JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ
العدد الأربعون
(٥٨٣)- (٦١٠)

الصلابة النفسية في ضوء العلاج النفسي لدى جرحى القوات الأمنية للمتعالجين وغير المتعالجين "دراسة مقارنة"

م. د. تقى نوري جعفر
tuqa.n@ircoedu.uobaghdad.edu.iq
كلية التربية ابن رشد, جامعة بغداد, العراق

المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى:

١. قياس مستوى الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية المتعالجين نفسيًا.
٢. قياس مستوى الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية غير المتعالجين نفسيًا.
٣. الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين جرحى القوات الأمنية المتعالجين وغير المتعالجين.

اعتمد البحث المنهج الارتباطي المقارن، ولتحقيق أهدافه قامت الباحثة ببناء مقياس الصلابة النفسية (٢٠٢٥) المتكون من (٤٥) فقرة موزعة على ثلاثة مكونات رئيسة هي :التحكم، التحدي، الالتزام، بواقع (١٥) فقرة لكل مكون. طُبّق المقياس على عينة بلغت (١٣٠) جريحًا من جرحى القوات الأمنية، بواقع (٦٥) جريحًا متعالجًا نفسيًا و(٦٥) جريحًا غير متعالج نفسيًا.

تم التحقق من صدق المقياس من خلال الصدق الظاهري وصدق الاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية، كما تم التأكد من ثباته باستخدام معامل ألفا كرونباخ، إذ بلغ (٠,٨٨)، وهو معامل ثبات جيد ومقبول لأغراض البحث العلمي.

ولغرض تحليل البيانات، استخدمت الباحثة مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة من خلال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). وأظهرت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين جرحى القوات الأمنية المتعالجين وغير المتعالجين،

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

وكانت هذه الفروق لصالح الجرحى المتعالجين نفسيًا، مما يؤكد الدور الإيجابي للتعالج النفسي التأهيلي في تعزيز الصلابة النفسية لدى هذه الفئة.

وفي ضوء النتائج، قدمت الباحثة عددًا من التوصيات والمقترحات التي تسهم في تطوير البرامج النفسية والتأهيلية المقدمة لجرحى القوات الأمنية.

الكلمات المفتاحية :الصلابة النفسية، جرحى القوات الأمنية، التعالج النفسي التأهيلي.

Psychological Hardiness among Wounded Security Personnel: A Comparative Study between Individuals Receiving Psychotherapy and Those Not Receiving Psychotherapy

"A Comparative Study"

Dr. Tuqa Noori Jaafar

tuqa.n@ircoedu.uobaghdad.edu.iq

College of Education Ibn Rushd, University of Baghdad, Iraq

Abstract:

The present study aimed to: (1) measure the level of psychological hardiness among wounded security forces personnel receiving psychological therapy; (2) measure the level of psychological hardiness among wounded security forces personnel not receiving psychological therapy; and (3) identify statistically significant differences in psychological hardiness between the two groups. The study adopted a correlational–comparative research design. To achieve the research objectives, the researcher developed a Psychological Hardiness Scale (2025) consisting of 45 items distributed across three components: control, challenge, and commitment, with 15 items for each dimension. The scale was administered to a sample of 130 wounded security forces personnel, including 65 individuals receiving psychological therapy and 65 individuals not receiving psychological therapy.

The validity of the scale was verified through face validity and internal consistency by examining the correlation between each item and the total

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

score. Reliability was confirmed using Cronbach's alpha coefficient, which reached 0.88, indicating acceptable reliability for research purposes.

For data analysis, appropriate statistical methods were applied using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The results revealed statistically significant differences in psychological hardiness between wounded security forces personnel receiving psychological therapy and those not receiving it, in favor of the treated group. These findings indicate the positive role of psychological rehabilitative therapy in enhancing psychological hardiness among wounded security personnel.

Keywords: Psychological Hardiness, Wounded Security Forces Personnel, Psychological Rehabilitative Therapy.

الفصل الاول/التعريف بالبحث

أولًا: مشكلة البحث PROBLEM OF RESEARCH :

تُعد الصلابة النفسية من المتغيرات النفسية المهمة التي ينبغي استحضارها عند الحديث عن قدرة الفرد على مقاومة الضغوط النفسية والتكيف معها، إذ لا تكاد تخلو حياة الإنسان من الضغوط، سواء في المجال الشخصي أو الأسري أو الاجتماعي أو المهني. ويتعرض الكثير من الأفراد خلال مراحل حياتهم المختلفة إلى أشكال متعددة من الضغوط والحرمان، وقد تمثل هذه الضغوط في بعض الأحيان دافعًا لتحقيق الأهداف وإنجاز الأعمال بنجاح، في حين قد تشكل في أحيان أخرى عائقًا يحول دون تحقيق الإنجاز، ويؤدي إلى آثار سلبية في الصحة النفسية، الأمر الذي ينعكس سلبًا على حياة الفرد ويزيد من حجم الأعباء الواقعة عليه، مما يصعّب عملية التكيف مع متطلبات الحياة (رضا، ٢٠٠٩: ص ٣٤).

وترى الباحثة أن الصلابة النفسية تمثل متغيرًا أساسيًا في حياة الجريح من أفراد القوات الأمنية (الحشد الشعبي)، لما لها من دور فاعل في حياته الشخصية والاجتماعية، إذ تسهم في تعزيز قدرته على تقبّل وضعه الصحي والتكيف معه بمختلف الوسائل، فضلًا عن دورها في الحفاظ على صحته النفسية والجسمية من خلال تمكينه من مواجهة الضغوط وحل المشكلات التي يتعرض لها في حياته اليومية. ولتحقيق حالة مستقرة نسبيًا

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

من الصحة النفسية، يحتاج الفرد إلى مستوى مناسب من التوافق الانفعالي والنفسي والاجتماعي مع ذاته ومع محيطه، وأن يكون قادرًا على تحقيق ذاته واستثمار إمكاناته إلى أقصى حد ممكن، وهو ما يتطلب الاعتماد على مجموعة من السمات الإيجابية، وتأتي الصلابة النفسية في مقدمة هذه السمات بوصفها مصدرًا للمقاومة والصمود، تنمو وتتطور من خلال خبرات الفرد الحياتية منذ المراحل الأولى من عمره.

وعلى الرغم من امتلاك جرحى القوات الأمنية بدرجات متفاوتة لسمة المواجهة والتحدي، وقدرتهم على التأثير في ظروف بيئتهم والاستعداد لتقبّل التغيير، إلا أنهم ليسوا بمنأى عن الضغوط النفسية والمواقف اليومية التي أصبحت سمة من سمات العصر الحديث بوجه عام، وواقع الجريح بوجه خاص، لما يتعرض له من تحديات متعددة، فضلًا عن تعدد الأدوار والمسؤوليات الملقاة على عاتقه، إذ يجمع بين أدوار المقاتل، والمساند، والمربي، والجريح، والمعيل، وغيرها من الأدوار التي تزيد من حجم الأعباء النفسية والاجتماعية التي يتحملها.

ولا شك أن الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية، إلى جانب الحالة الجسدية التي يعيشها الجريح من أفراد القوات الأمنية، قد تسهم في ظهور مشكلات نفسية متعددة، قد تتطور في بعض الأحيان إلى اضطرابات نفسية نتيجة المعاناة المستمرة التي يعيشونها، والتي باتت تشكل ملامح بارزة في حياتهم اليومية. وقد لمس الباحثة ذلك من خلال عمله الميداني وخبرته في مجال العلاج النفسي مع جرحى القوات الأمنية.

وقد أشارت الكثير من الدراسات، مثل دراسة أورورك (Orourke, 2004) ودراسة المفرجي والشهري (٢٠٠٨)، إلى أن تمتع الأفراد بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية يسهم في زيادة قدرتهم على تحمل الضغوط والأزمات، إذ يتمكن الفرد الصلب نفسيًا من مواجهة الأحداث الضاغطة والتعامل معها بمرونة، وتحويلها إلى مواقف قابلة للتقبل والتكيف. وعلى العكس من ذلك، فإن الأفراد الذين يعانون من انخفاض الصلابة النفسية يواجهون صعوبات في الصمود والمقاومة، ويعانون من ضعف الضبط الداخلي، وانخفاض الدافعية والنشاط، والشعور المتزايد بالضغوط النفسية، الأمر الذي قد يقود إلى عدم الرضا عن الحياة.(Lai & Lenenko, 2007)

وانطلاقًا مما تقدم، تتحدد مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن السؤال الآتي:

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين جرحى القوات الأمنية المتعالجين وغير المتعالجين في العلاج النفسي التأهيلي؟

ثانيًا: أهمية البحث Importance of Research :

تُعد القوة البشرية الركيزة الأساسية لأي مجتمع، إذ تتحدد قيمة هذه القوة أو الثروة بما يمتلكه الأفراد من قيم نفسية واجتماعية، وبما يسلكونه من سبل إيجابية تسهم في تحقيق الأهداف والوصول إلى الغايات المنشودة. وتعمل هذه القيم على شحذ قدرات الأفراد وتمكينهم من مواجهة المشكلات التي تعترضهم أو تواجه المجتمع، بما يسهم في الارتقاء به وتقدمه (بدر، ٢٠٠٧: ص ١٢٣.)

ويعود مفهوم الصلابة النفسية إلى الباحثة كوبازا (Kobasa) ، التي سعت من خلاله إلى تفسير العوامل النفسية الكامنة وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط. وقد عرّفت كوبازا الصلابة النفسية بأنها «اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استخدام الموارد النفسية والبيئية المتاحة، بما يمكنه من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وتفسيرها ومواجهتها بفاعلية» (فاروق السيد، ٢٠٠١: ص ٢٠٩).

وبهذا المعنى، تمثل الصلابة النفسية مرحلة يصل إليها الفرد بعد تعرضه لسلسلة من الضغوط، تعكس قدرته على تحمل هذه الضغوط مع الحفاظ على الاتزان الداخلي والخارجي. ونظرًا لما يتميز به العصر الحالي من كثرة الضغوط النفسية وتعدد مصادرها نتيجة التغيرات السريعة في مختلف مجالات الحياة، أصبح لزامًا على الفرد مواجهة تحديات متزايدة من خلال تحديد أهدافه وتلبية احتياجاته بما يحقق له التوافق الشخصي والاجتماعي. ومن خلال تفاعل الإنسان مع بيئته، تبرز الحاجة المستمرة إلى عملية مواءمة بين مكوناته الذاتية وظروفه المحيطة، وهو ما يُعرف بأساليب مواجهة الضغوط، التي يسعى الفرد من خلالها إلى تحقيق التوازن بين ذاته وواقعه الخارجي، سواء عبر تعديل أساليبه في التعامل مع البيئة، أو تعبئة طاقاته، أو تغيير أفكاره، أو إعادة صياغة أهدافه وطموحاته، أو حتى تعديل البيئة المحيطة به (حسان، ٢٠٠٩: ص ١٢).

وتُعد الصلابة النفسية عملية تكيف إيجابي وسليم مع أوقات الشدة والضغوط والصدمات، مع الاحتفاظ بالأمل والثقة بالنفس، والقدرة على ضبط الانفعالات، وفهم

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

المشكلات ومشاعر الآخرين والتعاطف معهم. كما تتمثل في امتلاك الفرد مجموعة من السمات التي تعينه على مواجهة مصادر الضغوط، من أبرزها القدرة على التحدي والتحكم في مجريات الحياة، وهو ما أكدته دراسة دخات (٢٠٠٨). وتُعد الصلابة النفسية أحد مصادر القوة في الشخصية، إذ تسهم في مقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتقليل من انعكاساتها على الصحة النفسية والجسمية، حيث يتعامل الفرد مع التغيرات والضغوط على أنها تحديات يمكن مواجهتها، وليس تهديدات، فيركز جهوده على الأنشطة التي تحقق له فائدة ملموسة (نوفل، راضي، ٢٠٠٨: ص ١٢).

وتكتسب الصلابة النفسية أهميتها بوصفها من العوامل الرئيسة المرتبطة بالصحة النفسية، إذ تشمل مجموعة من الخصائص النفسية مثل الالتزام، والتحكم، والتحدي، ووضوح الهدف، وجميعها تسهم في حفاظ الفرد على صحته النفسية والجسمية، والشعور بالأمن النفسي، رغم ما قد يتعرض له من أحداث حياتية صعبة (عبد الصمد، ٢٠٠٢: ص ٣٣).

ويتمثل تأثير الصلابة النفسية في دورها الوسيط بين التقييم المعرفي للفرد للأحداث الضاغطة وبين استراتيجيات المواجهة التي يعتمدها، إذ يُفترض أن تسهم هذه الآلية في خفض مستوى الضغوط النفسية الناتجة عن التجارب الحياتية، وتمكين الفرد من التعامل معها بفاعلية أكبر (عباس، ٢٠١٠: ص ١١). كما تُعد الصلابة النفسية مكونًا مهمًا من مكونات الشخصية، لما توفره من حماية للفرد من الآثار السلبية للضغوط الحياتية، وتجعله أكثر مرونة وتفاؤلًا وقدرة على التغلب على المشكلات الضاغطة، فضلًا عن دورها الوقائي في الحد من الإصابة بالأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية (العبدلي، ٢٠١٢: ص ٢٢).

وتشير الدراسات إلى أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتمتعون بقدرة أفضل على التكيف مع الضغوط، ويحتفظون بصحة نفسية وجسمية مستقرة، ويقل لديهم التعرض للاضطرابات النفسية أو السيكوفسيولوجية الناتجة عن الضغوط، مثل أمراض القلب والدورة الدموية، كما يتسمون بالتفاؤل والاتزان الانفعالي، والتعامل الفعال والمباشر مع المواقف الضاغطة، مما يمكنهم من تحويلها إلى مواقف أقل تهديدًا (السيد، ٢٠٠٨: ص ٣٢).

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

وقد أكدت دراسات عدة، مثل دراسة مخيمر (١٩٩٦)، وكلارك وديفيد (Clark & David, 1995)، ودخان والحجار (٢٠٠٦)، أهمية دور الصلابة النفسية لدى الشباب في مواجهة الضغوط، وأشارت إلى أن المستويات المرتفعة من الصلابة النفسية تسهم في النمو السوي للفرد وقدرته على التوافق مع بيئة متغيرة (القرعان، ٢٠١٤: ص ٣٥). كما بينت دراسة النجار والطلاع (٢٠١٢) تمتع العاملين في الجامعات بمستوى متوسط من الصلابة النفسية ومستوى مرتفع من التوافق المهني، مع وجود علاقة طردية دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية والتوافق المهني (القرعان، ٢٠١٤: ص ٤٤).

وأشارت دراسة البهاص (٢٠٠٢) إلى وجود علاقة عكسية بين الإنهاك النفسي والصلابة النفسية، مع وجود فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين في مستوى الصلابة النفسية لصالح الذكور. كما كشفت دراسة حسان (٢٠٠٨) أن الصلابة النفسية تسهم في التكيف مع الأحداث الضاغطة، وتزيد من فاعلية الأفراد في مواجهة مهامهم المستقبلية، مع وجود تأثير دال إحصائيًا لمستوى الصلابة النفسية في قلق المستقبل (بن نهير، ٢٠١٥: ص ٣٧).

وأظهرت دراسة حمادة، ولؤلؤة، وعبد اللطيف (٢٠٠٢) وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا تعزى لمتغيري الحالة الاجتماعية والعمر (الأغا، ٢٠١١: ص ٣٣). كما قدم فنك (Funk, 1992) تعديلًا لمفهوم الصلابة النفسية من خلال دراسته التي تناولت العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال والصحة العقلية لدى عينة من الجنود، حيث أظهرت النتائج ارتباط مكوني الالتزام والتحكم بالصحة العقلية الجيدة، من خلال خفض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال، ولاسيما ضبط الانفعال وحل المشكلات (محمد عودة، ٢٠١٠: ص ٨١).

وتأسيسًا على ما تقدم، تتضح أهمية الصلابة النفسية بوصفها آلية فاعلة لمقاومة الضغوط والشدائد التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية، إذ تشكل حاجزًا واقيًا يحول دون الآثار السلبية للضغوط، ويُسهم في تحويل المواقف الصعبة إلى خبرات إيجابية تعزز من قدرة الفرد على مواجهة التحديات والسيطرة على مجريات حياته (عزة، ٢٠٠٣: ص ٣٣).

وانطلاقًا من ذلك، تبرز الحاجة إلى إيلاء هذا الموضوع اهتمامًا علميًا خاصًا، ولاسيما في الوقت الراهن، في ظل ما يشهده المجتمع العراقي من تحولات كبيرة في مختلف

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

مجالات الحياة، ألقت بظلالها على شخصية الفرد العراقي. وتزداد أهمية الدراسة الحالية لارتباطها بفئة مهمة من فئات المجتمع، وهم جرحى القوات الأمنية، الذين يتعرضون لضغوط نفسية وأسرية واجتماعية متعددة، مما يجعل من الضروري دراسة مستوى الصلابة النفسية لديهم، والكشف عن الفروق بين المتعالجين وغير المتعالجين، بما يسهم في دعم البرامج التأهيلية والنفسية المقدمة لهم.

ثالثًا: أهداف البحث Objectives of the Research :

يهدف البحث الحالي إلى ما يأتي:

١. قياس مستوى الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية المتعالجين نفسيا.
٢. قياس مستوى الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية غير المتعالجين نفسيا.
٣. الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين جرحى القوات الأمنية المتعالجين وغير المتعالجين.

رابعًا: حدود البحث Limits of the Research :

يقتصر البحث الحالي على دراسة الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية (الحشد الشعبي) المتعالجين وغير المتعالجين ممن يراجعون مجمع الرسول الأعظم (ص) التأهيلي، وذلك خلال العام (٢٠٢٥).

خامسًا: تحديد المصطلحات Definition of Terms :

أولًا: الصلابة النفسية Psychological Hardiness: عرّفت كوبازا (Kobasa, 1982) الصلابة النفسية بأنها اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على إدراك أحداث الحياة الضاغطة وتفسيرها، وتحمل الضغوط، والاستمرار في التفاعل الاجتماعي، وتتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد رئيسة هي: التحكم(Control) ، والتحدي(Challenge) ، والالتزام (Commitment) (Kobasa, 1982: p.170).

- **التعريف النظري:** تعتمد الباحثة تعريف كوبازا (Kobasa, 1982) تعريفًا نظريًا للصلابة النفسية، وذلك لكون بنت الاداةً في هذا البحث في ضوء نظرية كوبازا.
- **التعريف الإجرائي:** تُعرَّف الصلابة النفسية إجرائيًا بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الجريح من أفراد القوات الأمنية في ضوء إجابته عن فقرات مقياس الصلابة النفسية.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

ثانياً: الحشد الشعبيPopular Mobilization Forces : هي قوات نظامية عراقية، تُعد جزءًا من القوات المسلحة العراقية، وتأتمر بأمرة القائد العام للقوات المسلحة، وتتكون من نحو (٦٧) فصيلًا. تشكلت عقب فتوى الجهاد الكفائي التي أطلقتها المرجعية الدينية في النجف الأشرف، وذلك بعد سيطرة تنظيم الدولة الإسلامية (داعش) على مساحات واسعة من عدد من المحافظات العراقية شمال بغداد. وقد أُقرّ قانون هيئة الحشد الشعبي بعد تصويت مجلس النواب العراقي بالأغلبية لصالح القانون في 26/11/2016. **(مجلس النواب العراقي، ٢٠١٦)**

الفصل الثاني/ إطار نظري

أولًا: نظرية كوبازا (١٩٧٩) للصلابة النفسية: قدّمت كوبازا (KOBASA, 1979) نظرية رائدة في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية والجسمية، إذ تناولت من خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية، بوصفها مفهومًا حديثًا نسبيًا في علم النفس، واحتمالية الإصابة بالأمراض الناتجة عن الضغوط الحياتية. واعتمدت كوبازا في صياغة نظريتها على مجموعة من الأسس النظرية المستمدة من آراء عدد من علماء النفس الإنساني، أمثال ماسلو، وروجرز، وفرانكل، الذين أكدوا أن وجود معنى للحياة لدى الفرد يسهم في تمكينه من تحمل الإحباطات والتكيف مع ظروف الحياة الصعبة، من خلال الاعتماد على قدراته الذاتية واستثمار إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة إيجابية وفعالة (أحمد العيافي، د.س: ص٢٠).

وقد طرحت كوبازا (Kobasa, 1979) الافتراض الأساسي لنظريتها بعد إجرائها دراسة ميدانية على عينة من رجال الأعمال، والمحامين، والعاملين في المستويات المتوسطة والعليا، تناولت العلاقة بين الصحة النفسية والجسمية والأحداث الحياتية الصادمة. وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن عدد من المؤشرات المهمة، من أبرزها:

- الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية والجسمية، تمثل في الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة: الالتزام، والتحكم، والتحدي.
- أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية كانوا أقل عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية، على الرغم من تعرضهم للضغوط الحياتية الشاقة.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

ويشير هذا الافتراض إلى أن التعرض للأحداث الحياتية الصادمة والمواقف الضاغطة يُعد أمرًا ضروريًا وحتميًا في مسار نمو الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، إذ تسهم هذه الخبرات في تنمية الموارد النفسية والاجتماعية لديه، ويأتي في مقدمتها مورد الصلابة النفسية. وقد توصلت كوبازا إلى أن العلاقة القائمة بين الصلابة النفسية والوقاية من الأمراض أدت إلى تحديد مجموعة من السمات المميزة للأفراد الصلبين نفسيًا، إذ يتسمون بالنشاط والاقتدار، والقدرة على القيادة، والضبط الداخلي، والمرونة في مواجهة أعباء الحياة، فضلًا عن الواقعية والإنجاز والسيطرة على تفسير الأحداث (محمد عودة، ٢٠١٠: ص٨٢).

وانتهت كوبازا إلى صياغة نظريتها من خلال الكشف عن المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته النفسية والجسمية، على الرغم من تعرضه للمشقة والضغوط، مؤكدة أن الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي) تمثل أحد أهم مصادر الوقاية من الضغوط النفسية والجسمية (الشمري، ٢٠١٤: ص٤٨).

ثانيًا: أبعاد الصلابة النفسية: تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي أجرتها كوبازا، والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يسعون إلى التأثير في مجرى الأحداث التي يمرون بها، وتتجسد هذه الصلابة في ثلاثة أبعاد رئيسة هي: الالتزام، والتحكم، والتحدي.(KOBASA, 1979)

وترى كوبازا أن هذه المكونات الثلاثة ترتبط ارتباطًا وثيقًا بارتفاع قدرة الفرد على مواجهة ضغوط البيئة وأحداث الحياة المختلفة، وتحويلها إلى فرص للنمو الشخصي. كما تشير إلى أن نقص هذه الأبعاد يوصف بحالة من الاحتراق النفسي، وأن توفر بُعد واحد فقط لا يكفي لإمداد الفرد بالشجاعة والدافعية اللازمة لتحويل الضغوط والقلق إلى خبرات إيجابية، إذ تُعد الصلابة النفسية مركبًا يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس (Kobasa, 1979).

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

أولًا: الالتـــزام: يُعـد الالتـزام مـن أكثـر مكونـات الصـلابة النفسـية ارتباطًـا بالـدور الوقـائي لهـا، بوصـفها مصـدرًا لمقاومـة مثيـرات المشـقة. وقـد أشـار جونسـون وسارسـون (JOHNSON & SARASON, 1987) إلـى أن غيـاب هـذا المكـون يـرتبط بظهـور بعـض الاضـطرابات النفسـية، مثـل القلـق والاكتئـاب. كمـا أشـار هينـك (HAYDON, 1986) إلـى أهميـة هـذا المكـون لـدى الأفراد الذين يمارسون مهنًا شاقة، كالمحاماة، والتمريض، وطب الأسنان.

ويـرى مخيمـر (١٩٩٧: ص١٤٠) أن الالتـزام يتمثـل فـي نـوع مـن التعاقـد النفسـي الـذي يلتـزم بـه الفـرد تجـاه ذاتـه وأهدافـه وقيمـه، وتجـاه الآخـرين مـن حولـه. وتعـرّف جيهـان حمـزة (٢٠٠٢) الالتـزام بأنـه اتجـاه الفـرد نحـو معرفـة ذاتـه، وتحديـد أهدافـه وقيمـه فـي الحيـاة، وتحملـه للمسـؤولية، كمـا يشـير إلـى اعتقـاد الفـرد بأهميـة وفائـدة العمـل الـذي يؤديـه لـه وللآخرين.

ويمثـل الالتـزام توجـه الفـرد نحـو إدمـاج ذاتـه فـي مـا يقـوم بـه أو يواجهـه مـن مواقـف حياتيـة، ويتضـمن الانـدماج النشـط فـي مختلـف مظـاهر الحيـاة. فـالفرد القـوي فـي الالتـزام يعتمـد علـى نفسـه فـي إيجـاد الطـرق التـي تحـول تجاربـه، مهمـا كانـت، إلـى خبـرات ذات معنـى وقيمـة، بـدلًا مـن الشـعور بـالاغتراب. ويُعـد الالتـزام شـكلًا مـن أشـكال التقيـيم المعرفـي الـذي يمـد الفـرد بالإحسـاس العـام بالهـدف، ويسـاعده علـى إيجـاد معنـى للأحـداث التـي يمـر بهـا (عبـاس، ٢٠١٠: ص٣٣).

وبـذلك فـإن الإنسـان المتسـم بـالالتزام يميـل إلـى الانخـراط الإيجـابي مـع النـاس والأحـداث مـن حولـه، بـدلًا مـن الانسـحاب أو السـلبية، ويـرى فـي ذلـك سـبيلًا للحصـول علـى الخبـرة والمعنـى، ويُظهـر الأفـراد ذوو الالتـزام المرتفـع قـدرة أكبـر علـى أداء أعمـالهم بشـعور مـن الرضا والبهجة، وبقدر أقل من الجهد النفسي (مجدي، ٢٠٠٧: ص٩٧).

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

ثانيًا: التحكم: ترى كوبازا أن التحكم يتمثل في اعتقاد الفرد بقدرته على التحكم في الأحداث التي يواجهها، وتحمله للمسؤولية الشخصية عما يحدث له. ويمثل إدراك التحكم توجه الفرد نحو الشعور بالفاعلية والتأثير في ظروف الحياة المختلفة، بدلًا من الاستسلام أو الشعور بالعجز عند مواجهة الأزمات والطوارئ.(KOBASA, 1979: P.78)

ويشير فولكمان إلى أن التحكم يتضمن اعتقاد الفرد بإمكانية سيطرته على المواقف الضاغطة التي يتعرض لها (زينب راضي، ٢٠٠٨: ص٢٧). كما يعرّف ويبي (Wiebe, 1991 ص٨٩) التحكم بأنه اعتقاد الفرد بإمكانية توقع الأحداث الضاغطة، ورؤيتها كمواقف قابلة للتناول والسيطرة الفعالة.

ويعرّف مخيمر (١٩٩٦: ص١٥) التحكم بأنه اعتقاد الفرد بقدرته على التحكم فيما يمر به من أحداث، وتحمله للمسؤولية الشخصية عن مجريات حياته، بما يتضمن القدرة على اتخاذ القرارات، والاختيار بين البدائل، وتفسير وتقدير الأحداث بطريقة فعالة. كما ترى جيهان حمزة (٢٠٠٢) أن التحكم يتمثل في اعتقاد الفرد بقدرته على السيطرة المعرفية والانفعالية والسلوكية على أحداث الحياة المثيرة للمشقة النفسية.

ثالثًا: التحدي: عرّفت كوبازا التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغير والتجدد في أحداث الحياة أمر طبيعي وحتمي، ويمثل فرصة للنمو والارتقاء، أكثر من كونه تهديدًا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية.(Kobasa, 1979: p.70)

ويعرّف توماكا (Tomnaka, 1996) التحدي بأنه مجموعة من الاستجابات المنظمة التي تنشأ استجابةً للمتطلبات البيئية، وقد تكون هذه الاستجابات معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية، أو مزيجًا منها، وتُعد استجابات فعالة (محمد، ٢٠٠٢: ص٤١).

كما يعرّف مخيمر (١٩٩٧: ص١٤) التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيرات التي تطرأ على جوانب حياته تمثل خبرات مثيرة وضرورية للنمو، أكثر من كونها تهديدًا، مما يدفعه إلى المبادرة واستكشاف البيئة، والتعرف على المصادر النفسية والاجتماعية التي تعينه على مواجهة الضغوط.

ويتضح من ذلك أن التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة، وتقبلها بما تحمله من مستجدات إيجابية أو سلبية، بوصفها أحداثًا طبيعية تسهم في نموه وتطوره. كما تساعد هذه الخاصية الفرد على التكيف السريع مع الأحداث

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

الضاغطة والمؤلمة، وتغذية مشاعر التفاؤل في مواجهة الخبرات الجديدة. وعندما يتسم الفرد بقوة التحدي، فإنه ينظر إلى التغير بوصفه فرصة للنمو والإنجاز، لا مصدرًا للتهديد، ويستمر في التعلم من تجاربه السابقة، معتبرًا إياها مصدرًا للنمو والنضج، مؤمنًا بأن التغير، لا الثبات، هو سمة الحياة، وأن التعامل الإيجابي معه يؤدي إلى تعزيز الشعور بالأمن النفسي لا تهديده (محمد، ٢٠٠٢: ص٤١).

ومما سبق يتضح أن الصلابة النفسية تمثل جدارًا دفاعيًا نفسيًا يعين الفرد على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، وتسهم في تكوين نمط من الشخصية القادرة على الصمود والمقاومة، والتقليل من الآثار السلبية للضغوط، وصولًا إلى تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، والنظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة يسودها الأمل والتفاؤل، وتغيب عنها مشاعر القلق والاكتئاب، لتصبح استجابات الفرد نموذجًا للتكيف الإيجابي والاستحسان.

الفصل الثالث/ إجراءات البحث

اشتملت اجراءات البحث على تحديد ما يأتي:

أولًا: عينة البحث: اختيرت عينة البحث بأسلوب العينة القصدية ، ويُستخدم هذا الأسلوب عندما يكون مجتمع البحث غير متجانس، وبغية اختيار عينة تمثل المجتمع تمثيلًا مناسبًا. وقد تكونت عينة البحث من جرحى القوات الأمنية (الحشد الشعبي) المراجعين لمجمع الرسول الأعظم (ص) التأهيلي، من الذكور، ومن فئات عمرية مختلفة. بلغ حجم عينة البحث الكلي جريحًا، موزعين بالتساوي على مجموعتين، على النحو الآتي: المتعالجون (65) جريحًا غير المتعالجين (65) : جريحًا ويوضح الجدول (١) توزيع أفراد العينة بحسب الحالة العلاجية.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

جدول رقم (١) يوضح اعدد عينة البحث المتعالجين وغير المتعالجين

ت	متغير الحالة العلاجية	الاعداد
١	غير متعالجين	٦٥
٢	متعالجين	٦٥
	المجموع	١٣٠

ثانيـاً: أداة البحـث: لتحقيـق أهـداف البحـث الحـالي، قامـت الباحثـة ببنـاء مقيـاس للصـلابة النفسـية خـاص بجرحـى القـوات الأمنيـة، وذلـك لعـدم ملاءمـة المقـاييس الأجنبيـة الجـاهزة لخصوصـية البيئـة العراقيـة، وطبيعـة العينـة المتمثلـة بجرحـى القـوات الأمنيـة مـن المتعـالجين وغير المتعالجين، وما يمرون به من ظروف نفسية وجسمية واجتماعية استثنائية.

وقد استند الباحثة في بناء المقياس إلى الإطار النظري لنظرية كوبازا (Kobasa, 1982)في الصلابة النفسية، فضلاً عن الإفادة من عدد من الدراسات والمقاييس الأجنبية التي تناولت الصلابة النفسية لدى العسكريين والجرحى وذوي الخبرات الصادمة، ومن أبرزها: مقياس كوبازا للصلابة النفسية (Kobasa, 1982), دراسة مادّي وزملائه (Maddi et al., 2006) دراسة أوروك (O'Rourke, 2004) دراسة لاي ولينيكو (Lai & Lenenko, 2007) دراسات حديثة تناولت الصلابة النفسية لدى العسكريين والمحاربين القدامى (Bartone, 2007; Eschleman et al., 2010)

وقد قامت الباحثة بتحليل هذه المقاييس والدراسات، والاستفادة من مضامينها النظرية، ثم إعادة صياغة الفقرات بما يتلاءم مع البيئة الثقافية والاجتماعية العراقية، ومستوى وعي أفراد العينة، وطبيعة خبراتهم الحياتية.

١- **مقياس الصلابة النفسية** : تكوَّن المقياس بصيغته الأولية من (45) فقرة، موزعة بواقع (15)فقرة لكل بُعد من أبعاد الصلابة النفسية الثلاثة، وهي:

١. **بعد الالتزام** :(Commitment) ويقيس شعور الجريح بقيمة حياته، وانخراطه الإيجابي في أنشطة الحياة، وشعوره بالمسؤولية تجاه ذاته وأسرته ومجتمعه، ويتكون من (١٥) فقرة.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م/١٤٤٧هـ

٢. **بعد التحكم** : (Control) ويقيس إدراك الجريح لقدرته على التأثير في مجريات حياته، وضبط انفعالاته، واتخاذ القرارات المناسبة في مواجهة الضغوط، ويتكون من (١٥) فقرة.

٣. **بعد التحدي** :(Challenge) ويقيس مدى نظر الجريح للتغيرات والأزمات التي يمر بها بوصفها فرصًا للنمو والتعلم، وليس تهديدًا للحياة، ويتكون من (١٥) فقرة.

وقد وزعت درجات الاجابة على فقرات المقياس على النحو التالي:

طبيعة الفقرات	تنطبق عليَّ دائماً	تنطبق عليَّ احياناً	تنطبق عليَّ ابداً
الفقرات الايجابية	٣	٢	١
الفقرات السلبية	١	٢	٣

٢- **صلاحية الفقرات:** للتحقق من صلاحية فقرات المقياس وتعليماته وبدائله، عُرض المقياس المكون من (45) فقرة وثلاثة بدائل استجابة على (10) من الخبراء المتخصصين في علم النفس، وذلك لإبداء آرائهم بشأن مدى ملاءمة الفقرات وصلاحيتها لتحقيق أهداف البحث.

وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها، وباعتماد نسبة اتفاق بلغت (80%) فأكثر بين تقديرات الخبراء (عودة، ١٩٨٥: ١٥٧)، لم تُحذف أي فقرة من فقرات المقياس، وبذلك استقر المقياس بصيغته النهائية على (45) فقرة.

٣- **وضوح التعليمات وفهم العبارات وحساب الوقت:** أجرت الباحثة تجربة استطلاعية للتأكد من وضوح التعليمات، وسهولة فهم الفقرات، وملاءمة بدائل الإجابة، فضلاً عن تحديد الزمن اللازم للإجابة عن المقياس. وقد طُبق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (10) جرحى من المتعالجين وغير المتعالجين.

وأظهرت نتائج التجربة الاستطلاعية أن تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة ومفهومة للمستجيبين، كما تراوح الزمن المستغرق للإجابة ما بين (13–25) دقيقة، وبمتوسط زمني قدره (16) دقيقة.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

ثالثاً: التحليل الإحصائي

أولًا: الإجـراء الإحصـائي: لغـرض التحقـق مـن القـوة التمييزيـة لفقـرات مقيـاس الصـلابة النفسـية، اسـتُخدم أسـلوب المجمـوعتين الطـرفيتين، إذ تـم ترتيـب درجـات أفـراد العينـة البالغـة (١٣٠) جريحًـا ترتيبًـا تنازليًـا، ثـم اختيـار 27%مـن أعلـى الـدرجات لتمثـل المجموعـة العليـا، و 27%مـن أدنـى الـدرجات لتمثـل المجموعـة الـدنيا، وبواقـع (٣٥) فردًا لكل مجموعة.

وبعـد ذلـك تـم حسـاب المتوسـط الحسـابي والانحـراف المعيـاري لكـل فقـرة فـي المجمـوعتين، ثـم اسـتُخدم الاختبـار التـائي لعينتـين مسـتقلتين (Independent Samples t-test) للكشـف عـن دلالـة الفـروق بـين المجمـوعتين فـي كـل فقـرة علـى حدة، واعتمد مستوى الدلالة (٠,٠٥) للحكم على دلالة الفروق.

جدول (٢) الفقرات عينتين الطرفيتين في الصلابة النفسية

ت	المتوسط الحسابي العليا	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي الدنيا	الانحراف المعياري	القيمة التائية (T)	الدلالة الإحصائية
1. أشـعر أن لحيـاتي قيمـة مهمـا كانـت الصعوبات التي أواجهها.	2.71	0.46	2.09	0.58	4.92	دالة
2. أحرص على الاستمرار في أداء أدواري الأسرية والاجتماعية.	2.65	0.49	2.21	0.54	3.41	دالة
3. أجد معنى لحياتي رغم ما مررتُ به من إصابة.	2.74	0.43	2.18	0.57	4.60	دالة
4. ألتـزم بأهـدافي حتـى فـي الظـروف الصعبة.	2.80	0.40	2.10	0.60	5.74	دالة
5. أشـعر بـأن لـي دورًا مهمًـا فـي محيطـي الاجتماعي.	2.69	0.47	2.15	0.56	4.08	دالة
6. أحرص على المشاركة في شؤون حياتي اليومية.	2.66	0.48	2.11	0.58	4.31	دالة
7. لا أسمح للإصـابة أن تفقدني إحساسـي بقيمة نفسي.	2.72	0.45	2.20	0.55	4.32	دالة
8. أستمر في السعي لتحقيق ما أؤمن به.	2.59	0.51	2.13	0.59	3.48	دالة

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

9. أشعر بالمسؤولية تجاه مستقبلي.	2.81	0.39	2.25	0.52	5.10	دالة
10.أتمسك بالقيم التي أؤمن بها مهما كانت الظروف.	2.64	0.50	2.17	0.54	3.78	دالة
11.أرى أن الانعزال عن الناس لا يفيدني.	2.70	0.46	2.12	0.58	4.63	دالة
12.أحرص على التفاعل مع من حولي.	2.75	0.43	2.19	0.57	4.64	دالة
13.أشعر بالرضا عندما أؤدي واجباتي اليومية.	2.67	0.47	2.22	0.53	3.75	دالة
14.أواجه حياتي بدلًا من الهروب منها.	2.58	0.52	2.14	0.58	3.34	دالة
15.أرى أن الاستسلام لا ينسجم مع قيمي.	2.73	0.44	2.11	0.59	5.01	دالة
١٦.أشعر أنني قادر على التحكم في مجريات حياتي	2.69	0.47	2.16	0.56	4.16	دالة
١٧. أتحمل مسؤولية ما يحدث لي قدر الإمكان.	2.82	0.38	2.28	0.50	5.09	دالة
١٨. أستطيع اتخاذ قراراتي بنفسي.	2.60	0.51	2.18	0.54	3.34	دالة
١٩. لا أشعر بالعجز أمام مشكلات الحياة.	2.71	0.46	2.23	0.53	4.04	دالة
٢٠. أتمكن من ضبط انفعالاتي في المواقف الصعبة	2.68	0.48	2.14	0.57	4.29	دالة
٢١. أبحث عن حلول بدل الاستسلام للمشكلة.	2.76	0.42	2.19	0.57	4.77	دالة
٢٢. أؤمن أن لي دورًا في تحسين وضعي النفسي	2.63	0.50	2.20	0.55	3.42	دالة
٢٣. أستطيع التكيف مع الظروف الجديدة.	2.79	0.41	2.15	0.56	5.46	دالة
٢٤. أتعامل مع الضغوط بهدوء نسبي.	2.70	0.46	2.24	0.52	3.91	دالة
25. أشعر بأن جهودي تؤثر في نتائج حياتي.	2.66	0.48	2.17	0.54	4.00	دالة
٢٦. أواجه مشكلاتي بثقة.	2.72	0.45	2.13	0.58	4.75	دالة
٢٧. أحمّل الآخرين مسؤولية كل ما يحدث لي.	2.61	0.51	2.19	0.53	3.37	دالة
٢٨. أؤمن بقدرتي على تجاوز الأزمات.	2.78	0.41	2.21	0.55	4.90	دالة
٢٩. أستطيع تنظيم حياتي رغم الصعوبات.	2.65	0.49	2.16	0.56	3.89	دالة
٣٠. أتحكم في ردود أفعالي قدر الإمكان	2.74	0.43	2.25	0.52	4.28	دالة

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

31. أرى أن التغير جزء طبيعي من الحياة.	2.69	0.47	2.11	0.59	4.54	دالة
32. أتعلم من التجارب الصعبة التي أمر بها.	2.80	0.40	2.18	0.57	5.28	دالة
33. أتعامل مع الأزمات على أنها تحديات.	2.62	0.50	2.22	0.53	3.24	دالة
34.أرى في الصعوبات فرصة لاكتشاف قدراتي.	2.73	0.44	2.14	0.57	4.85	دالة
35.لا أخشى التغير في حياتي.	2.67	0.48	2.20	0.55	3.80	دالة
36.أؤمن أن المعاناة يمكن أن تقوّي الإنسان.	2.75	0.43	2.17	0.54	4.96	دالة
37. أتعامل مع المستجدات بروح إيجابية.	2.70	0.46	2.13	0.58	4.55	دالة
38. أرى أن الخبرات المؤلمة تساعدني على النضج.	2.81	0.39	2.26	0.51	4.95	دالة
39. أبحث عن الدروس في المواقف الصعبة.	2.64	0.50	2.19	0.53	3.66	دالة
40. أتعامل مع التحديات بشجاعة.	2.72	0.45	2.15	0.56	4.69	دالة
41. أؤمن أن الحياة لا تسير على وتيرة واحدة.	2.68	0.48	2.21	0.54	3.84	دالة
42. لا أعتبر التغير تهديدًا لحياتي.	2.77	0.42	2.24	0.52	4.68	دالة
43. أستفيد من تجاربي السابقة في مواجهة الجديد.	2.66	0.48	2.12	0.58	4.24	دالة
44. أواجه المستقبل بثقة رغم عدم وضوحه.	2.71	0.46	2.23	0.53	4.04	دالة
٤٥. أعتبر الصعوبات جزءًا من مسيرة النجاح	2.73	0.44	2.11	0.59	4.95	دالة

ثانيا: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: لغرض التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية، قامت الباحثة باستخراج علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستعمال معامل ارتباط بيرسون على عينة البحث البالغة (١٣٠) جريحًا من جرحى القوات الأمنية. وقد أظهرت النتائج أن جميع

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية له كانت دالة إحصائيًا، مما يدل على اتساق فقرات المقياس وقدرتها على قياس البُعد الذي وضعت من أجله، ويُعد ذلك مؤشرًا مناسبًا لصدق الاتساق الداخلي للمقياس، والجدول (١٢) يوضح ذلك.

ويؤكد هذا الإجراء ما أشار إليه كل من عودة (١٩٨٥) (وأنستازي وأوربينا Anastasi & Urbina, 1997) من أن دلالة معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية تُعد من المؤشرات الأساسية للحكم على صلاحية الفقرة وفاعليتها في القياس النفسي.

جدول (٣) معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠,١١٠	١٧	٠,٣٣٩	٣٣	٠,٢٨٧
٢	٠,٣٣٢	١٨	٠,٣٨١	٣٤	٠,٤٤٥
٣	٠,٢٥٠	١٩	٠,٣٤٩	٣٥	٠,٣٤٠
٤	٠,٢٩٨	٢٠	٠,٣٨٢	٣٦	٠,٣٢٣
٥	٠,٢٦١	٢١	٠,٢٧٦	٣٧	٠,٣٦٥
٦	٠,٢٩٠	٢٢	٠,٣٩٩	٣٨	٠,٣٢١
٧	٠,٢٢٠	٢٣	٠,٢١٢	٣٩	٠,٣٠١
٨	٠,٣١٢	٢٤	٠,٢٩١	٤٠	٠,٣٥٣
٩	٠,٢٧٤	٢٥	٠,٤٣٨	٤١	٠,٣٩٧
١٠	٠,٢٣٥	٢٦	٠,٤٠٤	٤٢	٠,٣٢٧
١١	٠,٣٣٨	٢٧	٠,٤٢١	٤٣	٠,٣٤٧
١٢	٠,٣٨١	٢٨	٠,٣٨١	٤٤	٠,٤٠٠
١٣	٠,٣٠٠	٢٩	٠,٢٨٠	٤٥	٠,٣٣٩
١٤	٠,٢٨٨	٣٠	٠,٣٥١		
١٥	٠,٣٦٦	٣١	٠,٢٣٩		

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

١٦	٠,٤٥٥	٣٢	٠,٣٣٣

ثالثاً: ثبات المقياس (Scale Reliability)

قامت الباحثة باستخراج ثبات مقياس الصلابة النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، وهو أحد أكثر أساليب الثبات شيوعًا في الدراسات النفسية والاجتماعية، حيث يعكس مدى اتساق فقرات المقياس داخليًا.(Cronbach, 1951)

تحقق هذا النوع من الثبات بتطبيق معادلة ألفا على عينة البحث التي بلغ عددها (١٣٠) جريحًا، وبلغ معامل الثبات للمقياس الكلي (0.77)، وهو معدل جيد يشير إلى تجانس المقياس وفقراته.(George & Mallery, 2003)

كما تم حساب معامل الفا للبعد الفرعي لكل من أبعاد الصلابة النفسية الثلاثة، وبيّن الجدول التالي قيم الاتساق الداخلي:

جدول (٤)

قيم (الفا) للاتساق الداخلي للمقاييس الفرعية للصلابة النفسية

ت	ابعاد الصلابة النفسية	عدد الفقرات	قيمة الفا
١	التحكم	١٥	٠,٥٧
٢	التحدي	١٥	٠,٥٣
٣	الالتزام	١٥	٠,٧٣
٤	الصلابة النفسية ككل	٤٥	٠,٨٨

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الثبات للمقاييس الفرعية تعتبر جيدة، مما يدل على أن فقرات المقياس تتمتع باتساق داخلي مناسب، وأن المقياس موثوق للاستخدام في قياس الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية.

الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين جرحى القوات الأمنية المتعالجين وغير المتعالجين

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

الفصل الرابع /عرض النتائج و تفسيرها ومناقشتها

الهدف الأول: قياس مستوى الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية المتعالجين نفسيا: يتضح ان الجرحى المتعالجين، فقد بلغ متوسطهم الحسابي (١٠٦,١) بانحراف معياري (٥,٦٠)، وأظهرت القيمة التائية المحسوبة (٢٣,٠٥) تفوقًا كبيرًا على القيمة الجدولية (٢,٠٠)، مما يشير إلى دلالة إحصائية قوية لصالح المتعالجين، أي أن مستوى الصلابة النفسية لديهم أعلى من المتوسط الفرضي و مستوى الدالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٥).

الجدول (٥)

الاختبار التائي لعينة واحدة بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية

المتغير (المكونات)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة الإحصائية
مكون الالتزام	٣٥,٥	٢,١٠	٣٠	٢١,١٠	دالة
مكون التحكم	٣٥,٢	١,٩٥	٣٠	٢١,٥٠	دالة
مكون التحدي	٣٥,٤	١,٥٥	٣٠	٢٨,٠٠	دالة
المقياس ككل	**١٠٦,١**	**٥,٦٠**	**٩٠**	**٢٣,٠٥**	**دالة**

الهدف الثاني: قياس مستوى الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية غير المتعالجين نفسيا. كان متوسط الجرحى غير المتعالجين (٩١,١٥) بانحراف معياري (٦,٧٨)، وكانت القيمة التائية المحسوبة (١,٣٧) أكبر في القيمة المطلقة من القيمة

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

الجدولية (٢,٠٠)، ما يدل على دلالة إحصائية، ويشير الاتجاه إلى أن الصلابة النفسية لغير المتعالجين أقل من المتوسط الفرضي.

الجدول (٦)

الاختبار التائي لعينة واحدة بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية

المتغير (المكونات)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة الإحصائية
مكون الالتزام	٣٠,٥	٢,٥٠	٣٠	١,٦١	غير دالة
مكون التحكم	٣٠,٢	٢,٣٠	٣٠	٠,٧٠	غير دالة
مكون التحدي	٣٠,٤٥	١,٩٨	٣٠	١,٨٣	غير دالة
المقياس ككل	**٩١,١٥**	**٦,٧٨**	**٩٠**	**١,٣٧**	**غير دالة**

يتضح من خلال النتائج أعلاه أن هناك فرقًا بين متوسط درجات الصلابة النفسية للجرحى المتعالجين وغير المتعالجين، حيث كانت أعلى لدى المتعالجين مقارنة بغير المتعالجين. وترى الباحثة أن الصلابة النفسية تمثل سمة تميز بعض الأفراد بقدرتهم على مجابهة الضغوط وتحملها مقارنة بالآخرين، وقد أظهرت الدراسات أن الأشخاص الذين يحققون درجات مرتفعة في التكيف الشخصي والاجتماعي مع الضغوط هم عادة من يتمتعون بما يُعرف بـ"الشخصية الصلبة" أو "الصلدة". وعزت غالبية البحوث، ومن بينها دراسات سوزان كوباسا(Suzan Kobasa) ، مفهوم الصلابة النفسية إلى مجموعة من المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تفسر احتفاظ بعض الأفراد بصحتهم النفسية والجسدية رغم تعرضهم للضغوط، مقارنة بأشخاص آخرين عاشوا ظروفًا مشابهة. وتُعرف الصلابة النفسية بأنها سمة من سمات الشخصية تعمل كمصدر مقاومة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

وقد يعود تفوق المتعالجين في الصلابة النفسية أيضًا إلى الخصائص العقائدية التي يتميز بها جرحى الحشد الشعبي، مثل الالتزام الديني والاعتراف بالقضاء والقدر ومواجهة المصائب بثبات، إضافة إلى أثر البرامج العلاجية والبروتوكولات والورش التي

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

يقدمها مركز التأهيل النفسي في مجمع الرسول الأعظم (ص) التأهيلي، والتي تهدف إلى تعزيز القدرة النفسية على التكيف والتحمل. وبذلك يظهر أن كلًا من العوامل الشخصية والعقائدية والبرامج التأهيلية تساهم في رفع مستوى الصلابة النفسية لدى الجرحى المتعالجين مقارنة بغير المتعالجين.

الهدف الثالث: التعرف على دلالة الفروق في صلابة النفسية بين جرحى القوات الامنية المتعالجين وغير المتعالجين: يبين الجدول درجات الصلابة النفسية لدى جرحى القوات الأمنية المتعالجين وغير المتعالجين، حيث شملت العينة (١٣٠) فردًا موزعين بالتساوي، (٦٥) متعالجًا و(٦٥) غير متعالج. فقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الصلابة النفسية لدى المتعالجين (١٠٦,١) مع انحراف معياري قدره (٥,٦٠٢)، في حين بلغ المتوسط الحسابي لغير المتعالجين (٩١,١٥) مع انحراف معياري(٦,٧٨) وأظهرت نتائج اختبار T لعينة واحدة بدرجة حرية (١٢٨) أن القيمة التائية المحسوبة للمتعالجين بلغت (١٣,٧٢) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٧٩)عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على دلالة إحصائية لصالح المتعالجين، أي أن الصلابة النفسية لديهم أعلى من المتوسط الفرضي. وبالنسبة لغير المتعالجين، يظهر المتوسط الحسابي (٩١,١٥) أقل من المتوسط الفرضي، ما يشير إلى حاجة هذه المجموعة إلى دعم وتأهيل نفسي إضافي لتحسين صلابتها النفسية. وبذلك يوضح الجدول أثر العلاج على تعزيز الصلابة النفسية لدى الجرحى، حيث تمثل نتائج المتعالجين دلالة واضحة على فعالية التدخل التأهيلي.

مجلة العلوم الاساسية
للعلوم التربوية والنفسية وطرائق التدريس للعلوم الاساسية

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

الجدول (٧) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطي (المتعالجين–غير المتعالجين)

الصلابة النفسية	عدد الأفراد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠،٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
متعالجين	65	106.1	5.602	١٢٨	١٣,٧٢	١,٩٧٩	دالة
غير متعالجين	65	91.15	6.78				

يتضح من خلال النتائج أعلاه أن هناك فرقًا معنويًا بين المتعالجين وغير المتعالجين في مستوى الصلابة النفسية، حيث كانت أعلى لدى المتعالجين. ويعزى ذلك إلى عدة عوامل، منها أن جرحى الحشد الشعبي يمتلكون بعدًا عقائديًا قويًا، إذ يخرجون في الأصل لأجل قيم ومبادئ دينية، الأمر الذي يجعلهم يتأثرون بشكل إيجابي عند استحضار الشخصيات التاريخية المرتبطة بالمعارك والتضحيات، مما يعزز من عزيمتهم وقدرتهم على مواجهة الصعوبات. كما يسهم ذلك في تقبلهم واستجابتهم للبرامج العلاجية التي يقدمها المختصون، بما في ذلك البروتوكولات والبرامج الإرشادية المقدمة في المركز. إضافة إلى ذلك، تلعب الورش التدريبية التي يقدمها المركز دورًا مهمًا في تعزيز الالتزام الديني، وتنمية القدرة على مواجهة التحديات والتحكم في الواقع، مما ينعكس إيجابًا على رفع مستوى الصلابة النفسية لدى الجرحى المتعالجين. وبذلك يظهر جليًا أثر البرامج العلاجية والتأهيلية على تعزيز القدرة النفسية للمقاتلين، كما يشير إلى أهمية الدور الإرشادي والبرامجي لمركز التأهيل النفسي.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

استنتاجات: في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن للباحثة إن تستنتج ما يلي:

١. فاعلية المسار العلاجي وجود فرق جوهري في مستوى الصلابة النفسية يؤكد أن البرامج العلاجية المقدمة للجرحى ليست مجرد إجراءات تكميلية، بل هي ركيزة أساسية في بناء وتدعيم البناء النفسي للجريح.
٢. هشاشة الصلابة لدى غير المتعالجين انخفاض متوسط الصلابة لدى الجرحى غير المتعالجين عن المتوسط الفرضي يشير إلى أن الإصابة الجسدية تتبعها "ندوب نفسية" لا تلتئم تلقائياً دون تدخل مهني.
٣. الاستقرار النفسي والتعافي ارتفاع الصلابة لدى المتعالجين يعكس قدرة العلاج النفسي على تحويل تجربة الإصابة من "صدمة معطلة" إلى "نمو ما بعد الصدمة".
٤. القدرة على المواجهة يتمتع الجرحى المتعالجون بمرونة أعلى في التعامل مع ضغوط الحياة اليومية وتحديات الإعاقة مقارنة بنظرائهم.
٥. ارتباط العلاج بالهوية العلاج النفسي ساهم في إعادة بناء "مفهوم الذات" لدى الجرحى، مما رفع من ثقتهم في قدراتهم النفسية (الصلابة).

التوصيات: في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بالآتي :

١. إلزامية التأهيل النفسي وضرورة إدراج وحدة "الدعم النفسي" كجزء لا يتجزأ من البروتوكول الطبي لعلاج أي جريح منذ اللحظات الأولى للإصابة.
٢. استهداف الفئات المنسية تصميم حملة استقطاب للجرحى "غير المتعالجين" لإلحاقهم ببرامج تأهيلية لرفع مستوى صلابتهم النفسية وحمايتهم من الانتكاسات.
٣. تدريب الكوادر وتكثيف الدورات التدريبية للأخصائيين النفسيين حول فنيات تعزيز "الصلابة النفسية" وتطبيقاتها مع مصابي الحروب والحوادث.
٤. برامج التوعية الأسرية وإشراك أسر الجرحى في العملية العلاجية، لضمان وجود بيئة داعمة تعزز من نتائج العلاج النفسي المستلم.
٥. توفير مراكز متخصصة والتوسع في إنشاء مراكز تأهيل مجتمعية يسهل الوصول

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

إليها، لتقليل العبء على الجرحى وزيادة نسب الإقبال على العلاج.

المقترحات: استكمالا للبحث الحالي، تقترح الباحثة التوجيهات الاتية للبحوث المستقبلية:

١. دراسة تتبعية وإجراء دراسة طولية لقياس مدى استمرار مستوى الصلابة النفسية لدى المتعالجين بعد مرور (سنة إلى سنتين) من انتهاء العلاج.
٢. دراسة المتغيرات الوسيطة والبحث في أثر "الدعم الاجتماعي" أو "التدين" كمتغيرات قد تتفاعل مع العلاج النفسي في رفع مستوى الصلابة.
٣. برامج مقارنة وإجراء دراسة تقارن بين فاعلية (العلاج المعرفي السلوكي) و (العلاج بالقبول والالتزام) في تنمية الصلابة لدى الجرحى.
٤. دراسة كيفية وإجراء بحث نوعي (Qualitative) للتعمق في تجارب الجرحى المتعالجين وفهم "كيفية" تحول نظرتهم للحياة بعد العلاج.
٥. الصلابة وأسر الجرحى ودراسة مستوى الصلابة النفسية لدى زوجات أو أمهات الجرحى وعلاقتها بمستوى صلابة الجريح نفسه.

المصادر العربية والانجليزية:

١. **أبو ندى، عبد الرحمن.** (٢٠٠٧). *الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية، جامعة الأزهر.
٢. **أحمد، العيافي.** (٢٠٠٣). *الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام بمدينة مكة المكرمة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية، جامعة أم القرى.
٣. **بدر، فائقة محمد.** (٢٠٠٧). *علاقة الخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب بالصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية، جامعة الكويت.
٤. **البهاص، سيد أحمد.** (٢٠٠٢). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا*، 390-395.
٥. **جيهان، حمزة محمد.** (٢٠٠٢). *دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية الآداب، جامعة القاهرة.
٦. **حسان، منال رضا.** (٢٠٠٩). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من معلمات ما قبل المدرسة بمحافظة الغربية: دراسة ارتباطية. *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا*، (40)، 182-226.

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الأربعون
٢٠٢٦م /١٤٤٧هـ

٧. **الحلو، بثينة منصور.** (١٩٩٥). *قوة تحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة* [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. كلية الآداب، جامعة بغداد.

٨. **راجح، أحمد عزت.** (١٩٦٥). *الأمراض النفسية والعقلية: أسبابها وعلاجها* (ط١). دار المعارف.

٩. **الرفاعي، عزة.** (٢٠٠٣). *الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها* [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. كلية الآداب، جامعة حلوان.

١٠. **زينب، نوفل أحمد راضي.** (٢٠٠٨). *الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات*. دار وائل للنشر.

١١. **السيد، فهمي علي محمد.** (٢٠٠٨). *الإعاقات الحركية بين التشخيص والتأهيل وبحوث التدخل: رؤية نفسية*. دار الجامعة الجديدة للنشر.

١٢. **الصنيع، صالح بن إبراهيم.** (٢٠٠٢). العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض. *مجلة جامعة الملك سعود*، (14)، 207-234.

١٣. **عبد الله، عادل.** (١٩٩١). *اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين*. مكتبة الأنجلو المصرية.

١٤. **عثمان، فاروق السيد.** (٢٠٠١). *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. دار الفكر العربي.

١٥. **عودة، أحمد سليمان.** (١٩٨٥). *القياس والتقويم في العملية التدريسية*. دار الأمل.

١٦. **عودة، محمد محمد.** (٢٠١٠). *الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الإسلامية بغزة.

١٧. **فاتح، سعيد.** (٢٠١٥). *الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي* [رسالة ماستر غير منشورة]. جامعة محمد خضير بسكرة.

١٨. **القاروط، صادق سميح.** (٢٠٠٩). *الصلابة في العمل وعلاقتها بالرضا الوظيفي* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة النجاح الوطنية.

١٩. **الشمري، يحل منور.** (٢٠١٤). *الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المصابين ببعض الأعراض السيكوسوماتية* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

٢٠. **مخيمر، عماد.** (١٩٩٦). إدراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. *مجلة دراسات نفسية*، 6(2)، 275-299.

٢١. **مخيمر، عماد.** (١٩٩٧). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 7(17)، 1-25.

٢٢. **مجلس النواب العراقي.** (٢٠١٦). *قانون التعديل الثاني لقانون الحشد الشعبي رقم (٤٠)*. مسترجع من: https://ar.parliament.iq/LiveWebsites/Arabic/Container.aspx?LawID=18936

23. **Anastasi, A., & Urbina, S. (1997).** *Psychological Testing* (7th ed.). Prentice Hall.

24. **Angel, M. (2008).** *Study of relationship of stress, hardiness and social support among secondary school teachers*. Dissertation Abstracts International, 91.
25. **Bartone, P. T. (2007).** Test-retest reliability of the dispositional resilience scale-15. *Military Psychology*, 19(2), 79–85.
26. **Cronbach, L. J. (1951).** Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334.
27. **Eschleman, K. J., Bowling, N. A., & Alarcon, G. M. (2010).** A meta-analytic examination of hardiness. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(3), 277–296.
28. **Florian, V., Mikulincer, M., & Taubman, O. (1995).** Does hardiness contribute to mental health during a stressful real-life situation? The roles of appraisal and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 687–695.
29. **George, D., & Mallery, P. (2003).** *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference 11.0 update* (4th ed.). Allyn & Bacon.
30. **Kobasa, S. C. (1979).** Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
31. **Kobasa, S. C. (1982).** The hardy personality: Toward a social psychology of stress and health. In G. Sanders & J. Suls (Eds.), *Social Psychology of Health and Illness* (pp. 3–32). Lawrence Erlbaum Associates.
32. **Maddi, S. R., Kahn, S., & Maddi, K. L. (2006).** The effectiveness of hardiness training. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 128–139.

مجلة العلوم الاساسية
للعلوم التربوية والنفسية وطرائق التدريس للعلوم الاساسية