جامعة إب
مجلة الباحث الجامعي

الصلابة النفسية لدى عينة من المعنفات في مدنية إب

Psychological Hardiness among a Sample of Physically Abused Women in Ibb City

منى علي محمد حميد

باحثة ماجستير بقسم العلوم النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة إب، اليمن

الملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى المعنفات في مدنية إب، حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي في جمع البيانات وتحليلها، حيث تكونت عينة الدراسة من (120) امرأة معنفه في مدنية إب، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت في الدراسة مقياس الصلابة النفسية من إعداد عماد محمد مخيمر(2006)، وقد تم التحقق من صدق الأداة وثباتها وأشار معامل الصدق والثبات إلى مناسبة الأداة لما وضعت لقياسه، وأشارت نتيجة الدراسة إلى إن مستوي الصلابة النفسية لدى المعنفات في مدنية إب مرتفعاً.

Abstract

The aim of this study is to identify the psychological hardiness level among the physically abused women in Ibb city. For data collection and analysis, the correlative descriptive survey was followed in the study. The sample of the study consisted of 120 abused women in Ibb City. Mekhaimer 2006 Psychological Hardiness scale was employed to achieve the study objectives. The validity and reliability of the tool were tested and verified to make sure that the tool fulfills what it measures. The findinh of the study revealed that there were statistically high significant differences of psychological hardiness levels among abused women in Ibb City.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، المعنفات، مدنية إب.

Keywords: Psychological hardiness, Abused women, Ibb city

أولاً: مقدمة الدراسة Introduction:

يتعرض الإنسان في حياته اليومية الى العديد من الأزمات والمشكلات والضغوط التي تؤثر على الفرد فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والإحباط ولا نستطيع الهروب من هذه المشكلات وتجنب الفشل أو الإحباط أو النقد، لذلك ظهرت الصلابة النفسية كاتجاه جديد يهتم بالتركيز على الصحة النفسية وليس على أمراض وعلى المتغيرات الإيجابية التي من نشأنها أن تجعل الفرد يحتفظ بصحته الجسمية والنفسية عند مواجهته للضغوط بل وتدعم قدرته على المواجهة الناجحة لهذه الضغوط ومن أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للضغوط والأزمات والإحباطات الصلابة النفسية (الرشيد، 2015: 8).

تمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط التي يواجهها في حياته، والاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية، وعدم تعرضه للاضطرابات الفسيولوجية الناتجة عن

الضغوط كأمراض القلب والدورة الدموية وغيرها، حيث يتصف ذوو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي، والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط، لذلك فإنهم يحققون النجاح في التعامل مع الضغوط، ويستطيعون تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً (السيد، 8:2007).

وقد أشار هانتون Hanton إلى أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يواجه الضغوط اليومية بفاعلية، وهذا يشير إلى أن لديه مستوى عاليًا من الثقة النفسية، وهكذا فإن ذلك الفرد يقدر المواقف الضاغطة بأنها أقل تهديدًا، وبذلك يحول ردة فعله إلى استجابات إيجابية (عباس، 175:2010).

والأفراد الذين يتمتعون بصلابة نفسية مرتفعة يكونون قادرين على التكيف بشكل أفضل من الذين لا يتمتعون بنفس الدرجة من الصلابة.

وتُعد الصلابة النفسية من عمليات التكيف السليم والجيد أثناء الصدمات والضغوط النفسية والقدرة على التحكم في المشاعر وحل المشكلات والازمات التي يمر بها الفرد في حياته، كما أنها تكسب الفرد قدرًا من المرونة والوقاية من الانهاك النفسي، كما أنها من الخصائص النفسية المهمة للفرد لكي يواجه ضغوط الحياة المتعددة بطريقة صحيحة ويحقق ذاته بالرغم من هذه الضغوط (العبدلي، 2012: 8).

تعد ظاهرة العنف الأسري ظاهرة اجتماعية أفرزتها ظروف الحياة بمتغيراتها الاجتماعية والثقافية والاقتصادية والسياسية، وهو ليس حالة ظرفية طارئة بقدر ما هو نمط من أنماط السلوك الإنساني، وما يشير ويلفت الانتباه هو تفشي معدلاته وازديادها، وتنوع أنماطه في هذا العصر حتى أصبح سمة ملازمة، فلم تعد تخلو منه دولة أو مجتمع أو ثقافة، فهو متفشٍ في المجتمعات المتقدمة والنامية على حدٍ سواء، فقد أصبح ظاهرة آخذةً في التزايد في مختلف المجتمعات البشرية (الصغير، 2012: 12)

ويتضمن العنف عدة أشكال منها: الجسدي، النفسي، الجنسي، الصحي، الاجتماعي، الاقتصادي، وترتبط هذه الأشكال جميعًا بمجموعة كبيرة من الاضطرابات النفسية والسلوكية التي تؤثر في الصحة الجسدية والنفسية للمرأة، وعلى أدائها لأدوارها النبيلة في الأسرة والمجتمع، ومن الأسباب المؤدية للعنف ضد المرأة الخلافات الأسرية والاجتماعية، وكذلك الأزمات الاقتصادية والظروف المعيشية الصعبة، وتعاطي الخمور والمخدرات، وتداخل الأدوار داخل الأسرة، كما أن تدني مستوى تقدير الذات لدى كل من المعتدي والضحية، قد يؤدي الى العنف، وكذلك الاضطرابات النفسية لدى المعتدي (الشواشرة وآخرون، 2014: 369).

ويُعد العنف من مظاهر السلوك الأولى التي عرفتها المجتمعات البشرية، لكنه عرف ارتفاعًا كبيرًا خلال العقود الأخيرة، ولا يكاد يخلو مجتمع من بعض أشكاله التي عرفتها المجتمعات منذ زمن قديم، إلا أن بعض أسبابه مرتبط ببعض خصائص المجتمع الحديث خصوصًا تلك التي تبدو أنها تعبير عن الضغوط ومشاعر الإحباط والقهر (نبيلة، 2009: 2).

تشير دراسة منظمة الصحة العالمية عن العنف الأسري ضد المرأة عالميًا التي أجرتها الأمم المتحدة إلى أن زيادة الانتباه إلى العنف ضد المرأة برزت بالدرجة الأولى في سياق عقد الأمم المتحدة للمرأة (1975 - 1985)، حيث أصبح عدد متزايد من المنظمات النسائية مرتبطًا بجدول أعمال الأمم المتحدة بواسطة مؤتمرات دولية وإقليمية معنية بالمرأة، وعلى الرغم من الأهمية البالغة لدور المرأة في تنمية ونهضة المجتمع، والتطور الحضاري الذي شهدته الشعوب عبر السنين التالية على عقد المرأة وبروز العديد من المفاهيم الدولية المتقدمة المرتبطة بالعدالة والمساواة الإنسانية، إلا أن

المرأة لا تزال هي الأكثر تعرضًا للعنف بشكل عام، حيث أوضحت الدراسة المذكورة بأن 70٪ من نساء العالم يتعرضن لنوع من أنواع العنف على الأقل في حياتهن، وأن المرأة تتعرض للعنف الأسري/ المنزلي من قبل أحد أفراد أسرتها بصورة أكبر مقارنة بالعنف من خارج الأسرة (الأمم المتحدة، 2006)، وبينت إحصائية لمنظمة الصحة العالمية أن ثلث إجمالي عدد النساء في العالم (30٪) من المرتبطات بعلاقة مع شريك يتعرضن للعنف الجسدي أو الجنسي على يد شركائهن الحميمين، وترتفع نسبتهن إلى أكثر من ذلك بكثير في بعض الدول وتصل نسبة جرائم قتل النساء التي يرتكبها شركاء حميمون إلى 38٪في العالم (منظمة الصحة العالمية، 2014 : 11).

ويمكن القول إن واقع العنف ضد المرأة في المجتمع العربي بشكل خاص يعود الى واقع المجتمع الذكوري المسيطر على بنيته الاجتماعية بالدرجة الأولى، والى دورها الذي يعزز تبعيتها واستلامها الاجتماعي عبر ما تقوم به من أدوار وسلوكيات تؤدي الى مزيد من القهرية والاستغلال الجسدي والاقتصادي والنفسي والجنسي تجاهها فلا تزال العلاقة في أغلب المجتمعات العربية تتم بالتسلطية والقوة من جانب الرجل والخضوع والتبعية من جانب المرأة (المصري، 4:2008).

لا تزال المجتمعات العربية تكتم عن الإعلان عن قضايًا العنف ضد المرأة لا يختلف الوضع عالميًا عن الوضع العربي الأ أن الكيفية التي يتم الإعلان عنها ونشرها تختلف في الدول العربية عن الدول الغربية فلا تزال المجتمعات العربية تتكتم عن الإعلان عن قضية المرأة، والتي تعود لخصوصية هذه المجتمعات والثقافة السائدة فيها والمعايير والانحراف والعادات والتقاليد داخل المجتمع (الحربي، 2015: 3).

وفي مجتمعنا اليمني نتيجة هذه الأزمات (أزمة الحرب) التي نمر بها، فإن المرأة كأحد وأهم مكون في المجتمع تتعرض للكثير من الضغوط والأزمات التي يشكل العنف أحدها، والدراسات على حد علم الباحثة في مجال الصلابة النفسية للمعنفات قليلة جدًا.

ثانيًا: مشكلة الدراسة Problem of the study:

تتخلص مشكلة الدراسة الحالية في الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من المعنفات في محافظة إب وتحاول الدراسة الحالية الإجابة عن السؤال الآتي: -

ما مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من النساء المعنفات في مدينة إب؟

ثالثًا: أهمية الدراسة والحاجة اليها importance of the study:

تتلخص أهمية الدراسة في جانب نظري وجانب تطبيقي كالتالي:

- تشمل رفد المكتبة المحلية والعربية بهذه الدراسة كمرجع مهم حول موضوعه.
- استفادة للدارسين والباحثين منه كدراسة سابقة للدراسات اللاحقة.
- الاستفادة من أداة الدراسة وهو مقياس الصلابة النفسية من قبل الباحثين في المجال لاحقًا.
- تساعد الأخصائيين النفسين، والاجتماعين والتربويين في وضع برامج إرشادية لتعزيز الصلابة النفسية.
- لفت انتباه الباحثين لعمل دراسات حول الصلابة النفسية لكافة الفئات العمرية المعرضين للعنف الأسري وفي المجالات المتعددة، باعتبارها من أهم المتغيرات الانفعالية.
- تساعد الجهات المسؤولة والقانونية في وضع حد للعنف باعتباره يؤثر على الضحايا من الناحية النفسية ويترك آثارًا سلبية عليهم.

رابعًا: أهداف الدراسة objectives of the study:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على:

مستوى الصلابة النفسية لدى المعنفات في مدينة إب.

خامسًا: فرضيات الدراسة Study Hypotheses:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى(0,05) فأقل بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي لدرجات إجابات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية.

سادسًا: حدود الدراسة Limitation of the study:

الصلابة النفسية لدى عينة من النساء المعنفات المتواجدات في مخيمات النازحين والمترددات على اتحاد نساء اليمن في مدينة إب للعام 2021ميلادية.

سابعًا: مصطلحات الدراسة Terms of the study:

اولاً: الصلابة النفسية Psychological Hardiness:

عرفها كوبازا(Kobasa ،1983 :11): بأنها "مجموعة من خصائص الشخصية وظيفتها مساعدة الفرد في المواجهة الفعالة للضغوط وتتكون من الالتزام، والتحكم، والتحدي".

وعرّفها مخيمر(13:2006): بأنها "امتلاك الفرد لمجموعة سمات تساعد على مواجهة مصادر الضغوط ومنها القدرة على الالتزام والقدرة على التحدي والقدرة على التحكم في الأمور الحياتية".

وقد تبنت الباحثة تعريف مخيمر للصلابة النفسية في هذه الدراسة باعتبار أنها استخدمت مقياس الصلابة النفسية إعداد كوباز وتبني مخيمر(مخيمر: 2006).

التعريف الإجرائي للصلابة النفسية: الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة على مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

ثانيًا: العنف ضد المرأة: Violence Against Woman

العنف Violence: عرفها كلاٌّ من:

بدوي(1986: 125)بأنه: " استخدام الضبط أو القوة استخداما غير مشروع أو غير مطابق للقانون من شأنه التأثير على إدارة فرد ما".

الشيب (40:2007) أن العنف: " أي عمل عنيف عدائي أو مهين تدفع إليه عصبية الجنس يرتكب بأي وسيلة كانت بحق أي امرأة، ويسبب لها أذى نفسيًا أو بدنيًا أو جنسيًا أو معاناة بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل أو القسر أو الإكراه أو الحرمان التعسفي من الحرية سواء حدث ذلك في الحياة العامة أم الخاصة".

العنف الأسري Social Abuse: عرفة كلٌّ من:

الغامدي (2009: 7) "سلوك يقوم به أعضاء الأسرة، وتلحق ضررًا، مادياَ، أو معنوياَ، أو كليهما بأحد أفراد الأسرة يعني هذا بالتحديد: الضرب بأنواعه، والسب، والشتم، والاحتقار، والطرد، والحرق، على القيام بفعل ضد رغبة الفرد.

محمود وآخرون (2014: 369) "هو العنف الذي يشمل علي حرمان المرأة من زيادة للأهل والأصدقاء والأقارب والتدخل بعلاقاتها الشخصية، وإقامة العلاقات غير السليمة، والحد من نشاطها، وإبقائها في محيط البيت".

العنف ضد المرأةWoman Abuse:عرفها كلٌّ من:

أحمد (2013: 167) **العنف ضد المرأة هو**: ذلك السلوك أو الفعل الموجه إلى المرأة سواء أكانت زوجة أم أختًا أم ابنه وتتسم بدرجات متفاوتة من التميز و الاضطهاد والقهر والعدوانية الناجمة عن علاقات القوة غير المتكافئة بين المرأة والرجل نتيجة لسيطرة النظام الأبوي على أغلبية الأسر.

الاستراتيجية العربية لمناهضة العنف ضد المرأة: "أي فعل يقع على المرأة وينتج عنه إيذاء جسدي أو جنسي أو نفسي أو أي شكل من أشكال المعاناة مثل التهديد بهذه الأفعال أو الإكراه أو الإجبار عليها أو الحرمان من جميع الحقوق وقعت ضمن إطار العلاقات الأسرية أو الاجتماعية أو المهنية"(ابو غزالة، 2011: 7).

وعرفت الباحثة العنف ضد المرأة بأنه: كل سلوك أو تصرف يقوم به أعضاء الأسرة عن عمد أو غير عمد ضد

المرأة بغرض الإيذاء والاعتداء وسوء المعاملة مستخدمًا القوة المادية أو التهديد المعنوي، والإيذاء البدني، والنفسي، والاقتصادي، والجنسي، والصحي، والحرمان من الحرية.

خلفية نظرية:

الصلابة النفسية Psychological Hardiness:

تعد الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيًا، وهي الخاصية المهمة للفرد لكي يواجه ضغوط الحياة المتعددة والمثالية بنجاح، وتأثرت كوبازا بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، و يركز في تفسير السلوك الإنساني على المستقبل، ويرى أن دافعية الفرد تنبع أساسًا من البحث المستمر القائم على المعنى والهدف من الحياة **(Maddi, 2006: 165).**

وتؤكد كوبازا(Kobasa, 1979:3) على دور التعليم الاجتماعي في الأسرة والمجتمع في ظهور سمة على متغير وقائي ومقاوم للضغوط، ويساعد على الصحة النفسية والجسمية، حيث تعد الصلابة النفسية من أهم متغيرات الوقاية والمقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات التي تعمل على التحكم في الظروف المحيطة وتحقق التحدي المطلوب(صلاح الدين، وآخرون ،20:2005)، لمواجهة الضغوط والإنهاك النفسي، وتؤكد كوبازا على أن تعدل من إدراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل أثرًا، فيكتسب الفرد قدرًا من المرونة ولهذا فالصلابة النفسية تزيد من قدرة الفرد لمواجهة الضغوط المختلفة، وكذلك الوقاية من الإنهاك النفسي(عباس، 2010 : 15).

في حين أشارت دراسة لامبرت وآخرون (Lambet,etaI,2003:181) إلى أن الشخصية الصلبة عندما تواجه المتغيرات السالبة فإنها تواجهها ممارسات ذات علاقة بصحة الجسد، منها ممارسة الاسترخاء والتغذية الصحية والقيام بالتدريبات الرياضية، الأمر الذي يكون ارتباطًا إيجابيًا بين الصلابة النفسية والصحة الجسدية.

في أواخر السبعينيات من القرن الماضي قدمت كوباز (Kobaza، 1979 : 747) مفهوم الصلابة النفسية واقترحت أن الصلابة تخفف العلاقة بين أحداث الحياة المجهدة والمرض، وقد قسمت كوباز الصلابة إلي ثلاث مكونات الأول الالتزام بالنفس والعمل، والثاني الشعور بالسيطرة الشخصية على تجارب الفرد ونتائجه، الثالث التصوير بأن التغير بمثل تحديًا، ومن ثم يجب التعامل معه كفرصة للنمو وليس تهديد، وأن الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من الصلابة هم أكثر قدرة علي تحمل الآثار السلبية لضغوط الحياة، ومن ثم فإنهم أقل عرضة للإصابة بالمرض من الأفراد الذين يعانون من انخفاض الصلابة، وأن مقاومتهم للمرض ناتجة عن إدراكهم أن التغيرات الحياتية أقل إجهادًا.

وترى الباحثة أن الصلابة النفسية تكون درعًا وقائيًا للفرد وجدارًا منيعًا بساعده على التكيف الإيجابي والتعامل مع الضغوط وتحقيق شخصية قادرة على تحمل الضغوط ومقاومتها، واستبعادها بالقدر الذى يجعله يصل إلى أقصى درجات التوافق النفسي، وتحقيق خطوته الإيجابية نحو مستقبله من خلال بنية الثقة بنفسه التي تمكنه من تحقيق ذلك.

أهمية الصلابة النفسية psychological Hardiness importance:

الصلابة النفسية متغير نفسي وقائي يساعد الفرد على الصحة النفسية والجسمية، حيث تعد الصلابة من أهم متغيرات الوقاية والمقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات التي تعمل على التحكم في الظروف كما قدمت "كوبازا"Kobaza العديد من التفسيرات توضح فيها السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ومن بينها:

- الصلابة النفسية تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.

- أنها تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة وتساعد على الانتقال من حال إلى حال.
- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
- تقود إلى التغير في الممارسات الصحية مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة، مما يساعد على التقليل من الإصابة بالأمراض الجسمية (رضي، 2008: 51).

وكما يرى العبدلي أهمية الصلابة النفسية (العبدلي، 2012: 34):

- الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية.
- تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة.
- تجعل الفرد أكثر مرونة ونقاء وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة.
- تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

وأكدت "شيلي" "تايلور" أن منذ الدراسات والأبحاث الأولي التي قامت بها "كوباز" الأبحاث التي أثبت أن الصلابة النفسية ترتبط بكل من الصحة النفسية الجيدة والصحة الجسمية الجيدة، وأن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة علي الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فالأفراد الأكثر صلابة يتعرضون للضغط ولا يمرضون(ياغي، 2006: 38)

أبعاد الصلابة النفسية Dimensions psychological Hardiness:

تذكر كوباز أن الصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس وهي:

أولاً: الالتزام Commitment: يعتبر من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطًا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرًا لمقاومة مثيرات المشقة، وقد أشار جونسون وسارسون (1998) إلى هذه النتيجة حيث تبين لهما أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب، كما أشار الى أهمية هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة والتمريض وطب الأسنان(باغي: 45:2006).

وقد تناولت كوبازا وآخرون مكون الالتزام الشخصي أو النفسي إلا أن بريكمان(1987) وجونسون (1991) ذكرا أنواعًا مختلفة للالتزام: التزام الاجتماعي، الأخلاقي، والديني والقانوني.

وكذلك تناولت كوبازا(Kobaza ,1979 : 4) مكون الالتزام الشخصي في واقعها حيث رأت أنه يضم كلاً من:

1. الالتزام نحو الذات.
2. الالتزام نحو العمل.

تناول (أبو الندى، 2007: 21) الالتزام في ثلاثة أنواع هي: -

1. الالتزام الديني.
2. الالتزام الأخلاقي.
3. الالتزام القانوني.

من خلال العرض السابق يتضح أن الالتزام مصدره إما من داخل الفرد نفسه، أو مكتسبًا من المحيط الخارجي كالالتزام الأخلاقي أو القانوني، كل ما ممكن الانتهاء إليه أن كل المعاني السابقة تتجسد نفسيًا في مفهوم الالتزام الذي يعد بدوره أحد مكونات الصلابة النفسية.

ثانيًا: التحدي Challenge:

وتعرف كوبازا التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتى لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه جديًا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية(Kobaza,1979:70).

اعتقاد الفرد بأن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مهم مثير وضروري للنمو أكثر من كونه

امتدادًا له مما يساعده على المبادرة واستكشاف البيئة ومعرفة مصادر نفسية اجتماعية (مخيمر، 1997: 14).

كما يعرف التحدي بأنه تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ ردًا على متطلبات البيئة، وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وستجمع معًا وتوصف بأنها استجابات فعالة (أبو حلاوة، 41:2000).

مما سبق يتضح أن الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، وتخلق نمطًا من الشخصية شديدة الاحتمال تسطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من الآثار السلبية، لتصل إلى مرحلة التفوق، وينظر إلى المستقبل بنظرة الأمل والتفاؤل، وتخلو من القلق والاكتئاب.

ثالثًا: التحكم ControI: اعتقاد الفرد أن بإمكانه التحكم فيما يلقاه من أحداث وتحمل المسؤولية الشخصية مما يحدث له من حيث القدرة على اتخاذ القرارات وتفسير وتقدير الأحداث الضاغطة والقدرة على التحدي.(أبوغالي، 263:2010).

وأشارت إليه كوبازا (Kobaz) بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها من أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها.(عودة، 70:2010).

ويتضح من ذلك أن التحكم يتمثل في قدرة الفرد على توقع حدوث المواقف الصعبة بناءً على استقرائه على الواقع، ووضع الخطط المناسبة لمواجهتها والتقليل من آثارها حين حدوثها، ومسيطرًا على نفسه متحكمًا في انفعالاته.

خصائص الصلابة النفسية Psychological Hardiness characteristic:

ويقسم خصائص ذوي الصلابة النفسية إلى قسمين كما توصلت لها كوبازا (Kapasa) من خلال دراستها (1997 -1982 -1985) هي:

1. **خصائص مرتفعي الصلابة المرتفعة.**

الأفراد المتمتعين بالصلابة النفسية يتميزون بالخصائص الآتية :

- القدرة على الصمود والمقاومة.
- لديهم إنجاز أفضل.
- ذوو وجهة داخلية للضغط.
- أكثر قدرة واقتدار ويميلون دائمًا للسيطرة والقيادة .
- أكثر دافعية ونشاط.

2. **خصائص منخفضي الصلابة المنخفضة.**

يتصف ذوو الصلابة النفسية المنخفضة بالآتي:

- بعدم وجود هدف معين لهم وأن حياتهم بلا معنى.
- لا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية .
- لا يتوقعون الضعف المستمر في مواجهة الأحداث الضاغطة والمتغيرة.
- لا يفضلون البقاء في أسلوب حياة معين.
- يكونون دائمًا عاجزين عن تحمل الأثر السيء لمواقف الحياة الضاغطة (اليازجي، 2011: 21 - 22).

الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة:

وذكر"راضي" أن الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية هي (راضي، 2008: 39).

- تغيير الصلابة للإدراك المعرفي للأحداث اليومية إذا ما تم رؤيتها على نحو غير واقعي، فيعتقد الأفراد ذوو الصلابة في كفايتهم في تناول الأحداث الحياتية ومن ثم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية وتفاؤلية.
- تخفف الصلابة من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث وتحول دون وصول الفرد لحالة الإجهاد المزمن أو المرض وشعوره باستنزاف طاقاته.
- ترتبط الصلابة بطرق التعايش التكيفي الفعال، وتبتعد عن اعتياد استخدام التعايش التجنبي أو الانسحاب للمواقف.

- تدعم الصلابة عمل متغيرات أخرى كالأمل والمساندة الاجتماعية بوصفها من المتغيرات الواقعية، حيث يميل الأفراد الذين يتسمون بالصلابة إلى التوجه نحو طلب العلاقات الاجتماعية عند التعرض للمشقة وترتبط هذه العلاقات بدورها باستخدام أساليب التعايش التكيفي والتوافقي.

الصلابة النفسية في المنظور الإسلامي

psychological Hardiness in lslamic perspective :

مما لا شك فيه أن الدين الإسلامي قائم على الاهتمام بشخصية الفرد المسلم والارتقاء به ماديًا ومعنويًا، والقارئ لآيات القرآن الكريم وأحاديث النبي صلى الله عليه وسلم يجد الخير الكثير ويجد الحلول الربانية لمشاكل الحياة وضغوطها المتراكمة على الإنسان، فحينما نرى أن الصلابة النفسية هي قدرة الفرد على التغلب على ضغوط الحياة والتكيف معها نجد الهدى الرباني في القرآن الكريم في معظم المواقف وقد أمر الله عباده باللجوء إليه وعبادته حق العبادة، وذلك حينما يصيب الإنسان خيرٌ أو شرٌّ(اليازجي، 2011: 53).

الإسلام يأمر بالصبر لأنه فضيلة يحتاج إليها المسلم في دينه ودنياه، فإذا تراكمت الأحوال على المسلم، وترادفت العوائق، وأظلمت الآفاق، وطال ليلها، فالصبر وحده هو الذي يشع للمسلم النور العاصم من التخبط والحيرة.

مفهوم الصبر: هو الثبات على أحكام الكتاب والسنة (جوهري، 2006: 237).

أنواع الصبر: قسم العلماء الصبر إلى أنواع: صبر على الطاعة، وصبر على المعصية، وصبر على نوازل الدهر وسيتم عرضها على النحو الآتي:

1. الصبر على الطاعة: فأساسه أن أركان الإسلام اللازمة تحتاج إلى الصبر في القيام بها والمداومة عليها(واستعينوا بالصبر والصلاة وإنها لكبيرةُ إلا على الخاشعين) (البقرة: 45).
2. الصبر على المعاصي: هو أن يكف المسلم عن معصية ربه مهما زين له الشيطان الطريق إلى ذلك، وزينت له نفسه، عن أنس بن مالك قال الرسول عليه الصلاة السلام: " حفت الجنة بالمكاره، وحفت النار بالشهوات"(النيسايوري، 1945: 631).
3. الصبر على نوازل الدهر: هو الصبر على كل ما يصيب المسلم في نفسه أو ماله أو منزلته أو أهله، وكلها أعراض متوقعة (ولنبلونكم بشيءٍ من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين الذين إذا أصابتهم مصيبةٌ قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون أولئك عليهم صلواتٌ من ربهم ورحمه وأولئك هم المهتدون)(البقرة: 157 - 155).

ومن هنا فإن الصبر صبران: جسمي ونفسي.

أولاً: الجسمي:

هو تَحمُّل المشاق بقدر القوة البدنية، ونهايته المعلومة وأكثرها لذوي الجسوم الخشنة وليس ذلك لفضيلة تامة.

ثانيًا: النفسي:

وبه تعلق الفضيلة، وذلك ضربان: صبر على تناول مشتهى، ويقال له العفة، وصبر على تحمل مكروه أو الامتناع عن محبوب، والصبر عام قال عز وجل (والصابرين في البأساء والضراء وحين الباس أولئك الذين صدقوا وأولئك هم المتقون)(البقرة، 218 -219).

النماذج النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

أولاً: نظرية كوبازا(Kobasa 1983):

قدمت كوبازا(kobasa(1983 أول من استخدم مصطلح الصلابة كمتغير يعكس الفروق الموجودة بين الافراد في تعرضهم للمرض كنتيجة للضغوط، ذلك أن أحداث الحياة الضاغطة تؤدي الى تنشيط الجهاز العصبي الودي إضافة الى أن الضغط المزمن يؤدي في نهاية المطاف الى الارهاق والمرض والتعب النفسي، وفي هذا السياق

يشار الى أنّ اصحاب الشخصيات الصلبة لديهم القدرة على البقاء أصحاء تحت الضغوط، كما قد توصلت الى أن الافراد الذين يمتلكون سمة الصلابة أقل عرضة للمرض ولديهم القدرة على تحويل الضغوطات الى فرص لتنمية شخصياتهم وتطويرها.(842-839 .p).

اعتمدت على عددٍ من الأسس النظرية والتجريبية، تمثلت الأسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال فرانكل(phrankel) وماسلو(mazlo) وروجرز(roiers) والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.(matteson,lvancevich,1987,p. 102-104).

ويعد نموذج لازاورس(Lazarus) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها حيث إنها ناقشت العلاقة بين بعض السمات الشخصية والمشقة، فقد فسر لازاروس(Lazarus) عملية المشقة وحدتها من خلال ارتباطها بثلاثة عوامل رئيسة هي: -

1. البيئة الداخلية للفرد.
2. الأسلوب الإدراكي المعرفي.
3. الشعور بالتهديد والإحباط.

ذكر لازاروس(Lazarus) أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للموقف ،واعتباره ضغطًا قابلاً للتعايش تشمل عملية الإدراك الثانوي، وتقييم الفرد لقدرته الخاصة، وتحديد مدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي، والجزم بضعفها، وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد، وهو ما يعني عند لازاروس(Lazarus)، "توقع حدوث الضرر سواءً البدني أم النفسي" ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالإحباط، متضمنًا الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل.(أبو الندى، 2007، ص.26).

ترتبط هذه العوامل الثلاثة ببعضها ،فعلى سبيل المثال: يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي للموقف وللقدرات ومدى ملاءمتها لتناول الموقف، كما يؤدي الإدراك الإيجابي إلى تضاؤل الشعور بالتهديد، ويؤدي الإدراك السلبي إلى زيادة الشعور بالتهديد، ويؤدي أيضًا إلى تقييم بعض الخصال الشخصية كتقدير الذات.

وترى كوبازا(Kobasa)أن الأفراد الذين يتسمون بصلابة نفسية يكونون أكثر صلابة، نشاطًا ومبادأة واقتدار وقيادة، وكذلك أكثر صمودًا ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة، وأشد واقعية وإنجازا وسيطرة، كما أنهم يجدون أن تجاربهم في الحياة ممتعة وذات معنى، وعلى عكسهم الاشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم أن لا معنى لهم بمجرد تعرضهم لموقف صعب وضاغط، كما أنهم يشعرون بالتهديد الدائم، والضعف في مواجهة أحداث الحياة. ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في مجرياتها، وعندما تخلو من التجديد والتنويع، فهم سلبيون الى أبعد الحدود في تفاعلهم مع البيئة.(راضي، 2008، ص.236).

مما سبق يتضح لنا أن كوبازا(**Kobasa**) اعتبرت أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض لضغط وتزيد من استخدام الفرد لأساليب التعايش الفعال، وتزيد أيضًا من العمل على استخدام الفرد مصادره الشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه الضغوط.

ثانيًا: نموذج فنك(venk) المعدل لنظرية كوبازا(kobasa):

ظهر حديثًا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا (1979)kobasa وحاول وضع تعديل جديد لها وهذا النموذج قدمه فينك (1992)venk، من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك

المعرفي والتعايش الفعال من ناحية والصحة العقلية من ناحية أخرى وذلك على عينة قوامها(167) جنديا إسرائيليًا واعتمد فينك (venk)على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية كما توصل إلى ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط في الصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتبط الالتزام جوهريًا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط الانفعال، حيث ارتبط ببعد التحكم إيجابيًا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام استراتيجية حل المشكلات بالتعايش. (راضي، 2008، ص.39).

مما سبق يتضح أن فنك (venk) اعتمد على نظرية كوبازا(kobasa) أو نموذجها وقام بتعديل هذا النموذج الذي أكد على أهمية العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، الصحة العقلية من ناحية أخرى، كما أكد على ارتباط مكوني الالتزام والتحكم بالصحة العقلية ارتباطًا جوهريًا.

دراسات سابقة:

دراسة كوبازا(Kobasa,1979).

بعنوان : **(ضغوط الحياة الشخصية والصحية مدخل في الصلابة).**

هدفت الدراسة إلى معرفة المتغيرات النفسية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية، رغم تعرضه للضغوط، تكونت عينة الدراسة من(760) موظفًا يعيشون درجة عالية من الضغوط تراوحت أعمارهم بين(40- 49) سنة، وحاصلون على درجات جامعية على الأقل، يمثلون مستويات اجتماعية وتعليمية مختلفة، استخدمت الباحثة استبانة (هرلمز وراهي)لأحداث الحياة الضاغطة، ولقياس الصلابة النفسية استخدمت المقاييس الأربعة التالية "مركز التحكم في التدعيم الداخلي والخارجي ومقياس العجز - التحكم من مقياس الاغتراب، مقياس المعنى مقابل الهدمية، مقياس الإنجاز، ولقياس مكون الالتزام استخدمت مقياس الاغتراب عن العمل وعن المؤسسات الاجتماعية، وعن العلاقات الشخصية وعن الأسرة والذات، ولقياس متغير التحدي، استخدمت المقاييس التالية: الخبرات الشقية، مقياس النشاط مقابل الكسل، مقياس البناء المعرفي، مقياس البقاء، ومقياس المسؤولية مقابل المغامرة، وتوصلت نتائج الدراسة أن الأشخاص الأكثر صلابة بالرغم من تعرضهم للضغوط كانوا أقل مرضًا، كما يتسمون بأنهم أكثر صمودًا وإنجازًا وسيطرة وضبطًا داخليًا وكفاية واقتدارًا ونشاطًا وطموحًا، وحتى أن الأشخاص الأقل صلابة أكثر مرضًا وعجزًا وأعلى في الضبط الخارجي، كما توصلت الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة كانوا أكثر مرونة وكفاية واقتدارًا ونشاطًا ومبادأة واقتحامًا وواقعيةً.

دراسة مخيمر(1997) مصر.

بعنون : **(الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية – متغيرات وسيطة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي).**

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التخفيف من أثر الناتج عن ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة، أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من(75) من الذكور(96)من الأناث، تتراوح أعمارهم بين 19 -24 من الطلاب بكلية الآداب والعلوم والتربية في جامعة الزقازيق، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي واستخدم أدوات الدراسة استبيان الصلابة النفسية من إعداد الباحث ولقياس الإمداد بعلاقة الاجتماعية، ومقياس بك للاكتئاب، وتحليل البيانات استخدم الباحث

معامل ارتباط بيرسون، ومعامل ارتباط البسيط والجزئي، واختبار"ت"، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات الذكور في الصلابة النفسية والضغوط لصالح الإناث في المساندة الاجتماعية وعدم وجود فروق بين الجنسين في الاكتئاب، كما أشارت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية طردية بين أحداث الحياة الضاغطة وبين الاكتئاب لدى كلٍ من الذكور والإناث.

دراسة كلودينو وآخرين(Claudinaet al , 2009) **أمريكا.**

بعنوان: **(الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبيات للضغوط لدى أمهات الأطفال العاديين ، وأمهات الأطفال التوحديين ، وأمهات الأطفال المتأخرين).**

هدفت الدراسة إلى تقييم تأثيرات المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية على مستوى الضغط لدى كلٍ من أمهات الأطفال العاديين، وأمهات التوحديين، وأمهات أطفال التأخر العقلي، تكونت عينة الدراسة من (122) أما، تم تقسيمهم على الشكل التالي و(40) أمًا لأطفال عاديين و(40) أمًا لأطفال توحديين، (40) أمًا لأطفال متأخرين عقليا، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدم الباحث مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الصلابة النفسية، وكما استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون واختبار(ت)، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، وكما أشارت النتائج إلى وجود اختلافات في تقدير الأمهات من المجموعات الثلاث للضغوط النفسية الكآبة، القلق النفسي.

دراسة ناديا رتيب (2014) **العراق.**

بعنوان: **(معنى الحياة وعلاقته بالصلابة النفسية).**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين معنى الحياة والصلابة النفسية لدى عينة من طلبة السنة الثالثة جامعة دمشق كليات التربية، الهندسة المعمارية، الاقتصاد والفنون الجميلة، حيث بلغ عدد أفراد عينة البحث(120) طالبًا وطالبة، كما يحاول البحث معرفة الفروق في أداء أفراد عينة البحث التي تعزى إلى متغيري الجنس والاختصاص، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، وتم استخدام مقياس معنى الحياة للشباب بإعداد محمد حسن الأبيض(2010)، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر(2002)، ولتحليل البيانات استخدمت الباحثة معامل حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، ومعامل ارتباط بيرسون واختبار(ت) وتحليل التباين الأحادي واختبار شفيه للمقارنات المتعددة، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود ارتباط إيجابي قوي دال إحصائيًا بين معنى الحياة والصلابة النفسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في معنى الحياة والصلابة النفسية تبعًا لمتغير الجنس، وجود فروق دالة إحصائيًا في الصلابة النفسية تبعًا لمتغير التخصص لصالح طلبة الفنون الجميلة.

دراسة مقداد (2015) **الجزائر.**

بعنوان: **(مستوى الصلابة النفسية لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية).**

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى الطالبات المقيمات وإلى معرفة الفروق بين الطلبة في مستوى الصلابة النفسية حسب متغير المستوى الدراسي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي. وقامت الباحثة بتصميم مقياس الصلابة النفسية وتم تطبيقه على عينة تكونت من(139) طالبة بالحي الجامعي، وتم اعتماد المنهج الوصفي الاستكشافي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى عينة الدراسة، كما أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا في مستوى الصلابة النفسية يعزى لمتغير المستوى الدراسي لصالح طلبة الليسانس، كما توصلت إلى وجود فروق بين الطالبات في

مستوى الصلابة النفسية باختلاف المستوى الاجتماعي والاقتصادي.

دراسة الباحثتين شويطر والزقاي(2015) الجزائر.

بعنوان : **(الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران).**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران في الجزائر، بالإضافة للتحقق من ثلاثية البنية العاملة لمقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر(2002) (الالتزام، التحكم، التحدي) وصلاحيته للبيئة الجزائرية، اعتمدت الدراسة على منهجين هما المنهج السيكومترية ومنهج الوصفي وتمثلت عينة الدراسة في (200) أم عاملة بقطاع التعليم من مختلف المراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي، ومتوسط، وثانوي) بولاية وهران، وتم اختيار العينة بالطريقة القصدية، وكما استخدمت في الوسائل الإحصائية التحليل العاملي التوكيدي، ألفا كرونباخ الثبات المركب، واختبار "ت" لعينة واحدة، وأكدت نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات.

دراسة الشمري(2015) السعودية.

بعنوان: **(الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل).**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي، والتحقق من الفروق في الصلابة النفسية والرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل، وتحديد الفروق بين معلمي التربية الخاصة مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في درجة الرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة. وقد استخدم مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر(2002)، وتكونت العينة من(236) معلمًا من معلمي التربية الخاصة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، ولتحليل البيانات استخدم الباحث المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون وسيبرمان وبراون وجثمان واختبار(ت) وتحليل التباين الأحادي واختبار شفيه واختبار كروسكال ومان – وتني اللابارامتري وتحليل الانحدار الخطي المتعدد، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي، كذلك أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المعلمين المتخصصين وغير المتخصصين في التربية الخاصة في بعد الالتزام فقط لصالح المتخصصين، وبين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في الرضا الوظيفي وجميع أبعاده عدا بعد المرتبات لصالح مرتفعي الصلابة النفسية.

دراسة فاتح(2015) بسكرة.

بعنوان : **(الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي).**

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، ومعرفة مستوى كل بعد(الالتزام، التحكم، التحدي) من أبعاد الصلابة النفسية لديهم، وتكونت عينة الدراسة من(60) امرأة مصابة بسرطان الثدي من مستشفى الحكيم سعدان/ بسكرة، اختيرت بطريقة قصدية، استخدم المنهج الوصفي الطبيعة الموضوع والهدف الذي يسعى إليه وباستخدام مقياس الصلابة النفسية "عماد أحمد محمد مخيمر(2002)"وقام التقنين بالبيئة الجزائرية بشير معمرية، واستخدم الأساليب الإحصائية Spss17 والنسب المئوية والتكرارات، وتوصلت الدراسة إلى أن لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى متوسطًا من الصلابة النفسية وكما نجد أن المرأة المصابة بسرطان الثدي لديها مستوى متوسط الكل من بعد الالتزام وبعد التحكم وكما نجد أن المرأة

المصابة بمرض سرطان الثدي لديها مستوى متوسط من بعد الالتزام وبعد التحكم وبعد التحدي.

دراسة مريم(2016) السعودية.

بعنوان : **(الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود).**

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى عينة مكونة من(307) طالبات من جامعة الملك سعود، واستخدمت المنهج الوصفي التحليلي، وطبق عليهن مقياس الصلابة النفسية إعداد مخيمر(1996) ومقياس جودة الحياة إعداد منسي وكاظم(2006)، وقد استخدمت الباحثة لتحليل البيانات المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون واختبار(ت) وتحليل التباين الأحادي واختبار(LSD)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية وجودة الحياة في الدرجة الكلية وكافة الأبعاد الفرعية باستثناء عدم وجود علاقة بين بعد التحكم وجودة الحياة الصحية، وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية، توجد فروق دالة إحصائيًا تعزى لمتغير المعدل التراكمي لمصلحة تقدير(جيد جدًا وممتاز) وذلك على كلٍ من الصلابة وجودة الحياة .يمكن التنبؤ من خلال الالتزام والتحدي بمستوى جودة الحياة.

دراسة التيحاني(2016) الجزائر.

بعنوان : **(العنف الأسري الموجه ضد المرأة وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من النساء المعنفات).**

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين العنف الأسري الموجه ضد المرأة والصلابة النفسية لدى عينة البحث، وتكونت العنية من(114) امرأة معنفة وكانت أدوات الدراسة تتكون من مقياس العنف الأسري ضد المرأة من أعداد علي حسين وآخرين(2011) ومقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحث واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ولتحليل البيانات استخدم الباحث الوسائل الإحصائية ومعامل الثبات بطريقة الفاكرونباخ والتجربة النصفية ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين الأحادي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط ذوت دالة إحصائية بين المتغيرين لأن العلاقة بينهم علاقة عكسية ضعيفة أي كلما زاد العنف الأسري ضد المرأة يقل مستوى صلابتها النفسية والعكس صحيح، وأنه لا توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث تبعًا لمتغير العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.

دراسة العامري (2017) عمان.

بعنوان : **(الصلابة النفسية وعلاقتها بالقيم الأخلاقية لدى طلبه معاهد العلوم الإسلامية بسلطنة عمان).**

هدفت الدراسة إلى إيجاد علاقة الصلابة النفسية بالقيم الأخلاقية لدى طلاب معهدي العلوم الإسلامية بمسقط وعبري، وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية المكون من(43) فقرة، ومقياس القيم الأخلاقية والمكون من(53) فقرة، من إعداد مخيمر، وتكونت عينة الدراسة من (230) طالبًا وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وقد تم التحقق من الصدق والثبات لكل مقياس وملاءمتهما لأغراض الدراسة، ولتحليل البيانات استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي، وتوصلت الدراسة إلى أن درجة الصلابة النفسية لدى أفراد العينة عالية، وقد بلغ المتوسط الحسابي العام لمقياس الصلابة النفسية ككل(4,01) وهي درجة عالية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة($a<0.01$) بين الصلابة النفسية والقيم الأخلاقية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($a<0,05$) في تقديرات عينة الدراسة حول درجة الصلابة النفسية بين طلاب معهدي العلوم

الإسلامية بمسقط وعبري في سلطنة عمان تعزى لمتغير الصف في البعد الأول(الالتزام) والمقياس ككل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة(a<0,05) في تقديرات عينة الدراسة حول درجة الصلابة النفسية تعزى لمتغير المعدل في البعد الأول(الالتزام) والمقياس ككل.

منهج الدراسة وإجراءاتها Study Methodology and Procedures:

أولاً- المنهج Curriculum :

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

ثانيًا – مجتمع الدراسة وعينتها Study Population and Sample:

استخدمت الباحثة العينة القصدية غير الاحتمالية وذلك لصعوبة حصر مجتمع البحث، وكانت العينة من المترددين على اتحاد نساء اليمن وكذلك من مخيم السلام والغيثي للنازحين، حيث تألفت عينة الدراسة من (120) امرأة معنفة، وقد تم الاعتماد على هذه النسبة نظرًا لتحفظ بعض النساء على تعبئة المقياسين، والجدول التالي يوضح مجتمع الدراسة وعينتها.

جدول (1): يوضح مجتمع وعينته

مكان العينة	عدد العينة
أتحاد نساء اليمن (دار الايواء)	80
مخيم السلام	20
مخيم الغيثي	20
الإجمالي	**120**

ثالثًا: أدوات الدراسة Study tools :

مقياس الصلابة النفسية Scale Hardiness Psychological:

استخدمت الباحثة مقياس الصلابة النفسية الذي أعدته كوبازا(1997)، تم تقنينه على البيئة العربية من مخيمر(2006)، ويتمتع المقياسين بصدق وثبات عاليين ويتكون المقياس من (47) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد على النحو الآتي:

أ - الالتزام: يتكون من(16) فقرة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن الفرد أكثر التزامًا تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والأخرين.

ب - التحكم: يتكون من(15) فقرة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسؤوليته الشخصية عما يحدث له.

جـ - التحدي: يتكون من(16) فقرة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى اعتقاد الفرد بأن أي تغيير يطرأ على حياته إنما هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدًا له مما يساعده على المبادأة والاستكشاف والتحدي.

صدق وثبات المقياس: -

تم حساب ثبات وصدق المقياس على عينة من طلاب الجامعة من كلية آداب الزقازيق. وبلغ عددها (ن=80) منهم(45)من الأناث، و(35) من الذكور تتراوح أعمارهم ما بين19 -24سنة بمتوسط عمر قدره (875.20) وانحراف معياري قدره (03.1).

أولاً - الصدق VaIidity:

تم حساب الصدق للأداة بثلاث طرق هي: الصدق الظاهري والصدق التلازمي والاتساق الداخلي، وقد تمتع بصدق عالٍ.

ثانيًا: الثبات Reliability:

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة معامل ثبات ألفا، وقد تمتع بثبات عالٍ.

تقنين مقياس الصلابة النفسية على البيئة اليمنية :

قامت الباحثة بعملية التقنين لمقياس الصلابة النفسية على البيئة اليمنية متبعة الخطوتين الآتيتين:

أ - الصدق Validity:

1. **الصدق الظاهري** Face Validity

عرضت الباحثة مقياس الصلابة النفسية المكون من(47) فقرة في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين والخبراء في مجال علم النفس والإرشاد النفسي التربوي،

والقياس و التقويم البالغ عددهم (12) محكمًا، وفي ضوء آراء الخبراء والمحكمين قامت الباحثة بالآتي:

- استخراج نسبة الاتفاق علي صلاحية الفقرات وقد استخدمت الباحثة في حساب اتفاق المحكمين طريقة النسب المئوية، حيث حددت بنسبة (80٪) فأكثر لتكون نسبة لتحديد مدى وضوح الفقرات.

- اتفاق المحكمين علي عدم صلاحية (1) فقرة، ولذلك بسبب التشابه مع فقرة أخرى، ولذلك قامت الباحثة بحذفها، وهي الفقرة رقم (4) التي تنص على (**أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله**).

اجراء العينة الاستطلاعية :

تم تقديم المقياس لعدد(80) امرأة معنفة من محافظة إب خارج العينة الدراسة للتعرف على ملاءمة ووضوح فقرات المقياس، وتم خلالها التعرف على بعض الالفاظ غير المتداولة لدى المعنفات وتعريفهن بمعانيها ودلالتها اللغوية، والتعرف على صدق وثبات المقياس.

2. **صدق البناء(الاتساق الداخلي)** Construct Validity**:**

استخدمت الباحثة الاتساق الداخلي للتأكد من صدق الفقرات وذلك بحساب معامل الارتباط سبيرمان (Spearman Correlation Coefficient)(بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس) والجدول رقم (2) يوضح ذلك:

جدول(2): يوضح معامل ارتباط سبيرمان بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل ارتباط سبيرمان(r)	مستوى الدلالة(sig)	القرار
الالتزام	0.83**	0,00	دالة
التحكم	0.79**	0,00	دالة
التحدي	0.86**	0,00	دالة

يتضح من الجدول السابق ارتفاع معاملات ارتباط وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط للإبعاد (الالتزام، التحكم، التحدي)، (0.83**)، (0.79**)، (0.86**)، وجميعها دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة(0,05)، وأما ارتباط درجة فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه فالجدول رقم (3) يوضح ذلك.

جدول (3): يوضح معامل ارتباط سبيرمان بين درجة كل فقرة في البعد والدرجة الكلية للبعد.

فقرات البعد الأول	معامل ارتباط (r)	الدلالة Sig
الفقرة 1	.390**	.001
الفقرة 2	.550**	.000
الفقرة 3	.372**	.001
الفقرة 4	.265	.018
الفقرة 5	.572**	.000
الفقرة 6	.459**	.000
الفقرة 7	.480**	.000
الفقرة 8	.341**	.002
الفقرة 9	.506**	.000
الفقرة 10	.399**	.000
الفقرة 11	.417**	.000
الفقرة 12	.449**	.000
الفقرة 13	.603**	.000
الفقرة 14	.377**	.001
الفقرة 15	.363**	.001

فقرات البعد الثاني	معامل ارتباط (r)	الدلالة Sig
الفقرة 16	.486**	.000
الفقرة 17	.505**	.000
الفقرة 18	.449**	.000
الفقرة 19	.252**	.024
الفقرة 20	.336**	.002
الفقرة 21	-.102	.367
الفقرة 22	.506**	.000
الفقرة 23	.274*	.014
الفقرة 24	.506**	.000
الفقرة 25	.188	.095
الفقرة 26	.253*	.023
الفقرة 27	.308**	.005
الفقرة 28	.314**	.005
الفقرة 29	.370**	.001
الفقرة 30	.593**	.000

فقرات المجال الثالث	معامل ارتباط (r)	الدلالة Sig
الفقرة 31	.627**	.000
الفقرة 32	.601**	.000
الفقرة 33	.644**	.000
الفقرة 34	.441**	.000
الفقرة 35	.348**	.002
الفقرة 36	.337**	.002
الفقرة 37	.389**	.000
الفقرة 38	.512**	.000
الفقرة 39	.394**i	.000
الفقرة 40	.492**	.000
الفقرة 41	.547**	.000

فقـــرات المجـــال الثالث	معامل ارتباط (r)	الدلالة Sig
الفقرة 42	.077	*.498*
الفقرة 43	.451**	*.000*
الفقرة 44	.346**	*.002*
الفقرة 45	.174	*.122*
الفقرة 46	.407**	*.000*
الفقرة 40	.492**	*.000*
الفقرة 41	.547**	*.000*
الفقرة 42	.077	*.498*
الفقرة 43	.451**	*.000*
الفقرة 44	.346**	*.002*
الفقرة 45	.174	*.122*
الفقرة 46	.407**	*.000*

*دال إحصائيًا عند (0,05)
**دال إحصائيًا عند (0,01)

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) باستثناء الفقرات ذات الأرقام (45، 42، 25 ،21 ،4)من المقياس أي أن رقم(4) البعد الالتزام ورقم(25، 21)، البعد التحكم ورقم(45، 42)، البعد التحدي وعليه فقد تم استبعاد هذه الفقرات لأنها غير دالة إحصائيًا من المقياس بصورته النهائية، وصارت فقرات المقياس بعد إجراءات الصدق مكونة من (41) فقرة.

ب - الثبات Reliability :

قامت الباحثة باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباك Cronbach's Alpha للتعرف على ثبات المقياس الصلابة النفسية بلغ معامل ألفاكرونباك للمقياس (0.76)، أي أن المقياس يتمتع بثبات عالٍ وأن المقياس صالح للتطبيق على العينة الأساسية اليمنية.

عرض النتيجة وتفسيرها Study Findings Presentation interpretation and discussion

عرض نتيجة الفرضية Hypothesis one Findings.

وتنص على أنه" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) فأقل بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي في درجات المعنفات على مقياس الصلابة النفسية".

للتحقق من صحة هذه الفرضية استخدمت الباحثة اختبار سمير نوف لعينة واحدة لاختبار دلالة الفروق بين متوسط درجات المعنفات على مقياس الصلابة النفسية والبالغ (93.65) وبانحراف معياري (9.64) وبين المتوسط الفرضي والبالغ(82)، والجدول رقم (4) يوضح ذلك

جدول(4): يوضح اختبار سمير نوف لعينة واحدة One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test للفروق بين المتوسط الواقعي والفرضي.

الأبعاد	العينة	المتوسط الواقعي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة Z	الدلالة sig	القرار
الالتزام	120	35.35	30	2.97	2.191	0.00	دالة
التحكم	120	31.766	28	3.78	3.029	0.00	دالة
التحدي	120	26.54	24	3.56	3.344	0.00	دالة
الصلابة النفسية	120	93.65	82	9.64	2.634	0.00	دالة

يتضح من الجدول السابق أن :

قيمة Z لسمير نوف كلماجرنوف للدرجة الكلية للصلابة النفسية كانت (2.634) و بمستوى دلالة (0.00) وهو أقل من (0.05) فهو دال إحصائيا، أي أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي لصالح المتوسط الواقعي أنه أكبر من المتوسط الفرضي، لذلك يمكن القول إن مستوى الصلابة النفسية لدى المعنفات في مدينة إب كان مرتفعًا.

قيمة Z لسمير نوف كلماجرنوف لبعد الالتزام بلغت(2.191) وبمستوى دلالة (0.00) وهو أصغر من (0.05)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي لصالح المتوسط الواقعي

لذلك يمكن القول أن بعد الالتزام مرتفع لدى المعنفات في مدينة إب.

قيمة Z لسمير نوف كلماجرنوف لبعد التحكم بلغت(3.029) و بمستوى دلالة (0.00) وهو أصغر من (0.05)، مما يشير إلى أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي لصالح المتوسط الواقعي لذلك يمكن القول إن بعد التحكم مرتفع لدى المعنفات في مدينة إب.

قيمة Z لسمير نوف كلماجرنوف لبعد التحدي بلغت(3.344) وبمستوى دلالة (0.00) وهو أصغر من (0.05)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي لصالح المتوسط الواقعي لذلك يمكن القول إن بعد التحدي لدى المعنفات في مدينة إب كان مرتفعًا.

بما أن البيانات الإحصائية أظهرت وجود فروق دالة إحصائيًا لصالح المتوسط الواقعي، فإنه يمكن بقبول الفرضية البديلة ورفض الفرضية الصفرية.

اتفقت نتيجة البحث الحالي مع نتيجة دراسة كل من مقداد(2015)، وشويطر والزقاي(2015)، والعبدلي(2012)، والعامري(2017)، والشمري(2015)، وكوباسا(1979)، إذ أظهرت نتائجها جميعًا أن مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة كان مرتفعًا، وفي حين اختلفت هذه النتيجة مع دراسة كل من فاتح(2015)، و مريم(2016)، وفايزة(2017)، والشيرواي(2012)، إذ أظهرت نتيجة كل هذه الدراسات أن مستوى الصلابة لدى أفراد العينة متوسط، أما دراسة كل من أحلام (2018)، وحلوم(2017)، فقد أظهرت أن مستوى الصلابة النفسية كان لديهم منخفضًا.

تعزو الباحثة هذا الارتفاع إلى كوباز(1979). وتوصلت إلى أن ذوي الصلابة النفسية المرتفعة ملتزمون بنظام ديني، وقيمي يقيهم من الإصابة بالأمراض، وانهم يمارسون العادات الصحية كالرياضة والنظام الغذائي، وأيضًا تعزو مستوى الصلابة النفسية إلى وجود شخصيات قوية لدى النساء بحيث يستطعن مواصلة الحياة، وكذلك يرجع إلى تعاليم الدين الإسلامي الذي يحث على الصبر والتحمل والتي يتحلى بها المجتمع الإسلامي عامة، وإلى تقّبل ظروف الحياة الضاغطة التي تمر بها النساء المعنفات في حياتهن فهن يواصلن حياتهن بصورة طبيعية باستمرار بالرغم من تلك الظروف، فهي تتحدى المواقف بشجاعة وصبر وتبذل أقصى إمكانيتها لتحقيق أهدافها، وأيضًا لديهن القدرة على التحكم في أمور حياتهن اليومية رغم الظروف الراهنة، وفي ضوء النظرية الوجودية أنها تتسم بإرادة قوية في الحياة وتسعى لخلق معنى لهذا الوجود ورغم ما تمر به المرأة من أحداث ضاغطة إلاّ أنها تتمتع بقوة الأنا من خلال الصمود أمام الأحداث الضاغطة.

المراجع

المراجع العربية.

1. أبو غالي، عطاف، حجازي جولتان(2010): مشكلات المسنين (الشيخوخة) وعلاقتها بالصلابة النفسية، دراسة ميدانية على عينة من المسنين الفلسطينيين في محضات غزة، مجلة جامعة النجاح الأبحاث، مجلد(24).
2. أبو حلاوة، محمد السعيد(2000): الطريق الى المرونة النفسية، جامعة الاسكندرية.
3. أبو فاتح، محمد(2005): الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدي تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، (رسالة ماجستير منشوره)، كلية التربية، جامعة ورملة، الأغواط.
4. أبو غزالة، هيفاء(2011): الاستراتيجية العربية لمناهضة العنف ضد المرأة(2020 - 2011)، القاهرة، المنظمة العربية للمرأة.
5. احمد، درويش(2013): الحماية القانونية للمرأة ضحية العنف، قسم كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة البليدة2، العدد(18).
6. باغي، شاهر يوسف(2006): الضغوط النفسية لدي العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة

النفسية، (رسالة ماجستير غير منشورة)، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

7. التيحاني، ابن الطاهر(2016): العنف الأسري الموجه ضد المرأة وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من النساء المعنفات ،كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر - سبكرة، الجزائر، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد(8).

8. رتيب، ناديا(2014): معنى الحياة وعلاقتها بالصلابة النفسية(دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق، كلية التربية، جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث، المجلد(36)، العدد(8).

9. الرشيد، لولوة صالح(2015): التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالصلابة النفسية وادراك الذات لدى طالبات القصيم، (رسالة ماجستير منشورة)، العلوم التربوية، العدد الأول.

10. راضي، زينب(2008): الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، القاهرة.

11. بدوي، عبدالرحمن عبدالله علي.(2017).العنف ضد المرأة في المجتمع السعودي "دراسة ميدانية علي النساء المعنفات في مدنية الرياض"[رسالة ماجستير منشورة. جامعة الأزهر].مجلة كلية التربية، (173)الجزء الأول.

12. جوهري، محمد(2006): اخلاقنا. دار الفجر الاسلامية: المدينة المنورة.

13. حمادة، لؤلوة، وعبد اللطيف حسين(2002): الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدي طلبة الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، المجلد (2)، العدد(2).

14. الحربي، سارة بنت فواز(2015): عنف الرجل ضد المرأة في المجتمع السعودي، (رسالة ماجستير منشورة)، قسم الاجتماع كلية الآداب، جامعة الملك سعود.

15. لسيد، عبد المنعم (2007): أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية ,مجلة الإرشاد النفسي ,العدد(21)، ص(157-201).

16. شويطر، خيرة، الزقاي، نادية(2015):(الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعلم بوهران ,دراسة سيكو مترية وصفية، دراسات نفسية وتربوية، جامعة وهران، الجزائر ،ص(66 -47)

17. الشمري، بدر(2015): الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضاء الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

18. لشواشرة، عمرمصطفى، محمود، سبين عصام(2014): الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالأكتباب لدى النساء المنعنفات في منطقة المثلث، قسم علم النفس الإرشادي والتربوية، كلية التربية، جامعة اليرموك، الاردن، مجلة جامعه القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد (2)، العدد 8 - تشرين اول 2014.

19. الشيبب، كاظم (2007): العنف الأسري قراءة في الظاهرة من أجل مجتمع سليم، لبنان، المركز الثقافي العربي ،ط1.

20. الصغير، محمد بن حسن(2012): العنف الاسري في المجتمع السعودي اسبابه واثارة الاجتماعية، مركز البحوث والدراسات، جامعة نايف العربية للعلوم الامنية، الرياض.

21. صلاح الدين، نهال وعبد الحميد، هدى(2005): العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وأدارك النجاح للأعبيي الأنشطة ذوي الاحتياجات الخاصة، مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية (3)، ص(207)– (253).

22. العبدلي، خالد بن محمد بن عبدالله (2012): الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لنفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيًا والعاديين بمدينة مكة لمكرمة، (رسالة ماجستير منشورة)، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى.

23. العامري، حمود بن عامر بن خايف (2017) :(الصلابة النفسية وعلاقتها بالقيم الأخلاقية لدى طلبة معاهد العلوم الإسلامية بسلطنة عمان،(رسالة ماجستير منشورة ,(قسم التربية والدراسات الإنسانية، كلية العلوم والآداب , جامعة نزوى، عمان.

24. عباس مدحت (2010): الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدي معلمي المرحلة

الإعدادية، مجلة كلية التربية، مجلد (26)، ص(168 - 233).

25. عودة، محمد (2010): الخبرة الصادم وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط النفسية الخبرة الصادمة بأساليب التكيف الاجتماعية النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية لقطاع غزة، (رسالة ماجستير منشورة)، كلية التربية بالجامعة الإسلامية غزة.

26. الغامدي، مسفر(2009): العلاقة بين العنف الاسري والعنف المدرسي لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، مدينة جدة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة أم القري، السعودية.

27. فاتح، سعيدة(2015): الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي ,(رسالة ماجستير)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر - بسكرة.

28. فايزة، العيفاوي (2017): معايشة الحدث الصادم وعلاقته بالصلابة النفسية لدى ممرضي الصحة العمومية، (رسالة ماجستير منشورة)، قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية، جامعة بوضياف المسيلة

29. مخيمر، محمد أحمد عماد(1997): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسطية في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد السابع، العدد السابع عشر.

30. مخيمر، محمد أحمد عماد (2006): مقياس الصلابة النفسية ، القاهرة، مكتبة لأنجلو المصرية.

31. مريامة حنصالي (2013): أدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية لصلابة النفسية والتوكيدي في ضوء الذكاء الانفعالي، الجزائر.

32. مريم، رجاء محمود(2016): الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد الرابع والسبعون، يونيو(2016م).

33. مقداد، حنان(2015): مستوى الصلابة النفسية لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجزائر.

34. محمود، سبين عصام، الشواشرة، عمر مصطفى(2014): الافكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاكتئاب لدى النساء المعنفات في منطقة المثلث، قسم علم النفس الارشادي والتربوي، كلية التربية، جامعة اليرموك، مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد الثاني - العدد(8) - تشرين أول2014.

35. منظمة الصحة العالمية(2014): العنف الممارس ضد المرأة http://www.who.int/mediacantre/factchsheets/fs.239/ar/

36. الموسوي ،أحلام لطيف علي طاهر(2006): الصلابة الشخصية والعجز النفسي وعلاقته بالتوقعات المستقبلية لدى طلبة الجامعة المستنصرية ،(أطروحة دكتوراه منشورة)، كلية الآداب.

37. المصري، فدي (2008): المرأة وحقوقها، مجلة الحوار المتمدن، العدد(2319).

38. النيسابوري، مسلم بن الحجاج(1945): الجنة وصفة نعيمها واهلها. دار احياء التراث العربي، بيروت.

39. نبيلة، يسلي(2009): العنف ضد المرأة بين دافع التربية والرجلة، (رسالة ماجستير منشورة)، قسم علم الاجتماع، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر.

40. اليازجي، محمد رزق منذر عدنان(2011): الاتجاه نحو المخاطرة النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية دراسة ميدانية علي الشرطة الفلسطينية، (رسالة ماجستير منشورة)، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية ، غزة.

المراجع الأجنبية

1. CIaudina,A.D, Mareira.M,/& CaeIha.v(2009): Herdin SociaI Suppart Funk. SC,(1992), Herdiness , aReview of theary and research, **Healt Psychology** , vol,llus, P53.31/.
2. Kobasa, SC. (1979): stress FuIevents, peronaIity. And healIth : An inguiry in to hardiness, JournaL of Person aIity and social PoychoLogy.7: C413-423).
3. Kobassa, (1983): Hardiness and SociaIs supportas maderatars of the effects of Iifestress. journaI of personaIity and sociaI psychoIogicaI. vaI(47) Ark off,E(1986) Adjustment and menteI HwaIth. Newyork.
4. Lambert, V,A, Lam bert, C,E & yamse, H,(2003). PsyehoIogicaI hardiness, WorkPLace and reLated stress reduction strategies, **Tournat of Nursing and Heath sciences,** N05, 181 – 184.

5. Matteson, M.T.& Irvancevich, J.M.(1987): Cantra IIing Work stress effective human resource and mongeme nt strategie s, London: dossey – Bass pubIishersi**.**

6. Maddi,S.R(2006)Humanistic; An Operatina lization of Existential courage, Jourage, Journal of Humamistic Psychology 44(3)279-298.