



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 20 أوت 1955-سكيكدة-

كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية

قسم علم النفس

عنوان المذكرة:



الصلابة النفسية لدى الممرضات

دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الإستشفائية /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر LMD

تخصص علم النفس العمل وتسيير الموارد البشرية

إعداد الطالبة:

◆ خلود جفال

إشراف الأستاذة:

◆ د.أسية بوراس

أعضاء لجنة المناقشة

الإسم واللقب	الرتبة العلمية	الصفة	المؤسسة
د/ عائشة بوبكر	أستاذ محاضر -أ-	رئيسا	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة
د/أسية بوراس	أستاذ محاضر -أ-	مشرفا ومقررا	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة
د/منذر خرفان	أستاذ محاضر -ب-	مناقشا	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة

السنة الجامعية: 2025/2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي  
خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ  
وَالَّذِي يُضَوِّبُ الْمَوْتَى  
إِنَّ رَبَّهُ لَسَدِيدٌ  
إِلَىٰ عَرْشِهِ الرَّحِيمُ  
الَّذِي يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَوْتِ  
وَيُدْخِلُ الْمَوْتَىٰ فِي الْحَيَاةِ  
إِنَّ رَبَّهُ لَسَدِيدٌ  
إِلَىٰ عَرْشِهِ الرَّحِيمُ

# فهرس المحتويات

## فهرس المحتويات:

الصفحة	المحتويات	الرقم
**	قائمة الجداول	**
**	قائمة الأشكال	**
**	شكر وتقدير	**
**	الإهداء	**
أ	مقدمة	**
<b>الجانب النظري</b>		
<b>الفصل الأول: الإطار المفاهيمي للدراسة</b>		
5	تمهيد	**
6	إشكالية الدراسة وتساؤلاتها	1
8	فرضيات الدراسة	2
9	أهداف الدراسة	3
9	أهمية الدراسة	4
10	تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة	5
11	الدراسات السابقة والتعقيب عليها	6
23	خلاصة الفصل	**
<b>الفصل الثاني: الصلابة النفسية</b>		
25	تمهيد	**
26	مفهوم الصلابة النفسية	1
27	بعض المفاهيم المرتبطة بمفهوم الصلابة النفسية	2
32	نشأة الصلابة النفسية	3
33	أهمية الصلابة النفسية	4
35	أبعاد الصلابة النفسية	5
41	خصائص الصلابة النفسية	6

44	مهارات الصلابة النفسية	7
44	العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية	8
45	الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية	9
46	طرق تعزيز الصلابة النفسية	10
47	النظريات المفسرة للصلابة النفسية	11
52	خلاصة الفصل	**
<b>الجانب الميداني للدراسة</b>		
<b>الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة</b>		
55	تمهيد	**
56	الدراسة الإستطلاعية	1
71	إطار الدراسة (الإطار المكاني والزمني والموضوعي للدراسة)	2
72	المنهج المستخدم في الدراسة	3
72	مجتمع الدراسة وعينته	4
79	أدوات جمع البيانات	5
86	الأساليب الإحصائية في الدراسة	6
87	خلاصة الفصل	**
<b>الفصل الرابع: عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة</b>		
89	تمهيد	**
89	عرض استجابات أفراد العينة حول متغير الصلابة النفسية	1
99	عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء فرضيات الدراسة	2
109	نتائج الدراسة	3
112	خاتمة	**
113	التوصيات والاقتراحات	**
115	قائمة المراجع	**
**	قائمة الملاحق	**

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
43	مقارنة بين ذوو الصلابة النفسية المرتفعة والمنخفضة	1
64	بعد الإلتزام	2
66	بعد التحكم	3
68	بعد التحدي	4
73	توزيع العينة تبعا لمتغير سنوات الأقدمية في العمل	5
75	توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير السن	6
76	توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية	7
78	توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية	8
80	توزيع بنود الاستبيان	9
81	الإجابة على البدائل	10
82	تصحيح المحكمين وصدق البنود لاستبيان الدراسة	11
85	معامل الثبات ألفا كرونباخ لاستبيان الصلابة النفسية	12
85	نتائج اختبار التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان براون لمتغير الصلابة النفسية	13
89	استجابات أفراد العينة حول بعد الإلتزام	14
92	استجابات أفراد العينة حول بعد التحكم	15
95	استجابات أفراد العينة حول بعد التحدي	16
99	نتائج مستوى الصلابة النفسية	17
102	ترتيب المتوسطات الحسابية لأبعاد الصلابة النفسية	18

103	نتائج إختبار Anova للفروق في إجابات أفراد العينة نحو الصلابة النفسية تعزى لمتغير الأقدمية في العمل	19
105	نتائج إختبار Anova للفروق في إجابات أفراد العينة نحو الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن	20
107	نتائج إختبار Anova للفروق في إجابات أفراد العينة نحو الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	21
108	نتائج إختبار T-Test لعينتين مستقلتين في الصلابة النفسية تعزى لمتغير البيئة الاجتماعية	22

## قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
1	المفاهيم المرتبطة بالصلابة النفسية	32
2	أهمية الصلابة النفسية	35
3	أنواع الإلتزام	37
4	أنواع التحكم	38
5	أنواع التحدي	40
6	أبعاد الصلابة النفسية	41
7	أدوار الصلابة النفسية	46
8	التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية.	49
9	التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية	50
10	نموذج فك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها.	51
11	أعمدة بيانية تمثل بعد الإلتزام	65
12	دائرة نسبية توضح بعد الإلتزام	65
13	أعمدة بيانية توضح مؤشرات بعد التحكم	67
14	دائرة نسبية توضح مؤشرات بعد التحكم	67
15	مؤشرات بعد التحدي	69
16	دائرة نسبية توضح مؤشرات بعد التحدي	69
17	دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير سنوات الأقدمية	74
18	دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير السن	75
19	توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية	77





## شكر وتقدير

لقوله تعالى: { فإن شكرتم لأزيدنكم } (سورة النساء - الآية 07)  
ها أنا اليوم والحمد لله، أطوي سهر الليالي وتعب الأيام، وأنهى مشواري  
بين دفتي هذا العمل المتواضع، وانطلاقاً من العرفان بالجميل، لا يسعني إلا أن  
أتقدم بالشكر لله عز وجل الذي وفقني لإتمام هذا العمل بنجاح. ولا يفوتني  
في هذا المقام أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والعرفان إلى  
أستاذتي المشرفة الدكتورة أسية بوراس، التي تفضلت بالإشراف على هذا البحث،  
ولم تبخل بتوجيهاتها ونصائحها القيمة، فجزاها الله عني كل خير، ولها مني كل  
التقدير والاحترام.

وأخص بالشكر والامتنان والفضل لوالدي الكريمين اللذان كانا السند والدعم  
الحقيقي لي طوال رحلتي العلمية، بدعائهما المستمر، وتشجيعهما الدائم،  
وتحملهما كل الصعاب من أجلي، فهما سر نجاحي ونجاح هذا العمل.  
كما أتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى جميع أساتذة قسم علم النفس العمل  
وتسيير الموارد البشرية، على ما قدموه من علم ومعرفة ساعدتني في إثراء هذا  
العمل.

ولا يفوتني أن أعبر بامتناني لكل الزملاء والزميلات، وكل من ساعدني من قريب  
أو بعيد في إنجاز هذا البحث.



# 2025



## إهداء

في لحظة إمتزج فيها التعب بالفخر، والدموع بالابتسامة، ها أنا أقطف أولى ثمار رحلتي، وأهدي  
تخرجي إلى من كانوا النور في طريقي، والسند في قلبي، والفضل -بعد الله- في وصولي.

إلى أحن قلب، إلى من كانت خطواتي كفيفة دون نور كفيها، إلى جنتي في الدنيا، إلى أمي الحبيبة.

وإلى فخري وسندي، إلى من كان دعمي وقوتي في كل مراحل حياتي، إليك أبي الغالي.

إلى من كان الأقرب إلى قلبي وصوت الطمأنينة في لحظات التوتر، رافقني بدعمه الدائم، وقوته  
الهادئة التي منحني الثبات، إلى أخي رائد الدين.

إلى من كانتا لقلبي نسمتين رقيقتين تملأن أيامي حبا وصفاء إلى أخوتي سجود وإيلين.

إلى من احتضنتني كأمر صديقة، ورافقتني كأخت حنونة، وكانت لي دائما ملجأ ودعمًا صادقًا إلى خالتي.

إلى من منحاني بدعواتهما أمانا، ومن وجودهما دفئا لا يقدر، من كانت ضحكتهما تعيد لروحي  
الحياة إلى جدتي وجدي.

إلى من وجهت خطواتي بحكمة، وساندت مسيرتي العلمية بعملها وتفانيها، وكان لحضورها أثر دائم  
ورافد من الثقة والاحترام إلى مشرفتي الفاضلة بوراس أسية.

إلى من كن النور في لحظات العتمة، والرفقة الصادقة في دروب التعب، شكرا لصدق وجودكن،  
ولرفقتكن التي خففت الكثير إلى صديقاتي.

وأخيرا... إلى التي تعثرت، تألمت، لكنها واصلت، قاومت، ونجحت

إلى نفسي أنا فخورة بك.

الحمد لله على ما تبقى، وعلى ما هو ات، الحمد لله دائما وأبدا.



## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة بولاية سكيكدة، وترتيب أبعادها الثلاثة: الإلتزام، التحكم، التحدي، كما سعت إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى إلى متغيرات: الأقدمية في العمل، السن، الحالة الاجتماعية، والبيئة الاجتماعية.

اعتمدنا على المنهج الوصفي في إجراء هذه الدراسة معتمدة على الإستبيان كأداة رئيسية لجمع البيانات مكون من 43 بندا موزعة على أبعاد الصلابة النفسية الثلاثة. تم تطبيق الأداة على عينة قدرت ب 90 ممرضة، تم اختيارهم بطريقة غير عشوائية قصدية. وقد تم تحليل البيانات باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية ( spss ) من خلال مجموعة من الأساليب الإحصائية: معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات، اختبار تحليل التباين Anova، واختبار T-Test للفروق، إضافة إلى المتوسطات والتكرارات.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

✓ مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة مرتفع.

✓ جاء بعد الإلتزام في المرتبة الأولى يليها بعد التحدي ثم بعد التحكم في المرتبة الأخيرة لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير سنوات الأقدمية في العمل، السن، الحالة الاجتماعية، البيئة الاجتماعية.

**الكلمات المفتاحية:** الصلابة النفسية، الإلتزام، التحكم، التحدي.

## **Study Summary:**

This study aimed to identify the level of psychological hardiness among nurses at the Public Hospital Institution of the Martyrs Saâd Kermèche /Saoudi/ Ammar/ Ahmida in the Skikda province, and to rank its three dimensions: commitment, control, and challenge. It also sought to determine whether there are differences in psychological hardiness levels based on the variables of years of experience, age, marital status, and social background.

The study adopted a descriptive approach, relying on a questionnaire as the main data collection tool, composed of 43 items distributed across the three dimensions of psychological hardiness. The tool was applied to a randomly selected sample of 90 nurses.

Data analysis was conducted using the SPSS software, utilizing various statistical methods: Cronbach's alpha coefficient for reliability, ANOVA for variance analysis, T-Test for differences, as well as means and frequencies.

The study yielded the following results:

- ✓ The level of psychological hardiness among nurses at the Public Hospital Institution of the Martyrs Saâd Kermèche /Saoudi/ Ammar/ Ahmida – Skikda is high.
- ✓ The commitment dimension ranked first, followed by challenge, then control in the last position.
- ✓ There were no statistically significant differences in the level of psychological hardiness based on years of experience, age, marital status, or social background.

**Keywords:** psychological hardiness, commitment, control, challenge.



مقدمة

### مقدمة:

في ظل التغيرات المتسارعة التي يشهدها العصر الحديث وما يرافقها من تحديات وضغوط متزايدة في مختلف الميادين، أصبحت الصحة النفسية للفرد محط اهتمام متزايد، لا سيما لدى الفئات العاملة في بيئات مهنية شديدة الحساسية والتوتر، كالعاملين في القطاع الصحي. إذ لا تقتصر العناية بالموارد البشري في هذه السياقات على الجوانب التقنية والمهنية فقط، بل تشمل أيضا دعمه نفسيا وتمكينه من مواجهة ضغوط العمل اليومية بكفاءة ومرونة. ويعد مفهوم الصلابة النفسية من بين المفاهيم الأساسية التي باتت تحظى باهتمام متزايد في هذا المجال لارتباطه الوثيق بالقدرة على التكيف، والتحكم في المواقف، والاستمرار في الأداء رغم الشدائد.

وتعد مهنة التمريض من أكثر المهن عرضة للتوتر والإجهاد النفسي بالنظر إلى طبيعة المهام التي تؤديها الممرضات من تقديم الرعاية الصحية للمرضى، والتعامل مع حالات حرجة، وتحمل مسؤوليات كبيرة في ظروف عمل قد تكون غير مستقرة أو مرهقة أحيانا. وعليه فإن توافر مستوى جيد من الصلابة النفسية لدى الممرضات يعد عاملا مهما في ضمان جودة الخدمة الصحية واستمراريتها.

في هذا الإطار جاءت دراستي لتسليط الضوء على مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات العاملات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /أحميدة/ ولاية سكيكدة، من خلال التركيز على أبعادها الثلاثة الأساسية (الالتزام، التحكم، التحدي)، ومحاولة ترتيبها حسب مستوى توفرها لدى أفراد العينة. كما سعت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في الصلابة النفسية تبعا لبعض المتغيرات الديموغرافية والمهنية: السن، الأقدمية في العمل، الحالة الاجتماعية، والبيئة الاجتماعية.

وقد تم تقسيم الدراسة إلى أربعة فصول متكاملة:

تناول الفصل الأول الإشكالية العامة للدراسة من خلال تقديم الإطار المفاهيمي العام للموضوع، وتسليط الضوء على أهمية البحث وأهدافه وأبرز مفاهيمه إجرائيا وإنتهى بالدراسات السابقة والتعقيب عليها.

أما الفصل الثاني فقد خصص للإطار النظري لمفهوم الصلابة النفسية، حيث تضمن تعريفاتها المختلفة، أبعادها، خصائصها، المهارات المرتبطة بها، العوامل المؤثرة فيها، النظريات المفسرة لها، إضافة إلى مفاهيم قريبة منها، وأهميتها في المجال المهني.

وتناول الفصل الثالث الجانب التطبيقي للدراسة من خلال عرض المنهجية المعتمدة، وتفاصيل مجتمع الدراسة وعينتها، والأدوات المستعملة في جمع البيانات، والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج.

بينما خصص الفصل الرابع لعرض نتائج الدراسة بالتفصيل، حيث تم تقديم استجابات أفراد العينة، ثم تحليلها ومناقشتها وتفسيرها في ضوء فرضيات الدراسة، مع التركيز على مستوى الصلابة النفسية وترتيب أبعادها، وكذا الفروق المحتملة باختلاف المتغيرات المدروسة.

وبذلك تسعى هذه الدراسة إلى الإسهام في فهم أعمق للعوامل النفسية لدى فئة الممرضات، وتقديم مؤشرات يمكن أن تكون مفيدة في تطوير برامج الدعم النفسي والتكوين المهني الموجه للعاملين في القطاع الصحي، بما يعزز من قدرتهم على التكيف والمثابرة في بيئة عمل مليئة بالتحديات.



## الفصل الأول: الإطار المفاهيمي للدراسة

### تمهيد

1. إشكالية الدراسة وتساؤلاتها
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة
6. الدراسات السابقة والتعقيب عليها

### خلاصة الفصل

## تمهيد:

تعد عملية تحديد الإطار العام لأي دراسة علمية خطوة أساسية تمهد لفهم موضوع البحث وتوجه مراحل إنجازه. ومن هذا المنطلق، جاء هذا الفصل ليضع اللبنة الأولى للدراسة، من خلال عرض الخلفية النظرية العامة، وتحديد الإشكالية وتساؤلاتها، وصياغة الفرضيات التي يسعى البحث إلى التحقق منها، بالإضافة إلى توضيح أهداف الدراسة وأهميتها في السياقين النظري والتطبيقي.

كما يتضمن الفصل توضيحا للمفاهيم الإجرائية المتعلقة بموضوع الدراسة، وعلى رأسها مفهوم الصلابة النفسية وأبعادها، كما تم تخصيص جزء لعرض ومناقشة أبرز الدراسات السابقة ذات الصلة، بهدف إبراز ما أنجز في هذا المجال، وتحديد مكانة الدراسة الحالية ضمن الحقل العلمي العام.

ويشكل هذا الفصل إطارا مرجعيا يستند إليه في بناء باقي فصول الدراسة، خاصة ما يتعلق بالإطار النظري والمنهجي، وتحليل النتائج في ضوء ما توصلت إليه البحوث السابقة في نفس المجال.

## 1. إشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

يعد علم النفس من بين العلوم الإنسانية التي تهدف إلى فهم السلوك الإنساني وتحليله من خلال دراسة الجوانب المعرفية، الانفعالية، والاجتماعية للفرد، كما يسعى إلى تفسير كيفية تفاعل الإنسان مع محيطه، وتقديم استراتيجيات تساعد على تحسين نوعية حياته النفسية والمهنية والاجتماعية. ومع تطور هذا الحقل العلمي، ظهر ما يعرف بعلم النفس الإيجابي، الذي مثل نقلة نوعية في التركيز من دراسة الإضطرابات والمشكلات النفسية إلى إبراز مكامن القوة والقدرة على التكيف والنمو لدى الإنسان حتى في أصعب الظروف. ومن بين المفاهيم الأساسية التي يتناولها هذا التوجه نجد الصلابة النفسية التي تعتبر من أهم السمات الإيجابية التي تمكن الفرد من مواجهة التحديات والضغوط بطريقة فعالة وإيجابية.

تعرف الصلابة النفسية بأنها قدرة الفرد على المقاومة والصمود في وجه الشدائد، والقدرة على الاستمرار في الأداء الفعال رغم الظروف الصعبة، كما أنها تمثل الية دفاع نفسية إيجابية تتيح للفرد إعادة تفسير المواقف الضاغطة بشكل يدفعه إلى التكيف بدلا من الإنهيار. وترتكز الصلابة على ثلاثة أبعاد رئيسية مترابطة: الالتزام يشير إلى إحساس الفرد بالمسؤولية والإنخراط في المهام والمواقف التي يمر بها مهما كانت صعوبتها، التحكم ويعني شعور الفرد بأنه قادر على التأثير في مجريات الأمور، وأنه ليس ضحية للظروف، التحدي يتمثل في النظر إلى التغيرات والمواقف الصعبة على أنها فرص للنمو والتعلم، لا تهديدات.

تكتسي هذه الأبعاد أهمية خاصة في مجال العمل، لاسيما عند الحديث عن المرأة العاملة التي تتحمل أدوارا متعددة تجمع بين الإلتزامات المهنية والعائلية والاجتماعية، ما يجعلها أكثر عرضة للضغوط النفسية والمهنية. وتزداد حدة هذه الضغوط عندما يتعلق الأمر بفترة الممرضات، نظرا لطبيعة العمل في القطاع الصحي، الذي يتسم بالإستمرارية، الدقة، الطوارئ، والتعامل اليومي مع الألم والمعاناة. فتواجه الممرضة مجموعة من التحديات المركبة، منها ساعات العمل الطويلة التي قد تتجاوز المعدل الطبيعي وتؤثر على التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية، نظام المناوبات والعمل الليلي الذي يؤدي إلى اضطرابات في النوم، والتعب المزمّن، وصعوبة التكيف الجسدي والنفسي، صعوبة التوفيق بين متطلبات العمل ومتطلبات الأسرة خاصة في غياب الدعم الأسري أو المؤسسي، ما ينعكس على الصحة النفسية والشعور بالإرهاق، طبيعة العمل في حد ذاتها التي تفرض تعاملًا مباشرًا مع مشاعر الألم، الخسارة، والوفيات، ما قد يؤدي إلى استنزاف عاطفي مستمر. الضغوط المهنية المتزايدة كضعف التقدير، نقص الموارد البشرية والمادية، كثافة المرضى، وتعدد المهام، مما يولد شعورا بالعجز أو عدم الكفاءة. كل هذه التحديات إذ لم يقابلها دعم نفسي ومهني

فعال، قد تؤدي إلى انخفاض في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضة، ففي حالة تراجعها تظهر مجموعة من الأعراض النفسية التي قد تتفاقم نتيجة للضغوط المستمرة مثل القلق الدائم، الإكتئاب، الشعور بالإرهاق النفسي، وضعف التركيز. كما قد تعاني الممرضة من أعراض جسدية كالصداع المستمر، اضطرابات النوم، والشعور العام بالتعب المزمّن. فعلى المستوى المهني، قد ينعكس هذا الانخفاض في الصلابة النفسية على جودة أداء الممرضة، حيث تصبح أكثر عرضة للإحترق الوظيفي، مما يؤدي إلى تراجع مستوى الكفاءة في تقديم الرعاية الصحية. أما فيما يتعلق بقدرة الممرضة على مواصلة أداء المهام، فقد تضعف قدرتها على الحفاظ على التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية، وتصبح غير قادرة على التعامل مع ضغوط العمل المتزايدة، مما يؤثر سلباً على كفاءتها المهنية وتقديم أفضل رعاية للمرضى.

وفي هذا السياق تبرز العديد من التساؤلات التي يسعى البحث للإجابة عنها، ويأتي في مقدمتها التساؤل الرئيسي التالي:

✓ ما مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة؟

وينبثق عن هذا السؤال الرئيسي مجموعة من التساؤلات الفرعية، هي:

✓ ما ترتيب أبعاد الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة؟

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير سنوات الأقدمية في العمل؟

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير السن؟

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية؟

✓ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير البيئة الإجتماعية؟

## 2. فرضيات الدراسة:

### الفرضية العامة:

✓ مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة متوسط.

### الفرضيات الجزئية:

✓ يأتي ترتيب بعد التحكم في المرتبة الأولى بعده بعد الإلتزام ثم بعده بعد التحدي لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير سنوات الاقدمية في العمل.

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير السن.

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير البيئة الاجتماعية.

**3. أهداف الدراسة:**

- ✓ معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.
- ✓ معرفة مستوى أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي) وترتيبها لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.
- ✓ معرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير سنوات الأقدمية في العمل لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.
- ✓ معرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.
- ✓ معرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.
- ✓ معرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير البيئة الاجتماعية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.

**4. أهمية الدراسة:**

- ✓ اعتماد الباحثين عليها بمثابة دراسة سابقة.
- ✓ الإستفادة من النتائج التي تتوصل إليها الدراسة.
- ✓ إضافة مرجع جديد في مجال الصلابة النفسية.
- ✓ تحديد الثغرات والفجوات التي تحتاج إلى المزيد من البحث أو الاستكشاف والدراسة وهو ما يساعد الباحث على تحديد المجالات التي تحتاج إلى تركيز أكثر.
- ✓ إن نتائج الدراسة قد تفيد الأخصائيين النفسيين في عمل برامج إرشادية لتعزيز الصلابة النفسية لدى النساء العاملات اللواتي يتمتعن بمستويات منخفضة من الصلابة النفسية.

- ✓ التعرف على موضوع من مواضيع علم النفس الإيجابي والمتمثل في الصلابة النفسية عند فئة هامة من المجتمع وهي المرأة العاملة.
- ✓ يساعد هذا المتغير على تعزيز قدرة الممرضات على التحكم في المشاعر السلبية والتفاعل الاجتماعي مع مختلف المواقف الصعبة.
- ✓ يمثل متغير الصلابة النفسية أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية، مما يساهم في تقليل فرص الإصابة بالإحترق النفسي أو الإضطرابات النفسية الناتجة عن التوتر المزمن.

## 5. المفاهيم الإجرائية:

### 1. الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية هي قدرة الممرضات العاملات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة على التعامل مع الضغوط المهنية من خلال التكيف مع بيئة العمل، وإظهار مستويات مرتفعة من الإلتزام بأداء المهام، والسيطرة على مشاعر التوتر والضغوط ومواجهة التحديات بإيجابية، وذلك بما ينعكس على أدائهن المهني وقدرتهن على تقديم رعاية صحية فعالة. وهي الدرجة التي تتحصل عليها الممرضات بإجابتهن على البنود التي تقيس متغير الصلابة النفسية.

2. الإلتزام: هو مدى ارتباط الممرضة بعملها وشعورها بالمسؤولية اتجاه المرضى، حيث تواصل أداء مهامها بإخلاص رغم الضغوط، وهي الدرجة التي تتحصل عليها الممرضات بإجابتهن على البنود التي تقيس بعد الإلتزام.

3. التحكم: هو قدرة الممرضة على إدارة المواقف الصعبة واتخاذ القرارات المناسبة بثقة وكفاءة، مما يمنحها شعورا بالسيطرة على الظروف التي تواجهها في بيئة العمل. وهي الدرجة التي تتحصل عليها الممرضات بإجابتهن على البنود التي تقيس بعد التحكم.

4. التحدي: هو استعداد الممرضة لمواجهة الصعوبات والأزمات والتعامل معها كفرص للنمو والتعلم بدلا من اعتبارها عقبات وهي الدرجة التي تتحصل عليها الممرضات بإجابتهن على البنود التي تقيس بعد التحدي.

**5. الممرضات:** هن العاملات في مجال التمريض داخل المؤسسة الإستشفائية الإخوة سعد قرمش، والمسؤولات عن تقديم الرعاية الصحية للمرضى، ومتابعة حالتهم، وتنفيذ الإجراءات الطبية وفقا للمعايير المعتمدة بما يساهم في تحسين جودة الخدمات الصحية.

## 6. الدراسات السابقة:

يقصد بالدراسات السابقة تلك البحوث التي أجراها باحثون آخرون في نفس موضوع الدراسة أو في موضوعات ذات صلة، وقد تكون منشورة في الجرائد، المجلات العلمية، الكتب، البحوث، أو الرسائل أو الأطروحات الجامعية، بشرط أن تتضمن الدراسة موضوعا محددًا، وهدفًا واضحًا، ونتائج يمكن الاستفادة منها.

ومن خلال البحث في الأدبيات ذات الصلة تم التوصل إلى 9 دراسات تناولت موضوع الصلابة النفسية مباشرة، بالإضافة إلى 4 دراسات اهتمت بدراسة الصلابة النفسية وعلاقتها بمتغيرات أخرى. وسيتم عرض هذه الدراسات على النحو التالي:

**الدراسة 01:** دراسة العبدلي خالد بن محمد بن عبد الله، (2012): بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير بكلية التربية بجامعة أم القرى بالمملكة السعودية مدينة مكة المكرمة.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية وعلى أساليب مواجهة الضغوط لدى كل من طلاب الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، ومعرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما تهدف إلى التحقق من وجود فروق بين المتفوقين بين المجموعتين في هذين المتغيرين.

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وقد طبقت الدراسة على عينة عشوائية طبقية مكونة من 200 طالب، مقسمة إلى 100 طالب متفوق و100 طالب عادي، تم اختيارهم من مجتمع بحثي يضم 23565 طالبا موزعين على 90 مدرسة ضمن خمسة مكاتب للتربية والتعليم. ولجمع البيانات اعتمد الباحث على مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر، والمكون من 47 بندًا، والذي يقيس ثلاثة أبعاد: الالتزام، والتحكم، والتحدي. تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

المتوسطات الحسابية، الإنحرافات المعيارية، معامل الارتباط بيرسون، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.

وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين.
- ✓ وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين غالبية أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها من جهة أخرى لدى الطلاب المتفوقين والعاديين.
- ✓ وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات المتفوقين والعاديين عند مستوى الدلالة 0.01 لصالح المتفوقين والعاديين.

**دراسة 02:** دراسة شويطر خيرة والزقاي نادية يوب مصطفى، (2015): بعنوان الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران "دراسة سيكومترية وصفية". مقال علمي بمجلة دراسات نفسية وتربوية.

هدفت هذه الدراسة للتأكد من البنية العاملية الثلاثية لمقياس الصلابة النفسية عن طريق التحليل العاملي التوكيدي، وتقدير ثبات مقياس الصلابة النفسية بطرق مختلفة والكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران.

استخدمت الباحثتان المنهج السيكمترى والمنهج الوصفي، وقد طبقت الدراسة على عينة قصدية غير عشوائية مكونة من 200 أم عاملة في قطاع التعليم، تم اختيارهم من مختلف المراحل التعليمية الثلاث: الابتدائي، المتوسط، والثانوي. ولجمع البيانات تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحث مخيمر، والذي قننه معمرية على البيئة الجزائرية، ويتكون من 48 بندا موزعة على ثلاثة أبعاد: الالتزام، التحكم، التحدي. تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

التحليل العاملي التوكيدي، ألفا كرونباخ، الثبات المركب، معامل أوميغا الموزونة، إختبار (ت) لعينة واحدة.

وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ يتكون المقياس فعلا من بنية عاملية ثلاثية طبقا لتحقيق أغلب مؤشرات المطابقة الهامة.
- ✓ تتميز أبعاد الصلابة النفسية بثبات جيد.
- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات مرتفع.

دراسة 03: دراسة حراث علي وجخراب محمد عرفات، (2018): بعنوان الصلابة النفسية لدى طلبة البكالوريا -دراسة ميدانية بمدينة الأغواط-. مقال علمي بمجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية.

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة البكالوريا، والكشف عن الفروق بين الجنسين في مستوى الصلابة النفسية، وكذلك الفروق بين المعيدين.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وقد طبقت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 330 طالب من الأقسام النهائية، ولجمع البيانات تم الاعتماد على مقياس الباحث مخيمر مكون من 48 بنداً والذي يقيس ثلاثة أبعاد الإلتزام، التحكم، التحدي، تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

المتوسطات الحسابية، معامل الارتباط بيرسون، معامل ألفا كرونباخ، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، معامل الارتباط جتمان.

وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة البكالوريا مرتفع.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الصلابة النفسية لصالح الذكور.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعيدين والغير المعيدين في مستوى الصلابة النفسية لصالح الغير المعيدين.

دراسة 04: دراسة عمور عمر، جلاب مصباح، وقاسمي للاهم،(2020): بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى المرأة العاملة دراسة ميدانية بمدينة المسيلة. مقال علمي بمجلة المواقف للبحوث والدراسات في المجتمع والتاريخ.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين درجة الصلابة النفسية ودرجة التوافق النفسي الاجتماعي، ومستوى الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى المرأة العاملة.

استخدم الباحثون المنهج الوصفي، وقد طبقت الدراسة على عينة عشوائية قوامها 141 عاملة، ولجمع البيانات اعتمدوا على مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر المكون من 47 بنداً الذي يقيس ثلاثة أبعاد: التحكم، الإلتزام، التحدي. كما استخدموا مقياس التوافق النفسي الاجتماعي للباحثة إجلال محمد سري المكون من 40 بنداً والذي يقيس أربعة أبعاد: التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي، التوافق الأسري،

التوافق الإنفعالي بالإضافة إلى بعد التوافق الصحي المأخوذ من مقياس التوافق العام للباحث عباس محمود، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل الارتباط بيرسون، اختبار (ت) للعينة المستقلة للكشف عن الفروق، تحليل التباين الأحادي (anova) .

وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ توجد علاقة معنوية بين التوافق الاجتماعي والصلابة النفسية لدى المرأة العاملة بمدينة المسيلة.
- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة العاملة بمدينة المسيلة كبيراً.
- ✓ مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرأة العاملة بمدينة المسيلة كبيراً.

**دراسة 05:** دراسة إسماعيل هبة حسين والرشيدي نشمية عمهوج حمدان، (2020): بعنوان علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة. مقال علمي بالمجلة المصرية للدراسات النفسية.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية والرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة بدولة الكويت، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي والتعرف على إمكانية التنبؤ بدرجة الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة من خلال درجتهم على مقياس الصلابة النفسية، ومعرفة الفروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة حول الرضا الوظيفي والصلابة النفسية وفقاً لمتغيرات المرحلة التعليمية وسنوات الخبرة والمؤهل العلمي.

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي، وقد طبقت على عينة عشوائية بسيطة مكونة من 165 معلمة من معلمات التربية الخاصة تم اختيارهم من مجتمع بحثي يضم 733 معلمة. ولجمع البيانات قامت بإعداد استبيانين لقياس متغيرات الدراسة هما: مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر المكون من 47 بنداً الذي يقيس ثلاثة أبعاد: الالتزام، التحكم، التحدي، ومقياس الرضا الوظيفي ل (cooper) ، والذي قام المشعان بترجمته ويتكون من 22 بنداً. تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، الوسيط، المنوال، تحليل التباين الأحادي (anova) ، اختبار (ت) للعينات المستقلة، معامل الارتباط بيرسون، معامل الإنحدار الخطي البسيط.

وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى الرضا الوظيفي منخفض لدى معلمات التربية الخاصة.
- ✓ مستوى الصلابة النفسية ككل والابعاد كل على حده ( الالتزام، التحكم، التحدي) متوسطة لديهم.
- ✓ وجود فروق دالة إحصائية بين معلمات التربية الخاصة في مستوى الرضا الوظيفي و الصلابة النفسية تعزى لمتغيرات سنوات الخبرة.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الوظيفي والصلابة النفسية تعزى للمرحلة التعليمية والمؤهل العلمي.
- ✓ وجود علاقة دالة إحصائية بين الرضا الوظيفي والصلابة النفسية ككل وبعدي التحكم والتحدي وتم نفيها بين الرضا الوظيفي وبعدي الإلتزام.

**دراسة 06:** دراسة عبد النور معمري، (2022): بعنوان درجة توافر الصلابة النفسية لدى المعاقين حركيا بالجزائر -دراسة ميدانية بولاية المسيلة-. مقال علمي بمجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة توافر الصلابة النفسية لدى المعاقين حركيا، والتحقق من وجود فروق في درجات الصلابة النفسية لدى المعاقين حركيا تعزى لمتغيرات الجنس والسن.

استخدم الباحث المنهج الوصفي، طبقت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 82 فردا معاقا حركيا من أصل 318، ولجمع البيانات اعتمد على مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر المتكون من 47 بندا الذي يقيس ثلاثة أبعاد الإلتزام، التحكم، التحدي، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل الارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، اختبار (ت) للعينات المستقلة، اختبار تحليل التباين. ANOVA.

وتوصلت الدراسة للنتائج التالية:

- ✓ درجة توافر الصلابة النفسية للمعاقين حركيا مرتفعة.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة توافر الصلابة النفسية للمعاقين حركيا تعزى لمتغير السن.

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة توافر الصلابة النفسية للمعاقين حركيا تعزى لمتغير الجنس.

دراسة 07: دراسة نفيدسة فاطمة وهروال منير، (2022): الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان. مقال علمي بمجلة افاق علمية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان، ومعرفة ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب الجنس ومدة الإصابة.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي المقارن، طبقت الدراسة على عينة غير عشوائية قصدية مكونة من 50 فردا مصابا بالسرطان، ولجمع البيانات تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر المتكون من 47 بندا و أضاف معمريه بند اخر فصارو 48 بندا والذي يقيس ثلاثة أبعاد الإلتزام، التحكم، التحدي، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، اختبار تحليل التباين. ANOVA. وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمدة الإصابة بالمرض.

دراسة 08: دراسة مصيطفي خديجة وداودي محمد، (2022): بعنوان الصلابة النفسية لدى عمال قطاع الصحة العمومية بالمؤسسة الإستشفائية بالأغواط في ظل جائحة كوفيد-19، مقال علمي بمجلة العلوم الإجتماعية.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى عينة عمال قطاع الصحة العمومية، ومعرفة الفروق بين العمال تبعا لمتغيرات الجنس والسن والرتبة في ظل جائحة كورونا.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، طبقت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 40 عاملا، تم اختيارهم من مجتمع بحثي يضم 800 عاملا، ولجمع البيانات تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية

لمعمرية بشير مع إضافة مقياس مخيمر الذي يقيس ثلاثة أبعاد الإلتزام، التحكم، والتحدي، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

معامل ارتباط بيرسون، معامل ثبات ألفا كرونباخ، المتوسطات الحسابية، الإنحراف المعياري، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.

وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى عمال قطاع الصحة العمومية بالمؤسسة الإستشفائية مرتفع.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى عمال المؤسسة الإستشفائية تعزى لمتغير الجنس، السن والرتبة.

**دراسة 09: دراسة بن خياط صليحة وزرزور أحمد، (2023): بعنوان الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط لدى أصحاب المهن الحرة في ظل جائحة كورونا (سائقي شاحنات النقل العمومية نموذجاً)، مقال علمي بمجلة الروائز.**

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى سائقي شاحنات النقل العمومي من أصحاب المهن الحرة مبعده جائحة كورونا، بالإضافة إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية لديهم، والتعرف على الفروق في كل من الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغيري السن والمستوى الدراسي.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي، طبقت على عينة عشوائية مكونة من 33 عاملاً، ولجمع البيانات اعتمدا على مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر، بالإضافة إلى مقياس مواجهة الضغوط المشكلات المعاشة ل Carver scheiler و zeintraub، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

معامل الإرتباط بيرسون، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، معامل ألفا كرونباخ، اختبار التباين الأحادي (anova).

وقد توصلت هذه الدراسة للنتائج التالية:

- ✓ لا توجد علاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عمال المهن الحرة.
- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى أصحاب المهن الحرة في ظل جائحة كورونا مرتفع.

✓ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي لدى أصحاب المهن الحرة في ظل جائحة كورونا.

✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن لدى أصحاب المهن الحرة في ظل جائحة كورونا.

✓ لا توجد فروق في أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أصحاب المهن الحرة في ظل جائحة كورونا سواء حسب متغير السن أو المستوى الدراسي.

دراسة 10: دراسة خيرة قويدر، (2023): بعنوان مستوى الصلابة النفسية لأأم العازبة بالجزائر-مدينة وهران أنموذجاً. مقال علمي بمجلة هيرودوت للعلوم الإنسانية والاجتماعية.

هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى الصلابة النفسية عند عينة من الأمهات العازبات بولاية وهران.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد طبقت الدراسة على عينة عشوائية قصدية مكونة من 43 أم عازبة، ولجمع البيانات تم الاعتماد على المقابلة ومقياس الصلابة النفسية للبروفسور "بشير معمري" والذي أعده " عماد محمد أحمد " متكون من 47 بندا موزعين على ثلاثة أبعاد الإلتزام، التحكم، التحدي، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

معامل الارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

✓ مستوى الصلابة النفسية عند الأمهات العازبات منخفض.

الدراسة 11: دراسة بسباس فاطمة الزهراء وبوروية أمال، (2024): الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان دراسة ميدانية بمستشفى يوسف دمجري ولاية تيارت. مقال علمي بمجلة طبنة للدراسات العلمية الأكاديمية.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان بمستشفى يوسف دمجري بولاية تيارت، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير المستوى التعليمي والجنس.

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي، وقد طبقت الدراسة على كل المرضى الذين كانوا متواجدين على مستوى مصلحة أمراض السرطان بلغ عددهم 109 مريض ومريضة بالسرطان، ولجمع البيانات تم الإعتماد على مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحث مخيمر وعدله معمريّة بحسب البيئة الجزائرية متكون من 48 بند موزعة على ثلاثة أبعاد الإلتزام، التحكم، التحدي، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

معامل الارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت) للعينات المستقلة، اختبار التباين الأحادي ANOVA.

وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان مرتفع.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير المستوى التعليمي والجنس.

**الدراسة 12:** دراسة سعودي إبراهيم ونفيدة فاطمة، (2024): بعنوان الصلابة النفسية لدى تلاميذ الطور النهائي "دراسة ميدانية لثانوية خاصة بالبليدة"، مقال علمي بمجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية.

هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى تلاميذ الطور النهائي، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس، وما إذا كانت هناك فروق في مستوى بعد الإلتزام تعزى لمتغير الجنس.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي المقارن، وقد طبقت الدراسة على عينة متكونة من 63 تلميذ وتلميذة من الثانوية الخاصة من الطور النهائي، ولجمع البيانات تم الإعتماد على مقياس الصلابة النفسية للباحث مخيمر متكون من 47 بند وأضاف معمريّة بند اخر فصار عدده 48 بند. موزعة على ثلاثة ابعاد الإلتزام، التحكم، التحدي. وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

معامل الارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (ت) للعينات المستقلة.

وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى تلاميذ الثانوية الخاصة الطور النهائي مرتفع.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى تلاميذ الثانوية الطور النهائي تعزى لمتغير الجنس.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإلتزام لدى تلاميذ الثانوية الطور النهائي تعزى لمتغير الجنس.

**الدراسة 13: دراسة Maache Salma, Nouar Charrazed (2024): مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في العيادة متعددة الخدمات بالرويسات. مقال علمي.**

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات العاملات في العيادة متعددة الخدمات بالرويسات. كما سعت إلى دراسة ما إذا كان الجنس والخبرة المهنية يؤثران على الصلابة النفسية بمجلة السراج في قضايا التعليم والمجتمع.

اعتمدت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي لدراسة مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات. وقد طبقت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 30 ممرضة من أصل 60 ممرضة، ولجمع البيانات قامت بإعداد مقياس للصلابة النفسية يتكون من 54 بنداً، استناداً إلى مقياس كونور-دافيدسون للصلابة النفسية (2003)، والذي تمت ترجمته إلى اللغة العربية من قبل الكلاي. يقيس هذا المقياس خمسة أبعاد: الكفاءة الشخصية التقبل الإيجابي للذات، العلاقات الاجتماعية الناجحة، مقاومة التأثيرات السلبية، والتحكم والإيمان. تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

معامل الارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار (T) لعينة مستقلة، تحليل التباين الأحادي.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات مرتفع.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى إلى الجنس والخبرة المهنية.

### التعقيب على الدراسات السابقة:

يعد الرجوع إلى الدراسات السابقة خطوة ضرورية عند تناول أي موضوع بحثي، إذ تسهم هذه الدراسات في إثراء المحتوى النظري للدراسة الحالية، وتساعد على فهم الجوانب المختلفة للظاهرة المدروسة من خلال المقاربات المتنوعة التي تناولها بها باحثون سابقون. كما تتيح فرصة لمقارنة النتائج وتحليلها في ضوء ما توصلت إليه الأدبيات العلمية، مما يساعد على إبراز مكانة الدراسة الحالية ضمن السياق العلمي، وتحديد مدى إسهامها في تعميق الفهم النظري والميداني للموضوع. ومن خلال الاطلاع على مجموعة من الدراسات المرتبطة بموضوع الصلابة النفسية، تم التوصل إلى ثلاثة عشر دراسة سابقة، تنوعت بين محلية وعربية، بالإضافة إلى دراسة أجنبية مترجمة، ما سمح بتوسيع أفق التحليل والمقارنة.

### أوجه التشابه مع الدراسات السابقة:

يتضح أن المنهج الوصفي كان المنهج الأكثر استخداماً في الدراسات السابقة، سواء بصيغته البسيطة أو المقارنة أو الارتباطية، وهو ما تم اعتماده كذلك في هذه الدراسة نظراً لملاءمته لطبيعة الموضوع وأهداف البحث.

كما أن أداة الاستبيان كانت الأداة الأكثر اعتماداً في جمع البيانات لدى معظم الدراسات، وهو ما يتوافق مع دراستنا، مما يعزز من إمكانية المقارنة على مستوى البيانات وطرق التحليل.

ومن حيث بناء المتغير، فإن غالبية الدراسات السابقة التي تم الرجوع إليها اعتمدت نفس الأبعاد الثلاثة التي تناولتها هذه الدراسة وهي الإلتزام، التحكم، التحدي، مما يظهر تقارباً في تناول المفاهيمي.

كما تشابهت نتائج عدد من الدراسات السابقة مع ما توصلت إليه دراستنا، من حيث تسجيل مستوى مرتفع للصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة، نذكر منها:

شويطر والزقاي(2015)، حراث وجخراب (2018)، عمور واخرون (2020)، معمري (2022)، نغيدسة وهروال (2022)، مصيطفي وداودي (2022)، بن خياط وزرزور (2023)، بسباس وبوروبة (2024)، سعودي ونغيدسة (2024)، Selma و Nour Charrazed (2024).

كذلك، اتفقت نتائج بعض الدراسات مع نتائج دراستنا فيما يخص عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لبعض المتغيرات الديمغرافية ( سنوات الأقدمية، السن، الحالة الاجتماعية،

البيئة الاجتماعية)، ومن بين هذه الدراسات: Maache Selma و Nouar Charrazed (2024)، دراسة عبد النور معمري (2022)، ودراسة مصيطفي خديجة وداودي محمد (2022)، ودراسة بن خياط صليحة وزرزور أحمد (2023)،

### أوجه الاختلاف مع الدراسات السابقة:

رغم التشابه في الأداة العامة (الاستبيان)، إلا أن دراستنا تميزت بإعداد استبيان خاص من تصميمنا، تم بناؤه وفق أسس نظرية واضحة، بدل الاعتماد على المقاييس الجاهزة مثل مقياس مخيمر أو النسخ المعدلة عنه، وهو ما يشكل إضافة منهجية تعكس التكيف المحلي للأداة مع خصوصية الميدان والعينة.

تختلف دراستنا عن العديد من الدراسات التي ربطت الصلابة النفسية بمتغيرات أخرى كالرضا الوظيفي، أو التوافق النفسي والاجتماعي، في حين اقتصرنا على قياس مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات، ودراسة الفروق حسب المتغيرات الديموغرافية (السن، الأقدمية، الحالة الاجتماعية، البيئة الاجتماعية).

كما أن أغلب الدراسات السابقة ركزت على فئات غير تمريضية (طلبة، أمهات، معاقين، أصحاب مهن حرة)، بينما تميزت هذه الدراسة باستهداف فئة الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية، وهي فئة قليلة التداول في الدراسات الجزائرية في سياق غير استثنائي.

علاوة على ذلك، فقد أنجزت دراستنا في ظروف مهنية طبيعية بعيد عن الأزمات، بخلاف بعض الدراسات التي أجريت في ظل ظروف طارئة مثل جائحة كوفيد-19، مما يمنح نتائجها طابعا أكثر استقرارا وواقعية.

تناولت بعض الدراسات السابقة متغيرات ديمغرافية مختلفة عن تلك التي تم التطرق إليها في دراستنا، مثل الجنس كما في دراسة حراث وجخراب (2018)، معمري (2022)، والمستوى الدراسي كما في دراسة بن خياط وزرزور (2023)، والمرحلة التعليمية والمؤهل العلمي كما ورد في دراسة إسماعيل والرشيدي (2020).

وعليه، فقد استندت من هذه الدراسات السابقة في النقاط التالية:

- ✓ إثراء الجانب النظري لمتغير الصلابة النفسية وفهم أبعاده التطبيقية.
- ✓ دعم اختيار المنهج المناسب للدراسة الحالية، وهو المنهج الوصفي.
- ✓ تأكيد ملائمة أداة الاستبيان لقياس الصلابة النفسية لدى الممرضات.

✓ الاستئناس بنتائج الدراسات السابقة لمقارنتها بنتائج الدراسة الحالية، مما يعزز تفسير المعطيات بشكل علمي أدق.

### خلاصة الفصل:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل، والذي انطلق من تحديد إشكالية الدراسة وتساؤلاتها وصياغة الفرضيات، مروراً بتوضيح أهداف الدراسة وأهميتها، وانتهاء بعرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها من حيث نقاط الاتفاق والاختلاف مع دراستي، تم وضع الأسس النظرية التي توجه مسار البحث الحالي.

وقد ساهم هذا الفصل في توضيح الإطار العام للدراسة، من خلال تحديد المفاهيم الأساسية وعلى رأسها الصلابة النفسية، والتطرق إلى أبعادها الثلاثة المتمثلة في الالتزام، التحكم، والتحدي، إلى جانب تحديد التعريف الإجرائي للمفهوم بما يتلاءم مع طبيعة العينة والميدان المدروس.

كما مكنتني استعراض الدراسات السابقة من تدعيم الخلفية النظرية، واستخلاص بعض المؤشرات التي ستكون مرجعاً عند تحليل النتائج ومناقشتها في الفصول اللاحقة، مما يساهم في فهم أعمق لمستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ /عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة، والعوامل المرتبطة بها في بيئة العمل.

## الفصل الثاني: الصلابة النفسية

### تمهيد

1. مفهوم الصلابة النفسية
2. بعض المفاهيم المرتبطة بالصلابة النفسية
3. نشأة الصلابة النفسية
4. خصائص الصلابة النفسية
5. أهمية الصلابة النفسية
6. مهارات الصلابة النفسية
7. أبعاد الصلابة النفسية
8. العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية
9. الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية
10. طرق تعزيز الصلابة النفسية
11. النظريات المفسرة للصلابة النفسية

### خلاصة الفصل

## تمهيد:

تعد الصلابة النفسية من المفاهيم النفسية المعاصرة التي ظهرت ضمن توجهات علم النفس الإيجابي، وبرزت كأحد المتغيرات المهمة في فهم كيفية تكيف الأفراد مع ضغوط الحياة ومواقفها الصعبة. فهي تمثل آلية دفاعية ووقائية تمكن الفرد من مواجهة التحديات اليومية بصمود ومرونة، مما يسهم في الحفاظ على توازنه النفسي والجسدي، ويعزز من جودة حياته.

لقد ازداد الاهتمام بدراسة الصلابة النفسية في مختلف المجالات التربوية، المهنية، والصحية، نظرا لعلاقتها الوثيقة بمجموعة من المؤشرات الإيجابية كالصحة النفسية، الرضا، الأداء الفعال، ومواجهة الضغوط، مما جعلها محط اهتمام العديد من الباحثين.

وفي هذا السياق، يهدف هذا الفصل إلى تقديم تأطير نظري شامل لمفهوم الصلابة النفسية، من خلال التطرق إلى نشأته وتطوره التاريخي، مروراً بتحديد أبعاده ومكوناته الأساسية وخصائصه. كما يتناول الفصل العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية، والأدوار التي تؤديها في حياة الأفراد، ويختتم بعرض أبرز النظريات النفسية التي فسرت هذا المفهوم وأطرته علمياً.

## 1. مفهوم الصلابة النفسية:

## 1.1. المفهوم اللغوي للصلابة النفسية:

صلب، صلب الخشب أي اشد وقوي، وصلابة أي قساوة، فيقال صلابة الطين أي قساوة، ومقاومة، كما تعني مقاومة التعب، والقدرة على الاحتمال، ويقال برهن وصلابة أي ثبات على قرار، أو موقف وعزيمة لا تلين على مواصلة ما بدء به، ويقال تحمل مصائبه بصلابة أي رباطة جأش، وشجاعة في تحمل الألم، ومقاساة الحرمان. (شويطر والزقاي، 2015، ص 51)

## 2.1. التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية:

ظهرت تعريفات كثيرة للصلابة النفسية، وقد يضيق المجال بذكرها كلها، لدى يمكن الإكتفاء ببعضها على النحو التالي:

**عرفتها كوبازا (Kobaza):** "بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تعمل كمصد أو كواق من أحداث الحياة الشاقة كما أنها تمثل اعتقاداً أو اتجاهها عاماً لدى الفرد في قدرته على إستغلال كافة مصادره وامكانياته النفسية والبيئية المتاحة لكي يدرك أحداث الحياة الشاقة إدراكاً غير مشوه ويفسرها بمنطقية وموضوعية ويتعايش معها على نحو إيجابي وأنها تتضمن الإلتزام، التحكم، التحدي". (القطراوي، 2013، ص 47)

**كما عرفها (مخيمر):** "أنها نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والأخرين من حوله، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يوجهه من أحداث بتحمل المسؤوليات، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له". (خرموش، ب س، ص 284، 283)

**ويرى (حجار ودخان، نبيل كامل )** بأنها: "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة". (مرباح وبلال، 2018، ص 317)

**وعرفها (حمزة)** بأنها "سمة مكتسبة منذ الصغر تساعد الأسرة بصفة رئيسية على تكوينها، كما تساعد مؤسسات التطبيع الاجتماعي الخارجي الأخرى، كالجيران والأقران والمدرسة وزملاء الجامعة والعمل على إنمائها في المراحل العمرية المتقدمة". (الشمري، 2015، ص 14)

كما عرفها بروكس (Brooks) : "بأنها قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية والتعامل مع الإحباط والأخطاء النفسية، وكذلك الصدمات والمشاكل اليومية، لتطوير أهداف محددة وواقعية لحل المشاكل، والتفاعل بسلاسة مع الآخرين ومعاملة الآخرين و الذات باحترام". ( الشيخ، 2020، ص307)

ويعرفها جانيلين وبلاني Ganellen & Blaney بأنها: "مصدر من أهم المصادر النفسية التي تجعل الفرد قادرا على تحمل الضغوط وتخفف من اثارها والتي ترتبط مع مصادر أخرى وتتفاعل معها". (بخيت، 2017، ص347)

ويشير مادي Maddi إلى ان "هذه الشجاعة هي حجر الزاوية في الصلابة النفسية، وهي التي تفسر أن الفرد الذي يتخذ قرارات مستقبلية متحدية هو ذلك الذي يحيا حياة ذات معنى، ويتصف بكونه نشط، جريء، حذر، مهتم. وتوصف بأنها المقاومة والصلابة تحت وطأة الضغوط أو القدرة على تحمل الظروف الصعبة". (شقيير، 2020، ص33)

ويعرفها كارفر Carver بأنها: "تقبل الفرد للتغيرات أو الضغوطات التي يتعرض لها، حيث تعمل الصلابة النفسية مصدر ودرع واقى ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط". (عيسات وايت، 2020، ص430)

والصلابة النفسية من وجهة نظر البهاص تعني: "إدراك الفرد أو تقبله للمتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الجسمية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقات الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالفهم النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط". (عواد، 2015، ص12)

من خلال التعاريف السابقة أستنتج أن الصلابة النفسية هي قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات من خلال التكيف معها بإيجابية، والالتزام بمسؤولياته رغم الصعوبات، والإيمان بقدرته على التحكم في حياته والنظر إلى الأزمات كتجارب للنمو بدلا من كونها عقبات تعيق تقدمه.

## 2. المفاهيم المرتبطة بمفهوم الصلابة النفسية:

ارتبط مفهوم الصلابة النفسية بمجموعة من المفاهيم الأخرى المصاحبة والتي نوردتها على النحو التالي:

**1.2 مفهوم قوة الأنا:** هي الركيزة الأساسية للصحة النفسية، وتثير قدرة الأنا إلى التوافق مع الذات ومع المجتمع، علاوة على الخلو من الأعراض العصابية والإحساس الإيجابي بالكفاية والرضا، وقوة

الأنا هي القطب المقابل للعصابية، حيث يرى الكثير من العلماء أن هناك متصلا يقع في أحد أطرافه قوة الأنا، حيث يقع الطرف الآخر قطب العصابية (زروقة، 2022، ص70).

وتعرف بأنها قوة طاقته النفسية، وهي التي تحدد مدى تحمله للظروف غير المواتية، وبحسب قوة الأنا تكون مقاومته للانهايار أمام الظروف. (التميمي، ب.س، ص3)

ويبين فرج عبد القادر (1993) أنها قدرة الشخص على تحقيق التوافق والتي يتخذها دليلا على الصحة النفسية، وعلى مهارة الأنا في علاج صراعات الشخصية والتعامل معها ومع العالم الخارجي بحيث ينتهي به الأمر إلى النجاح، وقوة الأنا تمثل طاقة الفرد النفسية التي تحدد مدى تحمله للظروف غير المواتية"

ويرى أبو ندى أن هناك تداخلا بين مفهومي الصلابة النفسية وقوة الأنا، حيث أن قوة الأنا تعمل على تدعيم صلابة الفرد النفسية اتجاه الأحداث الضاغطة، وأن الصلابة تعمل جاهدة لوقاية الفرد من وطأة الاضطراب النفسي والجسدي عند الأزمات والشدة (زروقة، 2022، ص71) ، وهذا ما وضحته دراسة (برنارد 1996) والتي استهدفت التعرف على العلاقة بين الأنا والصلابة النفسية وتقدير الذات والكفاءة الذاتية والتفاؤل وبين سوء التوافق والحالة الصحية، وأجريت الدراسة على عينة بلغت 89 طالبا جامعيا أسفرت عن وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية وقوة الأنا و تقدير الذات والكفاءة الذاتية والتفاؤل وبين القدرة على التوافق و الحالة الصحية الجيدة. (الطبيبي وزنبو، 2021، ص15)

ويتضح من ذلك أن قوة الأنا تتمثل في قدرة الفرد على استثمار كافة المصادر النفسية والمادية والاستراتيجيات العقلية المتاحة لديه، ممن حوله ومواجهة الضغوط والشدائد بفاعلية.

## 2.2. الفاعلية الذاتية:

هي احدى المتغيرات الوسيطة بين إدراك الفرد للأحداث الضاغطة وبين مواجهة الفرد لها، ويعرفها باندورا: على أنها "اعتقاد الفرد في كفايته واقتداره وتمكنه وقيمه الذاتية، مما يعطيه شعورا بالثقة بالنفس، والقدرة على التغلب على مشكلاته، والتحكم في أمور حياته"، وتصبح الفاعلية الذاتية في نفس الوقت مؤشرا لقدرة الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة بكفاية واقتدار وثقة وتمكن، والوظيفة الأساسية للفاعلية الذاتية هي تمكين الفرد من التحكم والتنبؤ بأحداث حياته. (راضي، 2008، ص 43-44)

ولقد ميز باندورا بين معنيين للفاعلية:

### 1.2.2. الفاعلية الذاتية المتوقعة: (زرقة، 2022، ص72)

وتعني شعور الفرد بقدرته أو عجزه عن القيام بسلوك معين أو انجاز ما، ويضمن هذا الشعور درجة من الثقة والشعور بالقدرة على التحكم.

### 2.2.2. الفاعلية الذاتية المرجعية:

وهي اعتقاد الفرد بأن السلوك الذي يقوم به سوف يوصله إلى النتائج التي يتمناها.

وبالرغم من أن مفهوم الفاعلية الذاتية يحمل الثقة بالنفس وإدراك القدرة على التحمل في الظروف الحياتية، كما يختص بتزويد الأفراد ببعض المهارات الخاصة، لكنه لم يرق لمستوى السمة أو الخصلة الثابتة في الشخصية ومن ثم فهو يتميز عن مفهوم الصلابة النفسية في احتياج الفرد له ولظهوره في جميع المواقف الحياتية التي لا تستدعي بالضرورة أن تكون لها صفة الضغط (القطروبي، 2013، ص53).

ويتصف الأشخاص ذوو المستوى المرتفع من فعالية الذات بالثقة بالذات والمثابرة، والإصرار على بلوغ الهدف، بغض النظر عما يواجههم من عقبات ومشكلات، ووفقا لباندورا فإن مرتفعي فعالية الذات غالبا يتوقعون النجاح مما يزيد من مستوى دافعيتهم لتحقيق أفضل أداء ممكن والوصول إلى حلول جيدة لما يتعرضون له من مشكلات مقارنة بالأشخاص منخفضي الفعالية الذين يتوقعون الفشل في مختلف المهام التي يضطلعون إليها، مما يؤدي إلى انخفاض مستوى الدافعية في الأداء (راضي، 2008، ص45).

مما سبق يتضح أن الفاعلية الذاتية تتمثل في إدراك الفرد أن لديه قدرات ومهارات واستعدادات شخصية، يمكنه توظيفها بفاعلية لمواجهة الشدائد والضغوط والأحداث المؤلمة.

### 3.2. تقدير الذات:

عرفه كوبر سميث بأنه "تقييم يضعه الفرد لنفسه بنفسه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته". (حسين، 2017، ص53)

يعرف أنه "التقييم الذي يعبر عن الاحترام الذي يمكنه الفرد لذاته والذي يحافظ عليه بشكل معتاد لأنه يعبر عن اتجاه مقبول أو مرفوض أو غير مقبول نحو الذات".

ويعرف بأنه: "نظرة الفرد الشخصية عن ذاته الفعلية والحقيقية ومنهم الشخص نفسه". (مكي وحسن، ب.س،

ص309)

فالأشخاص ذوو التقدير الذاتي العالي عادة ما يكونون نشطين، متواصلين، متفائلين، قادرين على التعامل مع النقد، وعادة ما يكونون أكثر نجاحا. كما أنهم غالبا ما يضعون أهدافا أعلى ويحققونها بشكل متكرر. في المقابل، يرتبط التقدير الذاتي المنخفض بوضع أهداف أقل طموحا، والالتزام بالمعايير التقليدية، والاعتماد على آراء الآخرين، بالإضافة إلى مشكلات صحية مثل الأرق، الصداع وعسر الهضم (Miskolciová, Duricová, n.d, p97).

**4.2. المناعة النفسية:** مفهوم فرضي، يقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب، وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الغضب وسخط وعداوة وانتقام، وأفكار ومشاعر يأس وعجز وانهزامية وتشاؤم. (مرسي، 2000، ص96)

تتراوح حياة الفرد بين مواقف يحقق فيها النجاح والتوفيق، ومواقف يمر فيها بالفشل والإحباط، وتتكون لديه أفكار ومشاعر مختلفة بحسب إدراكه لكل موقف وتفكيره فيه. فإذا كان إدراكه عقلانيا وواقعا كانت مشاعره إيجابية فيرضى عند النجاح، ويصبر عند الفشل، ويعيد المحاولة. والمؤمن يتعامل مع المواقف بتفكير منطقي ومشاعر متزنة، مما يحافظ على صحته النفسية في جميع الظروف، ويرتبط ذلك بامتلاكه مناعة نفسية قوية.

وتشبه المناعة النفسية المناعة الجسدية، فهي تحمي النفس، وتقويها، وتزيد من قدرتها على تحمل الضغوط ورفض السوء (عجاتي وصالح وبيورنان، 2023، ص30)

### 1.4.2. أنواع المناعة النفسية:

تنقسم المناعة النفسية إلى ثلاث أنواع:

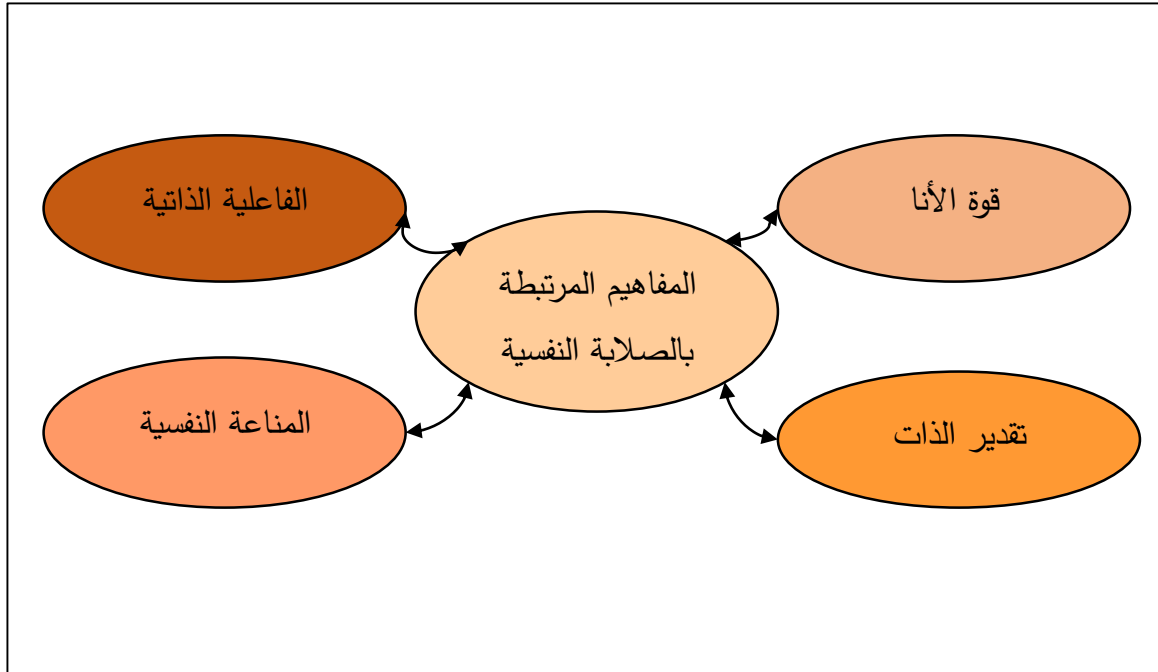
**1. مناعة نفسية طبيعية:** وهي تلك الموجودة لدى الفرد في طبيعته وتكوينه النفسي وتنمو معه ويكتسبها من التفاعل بين الوراثة والبيئة، فكلما كان الشخص يتمتع بتكوين نفسي صحي، كلما كان أكثر مناعة ضد الأزمات. وقدرته على تحمل الإحباط، ومواجهة الضغوطات تكون أكبر.

**2. مناعة نفسية مكتسبة طبيعيا:** وهي تلك التي يكتسبها الفرد من الخبرات والمهارات والمعارف التي يتعلمها من مواجهة الأزمات والصعوبات التي تعرض لها، مما يعمل على تنشيط المناعة النفسية وتنمية قدرة الفرد على تحمل الأزمات واكتساب الخبرات.

**3. مناعة نفسية مكتسبة صناعياً:** وهي تشبه المناعة الجسمية التي يكتسبها الفرد في حقن الجسم عمداً بالجرثومة المسببة للمرض، للحد من خطورتها وتبقى مناعتها مدة طويلة، وتسمى مناعة مكتسبة فاعلة، وهي تتم عن طريق تعريض الفرد للعديد من المواقف الضاغطة والمثيرة للقلق والتوتر والغضب بعد تدريبه للسيطرة على انفعالاته ومشاعره وأفكاره، واستبدال الانفعالات والمشاعر والأفكار السلبية بانفعالات ومشاعر وأفكار إيجابية ومبهجة بدلاً منها (كريري وحكي، 2021، ص 13).

ترتبط الصلابة النفسية بعدد من المفاهيم الداعمة التي تسهم في تعزيز قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والصعوبات، أبرزها قوة الأنا التي تعكس طاقة الفرد النفسية وكفاءته في التعامل مع الأزمات والتوافق مع الذات والمجتمع، والفاعلية الذاتية التي تشير إلى اعتقاد الفرد بقدرته على التحكم في حياته ومواجهة المشكلات بثقة ومثابرة، كما يرتبط بها تقدير الذات، وهو التقييم الذي يمنحه الفرد لنفسه ويؤثر على نظريته لذاته وقدرته على التكيف، حيث يظهر الأفراد ذوو التقدير العالي مستوى أكبر من التفاؤل والنجاح. وتعد المناعة النفسية أيضاً من المفاهيم المرتبطة بالصلابة، إذ تمثل قدرة الفرد على مقاومة الصدمات والضغوط النفسية والانفعالات السلبية، وتنقسم إلى مناعة طبيعية، ومكتسبة طبيعياً، ومكتسبة صناعياً، مما يعزز قدرة الفرد على الصمود والتوازن النفسي في مختلف المواقف.

شكل رقم(01): يوضح المفاهيم المرتبطة بالصلابة النفسية



المصدر: من إعداد الباحثة

## 3. نشأة الصلابة النفسية:

ترجع جذور مفهوم الصلابة النفسية إلى أسس الفلسفة الوجودية وعلم النفس الإنساني، حيث يرى كلاهما أن الحياة مليئة بالتحديات، وأن الأفراد يجب أن يتحملوا مسؤولية مواجهة هذه التحديات بطريقة إيجابية. حيث أكدت الفلسفة الوجودية التي تنص على حرية الإنسان ومسؤوليته في تحديد مصيره، من خلال أفكار بعض المفكرين أمثال سورين كيركيغارد وجان بول سارتر، على أهمية اتخاذ القرارات الفردية وتحمل المسؤولية الشخصية، بينما ركز فيكتور فرانكل على دور إيجاد المعنى في الحياة حتى في أصعب الظروف، مثل معسكرات الاعتقال النازية. من ناحية أخرى، أشار علم النفس الإنساني من خلال أعمال أبراهام ماسلو كارل روجرز إلى أهمية تحقيق الذات والنمو الشخصي، وهو ما اعتبره سالفاتور مادي جزءاً أساسياً من تطوير الصلابة النفسية (Lazniczek,2017,p27)

بدأ الاهتمام بالصلابة النفسية علمياً في الستينات والسبعينات من القرن العشرين، عندما بدأ الباحثون بدراسة العلاقة بين الشخصية والضغط النفسية. لاحظ العلماء أن بعض الأفراد كانوا أكثر قدرة على مقاومة التوتر والتعامل مع الأزمات مقارنة بغيرهم، مما دفعهم إلى البحث عن العوامل التي تساعد على تكوين هذه القدرة (Ziesman,2005 ,p1) في عام 1989، قدمت سوزان كوبازا مفهوم الصلابة النفسية بشكل علمي، واعتبرتها نمطاً شخصية حاسم في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسدية للفرد، (العيافي ، 2011، ص14)، وترى أن الصلابة النفسية تتأصل في مرحلة الطفولة من خلال معيشة الخبرات المعززة التي تقوي دعائم الشخصية، حيث إن الشخص الصلب ينظر إلى المواقف الضاغطة على أنها مواقف مثيرة للانتباه ولها معنى ومن ثم الإلتزام، ويرى أن تلك المثيرات الضاغطة قابلة للتغير ومن ثم السيطرة، حيث يرى أن التغيير جانب طبيعي من جوانب حياة الفرد وفرصة للتطوير بدلا من النظر إليها كتهديد ومن ثم تحديها، والشخص الذي يملك هذه الخصائص يكون غير قادر على المحافظة على صحته تحت وطأة الأحداث الضاغطة.(إسماعيل والرشيدي،2015، ص6)

في نفس السياق، أجرى سالفاتور مادي دراسة شهيرة على 450 موظفا في Illinois Bell Telephone خلال أزمة تفكيك الشركة AT&T، حيث وجد أن ثلثي الموظفين تعرضوا لانهيئات صحية ونفسية، بينما تمكن الثلث الآخر من التكيف والازدهار رغم التحديات. أظهرت النتائج أن الأفراد الناجحين تشاركوا ثلاث سمات رئيسية أصبحت تعرف باسم "عناصر الصلابة النفسية: (3C's) "الإلتزام الذي يعكس شعورهم بالهدف والانخراط في حياتهم؛ التحدي، الذي يساعدهم على رؤية التغيرات كفرص للنمو بدلا من اعتبارها

تهديدات، التحكم الذي يمنحهم الشعور بالقدرة على التأثير في حياتهم بدلاً من الاستسلام للعجز. لاحقاً، كشفت دراسة متابعة أن العديد من الأشخاص الأكثر صلابة نشأوا في بيئات صعبة، لكنهم كانوا يعتبرون داخل أسرهم أنهم مقدرين للنجاح، مما عزز لديهم هذه المهارة. (Steak, 2011, p22-23)

اعتماداً على هذه النتائج، تم تطوير برامج تدريبية لمساعدة الأفراد على تنمية الصلابة النفسية، وذلك من خلال إعادة تأطير تفكيرهم، اعتماد استراتيجيات مواجهة صحية، وتحمل المسؤولية عن قراراتهم وردود أفعالهم. وبذلك، لم تعد الصلابة النفسية مجرد سمة فطرية يولد بها الإنسان، بل أصبحت مهارة يمكن تعلمها وتطويرها عبر التجارب الحياتية والتدريب النفسي. (Steak, 2011, p23)

#### 4. أهمية الصلابة النفسية:

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية، التي تقوي الإنسان من اثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتعاوناً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

وقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تعود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي لاستثارة الجهاز العصبي

الذاتي والضغط تؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة في الصلابة: (ميطر وعبد اللاوي، 2023، ص 192، 191)

- ✓ تعمل الصلابة النفسية على تعديل إدراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل أثراً عليه.
- ✓ تؤدي الصلابة النفسية إلى تكوين أساليب مواجهة ذات فعالية بطريقة غير مباشرة، وهذا عن طريق ما تعكسه على الدعم الاجتماعي.
- ✓ تؤدي الصلابة النفسية بالفرد إلى التعديل في الممارسات الصحية مثال: اتباع نظام غذائي صحي.
- ✓ تقوي الإنسان من اثار الضغوط الحياتية المتنوعة.
- ✓ تجعل الفرد ذا مرونة أكثر ويتمتع بالتفاؤل والقدرة على التغلب على المشاكل الضاغطة (العازمي،

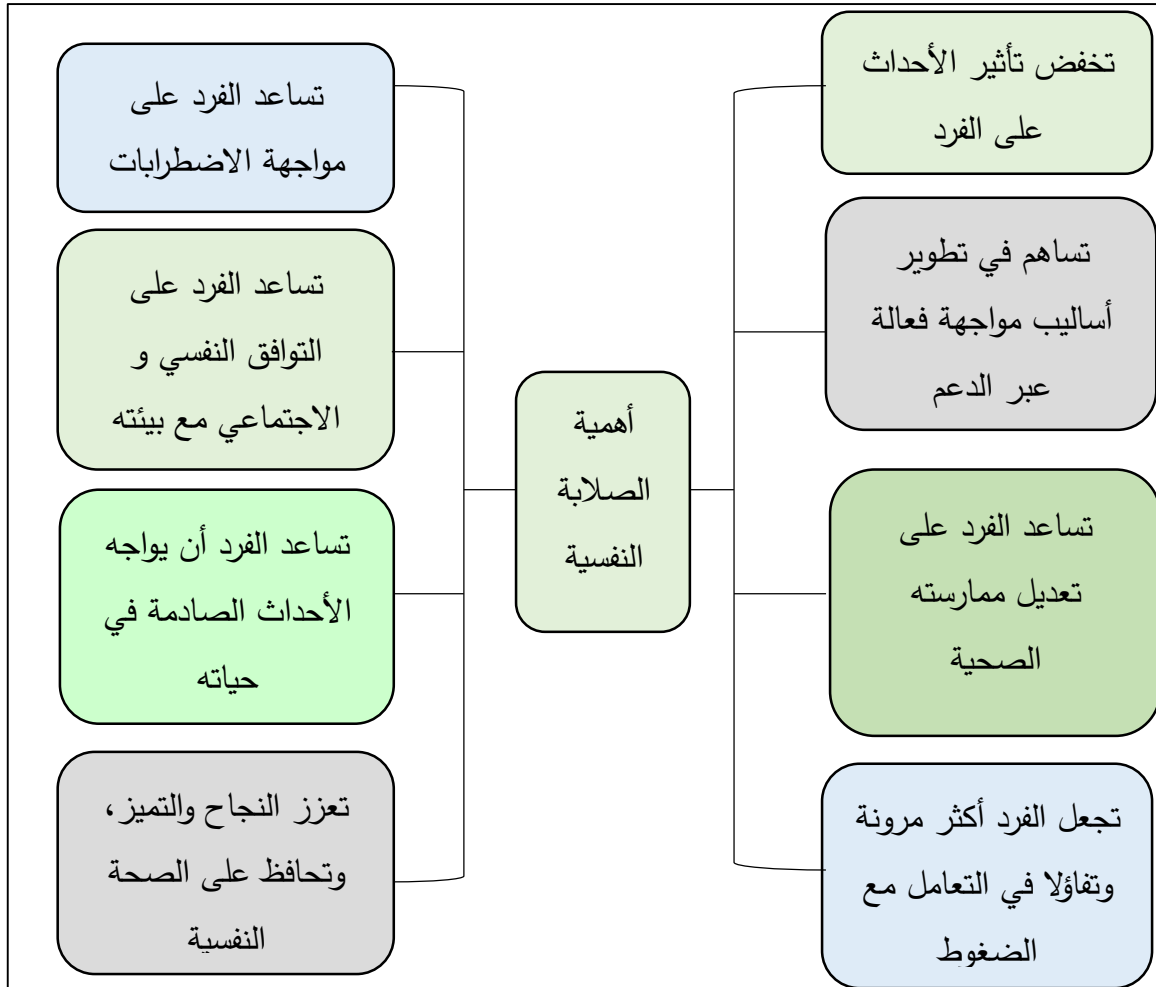
2024، ص 33، 34)

- ✓ الصلابة النفسية تساعد الفرد على مواجهة جميع الاضطرابات النفسية في الحياة: كالقلق، والاكتئاب، الانتكاس، والشعور بالفقد والحرمان وغير ذلك من الأمور.
- ✓ تساعد الصلابة النفسية الفرد على التوافق النفسي والاجتماعي مع بيئته.
- ✓ تساعد الفرد على أن يواجه الأحداث الصادمة في حياته.
- ✓ تساعد الصلابة النفسية على النجاح والتميز، والاحتفاظ بمستوى جيد من الصحة النفسية. (عدرات، 2017، ص8،9)

ولقد خلصت عدة دراسات إلى أن أفضل المتكيفين مع الضغوط هم الأشخاص الذين لديهم سمات شخصية وقد أطلقت عليها الشخصية الصلبة، وهم الأشخاص الذين لديهم التزام عال ويملكون الإحساس بالسيطرة على الأمور والذين يمتلكون الإحساس بالقدرة على مجابهة التحديات. (نويجم وحفظ الله، 2023، ص 676)

نستنتج مما سبق أن الصلابة النفسية تساعد في مواجهة الضغوط والتكيف مع الأزمات، مما يجعل الفرد أكثر مرونة وتقاؤلاً. كما تقي من الاضطرابات النفسية، وتساعد في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي، وتعزز الصحة والنجاح في الحياة.

شكل رقم (02): يوضح أهمية الصلابة النفسية



المصدر: من إعداد الباحثة

## 5. أبعاد الصلابة النفسية:

توصلت كوبازا إلى ثلاثة أبعاد تتكون منها الصلابة النفسية وهي: الإلتزام، التحدي، التحكم. فالشخص المتمتع بالصلابة النفسية يجب أن يحصل على درجة مرتفعة من هذه الأبعاد، فمن يحصل على درجة مرتفعة على بعد واحد فقط-مثل بعد الإلتزام-ويحصل على درجة منخفضة في بعد الضبط والتحدي لا يتمتع بالصلابة النفسية، فهو يعيش في حالة من القلق وفقدان الثقة بالنفس لذا فإن التعامل مع الصلابة النفسية يشمل التعامل الكلي مع جميع مكوناتها، الأمر الذي سيعطي دافعا للتغلب على مشاق الحياة.(العيافي، 2012، ص19)

وعليه فإن فهم الصلابة النفسية لا يكتمل إلا من خلال التطرق إلى أبعادها الثلاثة بشكل متكامل، وهي كالتالي:

**الإلتزام:**

يعتبر مكون الإلتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة، فغياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق، الاكتئاب، كما أشار هينك إلى أهمية هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة، التمريض وطب الأسنان (راضي، 2008، ص23).

**1. مفهوم الإلتزام:**

اعتقاد الفرد بضرورة تبنيه قيما وأهدافا محددة تجاه نشاطات الحياة المختلفة وضرورة تحمل المسؤولية تجاه هذه القيم والمبادئ والأهداف، كما يشير إلى اتجاه الفرد نحو التعامل مع الأحداث الشاقة برؤيتها كأحداث هادفة وذات معنى، وجديرة بالتفاعل معها. (دلول، 2021، ص 302).

**2. أنواع الإلتزام:**

أشارت كوبازا ومادي وبكيسي إلى أن الإلتزام الشخصي او النفسي يضم كلا من:

**1.2. الإلتزام اتجاه الذات:** وعرفته بأنه " اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين".

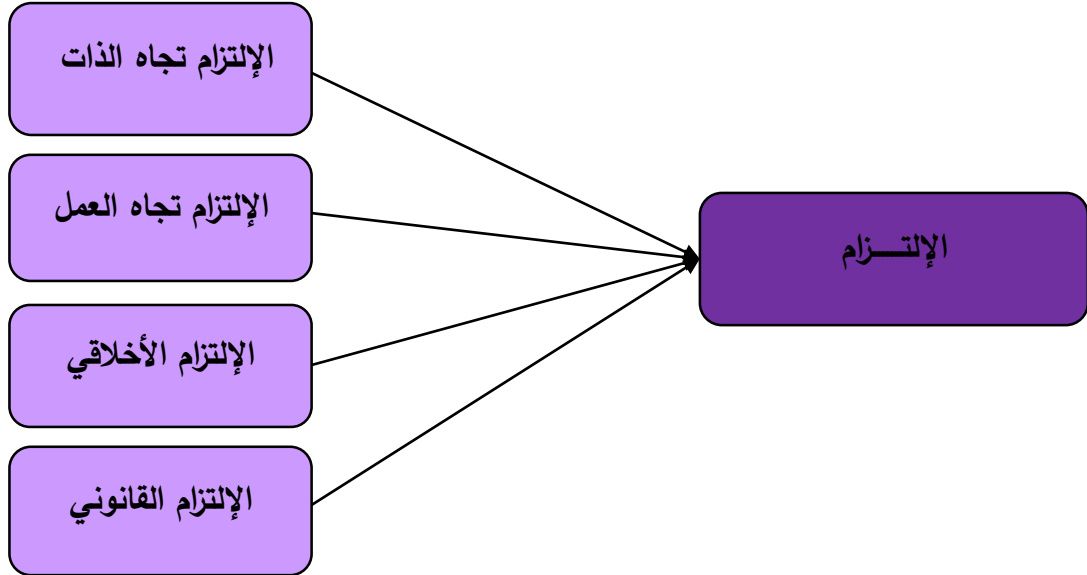
**2.2. الإلتزام اتجاه العمل:** وعرفته بأنه: "اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له او للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفائته في انجاز عمله، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والإلتزام بنظمه" (العبدلي، 2012، ص24)

**3.2. الإلتزام الأخلاقي:** ويتجلى في تحلي الفرد بصفات خلقية تتناسب وواقع الحياة الاجتماعية التي تحيا في المجتمع كالصدق، الأمانة والتسامح.

**4.2. الإلتزام القانوني:** اعتقاد الأفراد بضرورة الانصياع لمجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبرا بواسطة السلطة المختصة في حال الخروج عنها أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكات العامة داخل المجتمع. (بن العربي وعموم، 2021، ص318-319).

5.2. الإلتزام الاجتماعي: ويتمثل في شعور الفرد بالمسؤولية اتجاه مجتمعه ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية مع أبناء مجتمعه بسعادة ورضا. (القرني ومزكى، 2020، ص 248)

الشكل رقم (03): يوضح أنواع الإلتزام



المصدر: من إعداد الباحثة

التحكم:

1. مفهوم التحكم:

وهو مدى اعتقاد الفرد بأنه يمكن أن يتحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويعكس الاعتقاد بأن الفرد ليس عاجزا أو فاقدا للعون ولكنه يمكن أن يؤثر في العديد من الأحداث، وله القدرة على التحكم في الظروف الشخصية (إسماعيل والرشيدي، 2020، ص 9)

وبحسب الرفاعي يتضمن التحكم خمس صور رئيسية هي:

1.2. التحكم المعرفي: هو أهم صور التحكم المقللة للأثار السلبية للمشقة، ويختص بالقدرة على استخدام الجانب الفكري والعقلي في التحكم في المواقف الضاغطة.

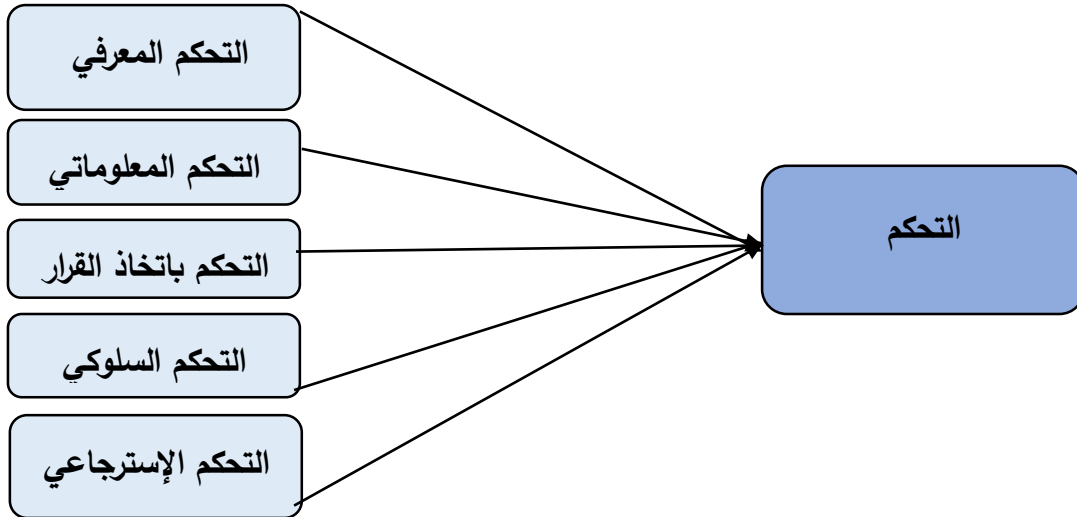
2.2. **التحكم المعلوماتي:** وهو يختص بالقدرة على استخدام الفرد للمعلومات المتاحة عن الحدث والبحث عن المعلومات الموضحة له، والتهيؤ له والسيطرة عليه.

2.3. **التحكم باتخاذ القرار:** يختص بطريقة التعامل مع الموقف لاتخاذ القرار بشأنه (زياني، 2020، ص22-23)، يسمح هذا التحكم للمتصل باتخاذ القرارات وطريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو محاولة التعايش معه ويرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه وظروف حدوثه حيث يتضمن الاختيار بين البدائل، مثال المريض هو الذي يقرر أي الأطباء سوف يذهب إليهم ومتى يذهب والإجراءات التي يتبعها. (بن العربي وعموم، 2021، ص319-320)

2.4. **التحكم السلوكي:** هو قدرة الفرد الفعالة على المواجهة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي، والقدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة.

2.5. **التحكم الاسترجاعي:** يرتبط بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، حيث يؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة (إسماعيل والرشيدي، 2020، ص9)

#### الشكل رقم (04): يوضح أنواع التحكم



المصدر: من إعداد الباحثة

التحدي:

**1. مفهوم التحدي:**

وهو مكون أخير يشير إلى اعتقاد الفرد انه يستطيع مواجهه أى مثيرات او تهديدات فى حياته كما أشارت كوبازا ان هذه المكونات تعمل كمتغير وسيط يخفف من واقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية للفرد فالاشخاص الاكثر صلابة هم الأكثر قدرة على تحمل ضغوط الحياة بل وتحديها ومواجهتها دون الشعور بالمرضى وبهذا تمثل الصلابة النفسية أهم متغيرات الوقاية النفسية للآثار السلبية للآزمات والصدمات والاحباطات فهى سمة إيجابية فى الشخصية تساعد فى المواجهه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ( الشريدة، 2021، ص520).

وهو اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته، هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة و معرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية (عشعش، 2017، ص415).

**2. مكونات التحدي:**

هناك عدة مكونات للتحدي يتميز بها الافراد الذين يتعرضون لضغوط عالية ولا يمرضون، وهم كالتالي:

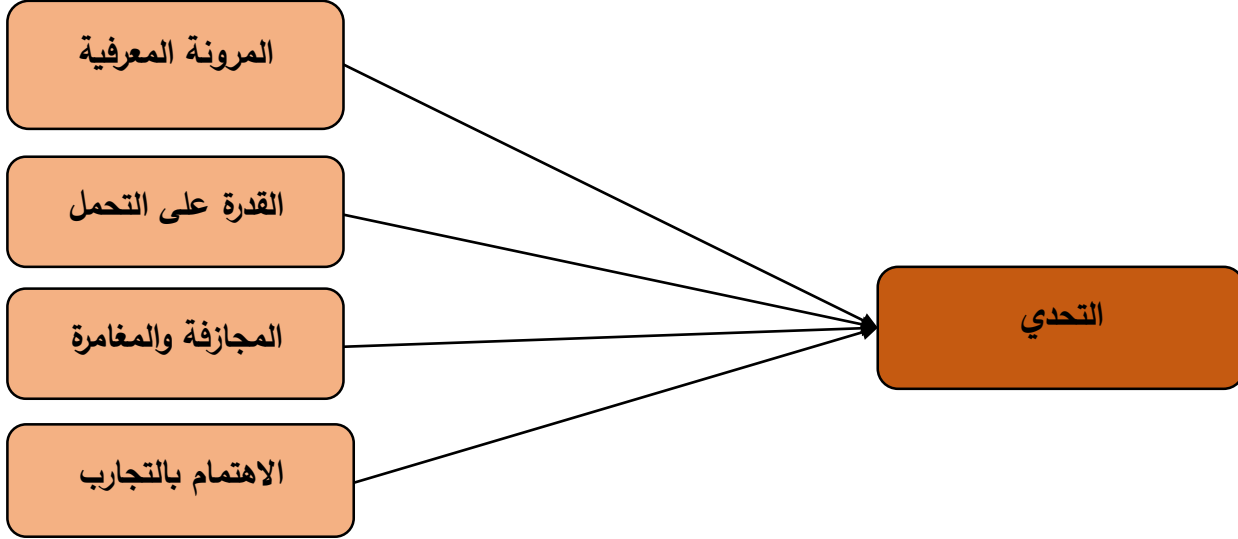
**1.2. المرونة المعرفية:** وتختص ببنية الانسان المعرفية التي تساعد على المواصلة فى مواجهة احداث الحياة حتى فى البيئة الأكثر تحديا، وهى على النقيض من الجمود المعرفي.

**2.2. القدرة على التحمل:** وتتمثل فى قدرة الانسان على المثابرة والكفاح وبدل مجهود لانهاء وحل المشكلات التي تأتي فى طريقه.

**3.2. المجازفة والمغامرة:** وتعني الاقدام فى التصدي للمشكلات دون تهور، مع اتجاه الفرد نحو اكتشاف الاحداث التي تقع من حوله.

**2.4. الاهتمام بالتجارب:** ويقصد به رؤية الاحداث كتجارة مثيرة للاهتمام مع الشعور بالمتعة عند حلها ومن ثم الالتفات لحل وانهاء مشكلات او احداث أخرى (الشمراي، 2023، ص 103).

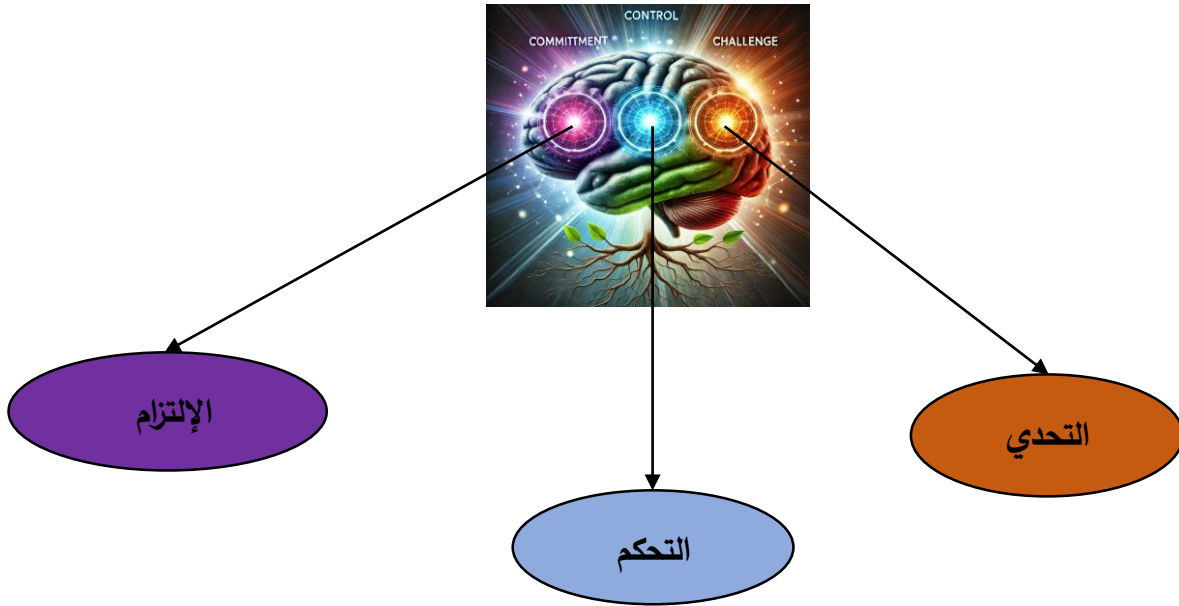
## الشكل رقم (05): يوضح أنواع التحدي



## المصدر: من إعداد الباحثة

نستنتج مما سبق أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية: أولاً: الإلتزام يعني تمسك الفرد بأهدافه وقيمه، وتحمله للمسؤوليات، مما يعزز صموده أمام الضغوط، وينقسم إلى الإلتزام تجاه الذات، الإلتزام تجاه العمل، الإلتزام الأخلاقي، الاجتماعي، والقانوني ثانياً: التحكم حيث يعبر عن مدى اعتقاد الفرد بقدرته على التحكم في الأحداث التي يواجهها، وتحمل مسؤولية أفعاله يشمل عدة أنواع التحكم المعرفي، التحكم المعلوماتي، التحكم باتخاذ القرار، التحكم السلوكي، وأخيراً التحكم الاسترجاعي، ثالثاً: التحدي يشير إلى قدرة الفرد على التعامل مع المواقف الصعبة باعتبارها فرصاً للنمو والتطور، ويتضمن عدة مكونات المرنة المعرفية، القدرة على التحمل، المجازفة والمغامرة، الاهتمام بالتجارب. فكل هذه الأبعاد الثلاثة تشكل معاً الصلابة النفسية، التي تساعد الأفراد على تحمل الضغوط، والتكيف مع التغيرات، وتحقيق النجاح في مختلف جوانب الحياة.

## الشكل رقم(06): يوضح أبعاد الصلابة النفسية



المصدر: من إعداد الباحثة

## 6. خصائص الصلابة النفسية:

حصر تايلور خصائص الصلابة النفسية فيما يلي:

- ✓ الإحساس بالالتزام لدفع النفس للانخراط في أي مستجدات تراجعهم.
- ✓ الايمان (الاعتقاد) بالسيطرة، أي الإحساس بان الشخص نفسه هو سبب الحدث الذي حدث في حياته وانه هو الذي يستطيع ان يؤثر على بيئته.
- ✓ التحدي وهو الرغبة في احداث التغيير، ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تمثل او تكون بمثابة فرصة للنماء والتطور. (زروقة، 2022، ص 64) .

تنقسم الى نوعين هما:

## 1.6. خصائص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة:

- ✓ القدرة على الصمود والمقاومة.
- ✓ لديهم انجاز افضل.

- ✓ ذو وجهة داخلية للضبط.
- ✓ أكثر اقتدارا ويميلون للقيادة والسيطرة.
- ✓ أكثر مبادأة ونشاطا وذوي دافعية افضل.
- ✓ شعور عال بالثقة وتقدير الذات.
- ✓ الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات (مصطفى وداودي، 2022، ص334).

وبين كل من ديلاذ وكوزي وكرليستوتر أن أصحاب الصلابة النفسية المرتفعة لديهم أعراض نفسية وجسمية قليلة، ولديهم تركيز على التحمل الاجتماعي، وارتفاع الدافعية نحو العمل، ولديهم قدرة على التفاعل، التفاوض الدائم، وأكثر توجهها للحياة ومواجهة لأحداث الحياة الضاغطة ولديهم القدرة على تلاشي الإجهاد (المشاي، 2020، ص 388)

## 2.6. خصائص ذوو الصلابة النفسية المنخفضة:

- ✓ اتصافهم بعدم الشعور، ولا بمعنى لحياتهم.
- ✓ لا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية.
- ✓ يتوقعون التهديد المستمر، والضعف في مواجهة الاحداث الضاغطة المتغيرة.
- ✓ يفضلون ثبات الاحداث الحياتية، وليس لديهم اعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء.
- ✓ سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم، وعاجزون عن تحمل الأثر السيء للاحداث الضاغطة (الشربيني، 2011، ص 109،110)

يتضح من العرض السابق أن الصلابة النفسية لا تعد مجرد مجموعة من السمات، بل هي نمط تفكير وسلوك يعكس طريقة الفرد في تفسير الأحداث ومواجهتها. فالأشخاص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة يتميزون بقدرتهم على تحويل التحديات إلى فرص للنمو، ويظهرون مرونة عقلية وانفعالية تجعلهم أكثر قدرة على التحكم في استجاباتهم للضغوط. كما أن إيمانهم بقدرتهم على التأثير في مجريات حياتهم يمنحهم دافعا داخليا لمواجهة الصعوبات بإيجابية. في المقابل، فإن ضعف الصلابة النفسية يرتبط بنظرة تشاؤمية وفقر في المعنى الشخصي، مما يجعل الفرد أكثر عرضة للانهايار أمام الأزمات وأقل رغبة في خوض تجارب جديدة أو الخروج من منطقة الراحة. من هذا المنطلق يمكن اعتبار الصلابة النفسية موردا نفسيا مهما يسهم في تعزيز جودة حياة الفرد وتكيفه الإيجابي مع التحديات اليومية.

ولتيسير الفهم وإبراز التمايز بين الفئتين، نقدم جدولاً يوضح أهم السمات التي تميز ذوي الصلابة النفسية المرتفعة عن أولئك الذين يتمتعون بصلابة نفسية منخفضة.

### جدول رقم (01): مقارنة بين ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمنخفضة:

ذوي الصلابة النفسية المنخفضة	ذوي الصلابة النفسية المرتفعة
نظرتهم سلبية للحياة	نظرتهم إيجابية للحياة
السلبية في التعامل مع الضغوط اليومية	لديهم مرونة في مواجهة الضغوط اليومية
لديهم وجهة ضبط خارجية	لديهم وجهة ضبط داخلية
يتصفون بالتبعية وضعف المبادرة	يميلون للقيادة والسيطرة
يتصفون بالانسحابية وعدم القدرة على المواجهة	لديهم القدرة على التحدي والمواجهة الفعالة للضغوط
يتصفون بالتردد وتجنب اتخاذ القرارات	لديهم القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة
عدم القدرة على إيجاد هدف يسعون لأجله	لديهم القدرة على تحديد أهداف واقعية لحياتهم
ينظرون للأحداث والضغوط اليومية على أنها مصدر تهديد وخطر	ينظرون للأحداث والضغوط اليومية على أنها مجال للتحدي واكتساب الخبرات

(إسماعيل وطفه، 2023، ص345)

### 7. مهارات الصلابة النفسية:

تقدم الصلابة النفسية الشجاعة والدافعية لاستخدام التكيف التحولي والدعم الاجتماعي، واللذان يعدان من مهارات الصلابة النفسية، ويقصد بهما:

#### 1.7. الدعم التحولي: (Transformational coping): هو إعادة تأطير الموقف المجهد، وإدراك

كونه فرصة وليس تهديداً.

**2.7. الدعم الاجتماعي (Social Support) :** يقصد به إشراك الآخرين في التعامل مع الظروف من أبعادهم، والعمل على حل النزاعات من خلال التفاعل البناء، وتشجيع الحلول العائدة بالنفع على الجميع (الكوتي، 2022، ص26)

يتضح أن مهارات الصلابة النفسية تعزز قدرة الفرد على مواجهة الضغوط من خلال إعادة تفسير المواقف الصعبة بشكل إيجابي، والانفتاح على الآخرين للحصول على الدعم والتعاون، مما يمنحه مرونة أكبر في التكيف والتفاعل الفعال مع الضغوط.

### 8. العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية:

أشار " ويرنر " إلى ثلاثة عوامل رئيسية تؤثر على الصلابة النفسية:

**1.8. الخصائص الشخصية:** فالإنسان الذي يملك الكثير من السمات الإيجابية مثل التقدير العالي للذات والذكاء والاستقلالية والكفاية، عادة ما يكون أقل تأثراً بأحداث الحياة والأكثر قدرة في التصدي لها وبالتالي زيادة الصلابة النفسية (الشمراي، 2023، ص103)، مثل التفكير الإيجابي والثقة بالنفس. (Maache,Nouar,2024,p25).

**2.8. دعم الأسرة:** العلاقات الداعمة التي تعزز التكيف النفسي.

**3.8. الدعم الاجتماعي:** ويقصد بها الدعم الانفعالي والمادي والادائي الذي يحصل عليه الانسان من الآخرين مما يحيطون به، ومدى استطاعة الفرد تقبل هذا الدعم وادراكه (الشمراي، 2023، ص103) كالبيئة المحيطة والقدرة على التواصل الإيجابي مع الآخرين. (Maache,Nouar,2024,p25).

بينما حدد سيشر (Scheier) وكارفر (Carver) عوامل أخرى تؤثر على الصلابة النفسية لدى الفرد تتمثل في : (الشريدة، 2021، ص520)

✓ التنشئة الاجتماعية.

✓ المساندة الاجتماعية.

✓ متغيرات الشخصية.

✓ الوراثة.

✓ خبرات الطفولة.

✓ التعرض للضغوط والأزمات.

تتأثر الصلابة النفسية بمجموعة من العوامل المتداخلة منها الخصائص الشخصية مثل التقدير العالي للذات، الثقة بالنفس، الإستقلالية، والتفكير الإيجابي والتي تساعد على مواجهة التحديات بثبات. كما يعد الدعم الأسري والاجتماعي عنصرا أساسيا في تعزيز التكيف النفسي، حيث توفر البيئة المحيطة نوعا من الأمان والانتماء. إلى جانب ذلك تؤثر عوامل أخرى مثل التنشئة الاجتماعية، الوراثة، خبرات الطفولة، ومتغيرات الشخصية في بناء الصلابة النفسية مما يجعلها ناتجا لتفاعل الخبرات الفردية والدعم الخارجي والاستعداد الفطري.

### 9. الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية:

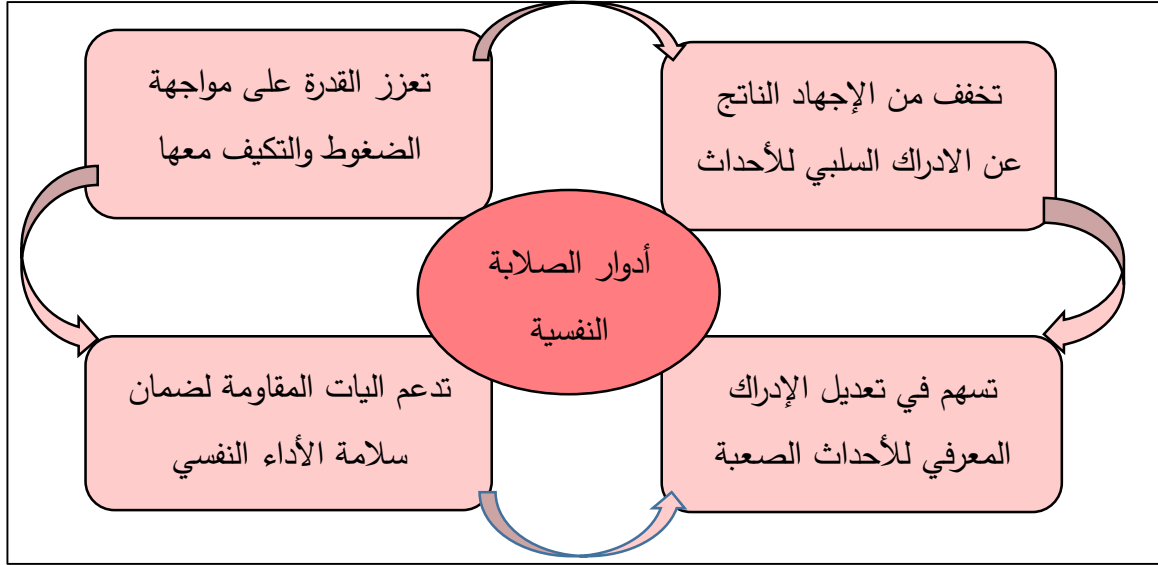
أشارت كوبازا إلى أن الصلابة النفسية تعمل على تسهيل أنواع عمليات الإدراك، والتقويم، والمواجهة التي يقوم بها الفرد، وبالتالي تقوده نحو الحل الناجح للموقف، الناجم عن شعوره بالأحداث السلبية الضاغطة، لأن دور الصلابة يظهر في تعديل العملية التي تبدأ بالضغط، أو مجموعة من الضغوطات وتنتهي بالإرهاق وما يصاحبه من أمراض ويتم من خلال طرق متعددة. (قويدر، 2023، ص 6)

فحددت كوبازا (kobaza) الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية فيما يلي: (العنزي، 2018، ص212)

- ✓ تخفف من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث والوقاية من الإجهاد المزمن.
- ✓ ترتبط المواجهة الفعالة للضغوط والتوافق الصحي معها.
- ✓ تغير الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة.
- ✓ تدعم عمل متغيرات المقاومة والمتغيرات المساعدة على سلامة الأداء النفسي.

أستنتج مما سبق أن الصلابة النفسية تلعب دورا مهما في التخفيف من الإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث، وتعزز القدرة على مواجهة الضغوط والتكيف الصحي معها. كما تسهم في تعديل الإدراك المعرفي للأحداث الصعبة، وتدعم النيات المقاومة لضمان سلامة الأداء النفسي.

الشكل رقم (07): يوضح أدوار الصلابة النفسية



المصدر: من إعداد الباحثة

### 10. طرق تعزيز الصلابة النفسية:

وفقا للجمعية الأمريكية لعلم النفس، تشمل استراتيجيات بناء الصلابة النفسية ما

يلي: (Maacha, Nouar, p25)

- ✓ بناء علاقات إيجابية مع الأسرة والأصدقاء.
- ✓ التعامل مع الأزمات كفرص للتعلم.
- ✓ وضع أهداف واقعية والعمل على تحقيقها.
- ✓ قبول الظروف غير القابلة للتغيير.
- ✓ اتخاذ قرارات حاسمة في الأوقات الصعبة.
- ✓ تعزيز الثقة بالنفس.

يتضح أن بناء الصلابة النفسية يتطلب تبني مجموعة من الاستراتيجيات المدروسة تشمل إقامة علاقات إجتماعية إيجابية مع المحيطين، والتعامل مع الأزمات باعتبارها فرصا للنمو الشخصي، كما يعد تحديد أهداف واقعية والسعي لتحقيقها عاملا مهما في تعزيز الصلابة، إلى جانب تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها، واتخاذ قرارات حاسمة في الأوقات الحرجة، مع التركيز على تنمية الثقة بالنفس كعنصر محوري في عملية التكيف النفسي.

## 11. نظريات الصلابة النفسية:

## 1.11. نظرية كوبازا والدراسات المنبثقة عنها:

لقد قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية و الجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالأمراض.

واعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية (عواد، 2015، ص22)، تمثلت الأسس النظرية في اراء بعض العلماء مثل فرانكل phrankel وماسلو maslo وروجرز rojers والتي أشارت إلى وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة. (حميد، ب.س، ص 128-129).

ويعد نموذج لازاروس lazarus من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل، وحددها في ثلاث عوامل رئيسية هي: (رضوان وحسين وإبراهيم، 2018، ص 326)

✓ البنية الداخلية للفرد.

✓ الأسلوب الإدراكي المعرفي.

✓ الشعور بالتهديد والإحباط.

كما ذكر لازاروس أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للحدث، واعتباره موقفا قابلا للتعايش، وتشمل عملية الإدراك الثانوي طريقة تقييم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد لمدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة.

فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم بضعفها وعدم ملاءمتها مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد، وهو يعني عند لازاروس توقع حدوث الضرر سواء البدني أو النفسي، ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (عدواني وبوضياف، 2022، ص65)

وترتبط هذه العوامل الثلاثة ببعضهما البعض، فعلى سبيل المثال يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي للمواقف وللقدرة ومدى ملاءمتها لتناول الموقف، كما يؤدي الإدراك الإيجابي إلى تضاؤل الشعور بالتهديد، يؤدي أيضا إلى التقييم لبعض الخصال الشخصية كتقدير الذات. (حميد، 2021، ص 129)

وطرحت كوبازا kobaza الافتراض الأساسي لنظريتها، بعد أن أجرت دراسة على رجال الأعمال والمحامين والعاملين في الدرجة العليا والمتوسطة في الصحة النفسية والجسمية والأحداث الصادمة وقد خرجت ببعض النتائج والتي كان منها:

✓ الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، وهو الصلابة النفسية بأبعادها "الالتزام، التحكم، التحدي".

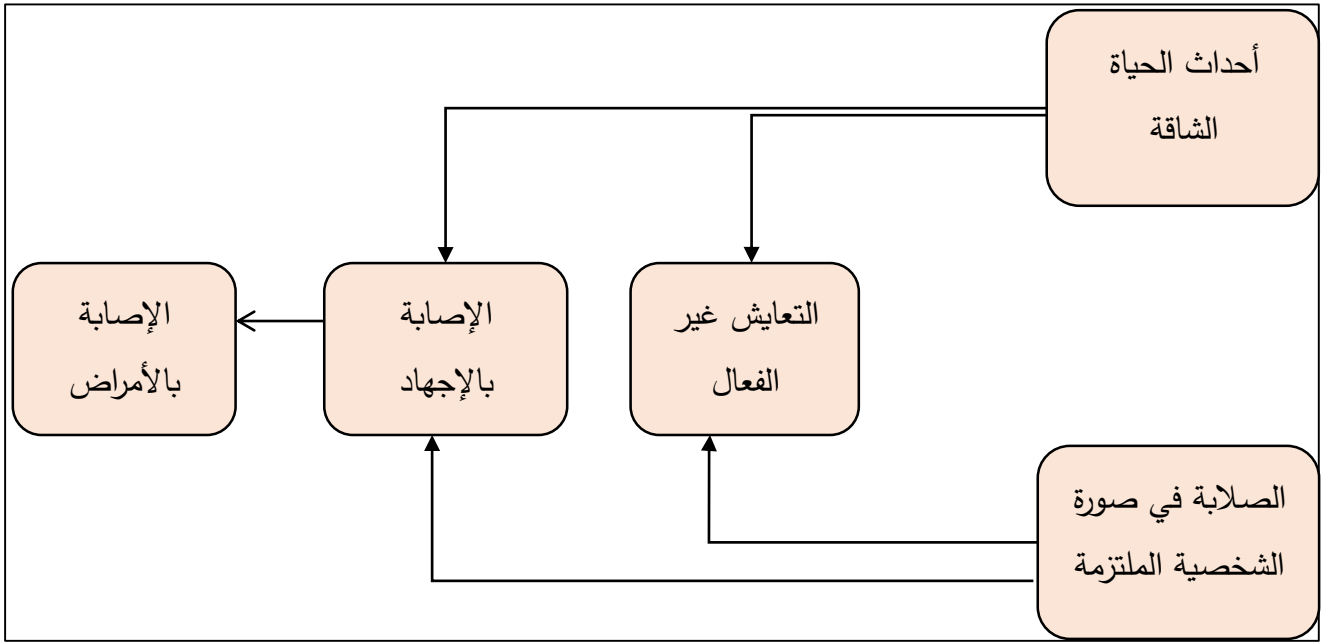
✓ أن الأفراد الأكثر صلابة حصلوا على معدلات أقل في الإصابة بالاضطرابات النفسية رغم تعرضهم للضغوط الشاقة وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صلابة. (بنول، 2021، ص 308)

فكان هذا الافتراض أن التعرض للأحداث الصادمة الحياتية الشاقة يعد أمرا ضروريا، بل أنه حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث الصادمة ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة وهي الالتزام، التحكم، التحدي. (مرياح وبلال، 2018، ص 319)

ومن خلال دراستها توصلت إلى أن الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الأمراض، أدى إلى تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة حيث أنهم يتسمون بالأكثر نشاطا ومبادأة واقتدرا وقيادة وضبطا داخليا، وأكثر صمودا ومقاومة لأعباء الحياة وأشد واقعية وإنجازا وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث. وعلى العكس الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة التي من حولهم لا معنى لهم، ويشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة، ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها، أو عندما تخلو من التجديد، فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة. (نوار وزكري، 2016، ص 93).

وفيما يلي عرض لبعض الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد وتوضح منظورا جديدا للمتغيرات البناءة في علم النفس الحديث:

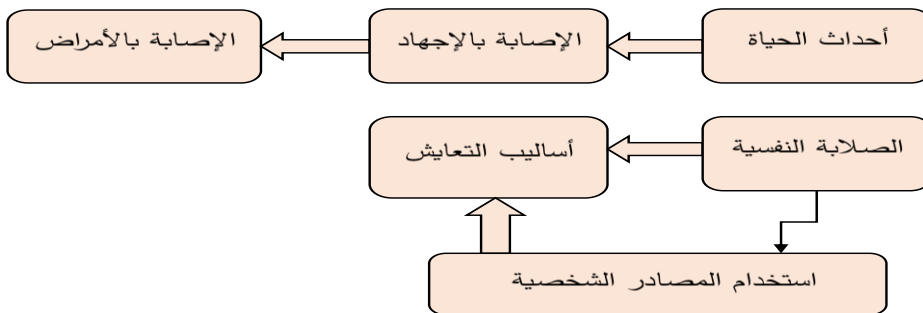
الشكل رقم (08) : يوضح التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية.



المصدر: (زروقة، 2022، ص70)

يوضح الشكل رقم (11) اثار الصلابة النفسية في صورة الشخصية الملتزمة التي تقلل بشكل مباشر من التأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة اذا انخفضت أساليب التعايش غير الفعالة.

الشكل رقم(09): يوضح التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية



المصدر: (يوسفي، 2013، ص233)

يوضح الشكل أعلاه أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي، حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط وتزيد من استخدام الفرد لأساليب التعايش الفعال، وتزيد أيضا من العمل على استخدام الفرد لمصادر الشخصية والاجتماعية المناسبة اتجاه الظروف الضاغطة.

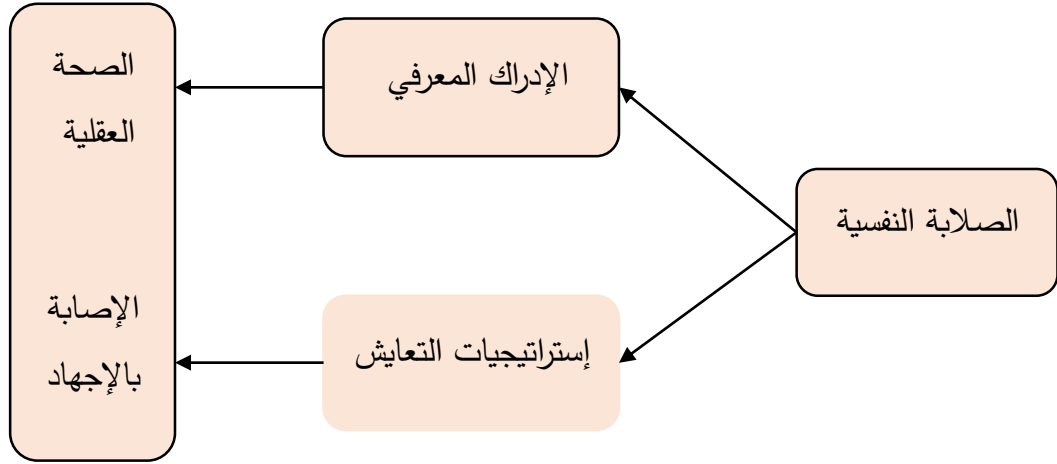
### 2.11. نظرية فينك (Venk):

لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه فينك 1992، وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف " بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى " (عطوي، 2023، ص523)، وذلك على عينة قوامها (167) جنديا، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة، وقد قام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاهها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر (الشمري، 2015، ص19).

وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصل إلى نتائج مهمة وهي:

ارتباط بعدي الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام إستراتيجيات التعايش الفعال خاصة إستراتيجية ضبط الإنفعال، بحيث ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة واستخدام إستراتيجية حل المشكلات بالتعايش (زيدان، 2017، ص54).

الشكل رقم(10): يوضح نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة و كيفية مقاومتها.



المصدر: (مرسى، 2017، ص348)

وقام فينك بإجراء دراسة ثانية عام (1995) لها نفس أهداف الدراسة الأولى، وذلك على عينة من الجنود أيضاً، ولكنه استخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين للأوامر المطلوبة حتى وان تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية، وذلك بصفة متواصلة، وقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية (الواقعية) وطرق التعايش قبل فترة التدريب وبعد الانتهاء منها ثم توصل لنفس النتائج للدراسة الأولى (حراث وجخراب، 2018، ص215).

### 3.11. نظرية مادي وكوباسا:

قام بتحقيقه " سلفادور مادي" ينص على أن تراكم الأحداث الضاغطة يسبب زيادة التوتر الذي يمكن أن يظهر الفرد في شكل ردود أفعال كسرعة التهيج، والقلق إلى غير ذلك من المظاهر. هذه الإستجابات تعكس حالة استنفار واستثارة نفسية وفسولوجية، واستمرار هذه الحالة يمكن أن يخلق أعراض مرضية. هذه المتغيرات الثلاث: الأحداث الضاغطة، والتوتر، والأعراض المرضية تنشأ علاقة رئيسية التي من خلالها وصف الباحثان خاصية الشخصية وأطلقوا عليها الصلابة والتي تعتبر كمتغير وسيط في هذه العلاقة، ومن جهة أخرى تعتبر من المصادر المهمة في مواجهة الضغوط. (شويطر والزقاي، 2015، ص 54)

من خلال ما سبق، يتبين أن مختلف النظريات تركز على الصلابة النفسية كعامل أساسي في مواجهة الضغوط والتحديات، كما توضح أهمية الإدراك المعرفي والسمات الشخصية كالتحدي والالتزام في تعزيز

قدرة الفرد على التكيف. وتؤكد جميع النماذج أن الصلابة النفسية تساهم في تقوية الاستجابة النفسية وتقليل اثار الازمات.

### خلاصة الفصل:

تعد الصلابة النفسية من الصفات الجوهرية التي تمكن الفرد من مواجهة الضغوط والتحديات المختلفة في الحياة اليومية، فهي تعكس مستوى قدرة الشخص على التكيف مع المواقف الصعبة دون أن يفقد توازنه النفسي أو العاطفي. فالفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يتصف بالثقة بالنفس، والقدرة على ضبط الانفعالات، وتحمل المسؤولية، كما يتميز بإصراره على تجاوز العقبات دون استسلام، وسعيه المستمر لإيجاد حلول بناءة، والتعلم من التجارب السابقة.

وتكمن أهمية هذه الصفة في كونها لا تقتصر على مقاومة الصعوبات فحسب، بل تمتد لتشمل تطوير القدرة على النمو النفسي والإستفادة من التحديات كفرص للنضج والتطور، مما يجعل الفرد أكثر تماسكاً، واستعداداً لمواجهة الحياة بمرونة وثبات.



## الفصل الثالث: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1. الدراسة الإستطلاعية
2. إطار الدراسة
3. المنهج المستخدم في الدراسة
4. مجتمع الدراسة وعينته
5. أدوات جمع البيانات
6. الأساليب الإحصائية في الدراسة

خلاصة الفصل

**تمهيد:**

بعد تناول الجانب النظري للدراسة من خلال تحديد الإشكالية وتساؤلات البحث وأهدافه، واستعراض المفاهيم الإجرائية والدراسات السابقة، بالإضافة إلى معالجة أبعاد الصلابة النفسية من الناحية النظرية، يأتي هذا الفصل لتجسيد الجانب التطبيقي من الدراسة، من خلال تسليط الضوء على الصلابة النفسية لدى الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار /أحميدة لولاية سكيكدة.

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإطار المنهجي للدراسة من خلال تقديم نتائج الدراسة الإستطلاعية، والتعريف بالمؤسسة محل الدراسة، ووصفاً لمجتمع الدراسة وعينتها، إلى جانب المنهج المعتمد، وأدوات جمع البيانات المستعملة. كما يشمل الأساليب الإحصائية المعتمدة في تحليل البيانات، والتي استخدمت لاختبار فرضيات البحث والتأكد من صدق وثبات أداة الدراسة.

**1. الدراسة الإستطلاعية:**

تعتبر الدراسة الإستطلاعية خطوة أساسية في البحث العلمي، إذ ينبغي على الباحث القيام بها قبل إجراء دراسته النهائية، فهي تقدم للباحث لمحة أولية حول محتوى موضوعه، إضافة إلى التعرف على مجتمع الدراسة وضبط العينة وطريقة اختيارها، تحديد المنهج المناسب للدراسة ووسائل جمع البيانات، كما أنها تقدم للباحث تصورا لكيفية إجراء وسير الدراسة، وخاصة التأكد من مدى توفر موضوع الدراسة في المؤسسة المستقبلية، للانتقال إلى الدراسة النهائية من الدراسة الميدانية.

**1.1 أهداف الدراسة الإستطلاعية:**

تتمحور أهداف الدراسة الإستطلاعية حول النقاط التالية:

- ✓ تحديد موضوع البحث أو الظاهرة بدقة وصياغتها بشكل واضح ومتماسك يعكس إشكالية الدراسة وأهدافها.
- ✓ تحديد المفاهيم الأساسية ذات الصلة بالموضوع.
- ✓ صياغة التساؤلات والفروض انطلاقا من تحديد دقيق لمشكلة البحث.
- ✓ التعرف على الجوانب المختلفة لموضوع البحث أو الدراسة.
- ✓ التعرف على مجتمع وعينة الدراسة وتحديد حجمها وطريقة اختيارها.
- ✓ اختيار المنهج المناسب للدراسة.
- ✓ التحقق من صلاحية أدوات جمع البيانات للتطبيق في الميدان.

**2.1 عينة الدراسة الإستطلاعية:**

تمت الدراسة الإستطلاعية على فئة من الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أميدة لولاية سكيكدة، حيث تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 07 ممرضات من مجتمع قدر ب358 ممرضة بنسبة قدرت ب 1.95%، وتم اختيار هذه العينة بطريقة غير عشوائية صدفية.

**3.1 أداة الدراسة الإستطلاعية:**

○ المقابلة:

لقد استخدمت في الدراسة الإستطلاعية أداة المقابلة نصف موجهة كأداة لجمع المعلومات حيث عرفت على أنها: حوار أو محادثة، أو مناقشة موجهة تكون بين الباحث عادة من جهة وشخص أو أشخاص آخرين من جهة أخرى، وذلك بغرض التوصل إلى معلومات تعكس حقائق أو مواقف محددة، يحتاج الباحث التوصل إليها والحصول عليها في ضوء أهداف بحثه. وتمثل المقابلة مجموعة من الأسئلة والاستفسارات والإيضاحات، التي يطلب الإجابة عليها أو التعقيب عليها. (قديلي، 2020، ص71)

حيث أجريت مع (07) ممرضات أي ما يعادل 1.95% من المجتمع الكلي لفئة الممرضات الذي قدر ب 358 ممرضة، وكان الغرض منها التأكد من مدى قابلية موضوع الدراسة إجرائيا، وكذلك التحقق من أبعاد البحث المراد دراستها، أيضا قامت بمساعدتي في تحديد المعالم الأساسية لبناء الأداة النهائية للدراسة والمتمثلة في الإستبيان.

#### 4.1 تحليل استجابات أفراد العينة حول متغير الصلابة النفسية:

##### البعد الأول: الإلتزام

س1: هل تحرصين على إتمام مهامك حتى لو واجهتي صعوبات؟ كيف؟

أظهرت استجابات الممرضات حرصا واضحا على إتمام المهام، رغم التحديات والصعوبات التي قد تعترض طريقهن أثناء أداء العمل. وقد تنوعت طرق التعبير عن هذا الإلتزام غير أن معظمهن اتقن على مبدأ أساسي يتمثل في الإصرار على الإنجاز مهما كانت التحديات.

فقد أشارت بعض المشاركات إلى أنهن ينهين المهام حتى لو واجهن نقصا في الوسائل أو ضغطا في العمل، مستعينات بالمشرفين أو بزميلاتهن عند الضرورة، مما يدل على سعيهن لإيجاد حلول عملية. بينما عبرت أخريات عن شعورهن بالمسؤولية تجاه المريض حيث قالت بأنها تستطيع التعامل مع أي حالة كانت داخل المستشفى، مؤكدات أنهن يؤدين العمل بإخلاص وتفان، رغم الإرهاق، ما يظهر دافعا إنسانيا داخليا يحفزهن على المواصلة.

كما صرحت بعض الممرضات بأنهن لا يتركن أعمالهن حتى اللحظة الأخيرة، ولا يستسلمن أمام التحديات، معتبرات أن الظروف لا تبرر التقصير، بل تتطلب مضاعفة الجهد، وهو ما يدل على مستوى عال من الانضباط المهني والمرونة النفسية.

من خلال هذه الإجابات، يمكن القول إن غالبية الممرضات يتمتعن بدرجة عالية من الإلتزام تجاه المهام اليومية، ويظهر ذلك من خلال الإصرار على الإنجاز، القدرة على تجاوز الصعوبات، توظيف الدعم المهني، وتحمل المسؤولية. كما تعكس هذه السلوكيات مظهرا من مظاهر الصلابة النفسية التي تعد ضرورية في بيئة عمل صعبة كالمستشفى.

س2: هل تشعرين أن الإستماع أو التواصل مع زملائك ومشاركتهم انشغالاتهم أمر مهم؟

جاءت إجابات جميع الممرضات بالإيجاب، حيث أكدن على أهمية التواصل والتفاعل الإيجابي مع الزملاء في بيئة العمل. وقد تنوعت خلفيات هذا التأكيد، فبعضهن يرين أن التواصل يساعد في تجاوز ضغوطات العمل اليومية وتسهيل سير المهام، بينما يعتبره البعض الآخر وسيلة لبناء علاقات مهنية قائمة على التقاهم والدعم المتبادل.

هذا الإجماع يعكس وعيا مرتفعا لدى الممرضات بقيمة العلاقات المهنية الإيجابية في تعزيز الجو العام داخل المؤسسة الصحية، كما يعكس إدراكا لأهمية العمل الجماعي والتعاون، وهو أحد الجوانب الجوهرية في الإلتزام المهني، خاصة في بيئة مثل المستشفى حيث يتطلب التنسيق بين عدة أطراف.

س3: هل تضعين خطة مسبقة لإنجاز مهامك اليومية؟ وكيف تلتزمين بها في ظل ظروف العمل؟

أظهرت إجابات الممرضات تباينا في طريقة التعامل مع المهام اليومية. حيث صرحت أغلبهن أنهن لا يضعن خطة مسبقة، بل يتصرفن حسب ما تفرضه ظروف العمل، كما أشارت بعضهن إلى أن وضع خطة لا يكون مجديا دائما بسبب كثرة التغيرات في المستشفى.

بالمقابل، ذكرت بعض الممرضات أنهن يقمن بتنظيم وقتهن في بداية اليوم أو الاستعداد ذهنيا قبل بدء العمل، ولو بشكل بسيط. هذا يعكس وجود نوع من التنظيم الشخصي، حتى وإن لم يكن بشكل واضح أو مكتوب.

بوجه عام، تبين أن أغلب الممرضات يعتمدن على المرونة في الأداء اليومي بدلا من الإلتزام الصارم بالتخطيط، وهو ما يساعدن على التكيف مع متطلبات العمل المستمر.

س4: هل تشعرين أنك تحملين سمات خاصة تميزك عن غيرك؟ كيف ذلك؟

من خلال إجابات الممرضات تبين أن بعضهن لا يشعرن بوجود فروق واضحة بينهن وبين زميلاتهن في العمل، إذ عبرن بأن الجميع متشابه أو أن ظروف العمل تجعلنا في نفس المستوى. في المقابل اعتبرت أخريات أن لديهن خصائص شخصية أو مهنية تميزهن عن غيرهن.

بعض الممرضات ربطت هذا التميز بمهاراتهن في التعامل مع المرضى، مثل بناء علاقة إيجابية معهم، أو أداء العمل بشكل متقن وكامل. كما أشارت إحدى الممرضات إلى أن لكل إنسان شخصية مختلفة، مما يعني أن التميز لا يتعلق فقط بالمهارات، بل أيضا بالجانب الشخصي.

يتضح من هذه الإجابات أن الإحساس بالتميز يختلف بين الممرضات: فبينما ترى بعضهن أنهن يؤدين عملهن مثل غيرهن، تعتبر أخريات أنهن يتمتعن بسمات تجعل أدائهن مميزا، سواء على المستوى المهني أو الإنساني.

### البعء الثاني: التحكم

س1: كيف تخططين لمستقبلك المهني؟ وهل تشعرين بالثقة في قدرتك على تنفيذ هذه الخطة؟

أظهرت إجابات الممرضات تفاوتاً في مستوى التخطيط للمستقبل المهني، فبينما عبرت بعضهن عن عدم وجود خطة واضحة واكتفين برغبة في ترك المهنة بسبب التعب والضغط، أبدت أخريات طموحات مثل الترقية أو تغيير المصلحة أو مواصلة الدراسة لرفع المستوى المهني. كما عبر البعض عن رغبتهم في تحسين صورة المهنة أو الوصول إلى مناصب تربية.

أما من حيث الثقة في تحقيق هذه الخطط، فقد بدت أقوى لدى من تمتلكن وعياً وتنظيماً ذاتياً، معتبرات أن الإجتهد والإلتقان سبيل لتحقيق الأهداف. تعكس هذه التباينات مستويات مختلفة من الصلابة النفسية، بين من يستسلمن للضغوط، ومن يحولنها إلى دافع التقدم.

س2: هل تستطيعين التحكم في الأحداث التي تؤثر عليك؟ وكيف؟

أظهرت إجابات الممرضات تبايناً واضحاً في درجة القدرة على التحكم في الظروف المؤثرة، حيث اعتبرت بعضهن أن الأمر نسبي ويعتمد على طبيعة الموقف، في حين عبرت أخريات عن صعوبة التحكم بسبب كثرة الضغوط والمشكلات في بيئة العمل، ما ينعكس سلباً على توازنهن النفسي. بالمقابل، عبرت ممرضات

أخريات عن وعي أكبر بمسؤولية التحكم، مشيرات إلى أن تحمل المسؤولية يستوجب ضبط النفس والسيطرة على التفاعل العاطفي تجاه الظروف المحيطة.

وبرزت إجابات تشير إلى أن التحكم ليس دائما ممكنا، لكن السعي إليه ضروري من أجل الحفاظ على التماسك النفسي والمهني. يتجلى من خلال هذه المعطيات أن التحكم في الذات يعد مؤشرا مهما من مؤشرات الصلابة النفسية، وأن بعض الممرضات يمتلكن استراتيجيات داخلية أو دافعية ذاتية تمكنهن من التصدي لتقلبات العمل، بينما تفتقر أخريات لذلك الدعم النفسي أو الوعي التنظيمي.

### س3: عندما تواجهك مشكلة، هل تستسلمين أم تسعين لحلها؟

اتفقت غالبية الممرضات في إجابتهن على أن الاستسلام ليس خيارًا مطروحًا عند مواجهة المشكلات. عبرت معظمهن عن سعيهن الدائم لإيجاد حلول، مع تأكيد على مبدأ أن "كل مشكلة لها حل"، وهو ما يدل على مستوى عالٍ من الأمل والمثابرة في تجاوز الصعوبات. بعضهن أشرن إلى اعتمادهن على الفهم العميق للمشكلة أولاً، ثم تحليلها بهدوء، ومن ثم اتخاذ خطوات لحلها بطريقة مناسبة.

كما ظهرت إشارات إلى استخدام مهارات التواصل في هذا السياق، حيث تفضّل بعض الممرضات الاعتذار أو المصالحة عند الوقوع في خطأ سواء مع الزملاء أو المرضى، معتبرات ذلك جزءًا من حلّ المشكلة. هذا يعكس نضجًا مهنيًا ووعيًا بالمسؤولية، ويبرز القدرة على التعامل مع الأزمات بأسلوب إيجابي.

تدل هذه الإجابات على أن أغلب الممرضات يمتلكن صلابة نفسية تساعدن على مقاومة التوتر والضغط، ويعتمدن على مزيج من الواقعية، ضبط النفس، والتفكير العقلاني كآليات فعالة لمواجهة التحديات اليومية.

### س4: هل تتحملين مسؤولية أفعالك في بيئة العمل؟ كيف؟

أجمعت إجابات الممرضات على تحمّل المسؤولية كجزء أساسي من أخلاقيات المهنة، حيث أكدت معظمهن أنهن يتحملن تبعات أخطائهن أو نواقصهن في أداء العمل. عبرت بعضهن عن هذا من خلال الاستعداد الدائم لتصحيح الأخطاء فور وقوعها، أو بالاعتراف العلني بها وتقديم اعتذار، سواء للمرضى أو الزملاء. وذكرت إحدى الممرضات أنها تعتبر أي خلل يقع أثناء قيامها بالمهام مسؤوليتها الكاملة، وتسعى لإصلاحه بنفسها دون تبرير أو تهرب.

كما أشارت مشاركات أخريات إلى أن تحمّل المسؤولية لا يتوقف عند التصرفات الفردية فقط، بل يشمل التزامًا عامًا برعاية المرضى وتقديم أفضل خدمة ممكنة، حتى في ظل غياب إشراف مباشر. وتعتبر هذه المواقف مؤشراً على الصلابة النفسية العالية والالتزام الأخلاقي لدى الممرضات، حيث يبرزن حساً مهنيًا قويا ووعياً بأهمية المراقبة الذاتية.

#### س5: هل تفكرين جيدا قبل اتخاذ أي قرار؟

تفاوتت إجابات الممرضات حول آلية اتخاذ القرار، حيث أظهرت معظمهن درجة من الوعي بأهمية التفكير المسبق، وإن بدرجات مختلفة. عبرت بعضهن عن اعتمادهن الواضح على التفكير العقلاني، وأكدن أن اتخاذ القرار لا يتم إلا بعد الموازنة الدقيقة بين النتائج المحتملة، واعتبرن ذلك منهجا ثابتا في سلوكهن المهني. إحدى المشاركات ذكرت أنها تفكر دائما وتقرر بعقل، في حين قالت أخرى إنها تفكر بنسبة 100% قبل اتخاذ أي خطوة، ما يدل على مستوى عالٍ من التأني والتحليل.

من جهة أخرى، برزت حالات تعكس التردد أو التسرع، حيث اعترفت إحدهن بأنها لا تفكر دائما، بينما أشارت أخرى إلى أنها تتصرف بناء على الموقف الفوري دون تخطيط مسبق. كما أظهرت بعض الإجابات نوعا من التكيف حسب طبيعة القرار، إذ أوضحت إحدى الممرضات أنها تفرق بين القرارات البسيطة التي تُتخذ بسرعة، وتلك الكبيرة التي تتطلب تفكيراً عميقاً.

تعكس هذه الاستجابات مستويات متفاوتة من القدرة على ضبط الذات واتخاذ قرارات مسؤولة، وتدل أيضاً على وعي مبدئي لدى أغلب المشاركات بأهمية التفكير كوسيلة لتقادي الأخطاء المهنية.

#### س6: هل استفدت من تجاربك السابقة في التعامل مع التحديات؟

أجمعت معظم إجابات الممرضات على أن التجارب السابقة كانت مصدراً مهماً للتعلم والتطور المهني. عبرت العديد منهن عن أن التحديات التي مررن بها أكسبتهن خبرة في التعامل مع المواقف الصعبة، وجعلتهن أكثر مرونة وثقة في مواجهة ما يستجد من صعوبات. فقد أشارت إحدى المشاركات إلى أنها كلما زاد العمل، زادت معه الاستفادة، وهو ما يعكس الارتباط الإيجابي بين الممارسة الميدانية ونمو المهارات. مشاركة أخرى بيّنت أن لديها الآن القدرة على الرد المناسب بفضل ما راكمته من خبرات مهنية، فيما قالت أخرى إنها صارت تتعلم من أخطائها السابقة وتتجنب تكرارها. كما أظهرت إحدى الإجابات أن الخبرة تمنح الشخص الجرأة للمبادرة والمساعدة، وهو مؤشر على تطور الكفاءة الاجتماعية والمهنية.

بالمجمل، تبرز هذه الاستجابات أن المشاركات يملكن مستوى جيداً من الوعي بقيمة الخبرة العملية، ويعتمدن على التعلم التراكمي كوسيلة للتطور الذاتي، وهو ما يعكس مظهرًا أساسيًا من مظاهر الصلابة النفسية في بعدها المتعلق بالتحدي.

### البعء الثالث: التحدي

#### س1: هل تؤثر نوبات العمل الطويلة على حالتك النفسية؟

تنوّعت إجابات المشاركات بين من صرّحن بعدم تأثرهن، وبين من أشرن إلى تأثير سلبي واضح. عبرت بعضهن أنهن لا يعملن في نوبات ليلية، وبالتالي لا يشعرن بتأثير كبير، أو أنهن تعوّدن على نمط العمل، ويتركن مشاكله داخل المؤسسة قبل العودة للمنزل. في المقابل، صرحت أخريات بأن تكرار نفس الضغط يوميا يؤدي مع الوقت إلى حالة من الإرهاق النفسي، خاصة في حال وجود شكاوى متكررة أو مشاهد صعبة في العمل.

كما عبرت بعض المشاركات عن أن نوبات العمل الطويلة تدفعهن أحيانًا إلى التفكير في ترك المهنة، أو على الأقل المطالبة بتقليص ساعات العمل، ما يعكس وجود ضغط مزمن له انعكاسات على الاستقرار النفسي. وأشارت إحداهن إلى أن التعب يتراكم ليؤثر على التوازن الشخصي والعاطفي، مما يدل على حساسية الأثر النفسي المرتبط بساعات العمل الطويلة.

بوجه عام، تظهر هذه الإجابات وعيا متفاوتا بمدى تأثير نوبات العمل على الجانب النفسي، بين من تتبنى استراتيجيات الفصل النفسي بين العمل والحياة، ومن تتأثر مباشرة نتيجة التراكمات اليومية، مما يبرز أهمية تعزيز الدعم النفسي والمهني داخل المؤسسات الصحية.

#### س2: هل تواجهين صعوبة في تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية؟ كيف تتعاملين مع ذلك؟

أظهرت معظم الإجابات وعيًا بصعوبة تحقيق هذا التوازن، رغم اختلاف الظروف الفردية. فقد أشارت بعض المشاركات إلى وجود صعوبات حقيقية، خصوصًا من لديهن أبناء أو يسكنن بعيدا عن مقر العمل، مما يزيد من الضغط اليومي ويؤثر على قدرتهن على التفرغ للحياة الخاصة. بينما عبرت أخريات عن محاولات دائمة لتحقيق هذا التوازن من خلال تنظيم الوقت أو التكيف مع وتيرة العمل، رغم أن التفكير في مسؤوليات العمل يمتد أحيانًا حتى إلى المنزل.

كما لاحظنا أن بعض المشاركات يرين أن تحقيق التوازن ممكن، لكنه يتطلب مهارات خاصة، كالمرونة وتنظيم الذات، إلى جانب دعم الأسرة. بينما ترى أخريات أن العمل الشاق يؤدي إلى إنهك جسدي ونفسي يجعل من الصعب الفصل بين الجانبين، خاصة في الأوقات التي يزداد فيها الضغط داخل المؤسسة.

تُظهر هذه الإجابات أن التوازن بين العمل والحياة لا يتحقق بسهولة لدى العاملات في مهنة التمريض، بل يرتبط بعوامل مثل الدعم الخارجي، تنظيم الوقت، والقدرة على التكيف. وهو ما يبرز أهمية تحسين ظروف العمل وتقديم دعم نفسي واجتماعي للممرضات لمساعدتهن على التوفيق بين الأدوار المهنية والعائلية.

**س3: كيف تصفين قدرتك على التعامل مع الضغوط اليومية؟ وهل لديك استراتيجيات محددة لذلك؟**

تفاوتت إجابات المشاركات بشأن قدرتهن على التعامل مع الضغوط اليومية، حيث أكدت معظمهن أنهن يمتلكن وسائل خاصة لمواجهة التوتر، وإن كانت هذه الوسائل لا تأخذ شكل استراتيجيات منظمة بالضرورة. عبّرت بعض المشاركات عن اعتمادهن على برودة الأعصاب وضبط الانفعالات في مواجهة المواقف الضاغطة، معتبرات ذلك وسيلة فعالة لاحتواء الأزمات اليومية. في حين ذكرت أخريات أن العفوية وتجاهل بعض الضغوط البسيطة تساعد في التكيف، خاصة عندما لا يكون بالإمكان تغيير الظروف المحيطة.

من جهة أخرى، أبدت بعض المشاركات وعيا بضرورة التصرف بعقلانية وحكمة وتجنب التسرع، وهو ما يعتبر مؤشرا على نضج في التعامل مع التوتر. كما أشارت إحداهن إلى استخدام الذكاء الاجتماعي كأسلوب لمواجهة الضغوط، ما يعكس وجود مستوى معين من التنظيم الذهني والعاطفي في العمل.

ومع ذلك، صرحت بعض الممرضات بأنه لا توجد لديهن استراتيجيات واضحة، وأن طريقة التعامل مع الضغط تختلف من ظرف لآخر، مما يبرز الحاجة إلى تدريب ودعم لتمكينهن من تطوير مهارات فعالة لإدارة الضغوط.

بالتالي، يمكن القول إن المشاركات يمتلكن تجارب متفاوتة في التعامل مع الضغوط، تتراوح بين العفوية والتجاهل إلى الوعي والانضباط الذاتي، مما يعكس أهمية تعزيز ثقافة الصحة النفسية والتدريب على استراتيجيات التكيف الفعال داخل بيئة العمل.

**عرض وتحليل نتائج الدراسة الإستطلاعية على ضوء المقابلة:**

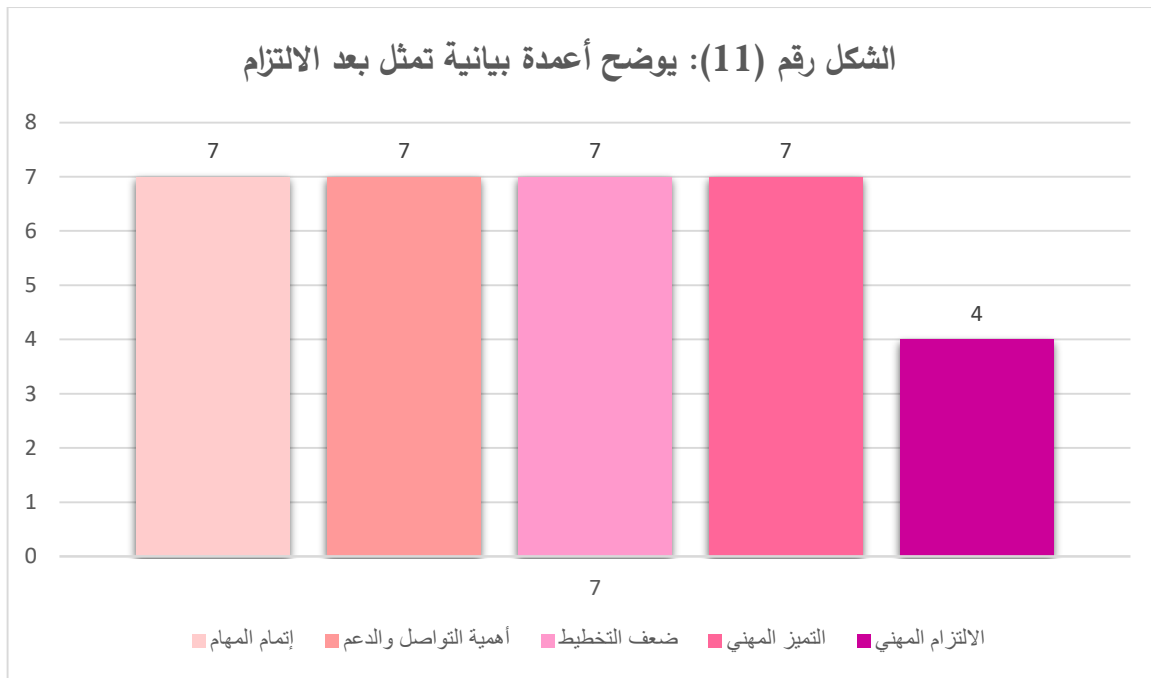
عرض وتحليل نتائج الدراسة على ضوء المقابلة: من خلال عملية تحليل المحتوى للمقابلة توصلت إلى النتائج التالية:

تحليل المقابلة حسب بعد الإلتزام:

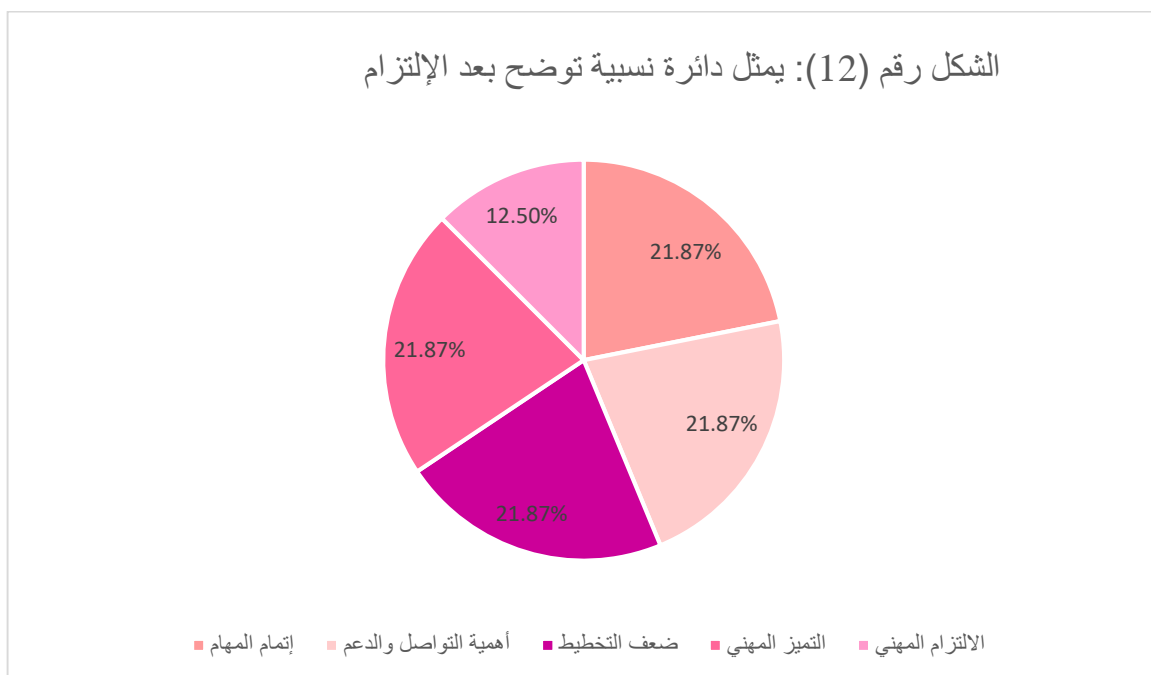
جدول رقم (02): يوضح بعد الإلتزام

النسبة%	التكرار	الفئات
21.87%	7	الحرص على إتمام المهام رغم الصعوبات
21.87%	7	أهمية التواصل والدعم بين الزملاء
21.87%	7	غياب أو ضعف التخطيط اليومي
21.87%	7	الإحساس بالتميز المهني
12.5%	4	الإلتزام المهني
100%	32	المجموع

المصدر: من إعداد الباحثة



المصدر: من إعداد الباحثة



من إعداد الباحثة

من خلال الجدول رقم (02) والذي يوضح بعد الإلتزام لدى الممرضات بمستشفى الشهداء ساعد قرمش الذي جاء بنسبة 35.55% من مجموع أبعاد الصلابة النفسية، ممثلاً بـ 32 تكرار موزعاً على خمسة مؤشرات رئيسية.

تصدر هذه المؤشرات كل من الحرص على إتمام المهام رغم الصعوبات، أهمية التواصل والدعم بين الزملاء، غياب أو ضعف التخطيط اليومي، والإحساس بالتميز المهني، حيث سجل كل منها 7 تكرارات بنسبة 21.87% من مجموع التكرارات، ما يدل على مدى أهمية هذه العناصر في تشكيل مستوى الإلتزام المهني لدى الممرضات. أما المؤشر الأخير وهو الإلتزام المهني فقد سجل بـ 4 تكرارات، بنسبة 12.50%، مما يعكس توافر هذا البعد بدرجة أقل مقارنة بالمؤشرات السابقة، رغم أهميته في تعزيز الانضباط والسلوك المهني داخل بيئة العمل.

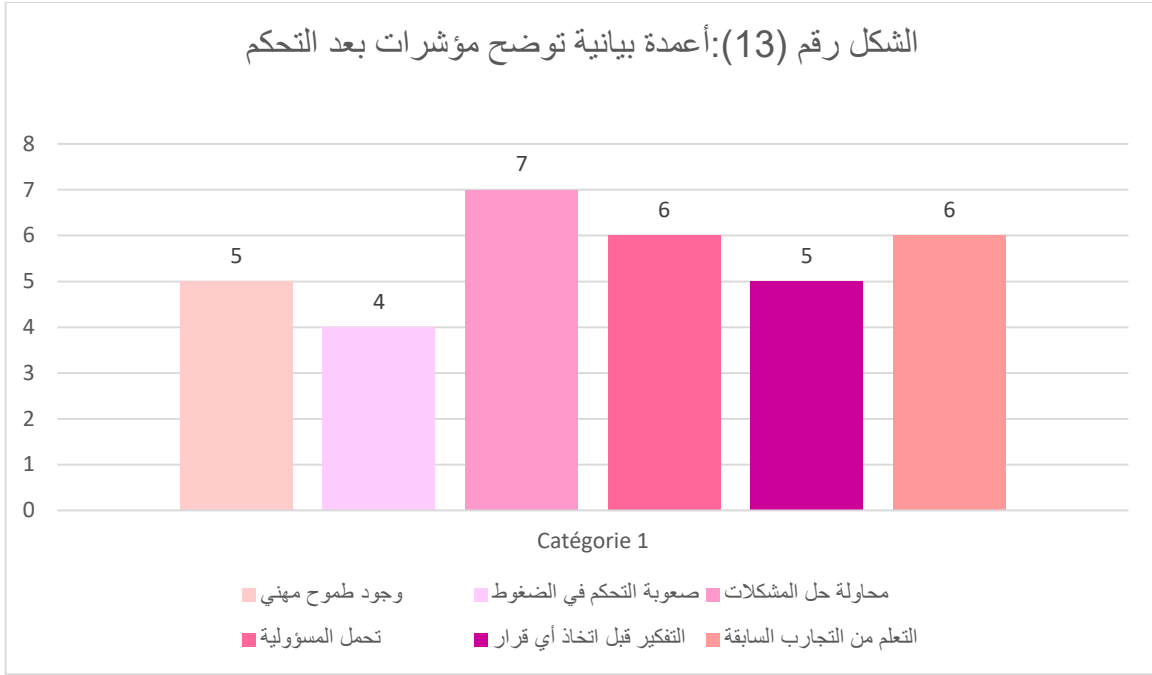
وعليه، فإن بعد الإلتزام يتجلى لدى الممرضات من خلال إصرارهن على إتمام المهام في ظروف صعبة، وتعزيز روح التعاون والدعم المتبادل بين الزميلات، مع وجود مؤشرات تدعو إلى تحسين مستوى التخطيط اليومي، والوعي المهني الفردي، لضمان أداء أفضل واستمرارية في التطور المهني.

تحليل المقابلة حسب بعد التحكم:

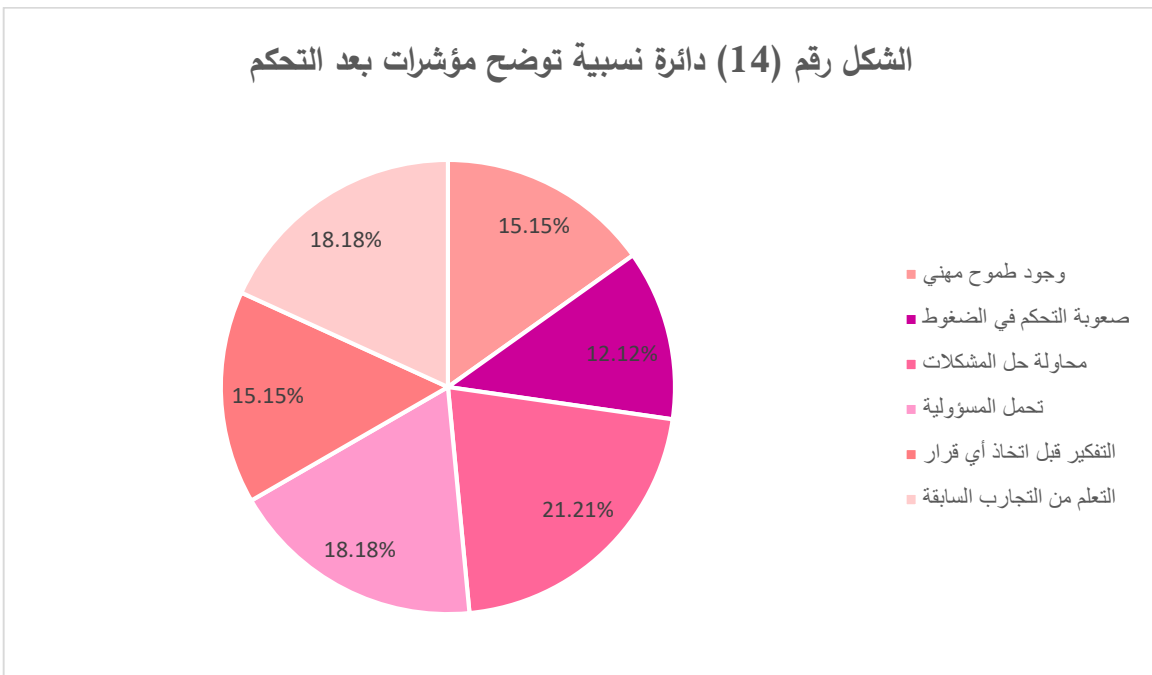
الجدول رقم (03): يوضح بعد التحكم

الفئات	التكرار	النسبة%
وجود طموح مهني	5	15.15
صعوبة التحكم في الضغوط	4	12.12
محاولة حل المشكلات	7	21.21
تحمل المسؤولية	6	18.18
التفكير قبل اتخاذ القرار	5	15.15
التعلم من التجارب السابقة	6	18.18
المجموع	33	100%

المصدر: من إعداد الباحثة



المصدر: من إعداد الباحثة



المصدر: من إعداد الباحثة

فيما يخص البعد الثاني من أبعاد الصلابة النفسية والمتمثل في التحكم بمستشفى الشهداء ساعد قرمش، فقد بلغ مجموع تكراراته 33 تكرارا، بنسبة 36.66% من إجمالي التكرارات. ويتوزع هذا البعد على ستة تكرارات رئيسية كما يلي:

من خلال الجدول رقم (03) أجد أن مؤشر محاولة حل المشكلات في المرتبة الأولى من حيث التكرار، حيث سجل في 7 إجابات بنسبة 21.21% من مجموع تكرارات هذا البعد، مما يدل على ميل الممرضات إلى مواجهة التحديات وعدم الاستسلام عند ظهورها. يليه مباشرة مؤشر تحمل المسؤولية والتعلم من التجارب السابقة، إذ سجل كل منهما 6 تكرارات بنسبة 18.18%، وهو ما يشير إلى إدراك الممرضات لأهمية اكتساب الخبرة المهنية وتحمل نتائج أفعالهن في بيئة العمل. أما مؤشر وجود طموح مهني والتفكير قبل اتخاذ القرار فقد جاء كل منهما ب 5 تكرارات بنسبة 15.15%، ما يعبر عن وعي بعض الممرضات بأهمية التخطيط للمستقبل والتأني في اتخاذ القرارات، في حين احتل مؤشر صعوبة التحكم في الضغوط المرتبة الأخيرة بـ 4 تكرارات بنسبة 12.12%، مما يعكس أن بعض الممرضات يجدن صعوبة في السيطرة على ضغوط العمل اليومية.

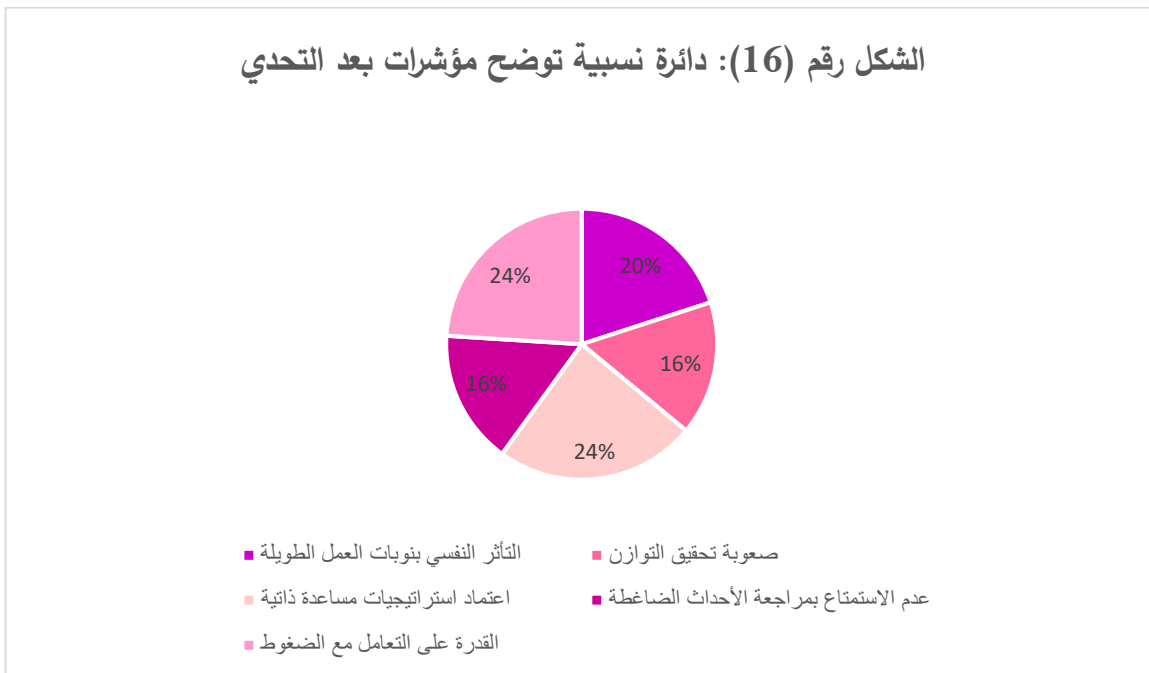
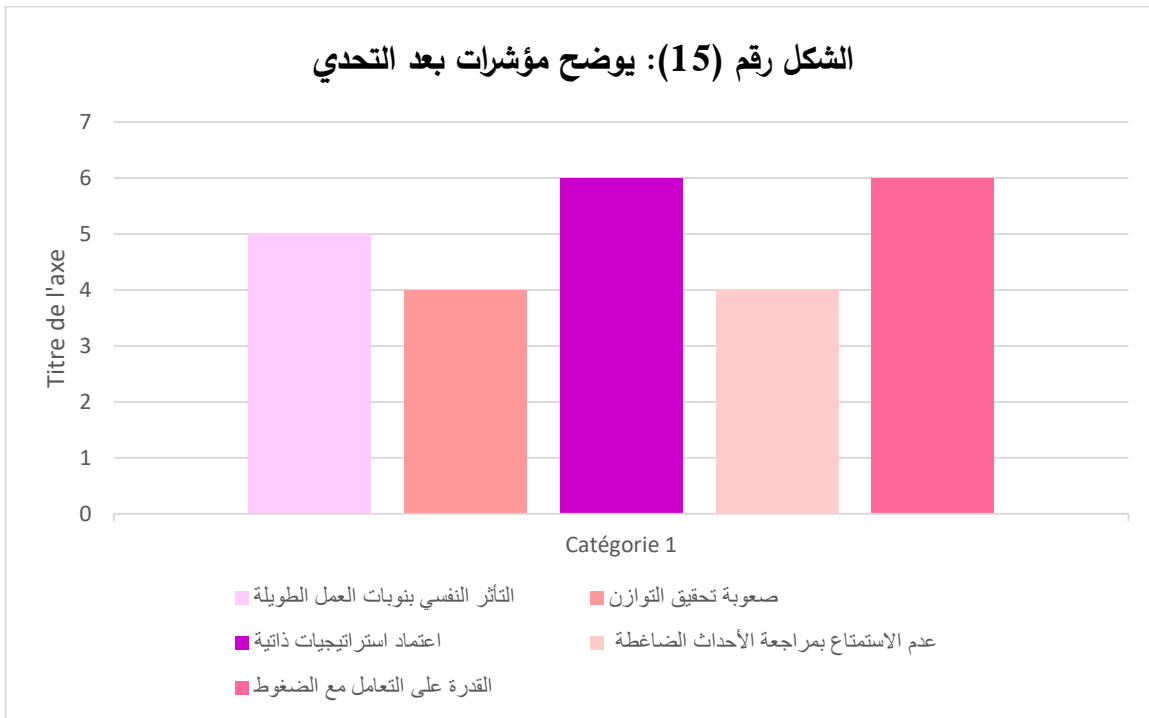
انطلاقاً من هذه النتائج، يمكن القول إن البعد الخاص بالتحكم حاضر بشكل جيد لدى عينة الدراسة، خاصة فيما يتعلق بالتعامل مع المشكلات، وتحمل المسؤولية، والتعلم من الخبرات السابقة، وهي كلها مؤشرات دالة على توفر قدر من الصلابة النفسية يمكن الممرضات من التكيف مع طبيعة العمل وضغوطه.

### تحليل المقابلة حسب بعد التحدي:

الجدول رقم (04): يوضح بعد التحدي

الفئات	التكرار	النسبة %
التأثر النفسي بنوبات العمل الطويلة	5	20%
صعوبة التحقيق التوازن	4	16%
اعتماد استراتيجيات مساعدة ذاتية	6	24%
عدم الإستمتاع بمراجعة الأحداث الضاغطة	4	16%
القدرة على التعامل مع الضغوط	6	24%
<b>المجموع</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

المصدر: من إعداد الباحثة



المصدر: من إعداد الباحثة

فيما يخص البعد الثالث من أبعاد الصلابة النفسية، والمتمثل في بعد التحدي، فقد بلغت نسبته لدى الممرضات بمستشفى الشهداء ساعد قرمش 27.7%، حيث بلغ مجموع تكرارات هذا البعد 25 تكرار موزعة على عدة مؤشرات.

وقد تصدر كل من مؤشري اعتماد استراتيجيات مساعدة ذاتية والقدرة على التعامل مع الضغوط في المرتبة الأولى بواقع 6 تكرارات لكل منهما، أي ما يعادل نسبة 24% من مجموع التكرارات، وهو ما يدل على وعي الممرضات بأهمية استخدام أساليب عقلانية ومرنة لمواجهة تحديات العمل اليومية، والتأقلم مع الضغوط المختلفة في بيئة المستشفى. ويليهما مباشرة مؤشر التأثر النفسي بنوبات العمل الطويلة، الذي ورد في 5 تكرارات بنسبة 20%، مما يعكس طبيعة الإرهاق الناتج عن الدوام الطويل، وتأثيرها على الجانب النفسي للممرضات رغم قدرتهن النسبية على التكيف. أما مؤشر صعوبة تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية وعدم الاستمتاع بمواجهة الأحداث الضاغطة، فقد تكررا 4 مرات لكل منهما بنسبة 16%، مما يعكس تحديا حقيقيا في الفصل بين الحياة المهنية والشخصية لدى بعض الممرضات.

وعليه فإن هذا البعد يبرز قدرة المشاركات على التعامل مع ضغوط المهنة عبر استراتيجيات ذاتية، لكنه في الوقت ذاته يظهر الحاجة إلى دعم نفسي وتنظيمي يمكن الممرضات من الحفاظ على توازنهن النفسي وتجنب اثار الإجهاد المتكرر.

### 5.1 نتائج الدراسة الإستطلاعية:

أسفرت نتائج الدراسة الإستطلاعية عن التأكد من وجود أبعاد الدراسة، مما يدل على قابلية الموضوع للدراسة وصلاحيته للقياس حيث جاءت نتائج الدراسة كالتالي:

فيما يخص متغير الصلابة النفسية، توزعت نسب أبعاده كالتالي:

✓ بعد الإلتزام بنسبة 35.55%.

✓ بعد التحكم بنسبة 36.66%.

✓ بعد التحدي بنسبة 27.7%.

ومن خلال هذه النتائج يمكنني القول أن الممرضات في مؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش يمتلكن مستويات متوسطة من الصلابة النفسية، إضافة إلى أنني تمكنت من تحديد مجتمع الدراسة المتمثل

في الممرضات والبالغ عددهن 358 ممرضة واختيار الطريقة المناسبة لنوع العينة والتأكد من الأدوات المناسبة لجمع البيانات.

## 2. إطار الدراسة: (الإطار الموضوعي والمكاني والزمني والبشري للدراسة):

إن تحديد مجال الدراسة من بين أهم الخطوات المهمة في البناء المنهجي الجيد ذلك لأنه يساعد الباحث على معرفة الحقائق والوقائع على أرض الميدان وهذا ما سنعرف من خلال حدود دراستنا والتي كانت على النحو التالي:

### 1.2 الإطار الموضوعي للدراسة:

تكمن دراستنا الحالية في معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة، وكذا الفروق بين المتغيرات الديمغرافية (سنوات الأقدمية في العمل، السن، الحالة الاجتماعية، البيئة الاجتماعية).

### 2.2 الإطار المكاني:

تم إجراء دراستنا الميدانية بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.

### تعريف بالمؤسسة العمومية الإستشفائية:

هي مؤسسة عمومية ذات طابع إداري، تتمتع بالشخصية المعنوية والإستقلالية المالية، توضع تحت وصاية الوالي، أنشأت بموجب المرسوم التنفيذي رقم 07-140 المؤرخ في جمادى الأولى 1428 والموافق ل 19 ماي 2007 المتضمن إنشاء المؤسسات العمومية الإستشفائية والمؤسسات العمومية للصحة الجوارية، وتنظيمها وسيرها.

### 3.2 الإطار الزمني:

أجريت هذه الدراسة خلال الموسم الجامعي 2024-2025، في الفترة الممتدة من مارس 2025 إلى غاية ماي 2025.

يمكن تقسيم المدة المستغرقة في بحثي إلى ثلاث مراحل:

- ✓ مرحلة اختيار الموضوع وضبطه مع الأستاذة المشرفة، بعد ذلك باشرت في جمع المعلومات من خلال البحث على المراجع التي لها علاقة مباشرة بموضوع بحثي.
- ✓ مرحلة النزول إلى الميدان وبداية الدراسة الإستطلاعية والتطبيق الأولي لمقابلة الدراسة وبناء استبيان الدراسة واختيار خصائصه السيكومترية، بعدها القيام بتوزيع الاستبيانات الخاصة بالدراسة النهائية على عينة الدراسة.
- ✓ مرحلة تحليل ومعالجة البيانات حيث قمت في هذه المرحلة بتفريغ البيانات، ومعالجتها وتحليلها وتفسيرها واستخلاص النتائج الخاصة بالدراسة.

#### 2.4 الإطار البشري:

حسب المعطيات والاحصائيات التي أخذتها من مسؤول مصلحة إدارة الموارد البشرية بالمؤسسة الإستشفائية، فقد قدر عدد الممرضات في المؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة، بـ 358 ممرضة.

#### 3. المنهج المستخدم في الدراسة:

المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة موضوع ما، أو هو مجموعة من القواعد التي يعتمدها الباحث في تنظيم ما لديه من أفكار أو معلومات من أجل توصله إلى النتيجة المطلوبة. (المحمودي، 2019، ص 35).

وانطلاقاً من موضوع دراستنا المتعلق بالصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة، فقد تم إستخدام المنهج الوصفي، والذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً.

#### 4. مجتمع وعينة الدراسة:

العينة هي مجموعة نسبية من مجتمع الدراسة الأصلي، يتم اختيارها بطريقة معينة، وإجراء الدراسة عليها بالملاحظة والتحليل. (المشهداني، 2019، ص 85)

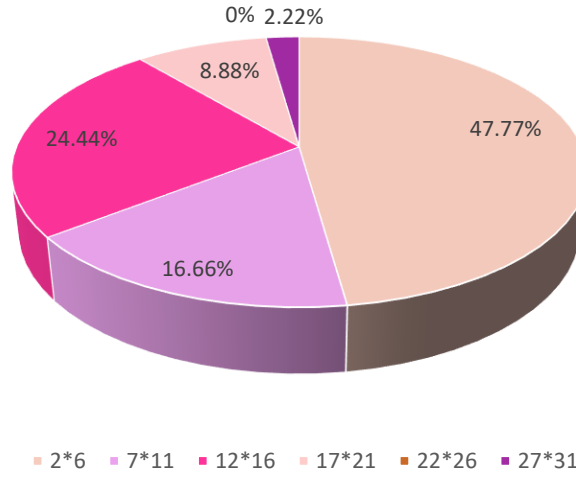
وقد تمثلت عينة دراستنا في الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة، حيث بلغ مجتمع الدراسة 358 ممرضة. ونظرا لعدم قدرتنا على دراسة المجتمع ككل نتيجة كبر حجمه وصعوبة الوصول إليه وضيق الوقت قمنا باختيار فئة الممرضات التي تكونت من 100 ممرضة بطريقة غير عشوائية قصدية، نظرا لطبيعة عملهن التي تتسم بكثرة الضغوط النفسية الناتجة عن التعامل المباشر والمستمر مع المرضى، وما يرافقهن من مسؤوليات كبيرة وظروف عمل مرهقة، مما يجعل من هذه الفئة نموذجا مناسباً لدراسة الصلابة النفسية. حيث تم توزيع الإستمارات عليهن بعد استبعاد 7 أفراد الذين تم إجراء الدراسة الإستطلاعية معهن، أصبح مجتمع الدراسة مكون من 93 ممرضة. ولقد تم توزيع أداة الدراسة على عينة مكونة من 93 إلا أننا استرجعنا 90 استمارة فقط، ومنه أصبح عدد أفراد عينة الدراسة 90 ممرضة وهو ما يشكل نسبة 25% من مجموع المجتمع الكلي للدراسة. وقد جاء توزيع أفراد عينة الدراسة كما يلي:

**جدول رقم (05): يوضح توزيع العينة تبعا لمتغير سنوات الأقدمية في العمل**

سنوات الأقدمية في العمل	التكرار	النسبة المئوية
من سنتين إلى 6 سنوات	43	47.77%
من 7 سنوات إلى 11 سنة	15	16.66%
من 12 سنة إلى 16 سنة	22	24.44%
من 17 سنة إلى 21 سنة	8	8.88%
من 22 سنة إلى 26 سنة	0	0%
من 27 سنة إلى 31 سنة	2	2.22%
<b>المجموع</b>	<b>90</b>	<b>100%</b>

المصدر: من إعداد الباحثة بناء على مخرجات برنامج spss

شكل رقم(17): يمثل دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير سنوات الأقدمية



#### المصدر: من إعداد الباحثة

تشير البيانات الموضحة أعلاه أن 43 من أفراد عينة الدراسة يمثلن نسبة 47.77% من إجمالي أفراد عينة الدراسة، وهن اللواتي تراوحت أقدميتهم المهنية في الفئة ما بين (2-6) سنوات وهن أكبر فئة من أفراد العينة، في حين أن 15 منهن يمثلن نسبة 16.66% من إجمالي أفراد العينة اللواتي تراوحت أقدميتهم المهنية في الفئة ما بين (7-11) سنة، كما أن 22 فردا من أفراد العينة يمثلن نسبة 24.44% من إجمالي أفراد عينة الدراسة اللواتي تراوحت أقدميتهم المهنية في الفئة ما بين (12-16)، بالإضافة إلى 8 من أفراد العينة يمثلن 8.88% من إجمالي أفراد عينة الدراسة اللواتي تراوحت أقدميتهن ما بين (17-21)، في حين لا يوجد أي فرد في الفئة التي تراوحت ما بين (22-26)، وأخيرا فردان من أفراد العينة يمثلن نسبة 2.22% من إجمالي أفراد عينة الدراسة اللواتي تراوحت أقدميتهن ما بين (27-31).

ويتضح من هذا التوزيع أن غالبية الممرضات يتمركزن ضمن فئة الأقدمية القصيرة والمتوسطة، مما يدل على هيمنة الكفاءات الشابة أو حديثات الالتحاق بالمهنة داخل المؤسسة، وقد يعكس هذا الواقع ديناميكية متجددة في التوظيف، أو ارتفاع معدل دوران الموظفين. أما الفئات ذات الأقدمية المتوسطة العليا، فتشير إلى شريحة مهنية بدأت تكتسب خبرة أكثر استقرارا، مما يمكن أن يساهم في تعزيز مستوى الصلابة النفسية لديها. في المقابل يلاحظ انخفاض تمثيل الفئات ذات الأقدمية الطويلة، وغياب بعض الفئات تماما، مما

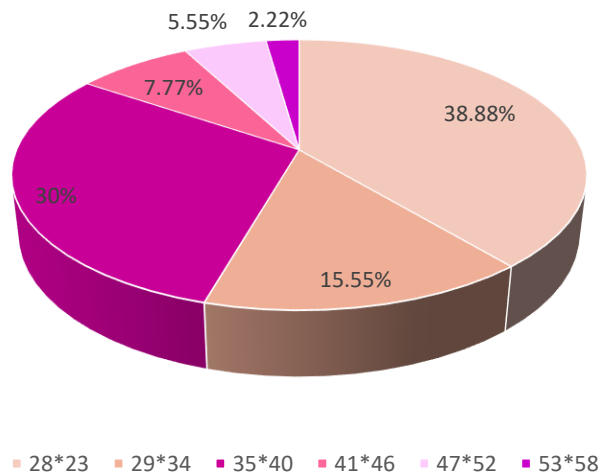
قد يدل على محدودية بقاء الممرضات في المؤسسة لفترات طويلة، وهو عامل قد يؤثر على التراكم المهني والاستقرار الوظيفي.

جدول رقم (06): يوضح توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير السن

النسبة المئوية	التكرار	السن
38.88%	35	من 23 سنة إلى 28 سنة
15.55%	14	من 29 سنة إلى 34 سنة
30%	27	من 35 سنة إلى 40 سنة
7.77%	7	من 41 سنة إلى 46 سنة
5.55%	5	من 47 سنة إلى 52 سنة
2.22%	2	من 53 سنة إلى 58 سنة
100%	90	المجموع

المصدر: من إعداد الباحثة بناء على مخرجات برنامج spss

شكل رقم (18): يمثل دائرة نسبية توضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير السن



المصدر: من إعداد الباحثة

يتضح من خلال كل من الجدول والشكل الموضح أعلاه أن 35 من أفراد عينة الدراسة يمثلن نسبة 38.88% من إجمالي أفراد عينة الدراسة اللواتي تراوح سنهن في الفئة ما بين (23-28) سنة وهن أكبر فئة، في حين أن 14 منهن يمثلن نسبة 15.55% من إجمالي أفراد العينة وهن اللواتي تراوح سنهن ما بين (29-34)، كما أن 27 فرد من أفراد العينة يمثلن نسبة 30% من إجمالي أفراد العينة اللواتي يتراوح سنهن في الفئة ما بين (35-40)، بالإضافة إلى 7 فرد من أفراد العينة يمثلن نسبة 7.77% من إجمالي أفراد العينة اللواتي تراوح سنهن ما بين (41-46)، كما توجد 5 من أفراد العينة يمثلن بنسبة 5.55% من إجمالي عينة الدراسة اللواتي تراوح سنهن ما بين (47-52)، وأخيرا فردان من أفراد عينة الدراسة يمثلن بنسبة 2.22% من إجمالي عينة الدراسة اللواتي تراوح سنهن ما بين (53-58) واللواتي يعتبرن أصغر فئة من أفراد العينة.

ويتبين هذا التوزيع أن الغالبية العظمى من الممرضات ينتمين إلى الفئة العمرية الشابة، وهو ما يعكس اعتماد المؤسسة بدرجة كبيرة على الكفاءات الجديدة أو حديثات الالتحاق بسوق العمل. أما الفئتان التاليتان، ما بين 29 و34 سنة، و35 إلى 40 سنة، فتشكلان شريحة مهنية أكثر نضجا، ما يشير إلى توازن نسبي بين الطاقة الشابة والخبرة المتنامية. من جهة أخرى نلاحظ انخفاضا تدريجيا في تمثيل الفئات الأكبر سنا، خاصة من تجاوزن سن الأربعين، مما قد يشير إلى محدودية بقاء الممرضات في المؤسسة على المدى الطويل، أو إلى مغادرة عدد منهن العمل لأسباب مهنية أو اجتماعية أو صحية. كما أن تمثيل الفئة التي تفوق 50 سنة كان ضئيلا جدا، ما يدل على قلة عدد الممرضات ذوات الخبرة المتقدمة جدا.

بوجه عام يظهر هذا التوزيع تركزا واضحا في الفئة العمرية الشابة، وهو ما يمكن أن تكون له دلالات عند تحليل مستوى الصلابة النفسية، ومدى تأثرها بعنصر السن.

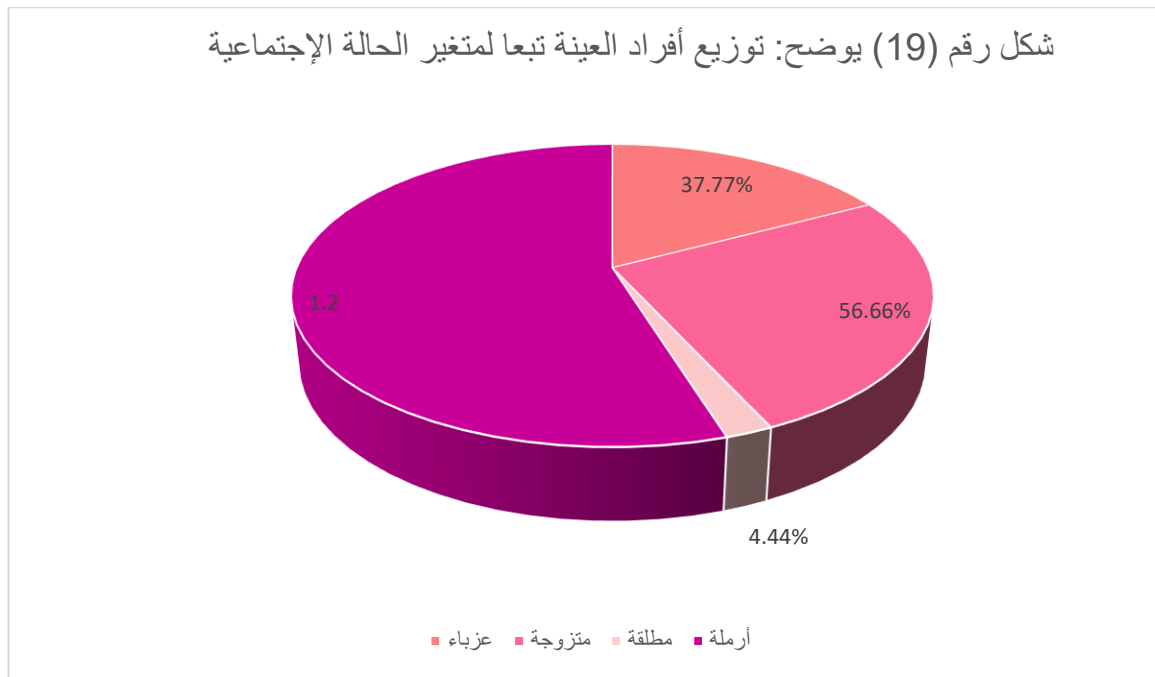
ويجدر بي أننا نشير إلى أننا قمنا بتحديد فئات الأقدمية في العمل والسن بستة فئات كما هو موضح في الجدول السابق وفقا للنتائج المتحصل عليها بعد تطبيق القوانين الموضحة كما يلي:

**جدول رقم (07) يوضح: توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية:**

النسبة المئوية	التكرار	الحالة الاجتماعية
37.77%	34	عزباء

متزوجة	51	56.66%
مطلقة	4	4.44%
أرملة	1	1.11%
<b>المجموع</b>	<b>90</b>	<b>100%</b>

المصدر: من إعداد الباحثة بناء على مخرجات برنامج spss



المصدر: من إعداد الباحثة

من خلال المعطيات الموضحة في الجدول والشكل السابق نلاحظ أن غالبية افراد عينة الدراسة متزوجات حيث بلغ عددهن 51 يمثلن نسبة 56.66% من مجموع أفراد عينة الدراسة، في حين بلغ عدد العازبات 34 يمثلن نسبة 37.77% من أفراد العينة. أما المطلقات بنسبة قليلة 4.44% من أفراد عينة الدراسة وهو ما يمثل 4 تكراراً، في حين الأرمال كانت شبه منعدمة بنسبة 1.11%.

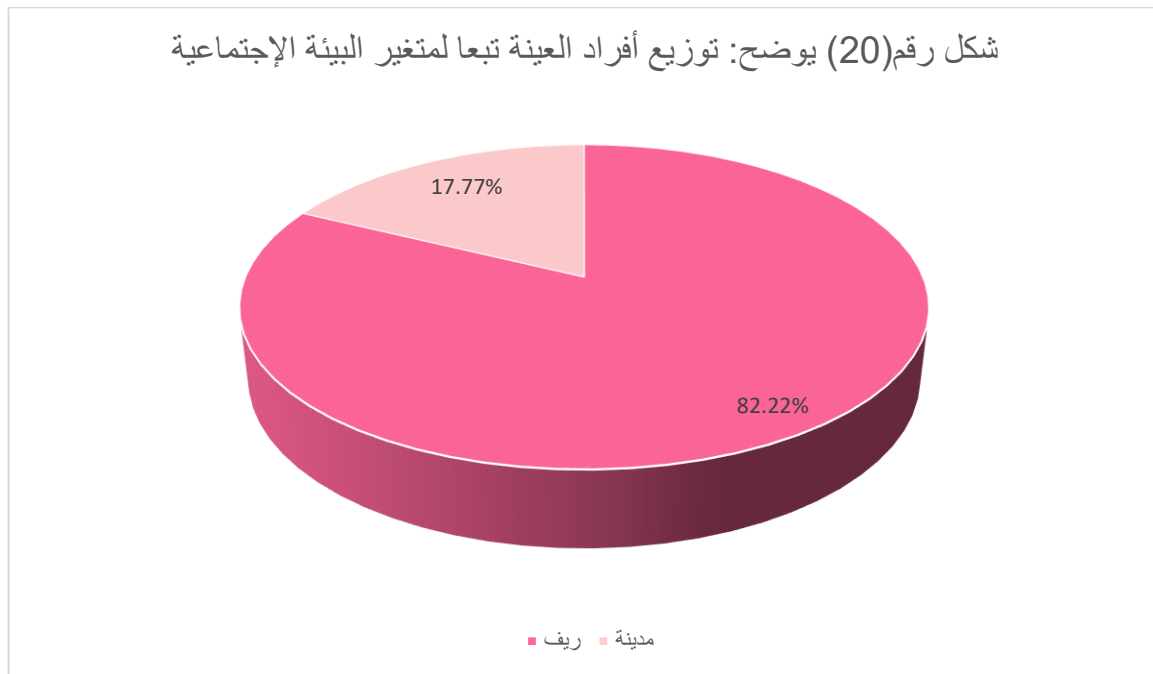
ويظهر هذا التوزيع أن النسبة الأكبر من الممرضات هن متزوجات، ما يدل على وجود التزامات أسرية واجتماعية إلى جانب للمسؤوليات المهنية، وهو ما قد يؤثر على مستوى الصلابة النفسية لديهن، سواء من حيث الدعم الأسري أو تعدد الضغوط، وتليهن في التمثيل فئة العازبات، وهي فئة لا تزال في بداية مسارها الحياتي والمهني، وقد تواجه تحديات مختلفة تتعلق ببناء الهوية المهنية والاستقلالية الذاتية، أما فئة المطلقات

فتمثل نسبة صغيرة، وقد تكون هذه الفئة أكثر عرضة لضغوط نفسية إضافية مرتبطة بظروفها الاجتماعية خاصة، مما يستدعي الانتباه إليها عند تحليل الصلابة النفسية في ضوء الحالة الاجتماعية، في حين تكاد فئة الأراذل شبه منعدمة، ما يجعل تمثيلها الإحصائي ضعيفا ولا يسمح بتحليل معمق، لكنها قد تحمل في بعض الحالات دلالات فردية مهمة عند دراسة تأثير الخبرات الحياتية القاسية على الصلابة النفسية. بشكل عام، يظهر التوزيع أن الحالة الاجتماعية متنوعة ضمن العينة، مما يتيح إمكانية دراسة الفروق في الصلابة النفسية في ضوء هذه المتغيرات الاجتماعية.

جدول رقم (08) يوضح: توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية:

البيئة الاجتماعية	التكرار	النسبة المئوية
مدينة	74	82.22%
ريف	16	17.77%
المجموع	90	100%

المصدر: من إعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات spss



المصدر: من إعداد الباحثة

من خلال المعطيات الموضحة في الجدول والشكل السابق ألاحظ أن غالبية أفراد عينة الدراسة هن من المدينة ويمثلن نسبة 82.22% من مجموع أفراد العينة وهو ما يمثل 74 تكراراً، في حين كانت نسبة المنحدرات من بيئة ريفية ب 17.77% أي ما يعادل 16 فرد من مجموع أفراد عينة الدراسة.

وبين هذا التوزيع أن الغالبية العظمى من الممرضات ينحدرن من بيئة حضرية، وهو ما قد يعكس تمركز فرص التكوين والتوظيف في المدن، إضافة إلى ميل الإناث للإقامة والعمل في بيئات أكثر تنظيماً واستقراراً من الناحية المهنية والاجتماعية. وقد يكون للبيئة الحضرية دور في تعزيز فرص الوصول إلى الدعم النفسي والخدمات الصحية، مما قد يسهم في بناء مستوى أعلى من الصلابة النفسية، في المقابل فإن نسبة أقل من الممرضات تنحدرن من بيئة ريفية، ما قد يشير إلى تحديات متعلقة بالتنقل، أو محدودية فرص التعليم والتوظيف في المناطق الريفية. ومن الممكن أن تؤثر خلفية البيئة الريفية على طريقة التفاعل مع ضغوط العمل وظروفه، سواء من حيث التكيف أو الدعم الاجتماعي المتاح.

وعليه، فإن هذا التوزيع قد يساعد في تحليل الفروق المحتملة في مستوى الصلابة النفسية حسب نمط البيئة الاجتماعية للموظفات.

## 5. أدوات جمع البيانات:

أي عمل ميداني يعتمد على أساليب وأدوات جمع البيانات وذلك للوصول إلى تحقيق أكثر دقة للفرضيات والكشف عن الجوانب المرتبطة بمشكلة البحث، وهي مجموعة من الوسائل التي بواسطتها يستطيع الباحث تحقيق أهدافه باختياره أنسب الأدوات ولهذا اعتمدت في دراستي على المقابلة والإستبيان.

### 1.5 الإستبيان:

تعتبر أداة الإستبيان مجموعة من الأسئلة المصممة لجمع البيانات اللازمة عن المشكلة قيد الدراسة وهي من أهم الوسائل الفعالة في جمع البيانات التي تشترط أن يكون الباحث على معرفة دقيقة بالبيانات المطلوب جمعها وبكيفية قياس المتغيرات المرغوب دراستها. (الصيرفي، 2002، ص115)

ولقد قمت بإعداد استبيان بحث لدراستنا الحالية انطلاقاً من الدراسات السابقة ذات الصلة والمتغير وأبعاده. قد شملت الأداة على محورين:

**المحور الأول:** يتضمن البيانات الشخصية وهي سنوات الأقدمية في العمل، السن، الحالة الاجتماعية، البيئة الاجتماعية.

**المحور الثاني:** يتعلق بالصلابة النفسية ضم ثلاث أبعاد وهي: الإلتزام، التحكم، التحدي. حيث بلغ عدد بنوده 43 بندا، واستخدمنا سلما وصفيا متدرجا مكونا من (3) بدائل (دائما، أحيانا ، أبدا) والتي تم إعطائها الأوزان التالية : 1-2-3 حيث أن جميع البنود موجبة، وجاءت البنود على النحو التالي:

**المحور الأول: البيانات الشخصية:**

✓ سنوات الأقدمية في العمل.

✓ السن.

✓ الحالة الاجتماعية.

✓ البيئة الاجتماعية.

**المحور الثاني: الصلابة النفسية**

الجدول رقم (09): يوضح توزيع بنود الإستبيان:

البعد	البنود
الصلابة النفسية	
البعد الأول: الإلتزام	01-02-03-04-05-06-07-08-09-10-11-12-13-14-15.
البعد الثاني: التحكم	16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29.
البعد الثالث : التحدي	30-31-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-42-43.

المصدر: من إعداد الباحثة

تحديد إجابات العينة حسب البدائل:

الجدول رقم (10): يوضح الإجابة على البدائل

الإتجاه	دائما	أحيانا	أبدا
الدرجة	3	2	1
المتوسط الحسابي المرجح	من 2.34 إلى 3	من 1.67 إلى 2.33	من 1 إلى 1.66
درجة القيمة	مرتفع	متوسط	منخفض

المدى:  $2=1-3$  ( أعلى قيمة مطروح منها أقل قيمة)

طول المدى:  $0.66=3/2$  ( طول المدى = المدى / عدد الدرجات)

وتم إضافة العدد 0.66 إلى أقل درجة في المقياس، أي من أجل وضع الحد الأعلى.

### السجلات والوثائق:

وهي إحدى الأدوات في جمع البيانات الميدانية، وعليه خلال زيارتي للمستشفى، تحصلت على بعض السجلات والوثائق التي تتضمن معلومات خاصة بالمستشفى وهي:

✓ بيانات عن الهيكل التنظيمي للمؤسسة.

✓ بيانات عن العدد الإجمالي للموظفين وعدد الموظفين في كل مصلحة، وأيضا عدد الممرضات.

ومن خلال هذه الوثائق تمكنت من معرفة مجتمع البحث وماهي الطريقة الأنسب لهذه الدراسة وذلك عن طريق معرفة عدد الممرضات.

### 1.1.5 الخصائص السيكومترية للاستبيان:

#### 1.1.1.5 صدق الاستبيان: المقصود بصدق الإستبيان هو أن يقيس الإختبار بالفعل القدرة أو

الظاهرة التي وضع لقياسها. (بوحوش والذنيبات، 2007، ص73).

ومن أجل قياس صدق الإستمارة اعتمدنا على طريقة **صدق المحكمين**: وتسمى كذلك صدق المحتوى أو الظاهري تطبق من خلال عرضها على المحكمين، وللتأكد من صدقه قمنا بعرض الإستبيان الخاص بدراستنا على خمسة أساتذة محكمين في قسم علم النفس تخصص علم النفس العمل وتسيير الموارد البشرية بجامعة 20 أوت 1955 سكيكدة، ( انظر الملحق رقم 03 ) يوضح أسماء الأساتذة المحكمين الذين قاموا بتحكيم أداة الدراسة وكان الهدف من ذلك هو تقييم مدى سلامة صياغة البنود، ومدى مناسبتها لقياس أبعاد ومتغير الدراسة، بالإضافة إلى التحقق من الترابط المنطقي بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه. كما تم تقديم ملاحظات من قبل المحكمين حول التعديل أو الحذف أو الإضافة، أو إبداء رأيهم في مدى اتساق محاور الأداة. حيث استجبنا لأراء الأساتذة وملاحظاتهم وقمنا بإجراء ما يلزم من تعديل في ضوء المقترحات المقدمة من طرفهم والملحق رقم 05 يوضح الإستمارة في صورتها النهائية.

حيث يتم حساب الصدق الظاهري استخدمت معادلة لوشي وهي كالتالي:

$$\text{صدق المحكمين} = \text{مجموع صدق البنود} / \text{عدد البنود}$$

$$\text{صدق البنود} = \text{عدد الأساتذة الذين قالو يقيس} - \text{عدد الأساتذة الذين قالو لا يقيس} / \text{عدد المحكمين}$$

عدد البنود: 44

عدد المحكمين: 5

والجدول التالي يوضح تصحيح المحكمين:

**الجدول رقم (11): يوضح تصحيح المحكمين وصدق البنود لاستبيان الدراسة**

رقم البند	يقيس	لا يقيس	النتيجة	الملاحظة
01	5	0	1	مقبولة
02	5	0	1	مقبولة
03	5	0	1	مقبولة
04	5	0	1	مقبولة
05	5	0	1	مقبولة

مقبولة	0.6	1	4	06
مقبولة	1	0	5	07
مقبولة	0.6	1	4	08
مقبولة	0.6	1	4	09
مقبولة	0.6	1	4	10
مقبولة	1	0	5	11
مقبولة	0.6	1	4	12
مقبولة	1	0	5	13
مقبولة	0.6	1	4	14
مقبولة	1	0	5	15
مقبولة	0.6	1	4	16
مقبولة	1	0	5	17
مقبولة	1	0	5	18
مقبولة	0.6	1	4	19
مقبولة	1	0	5	20
مقبولة	1	0	5	21
مقبولة	1	0	5	22
مقبولة	1	0	5	23
مقبولة	0.6	1	4	24
مقبولة	1	0	5	25
مقبولة	1	0	5	26
مقبولة	1	0	5	27
مقبولة	1	0	5	28

مقبولة	0.6	1	4	29
مقبولة	0.6	1	4	30
مقبولة	1	0	5	31
مقبولة	1	0	5	32
مقبولة	1	0	5	33
مقبولة	1	0	5	34
مقبولة	1	0	5	35
مقبولة	1	0	5	36
مقبولة	1	0	5	37
مقبولة	1	0	5	38
مقبولة	1	0	5	39
مقبولة	1	0	5	40
مقبولة	1	0	5	41
مقبولة	1	0	5	42
مقبولة	1	0	5	43
مقبولة	1	0	5	44
/	38.8	/	/	المجموع

المصدر: من إعداد الباحثة

حساب الصدق الكلي للاستبيان: ص م =  $0.9 = 44/37.6$

وبالتالي الصدق الظاهري للاستبيان كان يساوي 0.9 وهو معامل مقبول وبذلك يمكن القول أن استبيان الصلابة النفسية صادق لحد كبير وفق الصدق المعتمد.

**الطريقة الثانية:** باعتماد الصدق الذاتي: وهو الجذر التربيعي للثبات (معامل ألفا كرو نباخ) وعليه فإن الصدق الذاتي يكون كما يلي:

وإذن بعد القيام بالعملية الحسابية تحصلت على قيمة أصغر من قيمة الصدق التي وجدتها عند تطبيق معادلة لوشي ألا وهي (0.86) وهي درجة عالية، تدل على أن الاستمارة تقيس فعلا ما أعدت لأجله.

### 2.1.1.5 ثبات الاستبيان:

لقياس مدى ثبات أداة الدراسة عادة ما يتم اللجوء إلى حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ والذي يعتبر أكثر مؤشر يوضح درجة ثبات أداة الدراسة، وبالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS تم التوصل إلى النتائج التي يوضحها الجدول التالي:

جدول رقم (12): يوضح معامل الثبات ألفا كرونباخ لاستبيان الصلابة النفسية

المتغير	عدد البنود	ألفا كرونباخ	الحكم
الاستبيان ككل	43	0.74	مقبول

المصدر: من إعداد الباحثة اعتمادا على نتائج برنامج SPSS

من خلال الجدول رقم (12) نلاحظ أن قيمة معامل ألفا كرونباخ للاستبيان ككل قد بلغت 0.74 وهذا يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات، وعليه يمكن القول أن شرط الثبات محقق، وتسمح بتطبيق الإستبانة في جمع المعلومات المتعلقة بهذه الدراسة.

### طريقة التجزئة النصفية: "سبيرمان براون" (Sperman-Brawn)

تقوم هذه الطريقة على حساب ثبات استبانة الدراسة من خلال تجزئة عبارات الاستمارة إلى قسمين، القسم الأول يشمل العبارات ذات الأرقام الفردية والقسم الثاني يشمل العبارات ذات الأرقام الزوجية في الإستمارة ومن ثم يتم حساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية للإستبانة.

جدول رقم (13) يوضح نتائج اختبار التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان براون لمتغير الصلابة

النفسية

المتغير	معامل الارتباط	معامل الثبات بعد التصحيح	الدلالة الإحصائية

0.05	0.80	0.67	الصلابة النفسية
------	------	------	-----------------

المصدر: من إعداد الباحثة بناء على مخرجات spss

ألاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن قيمة معامل الارتباط بلغت 0.80 وذلك عند مستوى الدلالة 0.05 أي أن قيمة معامل الارتباط مرتفعة ودالة إحصائياً بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية. ومن هنا أستنتج بأن أداة القياس تتمتع بدرجة عالية من الثبات وبالتالي يمكن الاعتماد على هذه البيانات وتحليلها وتعميم النتائج على مجتمع الدراسة.

#### 6. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

من أجل تحقيق هذه الدراسة تم الإعتماد على مجموعة من الأساليب بهدف التحقق من ثبات صدق الأداة وكذا استخراج النتائج الإحصائية للتأكد من فرضيات الدراسة وذلك من خلال الاستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( spss ) لمعالجة البيانات التي تم الحصول عليها من خلال الدراسة الميدانية وبالتحديد فإنه تم استخدام الأساليب الإحصائية التالي:

#### الأساليب الكمية:

- ✓ النسب المئوية.
- ✓ التكرار.
- ✓ المتوسطات الحسابية.
- ✓ الانحراف المعياري.
- ✓ معادلة لوشي.
- ✓ الصدق الذاتي.
- ✓ معادلة ألفا كرونباخ ومعادلة سبيرمان براون.
- ✓ اختبار تحليل التباين الأحادي ANOVA.
- ✓ اختبار T.TEST لعينتين مستقلتين.
- ✓ وقد تم الاعتماد على برنامج الرزنامة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS في حساب نتائج هذه المعاملات والأساليب السابقة.

#### الأساليب الكيفية:

يتمثل في كل من الوصف والتحليل والتعليق على النتائج.

### خلاصة:

في هذا الفصل تم عرض مختلف الإجراءات المنهجية التي استندت إليها الدراسة، بدءاً بالدراسة الاستطلاعية لتحديد المؤسسة والمجتمع والعينة، ثم تم اختيار المنهج المناسب، وهو المنهج الوصفي. كما تم التطرق إلى أدوات جمع البيانات، من خلال المقابلة في المرحلة الاستطلاعية، والإستبيان في الدراسة الأساسية، مع التحقق من صدقها وثباتها باستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة. وقد ساهمت هذه الإجراءات في بناء إطار منهجي مضبوط يسهم في ضمان دقة وموضوعية النتائج المتوصل إليها.

## الفصل الرابع: تحليل وتفسير نتائج الدراسة

### تمهيد

1. عرض استجابات أفراد العينة حول متغير الصلابة النفسية
2. عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء فرضيات الدراسة
3. نتائج الدراسة

### خلاصة الفصل

**تمهيد:**

في هذا الفصل سنعرض نتائج الدراسة ونحللها اعتمادا على استجابات أفراد العينة حول بنود استمارة الصلابة النفسية، وذلك في إطار الدراسة الميدانية التي أجريت على الممرضات. ويهدف هذا التحليل إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية، إلى جانب الكشف عن الفروق في هذا المستوى تبعا لبعض المتغيرات الشخصية (الأقدمية في العمل، السن، الحالة الاجتماعية، والبيئة الاجتماعية). ويأتي ذلك بعد تطبيق مختلف الإجراءات المنهجية وتحليل البيانات الإحصائية باستخدام الأدوات الملائمة.

**1. عرض استجابات أفراد العينة حول متغير الصلابة النفسية:**

**1.1 عرض استجابات أفراد العينة حول بعد الإلتزام:**

**جدول رقم (14): يوضح استجابات أفراد العينة حول بعد الإلتزام**

البنود	دائماً		أحيانا		أبداً		المجموع	المتوسط الحسابي	المستوى
	ت	%	ت	%	ت	%			
01	67	74.4%	21	23.3%	2	2.2%	100%	2.72	مرتفع
02	85	94.4%	3	3.3%	2	2.2%	100%	2.92	مرتفع
03	34	37.8%	51	56.7%	5	5.6%	100%	2.32	متوسط
04	55	61.1%	29	32.2%	6	6.7%	100%	2.54	مرتفع
05	54	60%	34	37.8%	2	2.2%	100%	2.58	مرتفع
06	30	33.3%	54	60%	6	6.7%	100%	2.27	متوسط
07	70	77.8%	19	21.1%	1	1.1%	100%	2.77	مرتفع
08	65	72.2%	25	27.8%	0	0%	100%	2.72	مرتفع
09	62	68.9%	19	21.1%	9	10%	100%	2.59	مرتفع
10	83	92.2%	7	7.8%	0	0%	100%	2.92	مرتفع
11	85	94.4%	4	4.4%	1	1.1%	100%	2.93	مرتفع
12	86	95.6%	4	4.4%	0	0%	100%	2.96	مرتفع

مرتفع	2.73	100%	0%	0	26.7%	24	73.3%	66	13
مرتفع	2.81	100%	0%	0	18.9%	17	81.1%	73	14
مرتفع	2.93	100%	1.1%	1	4.4%	4	94.4%	85	15
مرتفع	2.71	المجموع							

المصدر: من إعداد الباحثة اعتماداً على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول والذي يوضح استجابات أفراد العينة حول بعد الإلتزام نلاحظ أن 74.4% من أفراد العينة يؤكدون بأنهم يحرصون على إكمال المهام حتى لو واجهن صعوبات. بينما ما نسبته 23.3% يقررون أنه يتم هذا أحياناً فقط، في حين 2.2% من الممرضات يرين عكس ذلك، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند 2.72 وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع من حرصهن على إكمال مهامهن في العمل رغم كل ما يلقيهن من صعوبات وعراقيل. بينما نلاحظ في البند الثاني أن 94.4% من مفردات العينة يؤكدون بأنهم يشعرون بالمسؤولية اتجاه مهامهن المهنية، في حين 3.3% أجبن بأحياناً، بينما ما نسبته 2.2% أي ما يعادل ممرضتين أجبن بأبداً، كما نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت 2.92 وهذا ما يدل على مستوى مرتفع من شعورهن بالمسؤولية نحو كل ما يقمن به من نشاطات ومهام في مهنتهن. أما في يخص البند رقم 03 فقد سجلن ما نسبته 37.8% وما يعادل 34 فرد أجبن بدائماً، في حين نجد 51 فرد أجابوا بأحياناً وهو ما قدرت نسبته بـ 56.7%، كما قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.32 وهو ما يدل على مستوى متوسط من تواصل الممرضات مع الأفراد الآخرين من أجل مشاركتهم انشغالاتهم وتأكيديهن على أن هذا أمر مهم.

أما البند الرابع فقد سجلن بخصوصه ما نسبته 61.1% من الإيجابيات بأبداً بينما 29 فرد من أفراد العينة أجابوا بأحياناً وهو ما يعادل 32.2%، وما نسبته 6.7% نفين ذلك، بينما عبرت قيمة المتوسط الحسابي التي قدرت 2.54 على مستوى مرتفع من الإلتزام الممرضات بحضور الاجتماعات في الوقت المحدد لها. أما فيما يتعلق بالبند الخامس فقد اتفقت 54 من الممرضات على محاولتهن الإلتزام بالخطة التي يتم وضعها لإنجاز مهامهن ما يعادل 60%، في حين ما نسبته 2.2% يرين عكس ذلك، بينما 37.8% من الممرضات أجبن بأحياناً على محتوى البند، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا بـ 2.58 وهو ما يدل على وجود مستوى مرتفع الإلتزام الممرضات بمحتوى الخطة التي يقمن بوضعها للقيام بمهامهن. أما بالنسبة للبند السادس سجلن إيجابيات 30 فرد من أفراد العينة بدائماً ما يعادل نسبة 33.3% على أنهم يستمتعون بمعظم ما يقمن به يومياً، بينما 54 فرد أجابوا بأحياناً على محتوى العبارة وهو ما يعادل 60% من

استجابات أفراد العينة، بينما ما نسبته 6.7% أجبين بأبدا، في حين قدرت قيمة المتوسط الحسابي ب 2.27، وهو ما يدل على مستوى متوسط من استمتاع الممرضات بمعظم ما يقمن به يوميا.

بينما فيما يتعلق بالبند السابع فقد اتفقت 70 من الممرضات على سعيهن دائما لتطوير أنفسهن بصورة مستمرة، في حين 19 منهن ما يعادل نسبة 21.1% رأين أنهن يفعلن ذلك أحيانا، و1.1% لا يفعلن ذلك أبدا، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند 2.77 وهو ما يدل على مستوى مرتفع لقيام الممرضات بتطوير أنفسهن باستمرار. أما فيما يخص البند الثامن فقد اتفق ما نسبته 72.2% أي ما يعادل 65 فرد من أفراد العينة على الإجابة بدائما على محتوى البند، في حين 27.8% أجابوا بأحيانا، بينما قدرت قيمة المتوسط الحسابي ب 2.72، وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع لتمسك الممرضات باتجاهاتهن الإيجابية مهما كانت نتائج ذلك. بينما نلاحظ فيما يتعلق بالبند التاسع أن استجابات مفردات عينة الدراسة قدرت بنسبة 68.9% كانت بدائما، في حين 19 فرد من أفراد العينة أجبين بأحيانا وهو ما يعادل نسبة 21.1%، بينما ما نسبته 10% من الأفراد أجابوا بأبدا على محتوى البند، وقد قدرت قيمة المتوسط الحسابي ب 2.59، وهو ما يدل على مستوى مرتفع من تمييز الممرضات لأنفسهن عن الأفراد الآخرين.

أما فيما يتعلق بمحتوى البند العاشر فقد اتفقت 83 ممرضة ما نسبته 92.2% على تصرفهن دائما بأمانة، في حين 7.8% من الممرضات يرين أن ذلك يكون أحيانا، بينما قدرت قيمة المتوسط الحسابي 2.92، وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع لتصرف الممرضات بأمانة مع الآخرين. بينما نسجل في استجابات أفراد عينة الدراسة على محتوى البند الحادي عشر ما نسبته 94.4% وهو ما يقابل 85 فرد أجابوا بدائما، و4 أفراد أجابوا بأحيانا، وفرد واحد أجاب بأبدا، وهو ما يدل على وجود مستوى مرتفع من إيمان الممرضات بأن عملهن مهم بالنسبة لهن ومهم للآخرين وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي التي بلغت 2.93. أما فيما يتعلق بالبند الثاني عشر فقد اتفقت أغلبية مفردات العينة الدراسة على الإجابة بالبدل دائما وذلك بنسبة 95.6% ما يعادل 86 فرد، بينما الأفراد المتبقين أجابوا بأحيانا على محتوى البند وهو ما يدل على مستوى مرتفع لالتزام الممرضات بالقيم الأخلاقية التي يحملونها أثناء قيامهن بالعمل، وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي ب 2.96. أما البند الثالث عشر فقد اتفقت مفردات العينة والبالغ عددهم 66 مفردة ما نسبته 73.3% على الإجابة بدائما على محتوى البند، بينما 26.7% أجابوا بأحيانا، في حين قدرت قيمة المتوسط الحسابي ب 2.73، وهو ما يدل على مستوى مرتفع لسعي الممرضات باستمرار لتحقيق كل أهدافهن. وفيما يخص البند الرابع عشر فقد اقر 81.1% بأن قيمتهن الخاصة تميزهن عن غيرهن، في حين ما نسبته 18.9% يرون أن ذلك يكون أحيانا، وقد قدرت قيمة المتوسط الحسابي ب 2.81 وهذا ما

يدل على مستوى مرتفع بإيمان الممرضات بأن القيم التي يحملونها تميزهن عن غيرهن. أما فيما يتعلق بالبند الخامس عشر فقد انفتحت أغلبية مفردات العينة الدراسة على الإجابة بالبدل دائما وذلك بنسبة 94.4% ما يعادل 85 فرد، بينما الأفراد المتبقين 4 منهم أجابوا بأحيانا وواحد أجاب بأبدا على محتوى البند، وهو ما يدل على مستوى مرتفع لحرص الممرضات على إنجاز عملهن بكفاءة عالية وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي التي بلغت 2.93.

وعليه من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (14) يمكن تلخيص استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد الإلتزام كما يلي:

- ✓ تحرص الممرضات على إكمال المهام حتى في ظل وجود الصعوبات.
- ✓ يشعرن بالمسؤولية اتجاه المهام المهنية ويلتزم بالقيم الأخلاقية أثناء تأدية العمل.
- ✓ يلتزم بحضور الاجتماعات في الوقت المحدد وبالخطط الموضوعة لإنجاز المهام.
- ✓ يسعين باستمرار لتطوير ذواتهن وتحقيق أهدافهن المهنية.
- ✓ يتمكن باتجاهاتهن الإيجابية ويتمتعن بروح التميز والصدق في التعامل مع الآخرين.

ومن خلال ما تم عرضه نجد بأن المتوسط الحسابي الإجمالي لبعء الإلتزام قدر ب 2.71 وهو ما يدل على مستوى مرتفع لبعء التحدي عند الممرضات بالمؤسسة العمومية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.

## 2.1 عرض استجابات أفراد العينة حول بعد التحكم:

### جدول رقم (15) يوضح: استجابات أفراد العينة حول بعد التحكم

المستوى	المتوسط الحسابي	مجموع	أبدا		أحيانا		دائما		البنود
			%	ت	%	ت	%	ت	
مرتفع	2.44	%100	%1.1	1	%53.3	48	%45.6	41	16
متوسط	2.03	%100	%21.1	19	%54.4	49	%24.4	22	17
متوسط	2.07	%100	%17.8	16	%57.8	52	%24.4	22	18
مرتفع	2.47	%100	%3.3	3	%46.7	42	%50	45	19
مرتفع	2.86	%100	%0	0	%14.4	13	%85.6	77	20

متوسط	2.28	%100	%8.9	8	%54.4	49	%36.7	33	21
مرتفع	2.51	%100	%3.3	3	%42.2	38	%54.4	49	22
متوسط	2.24	%100	%2.2	2	%71.1	64	%26.7	24	23
مرتفع	2.52	%100	%2.2	2	%43.3	39	%54.4	49	24
مرتفع	2.61	%100	%5.6	5	%27.8	25	%66.7	60	25
مرتفع	2.69	%100	%1.1	1	%28.9	26	%70	63	26
مرتفع	2.63	%100	%1.1	1	%34.4	31	%64.4	58	27
مرتفع	2.82	%100	%3.3	3	%11.1	10	%85.6	77	28
مرتفع	2.47								المجموع

المصدر: من إعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول الذي يوضح استجابات أفراد العينة حول بعد التحكم نلاحظ أن 45.6% من أفراد العينة يؤكدون بأنهم يضعون خططا مستقبلية وهن وانقعات من قدرتهن على تنفيذها. بينما ما نسبته 53.3% يقررون أنه يتم هذا أحيانا فقط، في حين 1.1% من الممرضات يرين عكس ذلك، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند 2.44 وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع من التحكم في التوقعات المستقبلية. بينما نلاحظ في البند السابع عشر أن 24.4% من مفردات العينة لا يؤمن بفكرة الحظ للوصول إلى ما يسعين إليه، في حين 54.4% أجبن بأحيانا، بينما ما نسبته 21.1% أي ما يعادل 19 ممرضة أجبن بأبدا، كما نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت 2.03 وهذا ما يدل على مستوى متوسط من عدم إيمانهم بفكرة الحظ. أما فيما يخص البند رقم 18 فقد سجلن ما نسبته 24.4% وما يعادل 22 فرد أجابوا بدائما، في حين نجد 52 فرد أجابوا بأحيانا هو ما قدرت نسبته 57.8%، كما قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.07 وهو ما يدل على مستوى متوسط من قدرة الممرضات على التحكم في الأحداث التي تؤثر عليهن. أما البند التاسع عشر فقد سجلن بخصوصه ما نسبته 50% من الإجابات بأبدا بينما 42 فرد من أفراد العينة أجابوا بأحيانا وهو ما يعادل 46.7%، وما نسبته 3.3% نفين ذلك، بينما عبرت قيمة المتوسط الحسابي التي قدرت 2.47 على مستوى مرتفع من عدم الاستسلام للمشكلات التي تواجههن. أما فيما يتعلق بالبند العشرين فقد انققت 77 من الممرضات على تحملهن مسؤولية أفعالهن ما يعادل 85.6%، في حين ما نسبته 14.4% من الممرضات أجبن بأحيانا على محتوى البند، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند بـ 2.86 وهو ما يدل على وجود مستوى مرتفع من تحمل الممرضات لمسؤولية أفعالهن

أما بالنسبة للبند الواحد وعشرين سجلن إجابات 33 فرد من أفراد العينة بدائماً ما يعادل نسبة 36.7% على أنهم يتحكمون في أفكارهم ويحولونها إلى طاقة إيجابية، بينما 49 فرد أجابوا بأحيانا على محتوى البند وهو ما يعادل 54.4% من استجابات أفراد العينة، بينما ما نسبته 8.9% أجبن بأبداً، في حين قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.28 وهو ما يدل على مستوى متوسط من تحكم الممرضات في أفكارهن.

بينما فيما يتعلق بالبند الثاني والعشرين فقد اتفقت 49 من الممرضات على تفكيريهن السليم يمكنهن من التحكم في المواقف التي تضغط عليهن دائماً، في حين 38 منهن ما يعادل نسبة 42.2% رأين أنهن يفعلن ذلك أحيانا، و 3.3% لا يفعلن ذلك أبداً، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند 2.51 وهو ما يدل على مستوى مرتفع من التحكم في المواقف الضاغطة. أما فيما يخص البند الثالث والعشرون فقد اتفق ما نسبته 26.7% أي ما يعادل 24 فرد من أفراد العينة على الإجابة بدائماً على محتوى البند، في حين 71.1% أجابوا بأحيانا، بينما قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.24 وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع لمواجهة كل العراقيل في عملهن. بينما نلاحظ فيما يتعلق بالبند الرابع والعشرين أن استجابات مفردات عينة الدراسة قدرت بنسبة 54.4% كانت بدائماً، في حين 39 فرد من أفراد العينة أجبن بأحيانا وهو ما يعادل 43.3%، بينما ما نسبته 2.2% من الأفراد أجابوا أبداً على محتوى البند، وقد قدرت قيمة المتوسط الحسابي 2.52 وهذا ما يدل على مستوى مرتفع من تركيز الممرضات على الجوانب الإيجابية في المواقف الصعبة. أما فيما يتعلق بمحتوى البند الخامس والعشرين فقد اتفقت 60 ممرضة ما نسبته 66.7% على جمع الحقائق لفهم الموقف جيداً ثم يتصرفن، في حين 27.8% من الممرضات يرين أن ذلك يكون أحيانا فقط، بينما قدرت قيمة المتوسط الحسابي 2.61 وهذا ما يعبر عن مستوى فهم الموقف بشكل جيد ثم التصرف. بينما سجل في استجابات أفراد عينة الدراسة على محتوى البند السادس والعشرين ما نسبته 70% وهو ما يقابل 63 فرد أجابوا بدائماً، و 26 فرد أجابوا بأحيانا، وفرد واحد أجاب أبداً، وهو ما يدل على وجود مستوى مرتفع من تفكيريهن جيداً قبل اتخاذ أي قرار وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي التي بلغت 2.69. أما فيما يتعلق بالبند السابع والعشرين فقد اتفقت مفردات عينة الدراسة على الإجابة بالبديل دائماً وذلك بنسبة 64.4% ما يعادل 58 فرد، بينما الأفراد المتبقين أجابوا بأحيانا على محتوى البند وهو ما يدل على مستوى مرتفع من التصرف بثقة في المواقف الصعبة، وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.63. أما البند الثامن والعشرين فقد اتفقت مفردات العينة والبالغ عددهم 77 مفردة ما نسبته 85.6% على الإجابة بدائماً على محتوى البند، بينما 11.1% أجابوا بأحيانا، في حين قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.82، وهو ما يدل على مستوى مرتفع لاستفادتهن من التعامل مع التحديات التي تواجههن.

وعليه من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (15) يمكن تلخيص استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد التحكم كما يلي:

- ✓ تضع الممرضات خططا مستقبلية ويمتلكن ثقة بقدرتهن على تنفيذها.
- ✓ لا يؤمن بفكرة الحظ في الوصول إلى أهدافهن، بل يعتمدن على الجهد والتخطيط.
- ✓ يظهرن قدرة على التحكم في الأحداث والمواقف الضاغطة التي تواجههن.
- ✓ يتحملن مسؤولية أفعالهن ويستطعن تحويل أفكارهن إلى طاقة إيجابية.
- ✓ يتصرفن بثقة عند مواجهة المواقف الصعبة، ويظهرن تفكيراً سليماً قبل اتخاذ القرار.
- ✓ يتعلمن من التجارب الماضية ويستخدمنها لمواجهة التحديات الجديدة.

ومن خلال ما تم عرضه نجد بأن المتوسط الحسابي الإجمالي لبعد التحدي قدر بـ 2.47 وهو ما يدل على مستوى مرتفع لبعد التحكم عند الممرضات بالمؤسسة العمومية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.

### 3.1 استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد التحدي:

جدول رقم (16): يوضح استجابات أفراد العينة حول بعد التحدي

المستوى	متوسط حسابي	مجموع	أبداً		أحياناً		دائماً		البن ود
			ت	%	ت	%	ت	%	
متوسط	2.01	100 %	19	21.1%	51	56.7%	20	22.2%	29
مرتفع	2.51	100 %	3	3.3%	38	42.2%	49	54.4%	30
مرتفع	2.74	100 %	2	2.2%	19	21.1%	69	76.7%	31
مرتفع	2.50	100 %	6	6.7%	33	36.7%	51	53.7%	32

متوسط	2.07	100 %	%14.4	13	%64.4	58	%21.1	19	33
مرتفع	2.83	100 %	%2.2	2	%12.2	11	%85.6	77	34
مرتفع	2.82	100 %	%0	0	%17.8	16	%82.2	74	35
مرتفع	2.90	100 %	%0	0	%10	9	%90	81	36
مرتفع	2.58	100 %	%3.3	3	%35.6	32	%61.1	55	37
مرتفع	2.36	100 %	%4.4	4	%55.6	50	%40	36	38
مرتفع	2.78	100 %	%3.3	3	%15.6	14	%81.1	73	39
مرتفع	2.46	100 %	%4.4	4	%45.6	41	%50	45	40
متوسط	1.78	100 %	%42.2	38	%37.8	34	%20	18	41
مرتفع	2.70	100 %	%2.2	2	%25.6	23	%72.2	65	42
متوسط	2.16	100 %	%7.8	7	%68.9	62	%23.3	21	43
مرتفع	2.48								المجموع

المصدر: من إعداد الباحثة اعتماداً على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول والذي يوضح استجابات أفراد العينة حول بعد التحدي نلاحظ أن 22.2% من أفراد العينة يؤكدون بأن نوبات العمل الطويلة لا تؤثر على حالتهم النفسية. بينما ما نسبته

56.7% يقررن أنه يتم هذا أحيانا فقط، في حين 21.1% من الممرضات يرين عكس ذلك، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند 2.01 وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع من عدم التأثر بنوبات العمل الطويلة. بينما نلاحظ في البند الثلاثين أن 54.4% من مفردات العينة يؤكدن استطاعتهن التوازن بين العمل والحياة الشخصية، في حين أجد 42.2% أجبن بأحيانا، بينما ما نسبته 3.3% أي ما يعادل 3 ممرضات أجبن بأبدا، كما نلاحظ أن قيمة المتوسط الحسابي قد بلغت 2.51 وهذا ما يدل على مستوى مرتفع من قدرتهن على التوازن بين العمل والحياة الشخصية. أما فيما يخص البند الواحد والثلاثين فقد سجلن ما نسبته 76.7% و ما يعادل 69 فرد أجابوا بدائما، في حين نجد 19 فرد أجابوا بأحيانا وهو ما قدرت نسبته بـ 21.1%، كما قدرت قيمة المتوسط بـ 2.74 وهو ما يدل على مستوى مرتفع من اعتبار الأحداث التي تحدث لهن بمثابة فرص للتعلم. أما البند الثاني والثلاثين فقد سجلن بخصوصه ما نسبته 53.7% من الإجابات بأبدا بينما 33 فرد من أفراد العينة أجابوا بأحيانا وهو ما يعادل 36.7%، وما نسبته 6.7% نفين ذلك، بينما عبرت قيمة المتوسط الحسابي التي قدرت 2.50 على مستوى مرتفع من الاستمتاع بالمواقف التي تتطلب منهن التعامل مع أمور جديدة.

أما فيما يتعلق بالبند الثالث والثلاثين فقد اتفقت 19 من الممرضات على تحملهن الأزمات دون أن تؤثر على نفسيتهن ما يعادل 21.1%، في حين ما نسبته 14.1% يرين عكس ذلك، بينما 64.4% من الممرضات أجبن بأحيانا على محتوى العبارة، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا بـ 2.07 وهو ما يدل على وجود مستوى متوسط من تحمل الأزمات التي تحدث في بيئة العمل. أما بالنسبة للبند الرابع والثلاثين سجلن إجابات 77 فرد من أفراد العينة بدائما ما يعادل نسبة 85.6% على أنهم كل تحد يجعلهن أكثر خبرة، بينما 11 فرد أجابوا بأحيانا على محتوى العبارة وهو ما يعادل 12.2% من استجابات أفراد العينة، بينما ما نسبته 2.2% أجبن بأبدا، في حين قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.83، وهو ما يدل على مستوى مرتفع. بينما فيما يتعلق بالبند الخامس والثلاثين فقد اتفقت 74 من الممرضات على مواصلة حياتهن وعملهن رغم كل التحديات التي تواجههن، في حين 16 منهن ما يعادل نسبة 17.8% راين أنهم يفعلن ذلك أحيانا، وقد بلغت قيمة المتوسط الحسابي لهذا البند تقدر بـ 2.82 وهو ما يدل على مستوى مرتفع مواصلة الممرضات لحياتهن وعملهن رغم كل التحديات.

أما البند السادس والثلاثين فقد اتفق ما نسبته 90% أي ما يعادل 81 فرد من أفراد العينة على الإجابة بدائما على محتوى البند، في حين 10% أجابوا بأحيانا، بينما قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.90 وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع بإيمان الممرضات أن الصبر والمثابرة هما مفتاح النجاح. بينما نلاحظ فيما

يتعلق بالبند السابع والثلاثين أن استجابات مفردات عينة الدراسة قدرت بنسبة 61.1% كانت بدائماً، في حين 32 فرد من أفراد العينة أُحببنا وأحياناً وهو ما يعادل نسبة 35.6%، بينما ما نسبته 3.3% من الأفراد أجابوا بأبداً على محتوى البند وقد قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.58، وهو ما يدل على مستوى مرتفع لإكتسابهن قوة داخلية تساعدن على تجاوز الصعوبات. أما فيما يتعلق بمحتوى البند الثامن والثلاثين فقد اتفقت 36 ممرضة ما نسبته 40% على عدم خوفهن من تجربة أشياء جديدة دائماً، في حين 55.6% من الممرضات يرين أن ذلك يكون أحياناً، بينما قدرت قيمة المتوسط الحسابي 2.36 وهذا ما يعبر عن مستوى مرتفع من رغبة الممرضات في تجربة أشياء جديدة.

بينما نسجل في استجابات أفراد عينة الدراسة على محتوى البند التاسع والثلاثون ما نسبته 81.1% وهو ما يقابل 73 فرد أجابوا بدائماً، و 14 فرد أجابوا بأحياناً، و 3 أفراد أجابوا بأبداً، وهو ما يدل على وجود مستوى مرتفع من اعتبار الممرضات أن التجارب التي يعيشونها فرصة لتطوير أنفسهن وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي التي بلغت 2.78. أما فيما يتعلق بالبند الأربعين فقد اتفقت مفردات عينة الدراسة على الإجابة بالبديل دائماً وذلك بنسبة 50% ما يعادل 45 فرد، و 41 فرد أجابوا بأحياناً، في حين 4.4% أجابوا بأبداً على محتوى البند وهو ما يدل على مستوى مرتفع من قدرة الممرضات على بدل مجهودات إضافية لحل المشكلات التي تواجههن. أما البند الواحد والأربعين فقد اتفقت مفردات العينة والبالغ عددهم 18 مفردة ما نسبته 20% على الإجابة بدائماً على محتوى البند، بينما 37.8% أجابوا بأحياناً، في حين 42.2% من الأفراد أجابوا بأبداً، بينما قدرا قيمة المتوسط الحسابي بـ 1.78، وهو ما يدل على مستوى متوسط من استمتاع الممرضات بمواجهة الأحداث الضاغطة في حياتهن. وفيما يخص البند الثاني والأربعين فقد أقر 72.2% بأنهن يواصلن حياتهن وعملهن رغم الأحداث التي تقع حولهن، في حين ما نسبته 25.6% يرون أن ذلك يكون أحياناً، وقد قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.70 وهو ما يدل على مستوى مرتفع من مواصلة حياتهن رغم الأحداث الواقعة. أما فيما يتعلق بالبند الثالث والأربعين والأخير فقد اتفقت أغلبية مفردات عينة الدراسة على الإجابة بالبديل دائماً وذلك بنسبة 23.3% ما يعادل 21 فرد، بينما الأفراد المتبقين 68.6% أجابوا بأحياناً، و 7 أفراد أي ما يعادل 7.8% أجابوا بأبداً على محتوى البند، وهو ما يدل على مستوى مرتفع لقدرة الممرضات على التعامل مع الضغوط وهذا ما أكدته قيمة المتوسط الحسابي التي بلغت 2.16.

وعليه من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (16) يمكن تلخيص استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد التحكم كما يلي:

- ✓ ترى الممرضات أن المواقف الصعبة والضغط اليومية تعد فرصا للتعلم والنمو الشخصي.
  - ✓ يظهرن قدرة على التوازن بين الحياة المهنية والشخصية رغم صعوبة ظروف العمل.
  - ✓ يمتلكن قوة داخلية تعينهن على تجاوز الأزمات والمواقف الضاغطة.
  - ✓ يعتبرن التجارب التي يعشنها فرصة لتطوير الذات، ويبدلن جهدا إضافيا لحل المشكلات.
  - ✓ يتعاملن مع الأحداث الضاغطة بطريقة إيجابية، ويظهرن قدرة على الاستمرار رغم الظروف.
- ومن خلال ما تم عرضه نجد بأن المتوسط الحسابي الإجمالي لبعء التحدي قدر بـ 2.48 وهو ما يدل على مستوى مرتفع لبعء التحدي عند الممرضات بالمؤسسة العمومية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.

## 2. عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء فرضيات الدراسة:

### 1.2. عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الفرضية العامة:

نصت الفرضية على أن: مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة متوسط.

وللتأكد من صدق هذه الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي لمتغير الصلابة النفسية.

وقد كانت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (17): يوضح نتائج المتوسط الحسابي لقياس مستوى الصلابة النفسية

المتغير	المتوسط الحسابي	المستوى
الإلتزام	2.71	مرتفع
التحكم	2.47	مرتفع
التحدي	2.48	مرتفع
الصلابة النفسية	2.55	مرتفع

من 1 إلى 1.66 فالمستوى منخفض

من 1.67 إلى 2.33 فالمستوى متوسط.

من 2.34 إلى 3 فالمستوى مرتفع.

المصدر: من إعداد الباحثة اعتماداً على إجابات أفراد العينة ومخرجات spss

يتضح لنا من خلال استقراء بيانات الجدول الموجود في الأعلى والذي يبين نتائج الفرضية العامة أن مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع، وذلك بعدما تم حساب المتوسط الحسابي، حيث قمنا بوضع للحكم على مستوى الصلابة النفسية وذلك بحساب المدى والحصول على ثلاث مستويات واعتبار أن المتوسط الحسابي الذي تبلغ قيمته ما بين (1-1.66) يعبر عن مستوى ضعيف، والمتوسط الحسابي الذي تتراوح قيمته بين (1.67-2.33) يعبر عن مستوى متوسط، بينما يعبر المتوسط الحسابي الذي انحصرت قيمته بين (2.34-3) عن مستوى مرتفع.

وعليه ومن خلال الأخذ بمعيار الحكم تبين لنا بأن مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار / أحميدة لولاية سكيكدة مرتفع، حيث قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 2.55، وهذا ما يعني بأن الممرضات بالمؤسسة العمومية الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار / أحميدة لولاية سكيكدة يتمتعن بمستوى مرتفع من الشعور بالمسؤولية والالتزام بعملهن ومهامهن مع الاستمتاع به وإدراك أهميته لهن وللآخرين.

وقد يرجع ذلك إلى طبيعة مهنة التمريض في حد ذاتها والتي تعد أحد العوامل الرئيسية التي تساهم في تشكيل الصلابة النفسية لدى من يمارسها، نظراً لما تفرضه من تحديات يومية وضغوط نفسية عالية. فالتعامل المستمر مع الحالات الحرجة، الألم والمعاناة، والتواجد الدائم في بيئة غير مستقرة تتطلب من الممرضة قدرة كبيرة على التماسك الداخلي. هذه الظروف تدفعها إلى تبني أسلوب تفكير أكثر واقعية ومرونة، ما يساعدها على التعامل مع المواقف الصعبة دون انهيار أو استسلام. كما أن تحملها للمسؤولية تجاه المرضى وحرصها على أداء واجبها بكفاءة يعكس التزاما داخليا راسخا، نابعا من شعورها بقيمة الدور الذي تؤديه، وهو ما يعد عنصرا أساسيا من عناصر الصلابة النفسية.

من جهة أخرى، فإن تعرضها المتكرر لمواقف مفاجئة وضاغطة يجعلها في حالة استعداد دائم للتكيف، ما يطور بداخلها قدرة واضحة على السيطرة على مشاعرها، وتنظيم استجاباتها الانفعالية بطريقة متزنة، حتى

في أكثر المواقف توترا، وهو ما يعبر عن بعد التحكم. كما أن مرورها بتجارب صعبة يخلق لديها نوعا من التحدي الإيجابي، فتسعى إلى تجاوز العقبات وتحقيق النجاح المهني رغم الضغوط، دون أن تفقد توازنها أو إحساسها بذاتها. وهذه المهارات ليست وليدة الصدفة، بل تكتسب وتتطور تدريجيا بفعل التكوين المهني، والاحتكاك المستمر بالواقع، والدعم الاجتماعي الذي تتلقاه من الفريق التمريضي. كل هذه العوامل مجتمعة تسهم في ترسيخ الصلابة النفسية كمورد نفسي فعال، يميز العاملات في هذا المجال، ويمكنهن من الحفاظ على قدر كبير من الاتزان النفسي والقدرة على المواصلة رغم المصاعب.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة حراث علي وجخراب محمد عرفات (2018)، ودراسة شويطر خيرة والزقاي نادية يوب مصطفى (2015)، ودراسة عمور عمر وجلاب مصباح وقاسمي للاهم (2020)، ودراسة عبد النور معمري (2022)، ودراسة نفيديسة فاطمة وهروال منير (2022)، ودراسة مصيطني خديجة وداودي محمد (2022)، ودراسة بن خياط صليحة وزرزور أحمد (2023)، ودراسة بسباس فاطمة الزهراء و بوروبة أمال (2024)، ودراسة سعودي إبراهيم ونفيديسة فاطمة (2024)، ودراسة maache Selma و Nouar Charrazed (2024) حيث أظهرت النتائج التي تم التوصل إليها أن مستوى الصلابة النفسية مرتفع.

واختلفت مع دراسة إسماعيل هبة حسين والرشيدي نشمية عمهوج حمدان (2020)، ودراسة خيرة قويدر (2023) حيث أظهرت النتائج التي تم التوصل إليها أن مستوى الصلابة النفسية منخفض ومتوسط. وبالتالي لم تتحقق الفرضية.

## 2.2 عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الفرضية الفرعية الأولى:

نصت الفرضية على أنه: يأتي بعد التحكم في المرتبة الأولى يليه بعد الإلتزام ثم بعد التحدي لدى الممرضات بالمؤسسة الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة. وللتأكد من صدق الفرضية قمنا بحساب المتوسط الحسابي لأبعاد الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة. وعليه كانت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (18) يوضح ترتيب المتوسطات الحسابية لأبعاد الصلابة النفسية:

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الرتبة
الالتزام	2.71	المرتبة الأولى
التحكم	2.47	المرتبة الثالثة
التحدي	2.48	المرتبة الثانية

المصدر: من إعداد الباحثة بناء على نتائج مخرجات التحليل الإحصائي لبرنامج spss

وعموماً ومن خلال تحليل مختلف النتائج المتعلقة باستجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود الصلابة النفسية (الإلتزام، التحكم، التحدي) يتضح تسجيل مستويات مرتفعة في جميع الأبعاد تراوحت ما بين (2.47 إلى 2.71)، وقد تصدر بعد الإلتزام في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ 2.71، يليه بعد التحدي في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي قدره 2.48، في حين جاء بعد التحكم في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي 2.47، وعلى الرغم من هذا التباين الطفيف فقد سجلت الأبعاد الثلاثة مستوى مرتفعاً.

ويمكن أن يدل هذا على أن هناك تماسكاً نفسياً متيناً لدى الممرضات، يمكن أن يعزى إلى طبيعة المهنة التي تتطلب منهن الاستمرار في أداء مهام معقدة ومجهدة تتطلب قدرة عالية على التحمل والمرونة. فالإلتزام هنا ليس مجرد واجب وظيفي فقط، بل هو ارتباط عميق ينطلق من شعور داخلي بقيمة الدور الذي تؤديه تجاه المرضى والمجتمع، مما يدفعهن إلى المثابرة والانضباط في العمل، حتى في أصعب الظروف. كما أن النظام المهني في التمريض الذي يقوم على الانضباط والتنظيم الدقيق، يعزز هذا الإلتزام ويجعله جزءاً من هوية الممرضة المهنية، مما ينعكس إيجابياً على قدرتها على مواجهة الضغوط النفسية اليومية بثبات واستمرارية. أما بعد التحدي، فقد جاء في المرتبة الثانية بفارق طفيف عن التحكم، ويشير هذا إلى استعداد الممرضات لخوض المواقف الجديدة، والتعامل مع التغيرات المفاجئة في بيئة العمل، بروح من النقبيل لا الرفض، وبنظرة ترى في هذه التحديات فرصاً للنمو المهني والتعلم. فالممرضة التي تواجه يومياً حالات مختلفة، ومعاناة متجددة، تطور مع الوقت قدرة ذهنية مرنة، ونمط تفكير إيجابي يساعدها على تحويل الضغوط إلى خبرات، ما يعزز لديها روح المبادرة ويقوي ثقتها في ذاتها. أما بعد التحكم، الذي جاء متقارباً جداً مع التحدي فيعكس قدرة الممرضة على تنظيم انفعالاتها، وضبط استجاباتها السلوكية حتى في الأوضاع الصعبة. فالتحكم لا يعني غياب المشاعر، بل إدارة فعالة لها، خصوصاً أمام المرضى الذين يحتاجون إلى دعم نفسي وطمأنينة. كما أن الممرضة تتعرض يومياً لمواقف طارئة تتطلب ثباتاً نفسياً واتخاذ قرارات فورية،

ما يكسبها تدريجياً قدرة على التوازن الانفعالي. غير أن هذا البعد قد يتأثر أحياناً ببعض الضغوط الإدارية أو متطلبات الحياة الشخصية، ما يفسر عدم تفوقه على بقية الأبعاد رغم بقاء مستواه مرتفعاً. فإن تقارب هذه الأبعاد الثلاثة وتسجيلها لمعدلات مرتفعة يعكس بنية نفسية صلبة ومتوازنة لدى الممرضات، تسمح لهن بمواجهة طبيعة العمل الشاقة، والاستمرار فيه بكفاءة وفعالية.

وبالتالي لم تتحقق الفرضية.

### 3.2 عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الفرضية الفرعية الثانية:

نصت الفرضية على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير الأقدمية في العمل.

وللتأكد من صدق الفرضية تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) والنتائج التي تم التوصل إليها موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (19) يوضح نتائج إختبار anova لحساب الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الأقدمية في العمل:

الاستبيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجة الحرية	قيمة F	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	بين المجموعات	231.164	57.791	4	1.392	0.24	غير دال إحصائياً
	داخل المجموعات	3528.125	41.507	85			

المصدر: من إعداد الباحثة اعتماداً على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (19) والمتعلق بمتغير الأقدمية في العمل نلاحظ أن قيمة F لتحليل التباين قدرت بـ 1.392 وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.24 وهي أكبر من 0.05 وبالتالي يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى للأقدمية في العمل أي أن مستوى الصلابة النفسية لا يتأثر بعدد سنوات الأقدمية في العمل.

وعليه تشير النتيجة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين الممرضات باختلاف سنوات الأقدمية، أي أن عدد سنوات الأقدمية في العمل لا يمثل عاملاً حاسماً في مستوى الصلابة النفسية الذي تتمتع به الممرضات. فالصلابة النفسية لا تبنى فقط عبر تراكم الخبرات، بل تكون في كثير من الأحيان ناتجة عن خصائص شخصية واستعدادات نفسية تتكون منذ المراحل الأولى من التكوين المهني. وهذا يعكس أن مواجهة الضغوط الحادة والمواقف المعقدة ليست مقتصرة على ذوات الخبرة الطويلة، بل هي جزء من يوميات كل ممرضة، مهما كانت أقدميتها.

من جهة أخرى، فإن طبيعة مهنة التمريض لا تسمح بالتدرج البطيء في بناء آليات الصمود، بل تدفع الفرد منذ بداية ممارسته للعمل إلى التكيف الفوري مع بيئة مشحونة بالتوتر، مليئة بالمواقف الطارئة، والانفعالات الحادة. ففي مرحلة الدراسة والتربص، تجد الممرضة نفسها في احتكاك مباشر مع واقع صعب، ما يسرع من نضجها المهني والنفسي. وبهذا المعنى تتقارب مستويات الصلابة النفسية بين الممرضات مهما اختلفت سنوات خدمتهن، لأن الضغوط واحدة تقريباً، والاستجابة لها تتشكل مبكراً وتبقى ثابتة نسبياً في ظل بيئة عمل لا تعرف التراخي أو التأجيل في اتخاذ القرار أو ضبط الذات.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة **Nouar Charrazed و Maache Selma (2024)** التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير سنوات الأقدمية.

واختلفت مع نتيجة دراسة **إسماعيل هبة والرشيدي نشمية عمهوج حمدان (2020)** التي تؤكد على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الأقدمية.

وبالتالي الفرضية تحققت.

## 4.2 عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الفرضية الفرعية

الثالثة:

نصت الفرضية أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير السن. وللتأكد من صدق الفرضية تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) والنتائج التي تم التوصل إليها موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (20): يوضح نتائج اختبار Anova لحساب الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير السن:

الاستبيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجة الحرية	قيمة F	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	بين المجموعات	384.423	76.885	5	1.914	0.10	غير دال إحصائياً
	داخل المجموعات	3374.866	40.177	84			

المصدر: من إعداد الباحثة اعتماداً على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (20) والمتعلق بمتغير السن ألاحظ أن قيمة F لتحليل التباين قدرت بـ 1.914 وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.10 وهي أكبر من 0.05 وبالتالي يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن أي أن مستوى الصلابة النفسية لا يتأثر بالسن.

وعليه تشير النتيجة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين الممرضات باختلاف أعمارهن، وهو ما يدل على أن هذا المتغير لا يؤثر بشكل واضح في مستوى الصلابة النفسية لديهن. ويعزى ذلك إلى أن مختلف الممرضات بغض النظر عن أعمارهن يخضعن لنفس متطلبات المهنة ويواجهن بيئة عمل متشابهة من حيث الضغوط، المسؤوليات، والتحديات اليومية. مما يدفعهن إلى تطوير آليات دفاع وتكيف نفسي مقارنة تؤدي إلى مستويات متجانسة من الصلابة النفسية. كما أن مهنة التمريض تتطلب منذ مراحل التكوين الأولى مستوى معيناً من الجاهزية النفسية والانفعالية، ما يقلل من تأثير الفروقات العمرية، خاصة إذا كانت ظروف العمل موحدة كما هو الحال في المستشفى محل الدراسة.

فالنضج النفسي والقدرة على تحمل الضغوط لا يتطوران فقط مع التقدم في السن، بل يرتبطان أيضا بالبيئة المهنية، والتكوين العملي، وطبيعة المهام التي تؤدي يوميا. فالممرضات، سواء كن صغيرات السن أو أكبر سنا، يواجهن ضغوطا متشابهة من حيث التعامل مع الحالات المرضية، اتخاذ قرارات سريعة، التعرض لمواقف صعبة، وهو ما يدفعهن جميعا لتبني سلوكيات تعزز من صلابتهن النفسية. كما أن الدعم الاجتماعي داخل الفريق الطبي، والتشجيع المتبادل بين الزميلات، يوفر بيئة محفزة على الثبات الانفعالي والقدرة على المواجهة، بغض النظر عن الفروق العمرية. ومن هنا يمكن القول إن السن، رغم أهميته كعامل تطوري لا يعد محددًا رئيسيًا في تشكيل الصلابة النفسية في هذه الحالة، بل قد تكون خصائص المهنة وظروفها الموحدة هي التي تلعب الدور الأبرز.

وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة عبد النور معمرى (2022)، ودراسة مصيطفى خديجة وداودي محمد (2022)، ودراسة بن خياط صليحة وزرزور أحمد (2023) التي تؤكد على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن.

وبالتالي الفرضية تحققت.

## 5.2 عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الفرضية الفرعية الرابعة:

نصت الفرضية أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

وللتأكد من صدق الفرضية تم تطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) والنتائج التي تم التوصل إليها موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (21) يوضح نتائج اختبار Anova لحساب الفروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية:

الاستبيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجة الحرية	قيمة F	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	بين المجموعات	210.176	70.059	3	1.698	0.17	غير دال إحصائياً
	داخل المجموعات	3549.113	41.269	86			

المصدر: من إعداد الباحثة اعتماداً على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (21) والمتعلق بمتغير الحالة الاجتماعية ألاحظ أن قيمة F لتحليل التباين قدرت بـ 1.689 وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.17 وهي أكبر من 0.05 وبالتالي يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية أي أن مستوى الصلابة النفسية لا يتأثر بالحالة الاجتماعية لدى الممرضة. وعليه تشير النتيجة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف الحالة الاجتماعية للممرضات. وقد يرجع ذلك إلى أن الانخراط في مهنة التمريض يخضع لضغوط موحدة، وأن الظروف المهنية تفرض على جميع الممرضات، بغض النظر عن كونهن متزوجات أو عازبات أو مطلقات أو أرامل. فطبيعة العمل التمريضي بما تحمله من تفاعل دائم مع المرضى، ومسؤوليات دقيقة، ومواقف إنسانية ضاغطة، تخلق بيئة متشابهة تدفع جميع الممرضات إلى تبني اليات صمود وتكيف نفسي تتجاوز الفوارق الشخصية والاجتماعية.

فالعمل في مهنة التمريض يفرض على جميع الممرضات، بغض النظر عن وضعهن الاجتماعي، التكيف مع نفس الظروف المهنية والضغوط النفسية. فطبيعة العمل داخل المستشفى وما يتطلبه من تواجد مستمر، تحمل للمسؤولية، والتعامل مع مواقف إنسانية صعبة، تخلق نوعاً من التوازن في ردود الأفعال النفسية، وتجعل الصلابة النفسية سمة ضرورية تكتسب وتعمل في الممارسات اليومية، لا ترتبط بكون الممرضة متزوجة أو لا، بل بقدرتها على التكيف مع واقع المهنة. كما أن التكوين المهني والدعم المتبادل بين الزميلات داخل الفريق الصحي يعززان من قدرة الممرضة على الصمود النفسي بغض النظر عن خلفيتها الاجتماعية، مما يجعل الفروق بينهن غير بارزة إحصائياً.

وبالتالي الفرضية تحققت.

## 6.2 عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الفرضية الفرعية الخامسة:

نصت الفرضية أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة الإستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير البيئة الإجتماعية.

وللتأكد من صدق الفرضية تم تطبيق t-test لحساب دلالة الفروق بين عينتين مستقلتين والنتائج التي تم التوصل إليها موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (22) نتائج اختبار T-Test لعينتين مستقلتين في الصلابة النفسية تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية:

الفئة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مدينة	74	109.8378	6.31160	-0.786	88	0.434
ريف	16	111.2500	7.41620			

المصدر: من إعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات spss

من خلال البيانات المعروضة في الجدول رقم (22) والمتعلق بمتغير البيئة الاجتماعية ألاحظ أن قيمة t قدرت بـ -0.786 بدرجة حرية 88 عند مستوى الدلالة الإحصائية 0.434 وهي أكبر من 0.05 وبالتالي يمكننا القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير البيئة الاجتماعية.

وعليه تشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين الممرضات تبعا لاختلاف بيئتهن الاجتماعية الأصلية، سواء كن من بيئات ريفية أو حضرية. ويفهم من هذا أن

التباينات الجغرافية لا تؤثر تأثيراً ملموساً على مستوى الصلابة النفسية بمجرد دخول الممرضة إلى الوسط المهني ذلك لأن طبيعة مهنة التمريض بما تحمله من مسؤوليات دقيقة ومواقف حرجة تخضع كلعاملات إلى نفس الضغوط ونفس المتطلبات النفسية والمهنية، مما يؤدي إلى تشابه في آليات التكيف والتعامل مع الأزمات. كما أن العامل المؤثر الأكبر في بناء الصلابة النفسية هنا لا يعود إلى بيئة النشأة، بل إلى طبيعة التكوين، ومحتوى التجارب المهنية المشتركة التي تعيشها الممرضات داخل المؤسسة الاستشفائية.

ويبدو أن ما يجعل الفروق غير ظاهرة بين الممرضات حسب بيئتهن الاجتماعية الأصلية، هو أن الانخراط الفعلي في المهنة يفرض نوعاً من التوحد النفسي والسلوكي ناتج عن طبيعة الضغوط التي تفرضها البيئة الاستشفائية. فالتعامل اليومي مع المرضى في ظروف طارئة، واتخاذ قرارات دقيقة تحت الضغط، والتفاعل مع حالات إنسانية صعبة، يجعل من الضروري لكل ممرضة مهما كان انتماؤها الجغرافي أن تطور مواردها النفسية بطريقة تتماشى مع متطلبات العمل لا مع خلفية النشأة. وعليه، فإن التحديات الموحدة تذيب تدريجياً تأثيرات البيئة الريفية أو الحضرية، ليحل محلها نوع من الهوية المهنية النفسية التي تتكون عبر التجربة، وتعيد تشكيل طرق الاستجابة والتكيف. كما أن الفضاء التكويني الموحد الذي تمر به جميع الممرضات من التكوين الأكاديمي النظري إلى التربصات التطبيقية في المصالح الاستشفائية، يلعب دوراً مركزياً في بناء أسس متشابهة للصلابة النفسية. إذ لا تقتصر هذه المرحلة على نقل المعارف والمهارات فحسب، بل تساهم أيضاً في تطوير بنية نفسية مهياً مسبقاً للتعامل مع الضغط والصراع الانفعالي، وهو ما يعزز من تقارب مستويات الصلابة بين الممرضات، بغض النظر عن البيئة الاجتماعية التي أتت منها. من هذا المنطلق تصبح الخصائص المهنية والسياق العملي أكثر تأثيراً من الخصائص الاجتماعية السابقة، ما يفسر غياب الفروق الإحصائية في هذا المتغير من الدراسة.

وبالتالي الفرضية تحققت.

### 3. نتائج الدراسة:

يمكن تلخيص نتائج الدراسة فيما يلي:

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة مرتفع.

- ✓ يأتي بعد الالتزام في المرتبة الأولى يليها بعد التحدي ثم بعد التحكم في المرتبة الأخيرة لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير سنوات الأقدمية في العمل.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير السن.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.
- ✓ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة تعزى لمتغير البيئة الاجتماعية.

خاتمة

### خاتمة:

أن تكون ممرضة في مؤسسة استشفائية يعني أن تكون في مواجهة يومية مع الألم، والقلق، والضغط، لكن أيضاً مع الأمل، والشفاء، والحياة. ومن هنا جاءت هذه الدراسة محاولة لفهم ما الذي يجعل الممرضة تستمر، تصمد، وتعطي، رغم كل الظروف الصعبة المحيطة بها. كانت الصلابة النفسية هي مفتاحنا لفهم هذه القوة الهادئة التي تتحرك خلف المهنة.

خلال هذه الدراسة، سعينا للوقوف على واقع الممرضات بالمؤسسة العمومية الاستشفائية للشهداء ساعد قرمش /السعودي/ عمار/ أحميدة لولاية سكيكدة، والتعرف على مدى تمتعهن بالصلابة النفسية، وكيف يواجهن ضغوط المهنة بثبات ومرونة. وقد بينت النتائج أنهن يملكن فعلاً مستوى مرتفعاً من الصلابة وهو أمر يعكس بشكل كبير طبيعة المهنة التي تشكل في ذاتها مدرسة للحياة، تعلمهن الصبر، والالتزام، والتحكم، والتحدي، وكل القيم التي تصنع نفساً قوية رغم التعب. كما أظهرت الدراسة مستوى الصلابة النفسية لا يميز بين ممرضة ذات أقدمية، متزوجة أو عزباء، من الريف أو المدينة، بل هي تجربة إنسانية مشتركة تنضج مع كل موقف وكل لحظة ألم أو رجاء يعشنها إلى جانب المرضى.

وفي النهاية تؤكد هذه الدراسة أن الاستثمار في الممرضات لا يجب أن يكون فقط في التدريب المهني، بل أيضاً في دعمهن النفسي والإنساني، فهن العمود الفقري للصحة، وأي رعاية حقيقية تبدأ من صلابة من يقدمها.

## الاقتراحات والتوصيات:

بناء على ما تم التوصل إليه في هذه الدراسة، يمكن اقتراح التوصيات التالية:

- ✓ تهيئة بيئة عمل صحية من خلال تقليل مصدر التوتر والضغط النفسي، وتوفير أجواء داعمة تعزز الشعور بالاستقرار والرضا المهني لدى الممرضات.
- ✓ تنمية ورشات تدريبية وتكوينية تهدف إلى تطوير مهارات التكيف، إدارة الضغوط، وتنمية جوانب الصلابة النفسية (كالتحكم، الالتزام، والتحدي).
- ✓ تعزيز خدمات الدعم النفسي والإرشاد داخل المؤسسات الصحية، من خلال تخصيص جلسات دورية للممرضات لتفريغ الانفعالات ومواجهة الصعوبات النفسية بشكل صحي.
- ✓ إدماج الصلابة النفسية كمكون أساسي في برامج التكوين الأكاديمي والمهني للممرضين من أجل تنمية المرونة النفسية لديهم منذ المراحل الأولى من التدريب.
- ✓ الاعتماد على مناهج بحثية كيفية إلى جانب الكمية لتسليط الضوء على التجارب الذاتية للممرضات
- ✓ في مواجهة ضغوط المهنة، مما يثري الفهم النظري والعملية للصلابة النفسية.



- إسماعيل، عمار فتحي موسى وطه، منى حسنين السيد.(2023). الصلابة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وجودة الحياة النفسية (دراسو تطبيقية). المجلة العلمية للبحوث التجارية. 2(2).
- إسماعيل، هبة حسين والرشيدي، نشميه عمهوج حمدان.(2020). علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة. المجلة المصرية للدراسات النفسية 30.(108).
- بخيث، محمد السيد.(2017). القدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات في ضوء الصلابة النفسية لدى موظفي الجامعة من ذوي المناصب الإدارية من الجنسين. مجلة كلية التربية بالزقازيق دراسات تربوية ونفسية. 1(97).
- بن العربي، فاطمة وعمومن، رمضان.(2021). الصلابة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة "دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية" جامعة عمار تليجي -الأغواط. مجلة العلوم الإسلامية و الحضارة. 6 (2).
- بوحوش، عمار والذنيبات، محمد محمود.(2007).مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث.ط4 الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- التميمي، شيماء.(ب.س).الشخصية وقوة الأنا. رسالة ماجستير.كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. الدراسات العليا. الجامعة المستنصرية.
- حراث، علي وججراب، محمد عرفات.(2018). الصلابة النفسية لدى طلبة البكالوريا -دراسة ميدانية بمدينة الأغواط. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الاجتماعية.(34).
- حسين، هيام بشير.(2017).الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات. المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال.3(3).
- حميد، منير علي محمد.(2021).الصلابة النفسية لدى عينة من المعنفات في مدينة إِب. مجلة الباحث الجامعي للعلوم الإنسانية.1(41).
- خرموش، سميرة.(ب س). الصلابة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية في ظل الشعور بقلق المستقبل لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية جامعة محمد بوضياف بالمسيلة. مجلة الناصرية للدراسات الاجتماعية والتاريخية.

- دلول، الإء طه سالم.(2021). الكفاءة السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية. كلية التربية. قسم الصحة النفسية والارشاد النفسي. الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة. عضو الجمعية الدولية للمعرفة ILA.
- راضي، زينب نوفل احمد .(2008).الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير في الصحة النفسية. كلية التربية. قسم علم النفس. عمادة الدراسات العليا. الجامعة الإسلامية غزة.
- رضوان، فووية حسن عبد الحميد وحسين، محمد عبد المؤمن وإبراهيم، حنان السيد.(2018).الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة الثانوية الصناعية. مجلة دراسات تربوية ونفسية.33(99).
- زروقة، لطفي .(2022). مستويات الصلابة النفسية وانعكاسها على مواجهة مصادر الضغوط النفسية لدى حكام النخبة الوطنية في كرة القدم دراسة ميدانية على حكام النخبة الوطنية في كرة القدم. أطروحة دكتوراه. تخصص التحضير النفسي الرياضي. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. جامعة الجليلي بونعامة خميس مليانة.
- زياني، أمال.(2020).الصلابة النفسية وعلاقتها باساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من التلاميذ الثالثة ثانوي(العاديين و المتفوقين). مذكرة ماستر في تخصص علم النفس المدرسي. كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية. جامعة محمد البشير الابراهيمي. برج بوعرييج.
- زيدان، أحمد سعيد.(2017). الصلابة النفسية ومستوى الطموح كمنبئات بالأنشطة الإبداعية لدى طلاب المدارس الثانوية : (دراسة سيكومترية-كlinيكية). مجلة كلية التربية. جامعة بورسعيد.(22).
- الشربيني،عاطف مسعد الحسيني وعبد الواحد ، إبراهيم سيد احمد .( 2011). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتلكؤ الاكاديمي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية. 8(عدد خاص).
- الشريفة، امل بنت صالح .2021.الصلابة النفسية وعلاقتها باتجاه الطالبات (مرتفع-منخفض)استخدام الانترنث في كلية التربية بجامعة القصيم. المجلة العربية للنشر العلمي.4(36).
- شكير، زينب محمود.(2020). الصلابة النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى المرأة المصرية القيادية التربوية المعيلة وغير المعيلة (دراسة سيكومترية- إكلينيكية). دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP). (121).

- الشمراي، ابرار سعيد. (2023). الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من المصابات بالذئبة الحمراء في المملكة السعودية. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية IJEPS 74 (2).
- الشمري، بدر بن عودة بن نهير. (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل. رسالة ماجستير في تخصص ارشاد نفسي. قسم علم النفس. جامعة ام القرى. المملكة العربية السعودية.
- شويطر، خيرة والزقاي، نادية يوب مصطفى. (2015). الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران دراسة سيكومترية وصفية. دراسات نفسية تربوية. مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. (15).
- الشيخ، ليلي فؤاد يوسف إبراهيم. (2020). الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة العربية الأمريكية. الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة. عضو الجمعية الدولية للمعرفة .ILA
- الصيد، عبد العاطي أحمد والقطراوي، رياض علي عبد الوهاب. (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بإدراك أساليب الحرب النفسية بين الماهية والقياس لدى سكان المناطق الحدودية في قطاع غزة. الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية. قسم العلوم الاجتماعية. (13).
- الصيرفي، محمد عبد الفتاح. (2002). البحث العلمي الدليل التطبيقي للباحثين ط1. عمان: دار وائل للنشر.
- الطبيبي، عبد الكريم وزنبو، حمزة. (2021). الصلابة النفسية وعلاقتها بإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى جدع مشترك علوم إجتماعية دراسة ميدانية بجامعة أحمد دراية بأدرار. مذكرة ماستر في تخصص علم النفس المدرسي. جامعة أحمد دراية. ولاية أدرار.
- العازمي، موزي زياد عبد الرحمن. (2024). الرفاه الروحي وعلاقته بالضغوط النفسية المدركة ودرجة الصلابة النفسية لدى عينة من معلمات المدارس الحكومية في دولة الكويت. رسالة ماجستير في الارشاد النفسي والتربوي. كلية الدراسات العليا. الجامعة الأردنية.
- العبدلي، خالد بن محمد بن عبد الله. (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها باساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعادين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير في تخصص علم النفي ارشاد نفسي. كلية التربية. جامعة ام القرى.

- عدواني، حنان وبوضياف، نادية. (2022). استراتيجيات بناء الصلابة النفسية لدوي الاحتياجات الخاصة. مجلة الواحات للبحوث والدراسات. 15 (2).
- عردات، هلا خليل أحمد. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعلين. رسالة ماجستير في تخصص علم نفس تربوي "تمو وتعلم". كلية العلوم التربوية والنفسية. جامعة عمان العربية.
- عشعش، نورا محمود حسنين. (2017). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية. جامعة بورسعيد. (23).
- عطوي، سعيد محمد محمد. (2023). الصلابة النفسية عند الأطفال. المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة. جامعة المنصورة. 8(4).
- العنزي، مرزوق العبد الهادي. (2018). الصلابة النفسية لدى المرأة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة علوم الإنسان و المجتمع . 7(29).
- عواد، نجاح مصطفى سعيد. (2015). مستوى الصلابة النفسية لدى عاملات مصانع الأغذية في محافظة رام الله والبيرة. رسالة ماجستير في تخصص الإرشاد التربوي والنفسية. قسم التربية. عمادة الدراسات العليا. جامعة القدس.
- العيافي، أحمد بن عبد الله محمد. (2012). الصلابة النفسية وأحداث الحياة الطاغية لدى عينة من الطلاب الايتام والعاثيين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة ليث. رسالة ماجستير في تخصص علم النفس إرشاد نفسي. كلية التربية. جامعة ام القرى. المملكة العربية السعودية.
- عيسات، مريم وايت، مجبرو اكلي بديعة. (2020). استراتيجيات مواجهة الضغوط وعلاقتها بالصلابة النفسية -دراسة ميدانية على عينة من أعوان الحماية المدنية بالبويرة-. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. 5(1).
- غجاتي، شيماء وصالحي، يسرى وبورنان، منال. (2023). الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. دراسة ميدانية بولاية ورقلة. مذكرة ماستر في تخصص علم النفس العيادي. قسم علم النفس. جامعة 8 ماي 1945. قالمة.
- القرني، صالح علي أحمد ومزكى، جمال الدين محمد. (2020). الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الجموم. مجلة جامعة المدينة العالمية (مجمع). (33).

- القطراوي حسن عبد الرؤوف .(2013).المساندة الاجتماعية – الإهمال و الرضا عن خدمات الرعاية وعلاقتها بالصلابة النفسية للمعاقين حركيا بقطاع غزة. رسالة ماجستير في تخصص علم النفس ارشاد نفسي. كلية التربية. الجامعة الإسلامية. غزة.
- قويدر، خيرة.(2023). مستوى الصلابة النفسية للأم العازبة بالجزائر – مدينة وهران نموذجاً. مجلة هيروودوت للعلوم الإنسانية والاجتماعية. 7 ( 2 ) ( عدد خاص) .
- كيري، هادي ظافر حسن وحكمي، سعدي عبد الله إبراهيم. (2021). الوعي بالذات وعلاقته بالمناعة النفسية لدى معلمي ذوي الإعاقة بإدارة تعليم جازان. مجلة التربية. جامعة الأزهر. كلية التربية بالقاهرة. (190)3.
- الكوتي، راجحة سالم خلف.(2022). القدرة على اتخاذ القرار في ضوء مستوى الصلابة النفسية والطموح الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة أربيل العراقية. رسالة ماجستير في تخصص علم النفس التربوي. تعلم ونمو. كلية الدراسات العليا. الجامعة الأردنية.
- المحمودي، محمد سرحان علي. (2019). مناهج البحث العلمي. ط3. الجمهورية اليمنية صنعاء دار الكتب.
- مرباح أحمد تقي الدين وبلال نجمة. (2018). الفروق في الصلابة النفسية والدافعية للإنجاز لدى عينة من التلاميذ الراسبين في امتحان شهادة البكالوريا في ضوء متغيري الجنس والتخصص الدراسي. دراسات في علوم التربية. 1(4).
- مرسى، صفاء إسماعيل.(2017). الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج والزوجات. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي. 5.(3).
- المشاي، مراجع سالم امحمد علي.(2020).الصلابة النفسية لدى الأطفال.المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة. جامعة المنصورة. (1)7
- المشهداني، سعد سلمان.(2019). منهجية البحث العلمي.ط1. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- مصيطفي، خديجة وداودي، محمد.(2022). الصلابة النفسية لدى عمال قطاع الصحة العمومية بالمؤسسة الاستشفائية بالاغواط في ظل جائحة كوفيد-19. مجلة العلوم الاجتماعية. المجلد 16.(1).

مكي، لطيف غازي وحسن، براء محمد.(ب.س). صلابة شخصية وعلاقتها بتقدير الذات لدى التدريسيين في الجامعة. مجلة البحوث التربوية والنفسية.(31).

ميطر، عائشة وعبد اللاوي عمر.(2023).الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى أستاذات قطاع التربية. مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية.10 (3).

نوار، شهرزاد وزكري، نرجس.(2016).الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى مرضى السكري دراسة ميدانية بمدينة ورقلة. مجلة العلوم النفسية والتربوية. 2. (2)

نويجم، مروة وحفظ الله، رفيقة.(2023). الصلابة النفسية وعلاقتها بالامتثال العلاجي لدى مرضى القصور الكلوي. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. 8 ( 2 ) .

يوسف، حدة.(2013). الصلابة النفسية ودورها الوقائي من الضغوط النفسية. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية.( 28).

Laznicek,Jakub.(2017).Hardiness a silne stranky charackteru u prislusniku  
ACR.master's thesis,Masaryk University

Helga,Alaeddine.(2018).Development of Hardiness Questionnaire: A  
Psychometric Study on High school Students in Lebanon.BAU Journal –Health  
and Wellbeing,1(1),Article 9 , pp. XX–XX.

Maache,salma et Nouar,charrazed.2024.level of psychological resilience of  
nurses in the multi-services clinic in Rouissat.AI–Sirraj Journal in Education  
and Community issues , 8(1).22–30.

Miskolciová, Lydia & Duricová, Lenka.(n.d).Relationship between self–concept  
and resistance in terms of “Hardiness” in university students .Tner .

Steak,Nancy.(2011).Stress Hardiness for Lawyers and Judges a  
fundraiser for Oregon Lawyer Assistance Foundation presented . Oregon  
Lawyer Assistance Foundation.presnted at the world Trade Center , Portland,  
OR

Ziesman,Angela J.(2005).Effect of Hardiness on Mental and Physical Health .Graduate Research Paper. University of Northern Iowa .UNI ScholarWorks.



الملاحق رقم 01:

الإستبيان في صورته الأولى



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 20 أوت 1955\_ سكيكدة\_

كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية

قسم علم النفس

تخصص علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية

استبيان الدراسة:

الصلابة النفسية لدى الممرضات

دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الإستشفائية الشهداء ساعد قرمش (السعودي /عمار/أحميدة)

سكيكدة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته، تحية طيبة:

يشرفني أن أضع بين أيديكم هذا الإستبيان الذي يهدف إلى جمع معلومات حول الدراسة المعنونة بـ "الصلابة النفسية لدى الممرضات دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الإستشفائية الشهداء ساعد قرمش (السعودي /عمار/أحميدة) سكيكدة"، وفي ذلك للحصول على شهادة ماستر في تخصص علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية، ولذلك أرجو من سيادتكم الإجابة على بنود هذا الإستبيان بوضع علامة (X) أمام الاختيار المناسب والذي يعبر عن رأيكم ووجهة نظركم دون ترك فراغ، وتقبلوا مني أسمى عبارات الشكر والتقدير على حسن تعاونكم.

إشراف الأستاذة:

✓ أسية بوراس

إعداد الطالبة:

✓ خلود جفال

السنة الجامعية: 2025/2024

البيانات الشخصية:

سنوات الأقدمية في العمل

السن

الحالة الاجتماعية : عزباء  متزوجة  مطلقة  أرملة

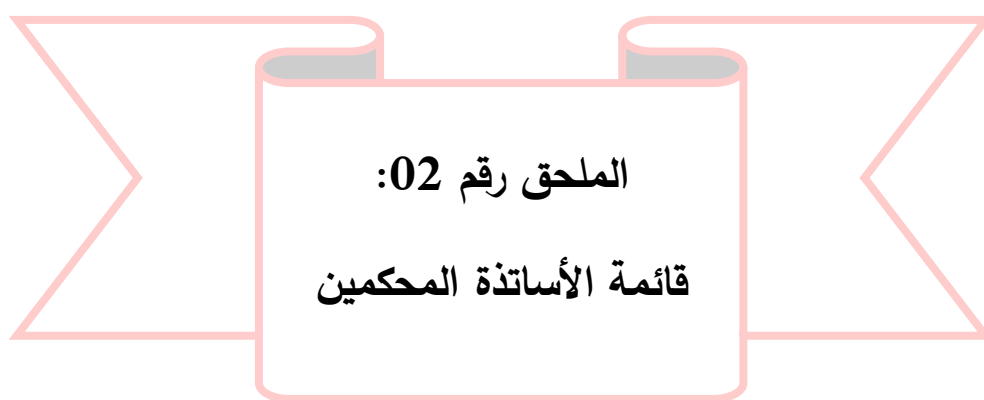
البيئة الاجتماعية : مدينة  ريف

رقم البنود	البنود	البدائل		
		دائما	أحيانا	أبدا
الإلتزام				
1	أحرص على إكمال المهام التي بدأت فيها حتى لو واجهت صعوبات			
2	أشعر بالمسؤولية اتجاه أهدافي المهنية			
3	أرى أن التواصل مع الآخرين لمشاركتهم انشغالاتهم أمر مهم			
4	ألتزم بحضور الإجتماعات في الوقت المحدد			
5	أحاول الإلتزام بالخططة التي أضعها لإنجاز مهامي			
6	أستمتع بمعظم ما أقوم به يوميا			
7	أسعى لتطوير ذاتي باستمرار			
8	اتمكس باتجاهاتي الإيجابية مهما كانت النتائج			
9	أميز نفسي عن الآخرين بشخصيتي الفريدة			
10	أتصرف بأمانة و احترام مع الآخرين			

			أؤمن بأن عملي مهم لي وللاخرين	11
			ألتزم بقيمي الأخلاقية التي تتماشى مع ثقافة المجتمع الذي أنتمي إليه	12
			أحدد أهدافي وأسعى إلى تحقيقها	13
			أحمل قيم خاصة تميزني عن غيري	14
			أحرص على إنجاز عملي بكفاءة	15
<b>التحكم</b>				
			أضع خططي المستقبلية وأنا متأكدة من قدرتي على تنفيذها	16
			لا أؤمن بفكرة الحظ لكي أصل إلى ما أسعى إليه	17
			أعتقد أنني أمتلك القدرة على التحكم في الأحداث التي تؤثر عليا	18
			لا أستسلم للمشكلات التي تواجهني	19
			أتحمل مسؤولية أفعالي	20
			أتحكم في أفكاري وأحولها إلى طاقة إيجابية	21
			أواجه التحديات داخل المستشفى بتحليل منطقي	22
			أفكر كثيرا لأتمكن من التحكم في المواقف التي تضغط عليا	23
			أستطيع أن أواجه كل العراقيل في عملي	24
			أركز على الجوانب الإيجابية في المواقف الصعبة	25
			أجمع الحقائق لفهم الموقف جيدا ثم أتصرف	26

			أفكر جيدا قبل اتخاذ أي قرار	27
			أتصرف بثقة في المواقف الصعبة	28
			أستفيد من تجاربي في التعامل مع التحديات التي تواجهني	29
<b>التحدي</b>				
			تؤثر نوبات العمل الطويلة على حالتي النفسية	30
			أجد صعوبة في تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية	31
			أعتبر التغييرات التي تحدث لي في حياتي بمثابة فرص للتعلم	32
			أستمتع بالمواقف التي تتطلب مني التعامل مع أمور جديدة	33
			أتحمل الأزمات دون أن تؤثر على نفسياتي	34
			كل تحد يجعلني أقوى وأكثر خبرة	35
			أؤمن أن الصبر والمثابرة هما مفتاح النجاح	36
			لدي قوة داخلية تساعدني على تجاوز الصعوبات	37
			لا أخاف من تجربة أشياء جديدة	38
			أرى أن التجارب التي أعيشها كفرصة لتطوير نفسي	39
			لدي قدرة على بدل مجهودات إضافية لحل المشكلات التي تواجهني	40
			أستمتع بمواجهة الأحداث الضاغطة في حياتي	41
			أواصل حياتي وعملي رغم الأحداث التي تقع من حولي	42

			أعمل على مواصلة حياتي وعملي رغم كل التحديات التي تواجهني	43
			لدي قدرة كبيرة على التعامل مع الضغوط	44



الإسم واللقب	الرتبة العلمية	التخصص	جامعة الإنتماء
سفيان بوعطيط	أستاذ	علم النفس العمل والتنظيم	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة
جلال الدين بوعطيط	أستاذ	علم النفس العمل والتنظيم	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة
عبد الوهاب ميروح	أستاذ محاضر صنف أ	علم النفس العمل والتنظيم	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة
عاشور لعور	أستاذ محاضر صنف أ	علم النفس العمل والتنظيم	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة
منذر خرفان	أستاذ محاضر صنف ب	علم النفس العمل والتنظيم	جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة

الملحق رقم 03:

الصياغة الأولية والنهائية لبعض

بنود الاستبيان

الأبعاد	الرقم	الصياغة	الصياغة النهائية
الإلتزام	03	أرى أن التواصل مع الآخرين لمشاركتهم انشغلاتهم أمر صعب	التواصل مع الآخرين لمشاركتهم انشغالاتهم أمر صعب
	12	ألتزم بقيمي الأخلاقية التي تتماشى مع ثقافة المجتمع الذي أنتمي إليه	ألتزم بقيمي الأخلاقية الإيجابية أثناء أدائي لعملي
التحكم	22	أفكر كثيرا لأتمكن من التحكم في المواقف التي تضغط علي	تفكيري السليم يمكنني من التحكم في المواقف التي تضغط علي
التحدي	35	كل تحد يجعلني أقوى وأكثر خبرة	تحديات العمل تزيدني خبرة

الملحق رقم 04:

الإستبيان في صورته النهائية



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة

قسم علم النفس



تخصص علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية

الصلابة النفسية لدى الممرضات

دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الإستشفائية الشهداء ساعد قرمش (السعودي /عمار/أحميدة) سكيكدة

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته، تحية طيبة:

يشرفني أن أضع بين أيديكم هذا الإستبيان الذي يهدف إلى جمع معلومات حول الدراسة المعنونة ب "الصلابة النفسية لدى الممرضات دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الإستشفائية الشهداء ساعد قرمش (السعودي /عمار/أحميدة) سكيكدة"، وفي ذلك للحصول على شهادة ماستر في تخصص علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية، ولذلك أرجو من سيادتكم الإجابة على بنود هذا الإستبيان بوضع علامة (X) أمام الاختيار المناسب والذي يعبر عن رأيكم ووجهة نظركم دون ترك فراغ، وتقبلوا مني أسى عبارات الشكر والتقدير على حسن تعاونكم.

تحت إشراف الدكتورة:

✓ أسية بوراس

من إعداد الباحثة:

✓ خلود جفال

السنة الجامعية: 2025/2024

البيانات الشخصية:

سنوات الأقدمية في العمل

السن

أرملة  مطلقة  متزوجة  الحالة الاجتماعية: عزباء

ريف  مدينة البيئة الاجتماعية: مدينة

رقم البنود	البنود	البدائل		
		دائما	أحيانا	أبدا
01	أحرص على إكمال المهام التي بدأت فيها حتى لو واجهت صعوبات			
02	أشعر بالمسؤولية اتجاه مهامي المهنية			
03	التواصل مع الآخرين لمشاركتهم انشغالاتهم أمر مهم			
04	ألتزم بحضور الاجتماعات في الوقت المحدد			
05	أحاول الالتزام بالخطة التي أضعتها لإنجاز مهامي			
06	أستمتع بمعظم ما أقوم به يوميا			
07	أسعى لتطوير ذاتي باستمرار لأكون أكثر فعالية			
08	أتمسك باتجاهاتي الإيجابية مهما كانت النتائج			
09	أميز نفسي عن الآخرين بشخصيتي الفريدة			
10	أصرف بأمانة مع الآخرين			
11	أؤمن بأن عملي مهم لي وللآخرين			

			ألتزم بقيمي الأخلاقية الإيجابية أثناء أدائي لعملي	12
			أسعى باستمرار إلى تحقيق أهدافي	13
			قيمي الخاصة تميزني عن غيري	14
			أحرص على إنجاز عملي بكفاءة	15
			أضع خططي المستقبلية وأنا متأكدة من قدرتي على تنفيذها	16
			لا أؤمن بفكرة الحظ للوصول إلى ما أسعى إليه	17
			أمتلك القدرة على التحكم في الأحداث التي تؤثر علي	18
			لا أستسلم للمشكلات التي تواجهني	19
			أتحمل مسؤولية أفعالي	20
			أتحكم في أفكاري و أحولها إلى طاقة إيجابية	21
			تفكيري السليم يمكنني من التحكم في المواقف التي تضغط علي	22
			أستطيع أن أواجه كل العراقيل في عملي	23
			أركز على الجوانب الإيجابية في المواقف الصعبة	24
			أجمع الحقائق لفهم الموقف جيدا ثم أتصرف	25
			أفكر جيدا قبل اتخاذ أي قرار	26
			أتصرف بثقة في المواقف الصعبة	27
			أستفيد من تجاربي في التعامل مع التحديات التي تواجهني	28
			لا تؤثر نوبات العمل الطويلة على حالتي النفسية	29
			أستطيع التوازن بين العمل والحياة الشخصية	30

			أعتبر التغييرات التي تحدث لي في حياتي بمثابة فرص للتعلم	31
			أستمتع بالمواقف التي تتطلب مني التعامل مع أمور جديدة	32
			أتحمل الأزمات دون أن تؤثر على نفسي	33
			كل تحد يجعلني أكثر خبرة	34
			أعمل على مواصلة حياتي وعملي رغم كل التحديات التي تواجهني	35
			أؤمن أن الصبر والمثابرة هما مفتاح النجاح	36
			لدي قوة داخلية تساعدني على تجاوز الصعوبات	37
			لا أخاف من تجربة أشياء جديدة	38
			التجارب التي أعيشها فرصة لتطوير نفسي	39
			لدي قدرة على بدل مجهودات إضافية لحل المشكلات التي تواجهني	40
			أستمتع بمواجهة الأحداث الضاغطة في حياتي	41
			أواصل حياتي وعملي رغم الأحداث التي تقع من حولي	42
			لدي قدرة كبيرة على التعامل مع الضغوط	43

الملحق رقم 05:

نتائج الدراسة النهائية حسب برنامج

SPSS

## معامل ألفا كرونباخ لأبعاد الصلابة النفسية:

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.743	43

## الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.553
		N of Items	22 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.586
		N of Items	21 <sup>b</sup>
	Total N of Items		43
	Correlation Between Forms		.671
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.803
	Unequal Length		.803
	Guttman Split-Half Coefficient		.801

a. The items are: أحرص على إكمال المهام التي بدأت فيها حتى لو واجهت صعوبات , التواصل مع الآخرين لمشاركتهم انشغالاتهم أمر مهم , أحاول الالتزام بالخطوة التي أضعتها لإنجاز مهامي , أسعى لتطوير ذاتي باستمرار لأكون أكثر فعالية , أميز نفسي عن الآخرين بشخصيتي الفريدة , أو من بأن عملي مهم لي وللآخرين , أسعى باستمرار إلى تحقيق أهدافي , أحرص على إنجاز عملي بكفاءة , لا أو من بفكرة الحظ للوصول إلى ما أسعى إليه , لا أستسلم للمشكلات التي تواجهني , أتحكم في أفكاري و أحولها إلى طاقة إيجابية , أستطيع أن أواجه كل العراقيل في عملي , أجمع الحقائق لفهم الموقف جيدا ثم أتصرف , أتصرف بثقة في المواقف الصعبة , لا تؤثر نوبات العمل الطويلة على حالتي النفسية , أعتبر التغييرات التي تحدث لي في حياتي بمثابة فرص للتعلم , أتحمّل الأزمات دون أن تؤثر على نفسي , أعمل على مواصلة حياتي و عملي رغم كل التحديات التي تواجهني , لدي قوة داخلية تساعدني على تجاوز الصعوبات , التجارب التي أعيشها فرصة لتطوير نفسي , أستمتع بمواجهة الأحداث الضاغطة في حياتي , لدي قدرة كبيرة على التعامل مع الضغوط.

b.الذي قدرة كبيرة على التعامل مع الضغوط ,أشعر بالمسؤولية اتجاه مهامى المهنية ,ألتزم بحضور الاجتماعات في الوقت المحدد ,أستمتع بمعظم ما أقوم به يوميا , اتمسك باتجاهاتى الإيجابية مهما كانت النتائج ,أصرف بأمانة مع الاخرين ,ألتزم بقيمى الأخلاقية الإيجابية أثناء أدائى لعملى ,قيمى الخاصة تميزنى عن غيرى ,أضع خططى المستقبلية وأنا متأكدة من قدرتى على تنفيذها ,أملك القدرة على التحكم فى الأحداث التى تؤثر على ,أتحمل مسؤولية أفعالى ,تفكيرى السليم يمكننى من التحكم فى المواقف التى تضغط على ,أركز على الجوانب الإيجابية فى المواقف الصعبة ,أفكر جيدا قبل اتخاذ أى قرار ,أستفيد من تجاربى فى التعامل مع التحديات التى تواجهنى ,أستطيع التوازن بين العمل و الحياة الشخصية ,أستمتع بالمواقف التى تتطلب منى التعامل مع أمور جديدة ,كل تحد يجعلنى أكثر خبرة ,أؤمن أن الصبر و المثابرة هما مفتاح النجاح ,لا أخاف من تجربة أشياء جديدة ,لدى قدرة على بدل مجهودات إضافية لحل المشكلات التى تواجهنى ,أواصل حياتى و عملى رغم الأحداث التى تقع من حولى.

### المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لكل بند من بنود محور الصلابة النفسية:

		Statistics	
أحرص على إكمال المهام التى بدأت فيها حتى لو واجهت صعوبات	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.72
		Std. Deviation	.498
أشعر بالمسؤولية اتجاه مهامى المهنية	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.92
		Std. Deviation	.343
التواصل مع الاخرين لمشاركتهم انشغالاتهم أمر مهم	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.32
		Std. Deviation	.577
ألتزم بحضور الاجتماعات فى الوقت المحدد	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.54
		Std. Deviation	.621
أحاول الالتزام بالخطة التى أضعها لإنجاز مهامى	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.58
		Std. Deviation	.540
أستمتع بمعظم ما أقوم به يوميا	N	Valid	90
		Missing	0

		Missing	0
		Mean	2.27
		Std. Deviation	.577
أسعى لتطوير ذاتي باستمرار لأكون أكثر فعالية	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.77
		Std. Deviation	.451
اتمكس باتجاهاتي الإيجابية مهما كانت النتائج	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.72
		Std. Deviation	.450
أميز نفسي عن الآخرين بشخصيتي الفريدة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.59
		Std. Deviation	.669
أتصرف بأمانة مع الآخرين	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.92
		Std. Deviation	.269
أؤمن بأن عملي مهم لي وللآخرين	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.93
		Std. Deviation	.292
ألتزم بقيمي الأخلاقية الإيجابية أثناء أدائي لعملتي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.96
		Std. Deviation	.207
أسعى باستمرار إلى تحقيق أهدافي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.73
		Std. Deviation	.445

قيمي الخاصة تميزني عن غيري	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.81
		Std. Deviation	.394
أحرص على إنجاز عملي بكفاءة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.93
		Std. Deviation	.292

أحرص على إكمال المهام التي بدأت فيها حتى لو واجهت صعوبات					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	21	23.3	23.3	25.6
	دائما	67	74.4	74.4	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أشعر بالمسؤولية اتجاه مهامي المهنية					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	3	3.3	3.3	5.6
	دائما	85	94.4	94.4	100.0
Total		90	100.0	100.0	

التواصل مع الاخرين لمشاركتهم انشغالاتهم أمر مهم					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	5	5.6	5.6	5.6
	أحيانا	51	56.7	56.7	62.2
	دائما	34	37.8	37.8	100.0
Total		90	100.0	100.0	

ألتزم بحضور الاجتماعات في الوقت المحدد					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	6	6.7	6.7	6.7
	أحيانا	29	32.2	32.2	38.9
	دائما	55	61.1	61.1	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أحاول الالتزام بالخطوة التي أضعتها لإنجاز مهامي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	34	37.8	37.8	40.0
	دائما	54	60.0	60.0	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أستمع بمعظم ما أقوم به يوميا					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	6	6.7	6.7	6.7
	أحيانا	54	60.0	60.0	66.7
	دائما	30	33.3	33.3	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أسعى لتطوير ذاتي باستمرار لأكون أكثر فعالية					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	1	1.1	1.1	1.1
	أحيانا	19	21.1	21.1	22.2
	دائما	70	77.8	77.8	100.0
Total		90	100.0	100.0	

اتمك باتجاهاتي الإيجابية مهما كانت النتائج					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	25	27.8	27.8	27.8
	دائما	65	72.2	72.2	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أميز نفسي عن الآخرين بشخصيتي الفريدة					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	9	10.0	10.0	10.0
	أحيانا	19	21.1	21.1	31.1
	دائما	62	68.9	68.9	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أتصرف بأمانة مع الآخرين					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	7	7.8	7.8	7.8
	دائما	83	92.2	92.2	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أؤمن بأن عملي مهم لي وللآخرين					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	1	1.1	1.1	1.1
	أحيانا	4	4.4	4.4	5.6
	دائما	85	94.4	94.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

ألتزم بقيمي الأخلاقية الإيجابية أثناء أدائي لعملي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	4	4.4	4.4	4.4
	دائما	86	95.6	95.6	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

أسعى باستمرار إلى تحقيق أهدافي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	24	26.7	26.7	26.7
	دائما	66	73.3	73.3	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

قيمي الخاصة تميزني عن غيري					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	17	18.9	18.9	18.9
	دائما	73	81.1	81.1	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

أحرص على إنجاز عملي بكفاءة					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	1	1.1	1.1	1.1
	أحيانا	4	4.4	4.4	5.6
	دائما	85	94.4	94.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

Statistics			
أضع خططي المستقبلية وأنا متأكدة من قدرتي على تنفيذها	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.44
		Std. Deviation	.522
لا أؤمن بفكرة الحظ للوصول إلى ما أسعى إليه	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.03
		Std. Deviation	.678
أمتلك القدرة على التحكم في الأحداث التي تؤثر علي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.07
		Std. Deviation	.650
لا أستسلم للمشكلات التي تواجهني	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.47
		Std. Deviation	.565
أتحمل مسؤولية أفعالي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.86
		Std. Deviation	.354
أتحكم في أفكاري و أحولها إلى طاقة إيجابية	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.28
		Std. Deviation	.619
تفكيري السليم يمكنني من التحكم في المواقف التي تضغط علي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.51
		Std. Deviation	.566
أستطيع أن أواجه كل العراقيل في عملي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.24
		Std. Deviation	.481
أركز على الجوانب الإيجابية في المواقف الصعبة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.52
		Std. Deviation	.545

أجمع الحقائق لفهم الموقف جيدا ثم أنصرف	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.61
		Std. Deviation	.594
أفكر جيدا قبل اتخاذ أي قرار	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.69
		Std. Deviation	.489
أنصرف بثقة في المواقف الصعبة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.63
		Std. Deviation	.507
أستفيد من تجاربي في التعامل مع التحديات التي تواجهني	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.82
		Std. Deviation	.464

أضع خطتي المستقبلية وأنا متأكدة من قدرتي على تنفيذها					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	1	1.1	1.1	1.1
	أحيانا	48	53.3	53.3	54.4
	دائما	41	45.6	45.6	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

لا أؤمن بفكرة الحظ للوصول إلى ما أسعى إليه					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	19	21.1	21.1	21.1
	أحيانا	49	54.4	54.4	75.6
	دائما	22	24.4	24.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أمتلك القدرة على التحكم في الأحداث التي تؤثر علي

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	16	17.8	17.8	17.8
	أحيانا	52	57.8	57.8	75.6
	دائما	22	24.4	24.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## لا أستسلم للمشكلات التي تواجهني

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	3	3.3	3.3	3.3
	أحيانا	42	46.7	46.7	50.0
	دائما	45	50.0	50.0	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أتحمل مسؤولية أفعالي

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	13	14.4	14.4	14.4
	دائما	77	85.6	85.6	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أتحكم في أفكاري و أحولها إلى طاقة إيجابية

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	8	8.9	8.9	8.9
	أحيانا	49	54.4	54.4	63.3
	دائما	33	36.7	36.7	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## تفكيرى السليم يمكننى من التحكم فى المواقف التى تضغط على

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	3	3.3	3.3	3.3
	أحيانا	38	42.2	42.2	45.6
	دائما	49	54.4	54.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أستطيع أن أواجه كل العراقيل فى عملى

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	64	71.1	71.1	73.3
	دائما	24	26.7	26.7	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أركز على الجوانب الإيجابية فى المواقف الصعبة

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	39	43.3	43.3	45.6
	دائما	49	54.4	54.4	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أجمع الحقائق لفهم الموقف جيدا ثم أتصرف

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	5	5.6	5.6	5.6
	أحيانا	25	27.8	27.8	33.3
	دائما	60	66.7	66.7	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

## أفكر جيدا قبل اتخاذ أى قرار

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	1	1.1	1.1	1.1

أحيانا	26	28.9	28.9	30.0
دائما	63	70.0	70.0	100.0
Total	90	100.0	100.0	

أتصرف بثقة في المواقف الصعبة				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	1	1.1	1.1
	أحيانا	31	34.4	35.6
	دائما	58	64.4	100.0
Total		90	100.0	100.0

أستفيد من تجاربي في التعامل مع التحديات التي تواجهني				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	3	3.3	3.3
	أحيانا	10	11.1	14.4
	دائما	77	85.6	100.0
Total		90	100.0	100.0

Statistics			
لا تؤثر نوبات العمل الطويلة على حالتي النفسية	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.01
		Std. Deviation	.662
أستطيع التوازن بين العمل و الحياة الشخصية	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.51
		Std. Deviation	.566
أعتبر التغييرات التي تحدث لي في حياتي بمثابة فرص للتعلم	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.74
		Std. Deviation	.487
أستمتع بالمواقف التي تتطلب مني التعامل مع أمور جديدة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.50
		Std. Deviation	.623

أتحمل الأزمات دون أن تؤثر على نفسياتي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.07
		Std. Deviation	.596
كل تحد يجعلني أكثر خبرة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.83
		Std. Deviation	.431
أعمل على مواصلة حياتي وعملي رغم كل التحديات التي تواجهني	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.82
		Std. Deviation	.384
أؤمن أن الصبر و المثابرة هما مفتاح النجاح	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.90
		Std. Deviation	.302
لدي قوة داخلية تساعدني على تجاوز الصعوبات	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.58
		Std. Deviation	.560
لا أخاف من تجربة أشياء جديدة	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.36
		Std. Deviation	.567
التجارب التي أعيشها فرصة لتطوير نفسي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.78
		Std. Deviation	.492
لدي قدرة على بدل مجهودات إضافية لحل المشكلات التي تواجهني	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	2.46
		Std. Deviation	.584
أستمتع بمواجهة الأحداث الضاغطة في حياتي	N	Valid	90
		Missing	0
		Mean	1.78
		Std. Deviation	.761
أواصل حياتي و عملي رغم الأحداث التي تقع من حولي	N	Valid	90
		Missing	0

	Mean	2.70
	Std. Deviation	.507
لدي قدرة كبيرة على التعامل مع الضغوط	N Valid	90
	Missing	0
	Mean	2.16
	Std. Deviation	.539

لا تؤثر نوبات العمل الطويلة على حالتي النفسية					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	19	21.1	21.1	21.1
	أحيانا	51	56.7	56.7	77.8
	دائما	20	22.2	22.2	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أستطيع التوازن بين العمل و الحياة الشخصية					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	3	3.3	3.3	3.3
	أحيانا	38	42.2	42.2	45.6
	دائما	49	54.4	54.4	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أعتبر التغييرات التي تحدث لي في حياتي بمثابة فرص للتعلم					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	19	21.1	21.1	23.3
	دائما	69	76.7	76.7	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أستمتع بالمواقف التي تتطلب مني التعامل مع أمور جديدة					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	6	6.7	6.7	6.7
	أحيانا	33	36.7	36.7	43.3
	دائما	51	56.7	56.7	100.0
Total		90	100.0	100.0	

أتحمل الأزمات دون أن تؤثر على نفسي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	13	14.4	14.4	14.4
	أحيانا	58	64.4	64.4	78.9
	دائما	19	21.1	21.1	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

كل تحد يجعلني أكثر خبرة					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2
	أحيانا	11	12.2	12.2	14.4
	دائما	77	85.6	85.6	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

أعمل على مواصلة حياتي وعملي رغم كل التحديات التي تواجهني					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	16	17.8	17.8	17.8
	دائما	74	82.2	82.2	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

أؤمن أن الصبر و المثابرة هما مفتاح النجاح					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أحيانا	9	10.0	10.0	10.0
	دائما	81	90.0	90.0	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

لدي قوة داخلية تساعدني على تجاوز الصعوبات					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	3	3.3	3.3	3.3
	أحيانا	32	35.6	35.6	38.9
	دائما	55	61.1	61.1	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

لا أخاف من تجربة أشياء جديدة					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	4	4.4	4.4	4.4
	أحيانا	50	55.6	55.6	60.0
	دائما	36	40.0	40.0	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

التجارب التي أعيشها فرصة لتطوير نفسي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	3	3.3	3.3	3.3
	أحيانا	14	15.6	15.6	18.9
	دائما	73	81.1	81.1	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

لدي قدرة على بدل مجهودات إضافية لحل المشكلات التي تواجهني					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	4	4.4	4.4	4.4
	أحيانا	41	45.6	45.6	50.0
	دائما	45	50.0	50.0	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

أستمتع بمواجهة الأحداث الضاغطة في حياتي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	38	42.2	42.2	42.2
	أحيانا	34	37.8	37.8	80.0
	دائما	18	20.0	20.0	100.0
	Total	90	100.0	100.0	

أواصل حياتي وعملي رغم الأحداث التي تقع من حولي					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أبدا	2	2.2	2.2	2.2

أحيانا	23	25.6	25.6	27.8
دائما	65	72.2	72.2	100.0
Total	90	100.0	100.0	

لدي قدرة كبيرة على التعامل مع الضغوط				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
أبدا	7	7.8	7.8	7.8
أحيانا	62	68.9	68.9	76.7
دائما	21	23.3	23.3	100.0
Total	90	100.0	100.0	

اختبار التحليل الأحادي:

الأقدمية في العمل:

ANOVA					
استبيان					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	231.164	4	57.791	1.392	.244
Within Groups	3528.125	85	41.507		
Total	3759.289	89			

السن:

ANOVA					
استبيان					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	384.423	5	76.885	1.914	.101
Within Groups	3374.866	84	40.177		
Total	3759.289	89			

## الحالة الاجتماعية:

Case Processing Summary							
		Cases					
		Valid		Missing		Total	
الحالة_ الاجتماعية		N	Percent	N	Percent	N	Percent
استبيان	عزباء	35	100.0%	0	0.0%	35	100.0%
	متزوجة	50	100.0%	0	0.0%	50	100.0%
	مطلقة	4	100.0%	0	0.0%	4	100.0%
	أرملة	1	100.0%	0	0.0%	1	100.0%

ANOVA					
استبيان					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	210.176	3	70.059	1.698	.174
Within Groups	3549.113	86	41.269		
Total	3759.289	89			

اختبار ت لعنتين مستقلتين:

البيئة الاجتماعية:

Group Statistics					
البيئة_ الاجتماعية	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	
استبيان	مدينة	74	109.8378	6.31160	.73371
	ريف	16	111.2500	7.41620	1.85405

Independent Samples Test					
استبيان	Equal variances assumed	Levene's Test for Equality of	F	.146	
		Variates	Sig.	.703	
	t-test for Equality of Means		T	-.786	
			Df	88	
			Sig. (2-tailed)	.434	
			Mean Difference	-1.41216	

		Std. Error Difference	1.79571	
		95% Confidence Interval of the Difference	Lower -4.98076	
			Upper 2.15643	
Equal variances not assumed	t-test for Equality of Means	T	-.708	
		Df	19.965	
		Sig. (2-tailed)	.487	
		Mean Difference	-1.41216	
		Std. Error Difference	1.99395	
		95% Confidence Interval of the Difference	Lower -5.57193	
			Upper 2.74760	