعى خصائصهم واحتياجاتهم وميولهم ويتمكن من خلالها الشعور بذاته والاستبصار بكيفية التعامل مع مواقف الحياة.

الهوامش :

- 1- يوسف بن سيف الرجبي ومحمد عبد الحميد الشيخ حمود (2017) ، الصلاية النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم مابعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة جامعة السلطان قابوس ، مجلد- عدد 1 يناير ص 298.
- 2- محمود سالم مندوه محمد سالم (2012) مستوى التدين والشعور بالضغوط والرضا عن الحياة لدى المراهقين الصم ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، العدد 81 أكتوبر 2012 ص 180
- 3- مروى السيد علي الهادي (2009) الامن النفسي وعلاقته بالصلاية النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية ، مذكرة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزقزيق مصر ص 38
- 4- مريم ملكي (2015) ، الصلاية النفسية وعلاقتها بالضغط النفسي ، مذكرة ماستر ، جامعة محمد خيضر بسكرة.
- 5- نهدى سعاد (2015)، التفاوض والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين ، مذكرة ماستر ، جامعة ورقلة.
- 6- خميسة قانون (2012)، الاستجابة المناعية وعلاقتها بالدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان ، رسالة دكتوراه ، جامعة عين الشمس مصر

- 7- طارق أبو غمجة (2016), برنامج تدريبي لتنمية الصلابة النفسية لتحسين درجة الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة , مذكرة دكتوراه, جامعة عين الشمس , مصر
- 8- يحي عمر شعبان شقورة (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة , مذكرة ماجستير , كلية التربية , جامعة الأزهر غزة
- 9- عمور عمر واخرون (2013), مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة , المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية, العدد 31 .ديسمبر 2013 ص163
- 10- خميسة قانون (2012), الاستجابة المناعية وعلاقتها بالدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان , رسالة دكتوراه, جامعة عين الشمس مصر ص 102
- 11- سلامي سعيدة (2011), علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالتوافق النفسي لدى الاصح , مذكرة ماستر, جامعة العقيد اكلي محمد والحاج -البويرة ص 64
- 12- تفاحة السيد (2009), الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين ,مجلة كلية التربية, جامعة الإسكندرية , المجلد 19, العدد الثالث (أ) 2009 , مصر

قائمة المراجع والمصادر:

أ. المذكرات:

- 1- خميسة قانون (2012), الاستجابة المناعية وعلاقتها بالدعم الاجتماعي المدرك والرضا عن الحياة لدى مرضى السرطان , رسالة دكتوراه, جامعة عين الشمس مصر ص102
- 2- سلامي سعيدة (2011), علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالتوافق النفسي لدى الاصح , مذكرة ماستر, جامعة العقيد اكلي محمد والحاج -البويرة ص64
- 3- طارق أبو غمجة (2016), برنامج تدريبي لتنمية الصلابة النفسية لتحسين درجة الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة , مذكرة دكتوراه, جامعة عين الشمس , مصر
- 4- مروى السيد علي الهادي (2009) الامن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية , مذكرة ماجستير , كلية التربية, جامعة الزقزيق مصر ص38

- 5- مريم ملكي (2015) , الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسي , مذكرة ماستر , جامعة محمد خيضر بسكرة.
- 6- نهدى سعاد (2015), التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين , مذكرة ماستر , جامعة ورقلة.
- 7- يحي عمر شعبان شقورة (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة , مذكرة ماجستير , كلية التربية , جامعة الازهر غزة.
- ب. المجالات:
- 1- تفاحة السيد (2009), الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين , مجلة كلية التربية, جامعة الإسكندرية , المجلد 19, العدد الثالث (أ) 2009 , مصر
- 2- محمود سالم مندوه محمد سالم (2012) مستوى التدين والشعور بالضغوط والرضا عن الحياة لدى المراهقين الصم , مجلة كلية التربية , جامعة المنصورة , العدد 81 أكتوبر 2012 ص 180
- 3- عمور عمر واخرون (2013), مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة , المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة البدنية و الرياضية , العدد 31 .ديسمبر 2013 ص 163
- 4- يوسف بن سيف الرجبي ومحمد عبد الحميد الشيخ حمود (2017) , الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم مابعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات , مجلة جامعة السلطان قابوس , مجلد- عدد 1 يناير ص 298