

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق لدى طلاب الجامعة ”دراسة تحليلية“

د / أحمد محمد عبد الوهاب حسن

مدرس العلوم السلوكية بالمعهد العالي للعلوم الإدارية بأوسيم
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين التبصر كمتغير مستقل، والصمود النفسي كمتغير وسيط، والقلق كمتغير تابع لدى بعض طلاب الجامعات المصرية. وفحص مستوى دلالة تفاعل وتأثير النوع والصمود النفسي في القلق، وفحص تأثير الصمود النفسي على مستويات القلق لكل من الذكور والإناث بشكل منفصل. لذا تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة الاساسية من (٣٦٨) طالباً وطالبة؛ وهي عينة غير احتمالية من نوع العينة الميسرة، وتكونت من الملتحقين بكليات التجارة بجامعة بني سويف وطلاب المعهد العالي للعلوم الادارية بأوسيم. كما بلغ عدد الذكور (١٦٦) وعدد الاناث (٢٠٢). كما تراوح المدى العمري للعينة بين (١٨ : ٢٢) سنة، اما بالنسبة لادوات الدراسة فقد قام الباحث باعداد استبيان التبصر، كما قام بترجمة وتقنين مقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي، كما تم استخدام مقياس "تايلور" للقلق الصريح، وتوصلت النتائج الى: توجد وساطة كلية للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق. كما توصلت النتائج الى وجود دلالة للفروق بين الذكور والاناث في الدرجة الكلية على مقياس القلق لصالح الاناث، كما تبين وجود علاقة عكسية بين مستوى الصمود النفسي ومستوى القلق لدى كل من الذكور والاناث، كما كانت هذه العلاقة أقوى لدى الإناث مقارنة بالذكور، حيث يفسر الصمود النفسي نسبة أكبر من التباين في مستوى القلق لديهن، كما تبين أن التفاعل بين الصمود النفسي والجنس ليس له تأثير دال إحصائياً مما يعني أن تأثير الصمود النفسي على القلق متشابه بين الذكور والإناث. ولمزيد من الفحص تبين انه باستخدام اختبارات أحادية المتغيرة لتأثير الصمود النفسي على

د / أحمد محمد عبد الوهاب حسن

مستويات القلق لكل من الذكور والإناث بشكل منفصل تم قبول الفرض الصفري مما يعني عدم وجود تفاعل ذو دلالة إحصائية بين الجنس ومستوى الصمود النفسي في تأثيرهما على مستوى القلق.

الكلمات المفتاحية: التبصر، الصمود النفسي، القلق، طلاب الجامعة، المرونة النفسية

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق
لدى طلاب الجامعة
”دراسة تحليلية“

د / أحمد محمد عبد الوهاب حسن

مدرس العلوم السلوكية بالمعهد العالي للعلوم الإدارية بأوسيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

مقدمة

عندما يقول شخص ما: "كان لا يجب أن أبقى مع شريكي السابق لفترة طويلة"، فإنه بذلك يستخلص خبرة معينة من نتائج تصرفاته. هذه الخبرة يُطلق عليها "الإدراك المتأخر" والذي يساعد الفرد في تجنب تكرار أخطاء الماضي. يعكس هذا الإدراك المتأخر جوهر النظرية السلوكية وفكرة التعلم. ويمكن الاستشهاد بهذا المفهوم لتوضيح التبصر باعتباره سمة شخصية تُرشد الفرد في اتخاذ القرارات السليمة مسبقاً، بدلاً من تجربة كل شيء والتعلم منه، ثم الندم عند فوات الأوان. والتبصر يُعد من سمات الشخصية التي تدعم قدرة الفرد على إدراك العلاقات بين العناصر أو المفاهيم بشكل مفاجئ. لذا، يمكن أن يكون التبصر مفيداً في العديد من السياقات، بما في ذلك التعلم، حل المشكلات، ومواجهة الضغوط. في المقابل، الصدود النفسي يمثل القدرة على التعامل مع الضغوط والصدمات والأحداث الضارة دون أن يتعرض الفرد للضرر النفسي، مما يقلل من مستويات القلق. لذلك، من المنطقي افتراض أن الصدود النفسي قد يلعب دوراً وسيطاً في العلاقة بين التبصر والقلق.

مشكلة البحث:

يهتم المعالج النفسي اهتماماً بالغاً بمفهوم التبصر أثناء عمله، حيث أصبح من المعتاد أن يطرح مجموعة من الأسئلة مثل: "بماذا تفسر أن معظم الناس لا يشاركونك فكرتك أو رأيك هذا؟"، "هل تحاول مقاومة هذه الأفكار أو الأفعال؟"، "إلى أي مدى تعتبر فكرتك أو أفعالك

هذه غريبة أو شاذة؟"، وغيرها من التساؤلات التي تهدف إلى تقدير مستوى تبصر المريض بدقة وبشكل شامل.

ويرجع الاهتمام بدراسة التبصر والأفكار المستقبلية وتأثيرها على السلوكيات الحالية إلى دراسات كلٍ من Mead (1934) و Skinner (1938)، وهي ضمن المراحل الأولى لعلم النفس التجريبي (Yang, Urminsky, 2015). ويظل مفهوم التبصر موضوعاً مركزياً في علم النفس المعاصر (Aspinwall, 2006). ومع ذلك، يشير النقاد مثل (George, 2009; Peterson, 2000; Donald et al., 1991) إلى أننا ما زلنا نفقر إلى المعرفة الكافية بالجوانب النفسية والسلوكية للتبصر ضمن سياقات معينة وتأثيره على عمليات اتخاذ القرار؛ لذا كان الكشف عن جوانب هذا المفهوم هو أحد مبررات إجراء الدراسة الراهنة. وفي هذا السياق فإن الفروق الفردية تؤدي دوراً رئيسياً في قدرة الأفراد على التبصر بالنتائج السلوكية الإيجابية. كما تختلف طريقة تبصر الأفراد بناءً على تنوع آمالهم ومخاوفهم الحالية المستقبلية (Ahvenharju et al., 2021).

كما أشار (Hayward, 2005) إلى أن تحقيق مستوى مرتفع من التبصر يتطلب مستوى عالٍ من التفكير المنطقي والمعرفة بالذات، والتي تنشأ من التجارب اليومية. بينما أكد (Beck, 2008) أن الأنانية تجعل الفرد يركز على ذاته ويسعى وراء مصالحه الشخصية دون النظر إلى مصالح الآخرين وحقوقهم، مما يؤدي إلى ضعف مستوى تبصر الفرد بذاته، وبالتالي عدم القدرة على اتخاذ القرارات السليمة، مما يقلل الدافع ويزيد من الكآبة وصعوبة التكيف.

ويتناول الباحثون التبصر باعتباره الجانب الذاتي للتخطيط طويل الأجل (Ackoff, 1969)، واتخاذ القرارات (Vroom & Yetton, 1973)، ووضع الأهداف (Locke et al., 1984)، ووضع الاستراتيجيات (Das, 1986 & 1987)؛ لذلك، فإن التبصر هو منظور زمني إدراكي يستخدمه الأفراد لاستباق المستقبل وتوضيحه وهيكلته، وذلك لتوجيه مؤسساتهم في الحاضر بناءً على الفرص المستقبلية (Das, 1986 & 2004; Gjesme, 1995; Thoms, Greenberger, 1983). كما يتأثر التبصر بالتجارب السابقة التي تشكل

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

توقعات الشخص الحالية لنتائج من السلوك (Reading, 2004; Zimbardo & Boyd, 1999).

وبالنظر الى التبصر باعتباره مورد معرفي اجتماعي، فإن التبصر هو جزء من النظام الحسي والذاتي العام للشخص (Bandura, 1986; Hayward, 2005) يُظهر هذا النظام الحسي تكامله من خلال عناصر رئيسية مثل الإدراك، الذي يمثل المدخلات، والذاكرة المتمثلة في المخطط والاستدعاء، والتوقع الذي يتمثل في الاستباق والإسقاط. ويعمل النظام الذاتي على تنظيم معتقدات الشخص (الإدراك)، مواقفه (المودة)، نواياه (السلوك)، وسلوكياته بهدف تحقيق نتائج مستقبلية مرغوبة (Ponton et al., 2000).

وافترضت الدراسات السابقة في مجال ادب الإدراك الزمني أن التوجه المستقبلي له قيمة أكبر في عملية التبصر من التوجهات الحالية والماضية (Cottle, 1967; Gjesme, 1983; Nuttin et al., 1985; Strathman et al., 2005). وحتى الآن، لم يتم بذل جهود كافية عن التبصر وإن أفضل تعريف له أنه مجموعة متنوعة من الأنماط التي قد يستخدمها الشخص استناداً إلى التوجهات الماضية والحاضرة والمستقبلية (Lewin, 1943; Zimbardo & Boyd, 1999) لذا فإن ندرة الدراسات والبحوث السابقة في هذا الشأن كانت من مبررات اجراء الدراسة الراهنة بهدف إثراء المجال الأكاديمي وتطوير أدوات قياس جديدة. ويرى (Yang, Urminsky, 2015) ان التبصر، باعتباره سمة شخصية، يتمثل في القدرة على استشراف المستقبل وتوقع أحداثه، حيث ينعكس ذلك على تصورات الفرد الذاتية عن نفسه ومسارات تطوير ذاته بشكل مستمر. ويواجه الأفراد دائماً حالة من عدم اليقين فيما يتعلق بالمستقبل، خاصةً فيما يتعلق بتجاربيهم الحياتية في إطار الأسرة، الدراسة، العمل، والصحة. وفي هذا السياق، يُنظر إلى عدم اليقين من منظور نظرة الفرد الذاتية للحياة ووجهة نظره الشخصية. ويُلاحظ أن شعور الفرد بعدم اليقين قد يدفعه إلى تفسير المستقبل بناءً على إدراكه الذاتي، مما يجعل مشاعره وأفكاره وسلوكياته مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بتبصره بالمستقبل. التبصر هنا يضيف قيمة معرفية تُسهم في تقديم توقعات أكثر دقة للمواقف المستقبلية، إلى جانب دعم استراتيجيات مواجهة أكثر إيجابية، وهذا ما أكده (Wegner, Wheatly, 1999) عندما أشار الى أن الناس يميلون إلى تفسير النتائج المرصودة على أنها مرتبطة بنواياهم وسلوكياتهم الخاصة بدلاً من الميكانيزمات الخارجية التي لا تتحكم فيها إرادة الشخص (مثل

العوامل الطبيعية كالطقس والكوارث الطبيعية، والعوامل الاجتماعية كقرارات الآخرين أو ظروف المجتمع) أو سلوكيات الآخرين، والمبالغة في تقدير التأثير الشخصي لديهم على العالم المحيط (Gilovich et al., 2000) وذلك لأن الحالات الداخلية للناس هي الأكثر توفراً لهم بشكل مباشر (Pronin, 2008).

إضافة إلى ما سبق يتبين لنا أن الأفراد يميلون إلى الإعتقاد بأن التغيير في المستقبل يبدأ بالتغيير في الذات، وهذا الاعتقاد يمكن أن يكون له آثار إيجابية وسلبية؛ لذا فإن مستوى القلق لدى الفرد قد يؤدي الي نتائج سلبية عند التبصر بالمستقبل نتيجة لحالة القلق لديه فعلى سبيل المثال، قد يتوقع الشخص المصاب بالقلق أن يفشل في مقابلة عمل، وبالتالي يشعر بعدم القدرة على التحكم في المستقبل خاصة إذا كان يركز على أخطاء الماضي الذي يمنعه من المضي قدماً في حياته؛ وهنا يؤكد "جولدستين" و"بروك" (٢٠٠٥) على ان زيادة مستوى الصمود النفسي لدي الأفراد له أثر كبير على زيادة التكيف مع ظروف العمل وتقليل مستويات القلق والخوف؛ كما انه يساعد الفرد على الإرتقاء بالمستوى السلوكي، والعاطفي والاكاديمي ضد المحن. والصمود النفسي يمنح الفرد المرونة التي تساعده على التكيف مع المشكلات ويكون واثقاً في قدرته على تجاوزها، وهذه الثقة تعتبر مصدر الطاقة الداخلية الدافعة لتحمل مصاعب الحياة (مكرم الله، ٢٠٢١). لذا كان من مبررات اجراء الدراسة الراهنة هو الحاجة لفهم كيفية اختلاف تأثير الصمود النفسي على القلق لدى الذكور والإناث، إذ أن بعض الدراسات السابقة أشارت إلى احتمالية وجود فروق في استراتيجيات التكيف النفسي بين الجنسين.

وتأسيساً على ما سبق فان الصمود النفسي يعتبر عاملاً حيوياً في تقليل مستويات القلق، إذ يعمل كعنصر وقائي يعزز قدرة الفرد على مواجهة المواقف الصعبة والتعامل مع التوترات الحياتية بفاعلية، وتشير العديد من الدراسات إلى أن هذه العملية ليست خطية وتعتمد على تفاعل عوامل الشخصية والمواقف الاجتماعية والبيئة (Bonanno, 2004; Southwick,) (Charney, 2012). وهذا ما أيدته نتائج دراسة (Yu, Zhang Wang, 2021) والتي تناولت العلاقة بين الصمود النفسي والقلق لدى طلاب الجامعات، وأظهرت الدراسة أن تعزيز مهارات الصمود النفسي كان مرتبطاً بانخفاض ملحوظ في مستويات القلق. وعلى الرغم من وجود دراسات تناولت كل من التبصر والصمود النفسي وتأثيرهما على القلق بشكل منفصل،

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

إلا أن البحث في الدور الوسيط للصمود النفسي في هذه العلاقة لا يزال بحاجة إلى مزيد من الفحص، مما يساهم في سد هذه الفجوة المعرفية؛ لذا كانت من أهم مبررات الدراسة الراهنة هو سد الفجوة البحثية في العلاقة بين التبصر والصمود النفسي والقلق.

وعلى الجانب الآخر نجد ان التبصر أداة أساسية في تعزيز الصمود النفسي إذ يُمكن للتبصر أن يُحفّز الشخص على إعادة تقييم التجارب السلبية واستخلاص العبر منها، مما يدعم تطوير استراتيجيات تكيفية أكثر مرونة مع ضغوط الحياة وهذا ما اكدته نتائج دراسة (Garcia & Kim, 2021) حيث تناولت دور التبصر في التكيف مع الضغوط، وأظهرت النتائج أن التبصر يساعد في تطوير آليات مواجهة أكثر فاعلية، ويعزز من قدرة الأفراد على تجاوز المواقف الصعبة. كما أن التبصر يعمل كعنصر محفز للصمود النفسي من خلال تحسين تنظيم العواطف. وهذا ايده نتائج دراسة (Lee & Choi, 2022) والتي اجريت على عينة من طلاب الجامعات بهدف تناول العلاقة بين التبصر واستخدام استراتيجيات التكيف، وأظهرت النتائج أن الطلاب الذين يمتلكون مهارات تبصر قوية كانوا أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط الدراسية مع تبني رؤى إيجابية حول المواقف الصعبة. اما كلٍ من (Zhao & Liu, 2020) فقد قاموا ببحث العلاقة بين التبصر والنماذج المعرفية لدى مرضى الاكتئاب، وأظهرت الدراسة أن التبصر كان مرتبطاً بظهور قدرة أكبر على استعادة التوازن النفسي والتكيف مع المواقف الصعبة.

ويعتبر القلق أحد أكثر الاضطرابات النفسية انتشاراً بين المراهقين في الوقت الراهن. ويسبب تعطيلاً شديداً للفرد وعجزاً عن أداء أدواره، حيث يمكن أن يتداخل القلق غير المشخص وغير المعالج مع التطور النفسي السوي، فيسبب عبئاً كبيراً على نوعية حياة الفرد وصحته النفسية؛ ويشير التقرير الصادر عن منظمة الصحة العالمية إلي أن نسبة انتشار القلق في مصر (٤,٢%) من عدد السكان الإجمالي (World Health Organization, 2023). لذا كان من مبررات اجراء الدراسة على طلاب الجامعة كمجتمع بحثي يرجع إلى عدة عوامل جوهرية، منها أنها مرحلة عمرية حرجة للقلق والصمود النفسي ويُعتبر طلاب الجامعة في مرحلة انتقالية تتسم بتحديات متعددة، مثل الاستقلالية، والمسؤوليات الأكاديمية، والتخطيط للمستقبل المهني، مما يجعلهم عرضة لمستويات متفاوتة من القلق، وبالتالي فإن دراسة تأثير التبصر والصمود النفسي في هذه الفئة تقدم رؤى مهمة حول إدارة القلق. إضافة الى أن طبيعة

البيئة الأكاديمية وتأثيرها على التبصر والقلق حيث يتعرض طلاب الجامعة لضغوط معرفية واجتماعية تؤثر على قدرتهم على التبصر بمشكلاتهم النفسية وإيجاد استراتيجيات مناسبة للتكيف، مما يجعلهم عينة مناسبة لدراسة تأثير التبصر كعامل معرفي والصمود النفسي كآلية تكيفية في مواجهة القلق. وأخيراً إمكانية توفير استجابات تمثيلية وتحليلية تضم الجامعات فئات متنوعة من الطلاب من خلفيات اجتماعية وثقافية مختلفة، مما يوفر فرصة لدراسة العلاقة بين التبصر والصمود النفسي والقلق عبر مجموعة واسعة من الأفراد، ما يعزز قوة التعميم البحثي.

وأضافة الى ما سبق يشير (Ahvenharju et al., 2021) إلى ان التبصر المنخفض لدى الافراد يرتبط بسلوكياتهم السلبية اليومية وحالتهم المزاجية وصحتهم النفسية؛ فنجد ان اصحاب القلق المرتفع يميلون إلى تفضيل المكافآت الفورية أكثر من الأفراد الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة؛ لذا فقد يختار شخص ما تناول وجبة غير صحية على الفور، بدلاً من تناول وجبة صحية تتطلب انتظارها فترة أطول، وهذا ما أكدته (Matta et al., 2012) إلى انه يميل الأفراد إلى تفضيل مكافأة أقل مع الحصول عليها على الفور، بدلاً من مكافأة أكبر ولكن يجب انتظارها لفترة أطول؛ وان هذا يرتبط ببعض العوامل منها مستوى القلق والاكتئاب لدى الأفراد. ومن المثير للاهتمام أن التبصر المرتفع يؤدي إلى تقليل معدلات قرار تخفيض قيمة المكافأة (Bromberg et al., 2015; Daniel et al., 2015). وتفسير هذا يرجع الى أن التبصر يفيد الفرد في النظر بالعواقب المستقبلية لقراراته (Joireman et al., 2012). وتشير نتائج الدراسات إلى أن الأفراد القادرين على تحمل الغموض يمكنهم التبصر بالمستقبل، وان اصحاب القلق المرتفع لن يتمكنوا من تحمل الغموض وبالتالي يكون تبصرهم منخفض؛ وهذا ما اكدته نتائج دراسة (Sharma, 2004; Azarnoosh, 2007)، كما توصلت نتائج دراسة (اسماعيل، ٢٠٢١) وجود علاقة ايجابية بين بعض مكونات التبصر وتحمل الغموض، كما اكدت نتائج دراسة (Buhr & Dugas, 2006; Gentes, Ruscio,) ان هناك علاقة طردية دالة بين تحمل الغموض وانخفاض كلٍ من القلق والاكتئاب (2011) ان هناك علاقة طردية دالة بين تحمل الغموض وانخفاض كلٍ من القلق والوسواس القهري. اضافة الى أن هناك علاقة طردية بين بعض مكونات التبصر وانخفاض كلٍ من القلق، والاكتئاب، والضغوط النفسية، والاندفاع السلوكي (Bolland et al., 2001)؛ بدر، ٢٠٠٣). ويضيف كلٍ من (Richardson, Waite, 2002, 67) انه من خصائص

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

الأفراد الصامدين أن لديهم تحمل للغموض مع مزاجاً جيداً، وفعالية في الذات، وهم اصحاب مهارات تخطيط مرتفعة مما يدعم افتراض الباحث في ان الصمود النفسي يتوسط العلاقة بين القلق والتبصر .

وبشكل عام فإن الأشخاص الذين يتحملون الغموض بشكل جيد هم أقل عرضة للقلق؛ فهم قادرون على التعامل مع عدم اليقين دون الشعور بالتهديد أو التوتر. أما الأشخاص الذين لا يتحملون الغموض بشكل جيد فهم أكثر عرضة للقلق؛ فهم يشعرون بالتهديد أو التوتر عندما لا يعرفون ما سيحدث (قطب وآخرون، ٢٠٢١). والباحث هنا يفترض نظرياً أنه في اطار العلاقة بين التبصر والقلق يكون للصمود النفسي دور في تطوير تبصر أكثر واقعية بشأن المستقبل، ومن ثم يقلل من فرصه في الشعور بالقلق والاحباط إذا لم يحقق اهدافه؛ وهنا الصمود النفسي يساعد في تعزيز الشعور بالقدرة على التحكم في المستقبل والذي بدوره يقلل من مستوى القلق، ويساعده على تطوير مهارات التأمل وتقنيات الاسترخاء، والتركيز على أهدافه المستقبلية بدلاً من الأخطاء التي ارتكبها في الماضي، وهذا ما أكده (Wolin&Wolin, 1993:67) حيث افاد بان الصمود النفسي يمكن الفرد من التفاعل مع مشاعر واتجاهات وأفكار الآخرين مما يسهل عليه التبصر بشكل أفضل ثم معرفة كيفية تكيف سلوك الفرد وتعديله ليكون متناسباً مع المواقف المختلفة.



شكل (١)

النموذج المقترح للعلاقة بين التبصر كمتغير مستقل،
والصمود النفسي كمتغير وسيط، والقلق كمتغير تابع

وتأكيداً على ما سبق فان التبصر يؤثر على النتائج السلوكية للأفراد حيث يسمح لهم بمحاكاة السيناريوهات المستقبلية ذهنياً والتخطيط وفق لذلك مما يسمح للأفراد بالنظر في العواقب المحتملة لأفعالهم واتخاذ خيارات أكثر استنارة. كما يؤثر تبصر الفرد على صحته النفسية، فالنظرة السلبية للمستقبل تزيد القلق والاكتئاب؛ حيث يميل الأفراد القلقون إلى توليد المزيد التوقعات المستقبلية السلبية، بينما يميل الافراد المكتئبون الى توليد عدد أقل من التجارب

المستقبلية الايجابية (Atance, O'Neill, 2001). لذا فإن مشكلة الدراسة الراهنة تتمركز حول الاجابة على التساؤلين الرئيسيين التاليين:

- هل يتوسط الصمود النفسي العلاقة بين التبصر والقلق لدى بعض طلاب الجامعة ؟
 - هل تتأثر العلاقة بين التبصر والقلق بمستوى الصمود النفسي لدى الجنسين من طلاب الجامعة؟
- وينبثق من التساؤل الرئيسي الثاني تساؤلات فرعية هي:
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين الطلاب الجامعيين ترجع الى النوع (ذكور/إناث)؟
 - هل يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لمستوى الصمود النفسي على مستوى القلق لدى الطلاب الجامعيين؟
 - هل يوجد تفاعل ذو دلالة إحصائية بين الجنس ومستوى الصمود النفسي في تأثيرهما على مستوى القلق لدى الطلاب الجامعيين؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين التبصر كمتغير مستقل، والصمود النفسي كمتغير وسيط، والقلق كمتغير تابع لدى بعض طلاب الجامعات المصرية واعداد استبيانات للصمود النفسي والتبصر. وفحص مستوى دلالة تفاعل وتأثير النوع والصمود النفسي فى القلق، وفحص تأثير الصمود النفسي على مستويات القلق لكل من الذكور والإناث بشكل منفصل

أهمية الدراسة

الاهمية النظرية :

- ١- تتبع أهمية الدراسة الراهنة فى تناولها لعدة مفاهيم ترتبط بمجال الصحة النفسية حيث تقدم هذه الدراسة مساهمة مهمة للأدبيات العلمية من خلال تقديم رؤى جديدة حول كيفية تأثير الصمود النفسي والتبصر على مستويات القلق لدى طلاب الجامعة.
- ٢- تكمن أهمية الدراسة الراهنة فى الإثراء النظري العربي لمفهوم التبصر وهو مفهوم حديث.

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- ٣- تقدم الدراسة فهماً أعمق للعلاقات بين التبصر، الصمود النفسي، والقلق. توضح كيف يمكن أن يلعب الصمود النفسي دور الوسيط في هذه العلاقة، مما يساعد على تحديد العوامل التي قد تساهم في تقليل مستويات القلق.
- ٤- تساهم الدراسة في فهم الفروق بين الجنسين في تأثير الصمود النفسي والتبصر على القلق، مما يمكن أن يضيف معلومات حول الفروق النفسية بين الذكور والإناث.

الأهمية التطبيقية :

- ١- أعداد نسخة من استبيان التبصر والصمود النفسي يتمتعان بخصائص سيكومترية مقبولة في البيئة العربية وتتاسب عينة الدراسة من طلاب الجامعة.
- ٢- يمكن استخدام نتائج الدراسة لتطوير برامج دعم نفسي موجهة لطلاب الجامعة. هذه البرامج يمكن أن تستهدف تعزيز الصمود النفسي والتبصر كوسيلة لتقليل مستويات القلق.
- ٣- يمكن للمؤسسات التعليمية الاستفادة من النتائج لتقديم استراتيجيات دعم نفسي فعالة للطلاب، وتحسين الصحة النفسية للطلاب وهذا يمكن أن يؤدي إلى تحسين أدائهم الأكاديمي ورفع مستوى رضاهم العام عن تجربتهم الجامعية.
- ٤- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في اعداد وتصميم برامج وندوات علمية وثقافية لتنمية الصمود النفسي والتبصر لدى طلاب الجامعة.
- ٥- قد تفيد نتائج الدراسة في اعداد برامج تنموية تساهم في تحفيز مستوى مرتفع من الصحة النفسية لطلاب الجامعات وتساهم في الحد من المشكلات النفسية التي يعانون منها وتساهم في تحسين طرق رعاية تلك الفئة نفسياً واجتماعياً وتربوياً.
- ٦- يمكن للمسؤولين وصناع القرار في الجامعات استخدام نتائج الدراسة لتطوير سياسات وبرامج دعم تهدف إلى تعزيز الصمود النفسي والتبصر بين الطلاب، مما يساهم في تقليل مستويات القلق وتحسين جودة الحياة الجامعية.

الاطار النظري لمفاهيم الدراسة

١- مفهوم الصمود النفسي

تم اقتراح مفهوم الصمود النفسي من خلال ابحاث (Rutter 1993) على أنها عملية التحمل وعدم الاستسلام لآثار التعرض للمخاطر خلال حياة الفرد، وهذا لا يعني إنكار السلبيات او العزلة او تزييف الواقع؛ بل يتعلق الأمر بإجراء فحص حقيقي للواقع والسماح بإعادة بناء

النسيج الاجتماعي؛ وهذا يؤدي بدوره الى حقيقة أن التكيف الايجابي هو مهمة جميع الافراد في الاسرة والمدرسة والمجتمع المحلي (Guzmán, Martín, Falcón, Sierra, 2019). وعلى هذا يمكن اعتبار الصمود انه خاصية متعددة الابعاد تختلف باختلاف السياق والوقت والعمر والجنس والعوامل الثقافية وفق ظروف الحياة المختلفة لكل فرد (Connor & Davidson, 2003). كما يمكن الاتفاق على ان الصمود النفسي يعتبر عملية طبيعية ديناميكية، مرتبطة بالتنمية والنمو البشري والمرتبطة بنمو الفرد ويتداخل فيها العوامل البيئية والانفعالية والسلوكية التي تساعد في التغلب على المواقف الضاغطة (Melillo & Suárez, 2010; Torres, 2010).

ولقد اختلف العلماء فيما بينهم حول طبيعة مفهوم الصمود النفسي؛ فمنهم من تعامل معها باعتبارها سمة شخصية لدي الافراد وتم تصميم ادوات تقديرية للمفهوم كما في مقياس (Wagnild, Young, 1993)، وهناك فريق اخر يتعامل مع الصمود النفسي باعتباره مهارة قابلة للتدريب واشهر مقياس صمم في هذا الجانب مقياس هو مقياس كونور ديفيدسون (Connor & Davidson, 2003) وهو ما يتبناه الباحث. كما يتفق الباحث مع رؤية (الأعسر، ٢٠١٠، ١٣) من حيث أن الصمود النفسي هو منتج أو مخرج وليس سمة، فهو مخرج للتفاعل بين عوامل الخطر المتمثلة فيما تحمله العوامل الشخصية أو البيئة للفرد، وعوامل الوقاية أو العوامل التعويضية المتمثلة فيما تحمله العوامل الشخصية أو البيئة للفرد. ويتم التفاعل من خلال الاستراتيجيات الوسيطة أو المعدلة. وهذا اكده (Reed et al, 2012) حيث أفاد بأن الصمود النفسي ليس سمة شخصية ثابتة، وفي نفس الوقت لا يمكن تقديرها باعتبارها موجودة أو غائبة؛ بل إنها عملية مستمرة من التطور في مواجهة التحديات السلبية

تعريف الصمود النفسي

تتعدد التعريفات المقدمة للصمود النفسي عبر مدى واسع من الانتاج البحثي في المجال الطبي والعلاج النفسي؛ فينظر إليه باعتباره قدرة الفرد المعرفية والجسمية والوجدانية والسلوكية على المواجهة والتعايش مع الضغوط، والتكيف مع التغيرات الجديدة، والتعلم والنمو من الإخفاقات التي تعرض لها مسبقاً (Shestha et al., 2018). ويمكن تصور الصمود النفسي باعتباره سمة شخصية تقاس من خلال التقرير الذاتي لكفاءات الصمود النفسي (Evans-Whipp, Gasser, 2018, P. 119).

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

كما يشير الصمود النفسي إلى عملية التوافق الفعال، والمواجهة الإيجابية للضغوط النفسية التي يواجهها الفرد، مثل: المشكلات الأسرية، ومشكلات التواصل مع الآخرين، والمشكلات الصحية، وضغوط العمل، والمشكلات المالية، وكافة أشكال الشدائد والصدمات، والنكبات (Gouzman et al., 2015, P.3). وهو القدرة على التعافي من الشدائد، والإحباط، والمصائب (Ledesma, 2014, p.1). كما أنه القدرة على التكيف مع الأحداث الضاغطة، وهو عملية مستمرة؛ يُظهر خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً إيجابياً للمصادر الباعثة للضغوط والصراعات (Biron, 2012, 1261).

ويعرفه (Rutter, 2007, p. 217) بأنه مقاومة الخبرات القاسية والمواقف الضاغطة والنهوض بفاعلية بعد هذه الازمات. أما (McCraty & Atkinson, 2012, p. 49) فيعرفه بأنه "قدرة الفرد التي تتعكس بشكل اساسي في العوامل الجسدية كالمقاومة للضغوط والقدرة على تحمل الشدائد والمرونة والعوامل الانفعالية مثل التنظيم الذاتي". ويعرفه كل من (حسن، حسين، قطب، ٢٠٢٢) بأنه القدرة على التكيف مع المواقف الضاغطة التي تواجه الفرد، مما يساعده على حل المشكلات بمرونة وكفاءة مع القدرة على التعافي.

ويعرفه (ابراهيم، ٢٠١٤، ص ١٣٩) بأنه عملية أو سمة أو قدرة تمكن الفرد من المواجهة الايجابية للضغوط والأزمات المختلفة، والنهوض منها بدون انكسار، واستعادة الحالة الجسمية والنفسية الأصلية بعد التعرض للصدمات، والاستمرار في التعايش الإيجابي مع الحياة، وتحقيق النواتج الايجابية (كالهناء الذاتي، والصحة الجسمية والنفسية والنمو النفسي) على الرغم من التعرض للظروف المهددة لهناء الفرد الذاتي، أو حتى دون التعرض لها. ويعرفه كل من (هيبة، ورزق، ٢٠٢١) بأنه محصلة استجابات الفرد لما يقره عن كفاءته الشخصية، وتوجهه نحو المستقبل، واعتماده على ذاته.

وقد عرف (Richardson, 2002:313) الصمود على أنه هو القوة الداخلية التي توجد داخل كل فرد والتي تدفعه إلى السعى وتحقيق الإدراك الذاتي والإيثار والحكمة ويكون الفرد في وئام وتناغم مع مصدر القوة الروحية. كما عرفه (Myers, 2011) بأنه قوة الحياة التي تعزز التجدد واعطاء معنى للحياة ومواجهة المصاعب.

المفاهيم المتداخلة مع مفهوم الصمود النفسي

- الكفاءة : الصمود ليس احدي المعاني المرادفة للكفاءة وإنما هو امتداد لمفهوم الكفاءة النفسية والتي تعبر عن أنواع مختلفة من التكيف والتوافق النفسي بشكل عام، أما الصمود فهو قدرات تظهر في مواجهة الضغوط والصدمات (Rolf, 1999, p7).

- الصلابة النفسية: ترتبط بالصمود النفسي وهي اعتقاد عام لدي الفرد في فاعليته على استخدام ما يتاح له من مصادر بيئية ونفسية ليفسر ويواجه احداث الحياة الضاغطة ويخفف من آثارها على صحته النفسية والجسدية (kobasa, Maddi, Kahn, 1982, p169) لكن الاختلاف بين المفهومين يكمن في ان نتائج الصمود تحسن وتعزز التوافق في حين ان الصلابة تسمح بتحمل الشدائد لكن ليس بالضرورة ان تؤدي الى نتائج ايجابية (Marianne, 2009, p4).

- التعافي : الافراد يستطيعون توضيح صمودهم النفسي من خلال النتائج الفعلية وفي المقابل التعافي يتم خلال فترة من الوقت بدون اظهار أى نتائج تدل على التقدم للأمام. وعلى هذا فالصمود ليس سمة شخصية إنما هو عملية دينامية قابلة للتغير والتعديل (مرجع سابق، ٢٠٠٩، ص ٤٢).

الأسس النظرية لتفسير الصمود النفسي:

- نظرية "ريتشاردسون"

تعتبر من أوائل النظريات التي تفسر الصمود النفسي والذي وضع صياغة للمفهوم، وعرفه بأنه "القوة التي توجد داخل كل فرد وتدفعه إلى تحقيق الذات والإيثار والحكمة؛ وان يكون على تناغم تام مع المصدر الروحي له" وتكمن فكرة النظرية في التوازن البيولوجي النفسي الروحي أى التوازن الذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة الحالية، وتتأثر استجابتنا لضغوط الحياة بمستوى الصمود لدينا كذلك تؤكد "روتر" أن الصمود النفسي يمثل درع دفاعي للأفراد ضد الاصابة بالاضطرابات النفسية التي تصاحب الشدائد والمحن، كما يرى انه احد اهم

3- Competence

4- Ability to recover

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

عوامل حماية الصحة النفسية للفرد والتي تشمل قوى الشخصية والتماسك الاسري والدعم الاجتماعي والاستقلالية والثقة بالنفس (Richardson, 2002: 307; Stein, 2005: 5).

- نظرية التنمية الذاتية البنائية

وهذه النظرية تدعو إلى أن أعراض الصدمة تعد هي "استراتيجيات التكيف" والتي تنشأ لإدارة وسلامة النفس، وأن هناك خمس مناطق ذاتية تتأثر بالأحداث المؤلمة. المنطقة الأولى: وهي الطريقة المعتادة لفهم الذات والعالم بما في ذلك الروحانيات، والمنطقة الثانية: وهي القدرات الذاتية والتعرف على أنها القدرة على التسامح والدمج المؤثر والحفاظ على الاتصال الداخلى مع الذات والآخرين. والمنطقة الثالثة: وهي التي تتأثر بالموارد اللازمة لتلبية الاحتياجات النفسية بطرق ناجحة مثل القدرة على مراقبة الذات. والمنطقة الرابعة: وهي التي تتأثر بمفهوم الحاجات النفسية المركزية والتي تعكس وتتضح في المخططات المعرفية الممزقة في خمسة مجالات (السلامة، الثقة، السيطرة، الاحترام، العلاقة الحميمة). وأخيراً المنطقة الخامسة: وهي نظام الإدراك الحسى والذاكرة ويشمل كلاً من التكيفيات البيولوجية والخبرات الحسية (الشويكي، ٢٠١٩).

-٢ مفهوم التبصر

لا يزال التبصر منطقة غير مستكشفة إلى حد كبير في دراسات علم النفس، ولكنها واحدة من أكثر المناطق التي تستحق الاهتمام الدقيق (Larry, 2010). ولقد اهتم الباحثون النفسيون بدراسة التفكير المستقبلي كمفهوم أوسع من مفهوم التبصر حيث عرفه (محمد، ٢٠٢٢) بأنه عملية عقلية واعية تستند بشكل اساسي على معلومات واضحة سابقة للاستشراف بالمستقبل والوقوف على أفضل التوقعات المستقبلية، ويمكن من خلاله التواصل إلى حلول للمشكلات المستقبلية؛ ويعتمد على اربع مهارات وهي التخطيط، والتوقع، والتصور، وحل المشكلات. ولكن تعريف التبصر بشكل واضح لم يكتمل بعد وأغلب الباحثون يتناولون المفهوم بغرض بناء نظرية وليس اختبار نظرية (Rohrbeck, 2010).

يعد التبصر مفهوم هام في العلاج النفسي، فإن كل تقييم وتقويم للمرضى يبذل بهدف تقدير الوعي بالمرض لدى المرضى أنفسهم، فإن وجود أو عدم وجود التبصر يساعد في

5- Foresight

التفريق بين الاضطرابات الذهانية وغير الذهانية. كما يتم فحص الحالة النفسية بتقييم الحكم الشخصي والاجتماعي واختبار دقة هذا الحكم ومع ذلك، لم تحاول التقييمات السريرية تقييم قدرة الشخص على التخطيط للأفعال المستقبلية، ولم يكن هناك اهتمام كبير بالبحث في قيمة هذا المفهوم (Chaturvedi et al., 2019).

وقد حاول الباحث الاستفادة من الأسس النظرية لموضوعات تتناول بشكل عام القدرة على التفكير في المستقبل، وفهم آثار الأفعال في المستقبل، والتخطيط للمستقبل. حيث يمكن استخدام مفهوم التوجه المستقبلي لفهم كيف ينظر الناس إلى المستقبل، وكيف يؤثر ذلك على سلوكهم. كما يمكن استخدام مفهوم الوعي بالمستقبل لفهم كيف يدرك الناس احتمالات المستقبل، وكيف يؤثر ذلك على قراراتهم؛ ويمكن استخدام مفهوم التفكير المستقبلي لفهم كيف يخطط الناس للمستقبل، وكيف يؤثر ذلك على تحقيق أهدافهم.

تعريفات التبصر: يشير (Cambridge English Dictionary, 2023) فإن التبصر لغوياً هو "القدرة على الحكم بشكل صحيح على ما سيحدث في المستقبل وتخطيط أفعالنا بناءً على هذه المعرفة". ويؤكد (Larry, 2010) على أنه من الصعب تعريف التبصر، ولكنه من السهل التعرف عليه.

تعريف الباحث للتبصر: هو سمة شخصية لدى الفرد تُعبّر عن استعداده الفطري وميله الطبيعي إلى توقع الأحداث المستقبلية بدقة، من خلال استكشاف المواقف المحيطة والاستفادة من خبرات الآخرين وأفكارهم ومشاعرهم، بهدف توليد حلول مبتكرة واستغلال المزايا التنافسية للفرد على المدى الطويل.

ويتفق مع الباحث في هذا الشأن (Ahvenharju et al. 2021) حيث أنه من خلال نظريات علم نفس الشخصية فإن التبصر يعد إحدى سمات الشخصية التي تعبر عن استعداد وميل يصف ويحدد سلوك الفرد في بعض المواقف، ويخضع لمبدأ الفروق الفردية؛ والتبصر مفهوم متعدد الأوجه يستخدم في مجموعة متنوعة من المجالات، بما في ذلك علم النفس والقيادة والإدارة؛ وفيما يلي تصنيف تعريفات التبصر الواردة في التراث النظري الى ثلاثة فئات:

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

تعريفات تناولت التبصر باعتباره مزيج بين القدرة والسمة الشخصية:

يعرفه كل من (Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi, 2006, P.32; Singh, Rajneesh, 2009) بأنه "القدرة على تزويد الآخرين بالمشورة الحكيمة"، كما ان (Larry, 2010) يعرف التبصر بأنه: هو سمة تمكن القائد الناجح من فهم دروس الماضي والامكانيات الحالية، والنتائج المحتملة للقرار بالنسبة للمستقبل. وأنه متجذر بعمق في العقل الحدسي. ويعكس القدرة على فهم النتيجة المحتملة لموقف ما، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بعملية التصنيف". ويضيف تعريف (Perlson, 1997) أن التبصر هو "سمة شخصية تدعم قدرة الفرد على فهم النتيجة المحتملة لموقف ما، والتي تعتمد على معالجة المعلومات وتحديد الأنماط." أما تعريف (Freeman, 2006) التبصر هو "القدرة على رؤية ما هو غير واضح أو واضح، والذي يعتمد على قدرة الفرد على التفكير خارج الصندوق ورؤية الأشياء من منظور جديد." أما تعريف (Martin, 2014) التبصر هو "القدرة على فهم النتيجة المحتملة لموقف ما، والذي يعتمد على قدرة الفرد على ربط المعلومات من مصادر مختلفة. ويعرف (Slaughter, 1997) التبصر على أنه "القدرة على النظر إلى المستقبل وتحقيق رؤية تهدف الى تشكيل استراتيجية وتحديد اجراءات وقرارات سليمة وجديدة. ويعرف بأنه قدرة الفرد على إدراك المستقبل (Amsteus, 2011).

تعريف التبصر باعتباره عملية :

بالنسبة لتعريف كل من (Daheim, Uerz, 2008; Schwarz, 2009) بأنه منهجية لدراسة المستقبل تهدف إلى تحديد الأساليب والعمليات الناجحة والتي تحقق الاهداف المرغوبة. ويعرفه (James et. all, 2001) بأنه: "عملية منظمة تجمع المعلومات التي تؤدي إلى الرؤى حول المستقبل في آفاق متوسطة وطويلة الأجل والتي تستهدف قرارات اليوم والأفعال التدريجية المستمرة. وينشأ التبصر من تقاطع الاتجاهات الخفية في مجالات المعرفة المتطورة للسياسات التحليلية والتخطيط الاستراتيجي ودراسة المستقبل". كما يعرفه (Dadkhan et. al, 2018) بأنه عملية يتم فيها إفادة الأفراد من خلال تجميع المعرفة حول العوامل والاتجاهات المحتملة التي يمكن أن تؤثر على أداء الفرد. والمتبصر يعتمد على مراعاة القوانين وأنماط الحياة والتنافس، ويتم على المستوى الاجتماعي والمؤسسي والاسري وغيرها من المجالات الحياتية. كما يُعرّف التبصر على أنه عملية داخلية لقراءة المستقبل (Becker, 2002).

- تعريف التبصر بأعتبره أداة عقلية:

يأتي تعريف كلٍ من (Rohrbeck, 2010; Amsteus, 2011) للتبصر على أنه مجموعة من الخطوات والأنشطة والدراسات والطرق والقدرات. ويؤكد التعريف السابق تعريف (de Lattre-Gasquet et al., 2003) للتبصر بأنه "أداة قوية لتخيل الامكانيات المستقبلية الممكنة، لرفع درجة الوعي، وللمساعدة في صنع القرار، ومعالجة الأسئلة المتعلقة بالعلاقة بين العلم والمجتمع؛ هذا يرجع إلى دورها في امتصاص أو تقليل عدم اليقين، وبالتالي المساهمة في بناء جسر بين العلم والمجتمع. وقام (Slaughter, Richard, 1995, P. 48) بتعريف التبصر بأنه "رؤية العقل، وتدفع حدود الإدراك إلى الأمام؛" كما يأتي تعريف (Fox, 2017) التبصر هو "القدرة على رؤية ما هو ممكن، والذي يعتمد على قدرة الفرد على التفكير إبداعياً وابتكار حلول جديدة. بينما تعرفه (حنفي، ٢٠٢١) أنه نشاط عقلي يشمل مجموعة من المهارات التي تساعد في تكوين صورة مستقبلية محتمل حدوثها وذلك عن طريق فهم تطور الأحداث من الماضي مروراً بالحاضر إلي المستقبل بهدف وضع تصور مبدئي لما ستكون عليه الظاهرة في المستقبل ثم التخطيط لها وحلها، وتتضمن مهارة التوقع الحدسي والتنبؤ العلمي وحل المشكلات المستقبلية.

المبادئ الأساسية للتبصر

ويستند التبصر بصفة عامة إلى جملة من الافتراضات والمبادئ الأساسية ومنها ما

يلي:

- ليس هناك حتمية مستقبلية حيث يتم التعامل مع المستقبل بوصفه توقعات أو تنبؤات مشروطة لديها درجة متباينة من عدم التأكد يمكن من خلالها الاستعداد لأحداث المستقبل.
- التخطيط للمستقبل يبدأ من الحاضر: يمكن النظر إلى المستقبل تأهباً واستعداداً من الحاضر؛ لذا فهو ينطلق بالاساس من الواقع الحاضر مع الأخذ في الاعتبار التغيرات المستقبلية المتوقعة.
- المستقبل يمكن صناعته: رغم أن المستقبل أمر مجهول، لكن يمكن التبصر به والتخطيط له بغية الاستعداد لمواجهته ومن ثم المشاركة في صناعته، وذلك من خلال تفاعل واع بين الأفراد بعضهم البعض، وتبادل الفهم بينهم، بهدف توسيع مداركهم ومواقفهم وتمكينهم من التوصل لتنبؤات مستقبلية تقترب من الدقة (أحمد، المرسي، ٢٠١٨).

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

كيف يخطط الناس للمستقبل: يمارس الافراد بعض المهارات للتخطيط للمستقبل بهدف التبصر الجيد حيث يقوم الفرد أولاً: بتخيل المستقبل من خلال تكوين علاقات جديدة باستخدام الخبرات السابقة، واستخدام تلك العلاقات في تفسير وتوضيح الحقائق بشكل يساعد على تحسين الحياة في المستقبل. ثانياً: اتخاذ القرار ووضع الحلول الممكنة لمشكلة معينة في ضوء الامكانيات المتاحة والمفاضلة بين تلك الحلول واختيار أفضلها في ضوء النتائج المترتبة على كل منها. وثالثاً: التنبؤ واستقراء الاحداث المستقبلية تأسيساً على بيانات ومعلومات سابقة ثم استخدامها في توقعات محتملة تتجاوز تلك المعلومات والبيانات. ورابعاً: حل المشكلات المستقبلية وتحليل المواقف والمشكلات الحالية بهدف الوصول الى الحلول الممكنة للمشكلات المستقبلية وتخيلها والتعامل معها بايجابية للوقوف على أفضلها (Yli-Panula, et al., 2022).

مراحل التبصر:

تقدم المنصة الأوروبية للتبصر (The European Commission, 2023) في إطار البرنامج السابع لعلوم الإنسان والعلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية أنه هناك مجموعة متنوعة من الأساليب التي يمكن استخدامها في التبصر، وأنه لا يوجد أسلوب واحد مثالي للتبصر؛ وإن لكل أسلوب أهداف معينة بناء على السياق، والموارد، والثقافة، وعقلية الفريق والمشاركين. وعلى الاغلب فإن عملية التبصر تشمل سبعة مراحل وأن هناك حلقات تغذية راجعة في جميع هذه المراحل وهي كما يلي: مرحلة الجدوى وفيها يتم تقييم ما إذا كانت ممارسة التبصر مناسبة ومفيدة بالنظر إلى السياق العام للموقف؛ وما إذا كانت ستتمكن من تحقيق تأثيرات ذات قيمة في الواقع أم لا. ومرحلة المعايير: فبمجرد اتخاذ قرار التبصر فإن هذه المرحلة -بشكل عام- هي مرحلة التخطيط لعملية التبصر، حيث تتم مناقشة واتخاذ القرارات الهيكلية الرئيسية. ومرحلة تحديد النطاق: بعد اتخاذ الخطوات الأساسية للتبصر فمن الضروري المزيد من التطوير لتصميم متماسك وأكثر تفصيلاً، حيث يجب اختيار الموضوعات التي سيتم التعامل معها؛ وكيفية ادراك وفهم هذه الموضوعات. ومرحلة التنظيم: ويقصد لها إدارة الوقت والأشخاص والمشاركين والاتصالات والأهم من ذلك كله عملية التعلم نفسها والتي تعد جوهر عملية التبصر نفسها. ومرحلة وضع المنهجية: بمعنى ان يبتكر الفرد المنهجية المناسبة لحل الموقف وجعلها حاسمة ومعقدة؛ وهنا فان المتبصر يحتاج الى التركيز بشكل أعمق. ومرحلة الإدارة: وفيها يتم إدارة الوقت والأشخاص والمشاركين والاتصالات وعملية التعلم من التجارب

تعد جوانب رئيسية. ومرحلة التقييم: بمجرد اكتمال المهام الرئيسية لعملية التبصر، تكون هناك حاجة إلى أنشطة متابعة لضمان استخدام النتائج بشكل فعال ومشاركة جميع المعارف المكتسبة.

وهناك اربعة مراحل للتبصر اقترحها (Slaughter, Richard, 1995, P. 48) لممارسة التبصر أولها تقييم العواقب من خلال تقييم آثار الأفعال والقرارات الحالية؛ وثانيها التحذير المبكر والتوجيه من خلال اكتشاف المشكلات وتجنبها قبل حدوثها؛ وثالثاً صياغة استراتيجية استباقية من خلال النظر في الآثار الحالية للأحداث المستقبلية المحتملة؛ ورابعاً السيناريوهات المعيارية من خلال تصور جوانب المستقبل المرغوب فيه.

أنماط التبصر

يؤكد (Dian, 2003) أن الشخص يفهم بيئته من خلال أحد أنماط التبصر الستة: المستقبلي، والناشط، والانتهازي، والمرن، والمتوازن، ورد الفعل؛ وأن الأنماط التي تقود التغيير هي المستقبلي والناشط والانتهازي. وتم استقصاء أنماط السمات الستة الخاصة بالتبصر المعرفي لتتوافق مع الفئات الخمسة التي اقترحها (Rogers, 2003) للتبني السلوكي: المبتكرون، والمتحمسون الأوائل، والأغلبية المبكرة، والأغلبية المتأخرة، والمتخلفون وهذا تمشيا مع تحليل مجال القوة (Lewin, 1943). وفيما يلي عرض لأنماط التبصر الستة لـ (Dian, 2003) النمط المستقبلي: يركز هذا النمط على المستقبل ويميل إلى التفكير في الخيارات والنتائج المحتملة، أما النمط الناشط: يركز هذا النمط على الحاضر ويميل إلى اتخاذ إجراءات سريعة. والنمط الانتهازي: يركز هذا النمط على الفرص المتاحة ويميل إلى الاستفادة من الظروف، والنمط المرن: يركز هذا النمط على التكيف مع التغيير ويميل إلى قبول الأشياء كما هي، والنمط المتوازن: يركز هذا النمط على التوازن بين المستقبل والحاضر ويميل إلى اتخاذ قرارات عقلانية، ونمط رد الفعل: يركز هذا النمط على الماضي ويميل إلى التعلم من التجارب السابقة. وعلى ما سبق فإن أنماط التبصر تعد درجة من درجات المنظور الزمني،

6- Opportunist

7- Equilibrant

٨ - تحليل مجال القوة (Force Field Analysis) هو نموذج يُستخدم لفهم القوى التي تؤثر على حالة أو عملية معينة.

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

وبشكل عام فالأفراد لديهم عادةً مزيج من أنماط التبصر الستة ولكنهم يفضلون واحد منهم. وإن الأنماط الست تساهم في صنع القرار الاستباقي أو التبصر الاستراتيجي على المستوى الفردي أو الجماعي أو التنظيمي. وأن مزيجاً من الأنماط داخل الشخص أو الفريق من شأنه أن يعزز التبصر.

الفارق بين التبصر والتفكير في المستقبل

هناك بعض الخلاف في الباحثين حول الفارق بين التفكير في المستقبل والتبصر وهنا يؤكد (Horner et al., 2023) أن التبصر المستقبلي هو امتداد للتفكير في المستقبل العرضي (القدرة المحاكية على تخيل المرء نفسه قبل تجربة الأحداث المستقبلية في الخيال أي التخييل البسيط لسيناريوهات مستقبلية واقعية) والذي يشمل أيضاً القدرة الوظيفية على استخدام الخيال لاتخاذ خطوات في الحاضر لتحقيق النتائج المستقبلية المرجوة بغرض التحكم التوقعي في البيئة المحيطة من خلال السماح بتقييم مرن لكيف يمكن للعمل الحالي ضمان تلبية الاحتياجات المستقبلية وتجنب أي عواقب سلبية في الحياة الواقعية وتعزيز الرفاه النفسي.

وما سبق يؤكد (Slaughter, 1995, P.48) حيث أفاد ان التبصر ثلاثة مكونات أساسية هي القدرة على اكتشاف المخاطر وتجنبها، والقدرة على تقييم عواقب الإجراءات، والقدرة على تصور المستقبل المرغوب. ويمكن استخدام التبصر أيضاً لتقييم دقة التوقعات. لذا فإن التفكير المستقبلي أعم وأشمل من التبصر؛ ولكن التفكير المستقبلي هو عملية أكثر منه مهارة أو قدرة، والتبصر هو قدرة أكثر منه عملية (Daniel et al., 2015).

الفارق بين التبصر والوعي المستقبلي

التبصر والوعي المستقبلي هما مفهومان متشابهان لدرجة كبيرة جداً، ولكنهما غير متطابقين لأن التبصر هو القدرة على فهم وتوقع الأحداث المستقبلية على المدى الزمني القصير والمتوسط وقد يكون غير دقيق، بينما الوعي المستقبلي هو القدرة على التفكير والشعور والتصرف بطريقة واعية بالمستقبل على المدى الطويل مثل تخطيط الطالب لمستقبله المهني (Ahvenharju et al. 2021).

الفارق بين التبصر والاستبصار

التبصر ليس هو الاستبصار كسمات شخصية. ولكن التبصر هو توقع قريب للصحة للمستقبل والأحداث المحتملة، بينما الاستبصار هو القدرة على فهم أسباب الظاهرة أو أسباب

بعض السلوكيات والافكار والانفعالات؛ والتبصر عملية عقلية تتضمن التفكير المنطقي والاستدلال ويتطور تدريجياً (سلامة، ٢٠١٧، ص ١٧١). أما الاستبصار فهو نوع من التبصر يحدث بشكل مفاجئ أو غير متوقع، ويُعرف باسم "رؤية الحقيقة فجأة" (فيرغسون، ٢٠١٦، ص ١٠٢).

الفارق بين التبصر والحكمة

التبصر يركز على القدرة على رؤية المستقبل وتوقع الأحداث المحتملة ويمكن أن يشمل ذلك القدرة على رؤية الاتجاهات المستقبلية وفهم العواقب المحتملة للقرارات، بينما الحكمة تركز على القدرة على اتخاذ قرارات جيدة واتخاذ إجراءات حكيمة بدراسة جيدة للواقع مع مراعاة عواقب القرارات. ربما يكون الإدراك المتأخر للأحكام المستقبلية فقط هو الذي يمكنه تحديد ما إذا كان الإجراء حكيماً بالفعل أم لا (Hayward, Comm, 2005, P.8).

النماذج النظرية المفسرة للتبصر:

- **نظرية الجشطالت:** تقوم هذه النظرية على مبدأ أن الخبرة لا يمكن تحليلها وتأتي للفرد في صورة مركبة، لذا لا يمكن رد السلوك الى مثير واستجابة فقط، بل الى السياق الاجتماعي الذي يتفاعل فيه الفرد مع البيئة. وقد اشارت الى التبصر، واعتبرت ان التبصر يحدث بصورة مفاجئة عندما يدرك الفرد العلاقات التي تكون بين أجزاء الموقف، أما التعلم هنا يكون من خلال استعادة التوازن المعرفي وحل غموض المشكلات عن طريق دراسة تفاعل مكونات الموقف وتكاملها لنتج شكلاً أو صيغة كلية هي في الحقيقة أكبر من مجموع الأجزاء (Ansburg, 2000, p.143).

- **نظرية السمات لألبورت:** ترى (Allport, 1961, p.65) ان التبصر هو نظرة موضوعية للذات وتحرير الفرد من افكاره السلبية وجعل اخطاء الماضي واضحة حتي لا تتكرر، وتجنب الصدام بين التمني والواقع؛ وان الحياة قيمتها في السعي نحو تحقيق الأهداف، ومرتفعوا التبصر لديهم مستوى مرتفع من الذكاء أكثر من غيرهم.

- **نظرية المعرفة الصريحة والضمنية:** تستند هذه النظرية إلى فكرة أن هناك نوعين من المعرفة: أولاً المعرفة الصريحة، وهي المعرفة التي يمكن التعبير عنها بسهولة بالكلمات، وثانياً المعرفة الضمنية، وهي المعرفة التي لا يمكن التعبير عنها بسهولة بالكلمات ولكنها تعكس القدرة العملية على التعلم من الخبرة وتستخدم في تحقيق أهداف ذات قيمة شخصية. ويعتقد

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

أنصار هذه النظرية أن التبصر يعتمد على المعرفة الضمنية وهي المعرفة التي اكتسبناها من خلال التجارب والخبرات، ولكنها ليست موجودة في وعينا المدرك؛ لأنها نشأت من حل المشكلات اليومية بصورة أكثر حكمة وكفاءة؛ بهدف التكيف، وتنعكس بصورة غير صريحة في الحل الناجح للمشكلات (Sternberg, 2000, p.12). ويضيف كل من (سعيدة، وسالم، ٢٠١٢) أن التبصر يرتبط بالمعرفة الضمنية حيث يتم اكتساب تلك المعرفة من خلال استبصارات الفرد بصورة أساسية لجوانب الخبرة مع الاعتماد الضعيف على الآخرين وعلى المصادر الأخرى؛ وعلى هذا فإن التبصر يتطور تدريجياً مع نمو المعرفة الضمنية والتي تتحول إلى قوة فاعلة آلية للأداء نتيجة اندماجها في سلوك الفرد.

- **نظرية معالجة المعلومات:** تصف هذه النظرية كيفية معالجة المعلومات في الذاكرة البشرية، حيث يتم ربط المعلومات الجديدة بالمعلومات السابقة لجعلها أكثر سهولة في التذكر والاسترجاع. وتقوم النظرية على فكرة أن الذاكرة البشرية هي نظام من الروابط، حيث يتم ربط المعلومات الجديدة بالمعلومات السابقة من خلال روابط قوية أو ضعيفة. وكلما كانت الروابط أقوى، زادت سهولة تذكر المعلومات الجديدة. وتستند هذه النظرية في تفسير التبصر إلى فكرة أنه يحدث عندما يتم ربط المعلومات المختلفة معاً بطريقة غير متوقعة. ويعتقد أنصار هذه النظرية أن التبصر يمكن أن يحدث عندما يتم تنشيط المعرفة في الدماغ بطريقة جديدة، حيث يكون التبصر هو نتيجة لإعادة تنظيم المعلومات في الذاكرة طويلة المدى. ومن ثم يتم ربط المعلومات الجديدة بالمعلومات السابقة بطريقة جديدة، مما يؤدي إلى فهم جديد للموقف أو المشكلة (الخزيم، ٢٠١٦). وبشكل عام، يعتبر التبصر ظاهرة معقدة لا تزال غير مفهومة تماماً. ومع ذلك، فإن نظرية معالجة المعلومات تقدم تفسيراً مقنعاً لهذه الظاهرة، حيث تركز على أهمية إعادة تنظيم المعلومات في الذاكرة طويلة المدى.

- **النظرية البنائية الاجتماعية:** هي نظرية تعليمية تركز على مجموعة من الأسس وهي أن اللغة والكلام لهما دور في تنظيم التفكير، ويتم التعلم في بيئة اجتماعية تقوم على التفاعل الاجتماعي والتعاون والمشاركة في تنفيذ الأنشطة التعليمية والتفاوض بين الأفراد بعضهم البعض للوصول لاتفاق في الرأي حول أفضل الحلول للمشكلات التي يمكن تطبيقها مستقبلياً (نصي، ٢٠٢٣)، وعلى هذا فتلك النظرية تفترض أن الفرد يبني معرفته بنفسه أولاً ثم يبحث عن المساعدة، والدعم، ومشاركة المعلومات مع الآخرين لاستكمال عملية البناء المعرفي،

وتستند النظرية البنائية الاجتماعية على أهمية نمو العمليات المستقلة للتعلم بدلاً من الحفظ وتكرار الحقائق، مع محاولة الأفراد التحدث والكتابة. اما بخصوص بناء المعرفة فتتم من خلال التفاعل الاجتماعي (Lombardo, Kantola, 2021; van hover, hicks, 2017).

- **نظرية المعالجة المعرفية العليا:** تستند هذه النظرية إلى فكرة أن التبصر يعتمد على العمليات المعرفية العليا، مثل التفكير الناقد والتفكير الإبداعي، والذكاء والذاكرة. ويعتقد أنصار هذه النظرية أن التبصر يمكن أن يحدث عندما يتم استخدام هذه العمليات المعرفية العليا لمعالجة المعلومات بطريقة جديدة، لكن هذه النظرية ترى انه يمكن تطوير التبصر من خلال التدريب والممارسة (Kahneman, Klein, 2009, P. 220). بالنهاية لا توجد نظرية واحدة تفسر التبصر بشكل كامل. من المحتمل أن يكون التبصر نتيجة لمجموعة من العوامل.

٣- مفهوم القلق

يرى "ايزنك" (٢٠١٤) أن القلق يمكن النظر له من ثلاث وجهات نظر هي: القلق باعتباره انفعال، والقلق باعتباره سمة أو بعد أساسي من أبعاد الشخصية، وثالثاً القلق باعتباره اضطراب نفسي. والباحث في البحث الحالي يتناول القلق باعتباره انفعال (صالح، ٢٠٢٠). وإذا تناولنا تعريفات القلق نجد تعريف (Taylor, 1953, p. 1) والذي يعرف القلق بأنه "الحالة النفسية التي يشعر فيها الفرد بمزيج من الخوف والتوتر والتوقعات السلبية، والتي تتميز بمجموعة من الأعراض الفسيولوجية والسلوكية والنفسية".

ويتفق الباحث مع تعريف "تايلور" للقلق والذي يركز على العناصر التالية: الشعور بالخوف والتوتر والتوقعات السلبية وهي المكونات الأساسية للقلق، وهي موجودة في جميع حالات القلق، سواء كانت خفيفة أو متوسطة أو شديدة. ويركز كذلك التعريف على مجموعة من الأعراض الفسيولوجية والسلوكية والنفسية وقد تظهر الأعراض الجسدية للقلق في صورة تسارع ضربات القلب، والتعرق، واضطرابات النوم، وصعوبة التركيز، وزيادة التوتر العضلي. أما الأعراض السلوكية، فقد تظهر في صورة تجنب المواقف التي تسبب القلق، أو الانسحاب الاجتماعي، أو السلوك العدواني. أما الأعراض النفسية، فقد تظهر في صورة الشعور بالضيق، والاكتئاب، والتفكير الوسواسي.

ويعرف (محمود، ٢٠١٦، ص ٨٩) القلق بأنه خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عندما يشعر بالخوف أو التهديد من شيء دون ان يستطيع تحديده، وغالبا ما تصاحب هذه

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

الحالة بعض التغيرات الفسيولوجية. ويعرفه (Lei, Li, 2021, P.65) بأنه حالة عصبية وعاطفية مضطربة عند مواجهة الأحداث المهمة أو المواقف الخطيرة. وتعرفه (عبد السلام، ٢٠١٨، ص ٢٦٩) بأنه حالة انفعالية مؤقتة، تعتمد بصورة أساسية على الظروف الضاغطة وتختفي في حالة اختفاء مصدر التهديد.

ويعرفه (Singh, Kerketta, 2016, P.263) بأنه نوع من أنواع الرهبة أو الشعور السلبي الذي يتشكل جراء الشعور بالإحباط أو الوقوع بالفشل والذنب، وهو ما ينتج عنه عدم قدرة الفرد على تحقيق أهدافه. ويعرفه (عكاشة، عكاشة، ٢٠١٥، ص ١٣٨) بأنه شعور عام غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر، مصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاارادي، ويأتي في نوبات متكررة مثل الشعور بالفراغ في فم المعدة، أو السحبة في الصدر أو كثرة الحركة.

نظريات تفسير القلق

- **النظرية المعرفية:** وترى القلق على اساس افتراض يقوم على كون العمليات العقلية هي أساس التوتر، ومرتفعوا القلق تسيطر عليه تصورات ذهنية مفادها أن هناك حادثاً خطيراً سيقع، فتؤدي هذه التصورات الى اضطراب التفكير (عبد الحليم، ٢٠٢٢).

- **النظرية السلوكية:** ترى ان القلق يحدث نتيجة للتعلم الخاطيء في البيئة المحيطة بالفرد، وعليه فهو استجابة مكتسبة متعلمة قد تنتج تحت ظروف أو عوامل او مواقف معينة، ثم تعمم هذه الاستجابة وهذا يحدث وفق لمبادئ التعلم الشرطي (حافظ، ٢٠٢١).

- **نظرية التعلم الاجتماعي:** تفسر القلق بأنه لا بد من فحص البيئة الوالدية عند تفسير نشأة وتطور القلق حيث يمثل الوالدين مصادر عالية التأثير لزيادة القلق لدى الافراد او باعتبارهم عوامل جوهرية في بقاءه واستمراره ويمثلوا قوة داعمة لزيادة السلوكيات التجنبية لدى الابناء (Wilmshurst, 2017, P.401). وفيما يلي يعرض الباحث الدراسات السابقة التي تمكن من التوصل لها.

الدراسات والبحوث السابقة

يمكن تقسيم الدراسات السابقة الي ثلاثة فئات هي:

أولاً : الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصمود النفسي والقلق.

هدفت دراسة (سعيد، ٢٠٢٤) إلى معرفة دور الصمود النفسي في تعديل العلاقة بين القلق والاكتئاب وجودة الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة، حيث تكونت العينة من (٢٥٦) طالباً وطالبة (١١٥) من الذكور، و(١٤١) من الإناث ، تتراوح أعمارهم بين (١٩ - ٢٤) عام، وتم تطبيق اختبار الصمود النفسي (إعداد الباحث)، واختبار القلق كسمة لسبيلبرجر، ترجمة أحمد عبد الخالق، واختبار بيك للاكتئاب، ترجمة غريب عبد الفتاح، واختبار منظمة الصحة العالمية المختصر لجودة الحياة، ترجمة بشرى إسماعيل، وقد توصلت النتائج إلى، وجود فروق بين مرتفعوا ومنخفضوا القلق والاكتئاب في جودة الحياة، ووجود فروق بين مرتفعوا ومنخفضوا الصمود النفسي في كل من القلق، والاكتئاب، وجودة الحياة، كما تبين إسهام الصمود النفسي في تعديل العلاقة بين كل من القلق وجودة الحياة، وبين الاكتئاب وجودة الحياة.

كما هدفت دراسة (Liu, Yu, Sun, 2023) إلى معرفة العلاقة بين السمات الخمس الكبرى للشخصية والصمود النفسي والقلق لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٢٢٣) طالباً وطالبة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الصمود النفسي له تأثير معدل على القلق ، حيث أن الصمود النفسي يُسهم في تقليل أعراض القلق لدى الطلاب.

وهدفت دراسة (Li,et.al,2023) إلى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي والقلق لدى طلاب الجامعة ، وتكونت العينة من (٢٩٤٨) طالباً جامعياً، وتم استخدام مقياس للصمود النفسي ، ومقياس القلق ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الصمود النفسي والقلق حيث أن الطلاب الذين لديهم درجات مرتفعة في الصمود النفسي كانوا أقل في مستوى القلق عن غيرهم.

ولقد هدفت دراسة (قاعود، ٢٠٢٢) إلى الكشف عن دور كل من القلق والاكتئاب في التنبؤ بالصمود النفسي لدى المراهقين والمراهقات، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٨) مراهقاً ومراهقة، (١٨٩ مراهقة، و٢١٩ مراهقاً) ممن تراوحت أعمارهم بين (١٤-١٨) سنة، وقد طُبقت على العينة البحثية بطارية من الأدوات النفسية شملت: اختبار الصمود النفسي، وقائمة بيك

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

للاكتئاب، وقائمة سبيلبرجر للقلق، وكشفت الدراسة عن أن أكثر المتغيرات المنبئة من حيث قدرتها على تفسير التباين في متغير الصمود النفسي لدى عينة المراهقين هي الدرجة الكلية للقلق، وأن لمظاهر اختلال صورة الذات- كأحد المظاهر النوعية للاكتئاب - قدرة تنبؤية لتفسير التباين الذي يحدث في الدرجة الكلية للصمود النفسي. أما بالنسبة لعينة المراهقات؛ فقد كانت الدرجة الكلية للاكتئاب القدرة على تفسير التباين في الدرجة الكلية للصمود النفسي. كما تبين أن نموذج الدرجات الكلية للحالة المزاجية (الاكتئاب والقلق) معاً كان لهما قدرة تنبؤية لتفسير التباين الذي يحدث في الصمود النفسي، كما تبين أن نموذج الدرجات الكلية للحالة المزاجية (الاكتئاب والقلق) ومظاهر اختلال الدافعية والكفاءة الشخصية معاً كان لهم قدرة تنبؤية لتفسير التباين في الصمود النفسي لدى عينة المراهقات. كذلك تبين أن نموذج الدرجة الكلية للقلق ومظاهر اختلال الدافعية والكفاءة الشخصية معاً كان لهم قدرة تنبؤية لتفسير التباين في الدرجة الكلية للصمود النفسي لدى عينة المراهقات.

كما هدفت دراسة (الصبوة، نوار، ٢٠٢١) إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في كل من القلق والاكتئاب والصمود النفسي لدى المراهقين والمراهقات، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين مرتفعوا الصمود النفسي ومنخفضوا في كل من القلق والاكتئاب، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٨) مراهقاً ومراهقة، (١٨٩ من الإناث، و٢١٩ من الذكور) بحيث تتراوح أعمارهم ما بين (١٤- ١٨) عام، وقد طبقت على العينة مقياس الصمود النفسي، وقائمة بيك للاكتئاب، ومقياس سبيلبرجر للقلق، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين الجنسين في الدرجة الكلية للصمود النفسي، فقد كان الذكور أكثر صموداً من الإناث، كما تبين وجود فروق جوهريّة في اتجاه الإناث في الدرجة الكلية للقلق، والدرجة الكلية للاكتئاب، كما تبين وجود فروق بين كل من مرتفعوا الصمود النفسي في مقابل منخفضوا الصمود النفسي في الدرجات الكلية لكل من القلق والاكتئاب.

كما جانت دراسة (Shi et al., 2021) على عينة من المراهقين والمراهقات الناجيين من زلزال "ونتشوان" في الصين، بهدف الكشف عن الارتباطات بين الوالدية والصمود النفسي وعدد من المظاهر المرضية لدى، وقد اشتملت العينة على (١٢٦٦) مراهقاً ومراهقة، وكان متوسط عمر أفراد العينة (١٥,٩٨) سنة، وانحراف معياري (١,٢٨) سنة؛ فقد بينت النتائج القدرة التنبؤية للصمود النفسي بمظاهر القلق والاكتئاب وكرّب ما بعد الصدمة بعد ضبط عدد

من المتغيرات (العمر، والنوع، وعدد الأشقاء، وخبرة التعرض للزلازل)؛ فكان المراهقون مرتفعوا الصمود أقل تطوراً لمظاهر القلق والاكتئاب وكرب ما بعد الصدمة.

وقام (Liu et al., 2019) بدراسة لمحاولة الكشف عن العوامل المرتبطة بنوعية الحياة لدى المرضى المصابين بالسكتة الدماغية، والكشف عن دور الصمود النفسي في تحسين نوعية الحياة في ظل ضبط بعض المتغيرات مثل القلق والاكتئاب والاداء الوظيفي للجسم، وذلك لدى عينة مكونة من (٢١٥) مريضاً من المرضى المصابين بالسكتة الدماغية في المستشفى الجامعي بالصين، وكان متوسط أعمار أفراد العينة (٦٢,٣٤) سنة وانحراف معياري (١٠,٤١) سنة، وقد كشفت النتائج عن وجود ارتباط عكسي دال بين الصمود النفسي والقلق والاكتئاب، فكان مرتفعوا الصمود النفسي أقل استهدافاً لمظاهر القلق والاكتئاب من بين مرضى السكتة الدماغية، كما كشفت النتائج عن القدرة التنبؤية المرتفعة للصمود النفسي بمظاهر القلق والاكتئاب ويتبعه الاداء الوظيفي للجسم.

كما أجرى (Tas, 2019) دراسة بهدف اختبار ما إذا كان الاكتئاب والقلق والتوتر والدعم الاجتماعي والصمود النفسي لهما تأثير كبير في التنبؤ بالإدمان على الإنترنت بين طلاب الجامعات. وكانت عينة الدراسة مكونة من ٣٤٩ طالباً من جامعتين مختلفتين خلال العام الدراسي ٢٠١٨-٢٠١٩. في الدراسة، وتم استخدام استمارة المعلومات الشخصية، مقياس الاكتئاب والقلق والتوتر، مقياس الإدمان على الإنترنت، مقياس الدعم الاجتماعي المدرك، ومقياس القدرة على التحمل لجمع البيانات. وأفادت النتائج بوجود علاقة سلبية كبيرة بين الإدمان على الإنترنت وكل من الاكتئاب والقلق والتوتر. كما تبين وجود علاقة سلبية كبيرة بين الإدمان على الإنترنت والدعم الاجتماعي والصمود النفسي. كما وجدت علاقة إيجابية كبيرة بين الدعم الاجتماعي والصمود النفسي، كما تبين قدرة القلق على التنبؤ بالصمود النفسي.

ثانياً: الدراسات التي تناولت علاقة بعض المتغيرات المستقبلية المرتبطة بالتبصر في علاقتهم بالقلق

جاءت دراسة (صالح، ٢٠٢٤) والتي هدفت إلى معرفة دور استشراف المستقبل في تعزيز عملية اتخاذ القرار لدى قيادات جامعة المنيا؛ وتم استخدام استبيان مكونة من (٣١) عبارة عن واقع توظيف قيادات جامعة المنيا لمهارات استشراف المستقبل (التوقع المُستقبلي،

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

والرؤية المستقبلية، والتخطيط المُستقبلي، وحل المشكلات المستقبلية، واتخاذ القرارات المستقبلية) ، وتكونت عينة الدراسة من أعضاء هيئة التدريس، والقيادات، وبلغ عددهم (٣٢٤) عضو هيئة تدريس و(٩٩) قائداً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى إن توظيف المهارات لدى قيادات جامعة المنيا بدرجة أدنى من المتوسط، وتم ترتيبها تصاعدياً حسب المطلوب تطويرها كالاتي:(اتخاذ القرارات المستقبلية، وحل المشكلات، والرؤية المستقبلية، والتخطيط المُستقبلي، والتوقع المُستقبلي)، كما توصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الكليات النظرية والعملية، وبين الدرجة الوظيفية(مدرس، وأستاذ مساعد، وأستاذ)، وأيضاً لا توجد فروق بين أعضاء هيئة التدريس والقيادات في مهارتي التوقع المُستقبلي، والتخطيط المُستقبلي، بينما وجدت فروق في المهارات الثلاثة الأخرى لصالح القيادات.

وكانت دراسة (قاسم، ٢٠٢٢) تهدف الى التعرف على التبصر بالذات لدى مديري الجامعة المستنصرية. ودلالة الفروق في التبصر بالذات لدى مديري الجامعة المستنصرية وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث)، وقلق السعي إلى المكانة الاجتماعية لدى مديري الجامعة المستنصرية. ودلالة الفروق في قلق السعي إلى المكانة الاجتماعية لدى مديري الجامعة المستنصرية وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث). وطبيعة العلاقة بين التبصر بالذات وقلق السعي إلى المكانة الاجتماعية لدى مديري الجامعة المستنصرية. ومن أجل تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتطبيق مقياس التبصر بالذات، ومقياس قلق السعي إلى المكانة الاجتماعية القائم على نظرية (هايدر ١٩٥٨)، وتكونت العينة من مديري الجامعة المستنصرية والبالغ عددهم (١٠٠) مدير ومديرة، وتوصلت نتائج البحث إلى إن المديرين لديهم تبصر بالذات، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التبصر بالذات تبعاً لمتغير النوع (ذكور - إناث). وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق السعي إلى المكانة الاجتماعية تبعاً لمتغير النوع ولصالح الإناث. كما تبين وجود علاقة عكسية بين التبصر بالذات وقلق المكانة الاجتماعية.

وهدفنا دراسة (شرف الدين، ٢٠٢٢) إلى التعرف على قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٠) طالبا وطالبة وتم استخدام مقياس قلق المستقبل المهني للطلاب

الجامعي مقياس التوجه نحو الحياة للطالب الجامعي وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين التوجه نحو الحياة وقلق المستقبل المهني للطلاب الجامعي.

كما هدفت دراسة كل من (ياسين، سليمان، ٢٠٢٢)، إلى الكشف عن دور الأفكار الإيجابية ومستوى التوجه نحو الحياة وفق ما يعتقد الفرد انه ذو أهمية ومعنى في حياته ، وعلاقة كل ذلك بقلق المستقبل، ومعرفة أثرهما على درجة السيطرة على حالة التوتر وعدم الاطمئنان، لدى طلبة الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من ١٤٧ طالبا وطالبة من خمس تخصصات لقسم علم النفس بجامعة باتنة، تراوحت أعمارهم بين (٢٢: ٣٧) عام، وتم استخدام مقياس التفكير الإيجابي ترجمة عبد الستار إبراهيم (٢٠١٠)، ومقياس قلق المستقبل (شقيير، ٢٠٠٥)، مقياس التوجه نحو الحياة (الأنصار، ٢٠٠٢)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود أثر لكل من التفكير الإيجابي والتوجه نحو الحياة على خفض درجة قلق لمستقبل، كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في التوجه نحو الحياة حسب الحالة الاجتماعية ومستوى المعيشة لصالح متوسطي ومرتفعي المستوى، بينما لا توجد فروق في كل من التفكير الإيجابي وقلق المستقبل والتوجه نحو الحياة ترجع للنوع، وأوصت هذه الدراسة إلى أن توظيف الأفكار الإيجابية والتوجه نحو المستقبل يُسهم بقوة في خفض حالة التوتر وعدم الاطمئنان وبالتالي خفض درجة قلق المستقبل لدى الطلاب.

وتماشياً مع ما سبق ذكره بحوث فقد هدفت دراسة (صالح، ٢٠٢٠) إلى معرفة التوجه المدرك نحو الحياة وعلاقته بقلق المستقبل والإنجاز الأكاديمي لدي الطلاب الصم بالجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٥) طالب أصم بالمستوى الثالث بالكلية التقنية بالمدينة المنورة، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٨: ٢١) عام، وتم تطبيق مقياس التوجه المدرك نحو الحياة للطلاب الصم بالجامعة من إعداد الباحث ومقياس قلق المستقبل للطلاب الصم بالجامعة من إعداد الباحث وأسفرت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التوجه المدرك نحو الحياة وقلق المستقبل، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوجه نحو الحياة والإنجاز الأكاديمي، ووجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة بين قلق المستقبل و الإنجاز الأكاديمي ، كما توصلت الدراسة إلي أنه يمكن التنبؤ بالتوجه المدرك نحو الحياة من خلال قلق المستقبل والإنجاز الأكاديمي.

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

ثالثاً: الدراسات التي تناولت علاقة بعض المتغيرات المستقبلية المرتبطة بالتبصر بالصمود النفسي

هدفت دراسة (منصور، سلام، ٢٠٢٣) إلى تحليل مسار العلاقات السببية بين كل من القدرة على تحمل الغموض والتوجه نحو الحياة وأساليب المواجهة والصمود النفسي لدى العاملين في مجال الرعاية الطبية (أطباء، وصيادلة، وممرضين)، وتكونت عينة البحث من (٢٣٦) فرد مقسمين الى (١٧٣ إناث، ٦٥ ذكور)، وتكونت أدوات الدراسة من (مقياس القدرة على تحمل النفور من الغموض، والتوجه نحو الحياة، وأساليب المواجهة، والصمود النفسي) من إعداد الباحثان، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير غير مباشر دال إحصائياً لكل من تحمل الغموض والتوجه نحو الحياة على الصمود النفسي عبر أساليب المواجهة كمتغير وسيط، كما تبين وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور مقابل الإناث في القدرة على عدم تحمل الغموض وأساليب المواجهة الفعالة والصمود النفسي، بينما لم يوجد فروق بين الجنسين في كل من التوجه نحو الحياة وتحمل الغموض.

وتأتي دراسة (حماد، ٢٠٢٢) التي هدفت إلى بحث العلاقة بين التوجه نحو المستقبل والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) من طلاب المرحلة الثانوية مقسمين (٥٠) ذكور، (٥٠) إناث، وقد استخدمت الدراسة مقياس التوجه نحو المستقبل ومقياس القلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، وقد تم التحقق من صدقها وثباتها، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين درجات التوجه نحو المستقبل ودرجات مقياس القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات (الذكور والاناث) على مقياس التوجه نحو المستقبل لصالح مجموعة الذكور، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات (الذكور والاناث) على مقياس القلق الاجتماعي لصالح مجموعة الاناث، كما توصلت الدراسة انه يمكن التنبؤ بالقلق الاجتماعي من خلال التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.

هدفت دراسة (العزاوي، ٢٠١٨) إلى معرفة الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة والطموح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة، وتم تطبيق مقياس الصمود النفسي، ومقياس التوجه نحو الحياة، ومقياس الطموح

الأكاديمي من إعداد الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة والطموح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

تعليق عام على الدراسات السابقة:

- أغلب الدراسات والبحوث سواء تناولت طلاب الجامعة أو المراهقين أو المرضى، تتفق على أن الصمود النفسي يقلل من مستوى القلق مثل دراسات (Liu et al., 2023)؛ قاعد، ٢٠٢٢).
- كثير من الدراسات تشير إلى دور الصمود النفسي، أو التوجه نحو المستقبل، أو التفكير الإيجابي، كمتغيرات رئيسية في التنبؤ بالقلق أو التوجه نحو الحياة. وبشكل عام، يبدو أن النتائج تُظهر ترابطاً منطقيًا وواضحاً بين المتغيرات المدروسة، ولكن هناك اختلافات في التركيز. فبعض الدراسات ركزت على القلق والاكتئاب كعوامل مؤثرة، بينما ركزت أخرى على متغيرات مثل التفكير الإيجابي أو الدعم الاجتماعي كمتغيرات وسيطة.
- العديد من الأبحاث ركزت بشكل واضح على طلاب الجامعات والمراهقين، مما يُبرز اهتماماً بفئات الشباب في القضايا النفسية المستقبلية، لكن تجدر الإشارة إلى وجود نقص في التنوع الجغرافي والاجتماعي حيث كانت أغلب الدراسات تركز على عينات محددة (جامعات أو مستشفيات) دون النظر في بيئات أكثر تنوعاً.
- أظهرت دراسة "الصبوة ونوار" (٢٠٢١) إلى وجود فروق بين الجنسين في الصمود النفسي لصالح الذكور، ونجد أن بعض الدراسات الأخرى لم تشر إلى هذه الفروق أو لم تركز عليها بوضوح مما يبرز أهمية نتائج الدراسة الحالية.
- بعض الدراسات مثل (ياسين، سليمان، ٢٠٢٢) تُبرز تأثير الوضع الاجتماعي والمستوى المعيشي على الصمود النفسي، في حين أن دراسات أخرى مثل دراسات (Shi et al., 2021) ركزت على عوامل أكثر ارتباطاً بالتعرض للأزمات مثل الكوارث الطبيعية.
- معظم الدراسات استخدمت عينات من الطلاب الجامعيين مثل (Liu, 2023)، أو المراهقين مثل (Shi et al., 2021)، إضافة إلى عينات محددة مثل المرضى بالسكتة الدماغية (Liu et al., 2019)؛ واشتملت العينات على فئات عمرية متقاربة نسبياً (المراهقين والشباب). وهناك تركيز على الذكور والإناث بشكل متوازن في كثير من الأبحاث. وعلى

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- الجانب الآخر كان لبعض الدراسات تميز في اختيار العينات مثل طلاب الجامعة الصم (صالح، ٢٠٢٠) أو المراهقين الناجين من الكوارث (Shi et al., 2021).
- كان هناك تنوع واضح في أدوات القياس، منها مقاييس الصمود النفسي والتي كانت معدة من الباحثين، أدوات قياس القلق كانت مترجمة مثل أدوات بيك وسيلبرجر، وهناك أدوات خاصة مثل استبيانات التوجه نحو الحياة والتفكير الإيجابي؛ واستخدمت معظم الدراسات أدوات ذات صدق وثبات مما يعزز الثقة بنتائجها.
 - افتقر بعض الدراسات إلى العينات الكبيرة فبالرغم من أن دراسات مثل (Li,et.al,2023) استخدمت عينات كبيرة، نجد دراسات أخرى اعتمدت على عينات صغيرة مما يحد من إمكانية تعميم النتائج، وأخرى تضمنت عينات صغيرة مثل دراسة (صالح، ٢٠٢٠) بعينة من ٢٥ طالبا.

وفي ضوء ما سبق يمكننا صياغة فروض الدراسة كما يلي:

١. يتوسط الصمود النفسي العلاقة بين التبصر والقلق لدى بعض طلاب الجامعة.
٢. تتأثر العلاقة بين التبصر والقلق بمستوى الصمود النفسي لدى الجنسين من طلاب الجامعة.

وينبثق من الفرض الرئيسي الثاني ثلاثة فروض فرعية هي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين الطلاب الجامعيين ترجع الى النوع.
- يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لمستوى الصمود النفسي على مستوى القلق لدى الطلاب الجامعيين.
- يوجد تفاعل ذو دلالة إحصائية بين الجنس ومستوى الصمود النفسي في تأثيرهما على مستوى القلق لدى الطلاب الجامعيين.

المنهج والإجراءات

أولاً : التصميم البحثي

تستخدم الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي والذي يسعى الى فهم كيف يؤثر الصمود النفسي على العلاقة بين التبصر والقلق.

ثانياً : عينة الدراسة

تكونت عينات الدراسة من عينة اساسية وعينة استطلاعية وتم مراعاة ان تكون العينات متجانسة في خصائصها الأساسية مثل العمر، والجنس، والتعليم، وأن يكون حجم العينة مناسب للغرض المستخدمة فيه، مع العلم بأن كلا العينتين كانت غير احتمالية من نوع العينة الميسرة وتم الاعتماد على هذا النوع من العينات لسهولة الوصول لها بسبب التوزيع الجغرافي، والقيود الزمنية، وتوفيراً للجهد اللازم لجمع البيانات، وتوفيراً للتكاليف؛ وفيما يلي عرض لشروط اختيار العينات:

مواصفات العينة الأولى (العينة الاستطلاعية):

وهي عينة ينطبق عليها الشروط الأساسية لمواصفات العينة الاساسية والهدف منها هو اعداد ادوات الدراسة، وحساب معاملات صدق وثبات الادوات، كما تم الإعتماد على جزء منها في إجراء تجربة فهم الالفاظ، وبلغت العينة الاستطلاعية (٤٩) طالب وطالبة؛ حيث قسمت إلى مجموعتين (١٩) طالب و(٣٠) طالبة، وفي المدري العمري (١٨ : ٢٢) عام وبمتوسط حسابي (٢٠,٤٥) وانحراف معياري (١,١١٩).

مواصفات العينة الثانية (العينة الاساسية):

وهي العينة التي تم استخدام بياناتها في اجراءات الدراسة والتحقق من الفروض واستخراج النتائج؛ وبلغ عدد أفرادها (٣٦٨) طالباً وطالبة؛ ومن الملتحقين بكليات التجارة بجامعة بني سويف وطلاب المعهد العالي للعلوم الادارية بأوسيم بالجيزة. كما بلغ عدد الطلاب (١٦٦) طالباً في حين كان عدد الطالبات (٢٠٢) طالبة. كما تراوح المدى العمري للعينة بين (١٨ : ٢٢) سنة، وذلك بمتوسط عمر (٢٠,١٥) سنة، وانحراف معياري قدره (١,٢٣٥)، وكان جميع افراد العينة من سكان الحضر ببني سويف والفيوم والجيزة، وغير متزوجون، وتراوح مستوى دخل الاسرة ما بين (٤٠٠٠ جنيه : ٤٠٠٠٠ جنيه). وجميع افراد العينة من غير المترددين على العيادات النفسية، جدول (١). ولم تظهر فروق دالة بين مجموعتين الدراسة في العمر جدول (٢).

⁹ - Convenience Samples

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

جدول (١)

التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة الأساسية في ضوء النوع والعمر ومحل الإقامة والانتماء الأكاديمي

النسبة المئوية	المجموع	الإناث (ن=٢٠٢)		الذكور (ن=١٦٦)		النوع	
		النسب المئوية	التكرارات	النسب المئوية	التكرارات	المتغيرات	
%١٠,٩	٤٠	%٥٢,٥	٢١	%٤٧,٥	١٩	١٨	العمر
%١٨,٨	٦٩	%٤٣,٤٧	٣٠	%٥٦,٥٢	٣٩	١٩	
%٣٢,٩	١٢١	%٥٨,٦٧	٧١	%٤١,٣٢	٥٠	٢٠	
%١٩,٣	٧١	%٥٦,٣٣	٤٠	%٤٣,٦٦	٣١	٢١	
%١٨,١	٦٧	%٥٩,٧	٤٠	%٤٠,٢٩	٢٧	٢٢	
%٥١,١٣	١٨٨	%٧٢,٧٧	١٤٧	%٢٤,٧	٤١	الجيزة	محل الإقامة
%٢١,٧	٨٠	%١٢,٣٨	٢٥	%٣٣,٣	٥٥	الفيوم	
%٢٧,١٧	١٠٠	%١٤,٨٥	٣٠	%٤٢	٧٠	بني سويف	
%٥٤,٣٥	٢٠٠	%٥٩,٤	١٢٠	%٤٨,١٩	٨٠	المعهد العالي للعلوم الإدارية بأوسيم الجيزة	الانتماء الأكاديمي
%٤٥,٦٥	١٦٨	%٤٠,٦	٨٢	%٥١,٨١	٨٦	كلية تجارة جامعة بني سويف	

جدول (٢)

دلالة الفروق بين الجنسين في العمر للعينة الثانية (الأساسية)

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	عينة الإناث (ن=٢٠٢)		عينة الذكور (ن=١٦٦)		النوع
		ع	م	ع	م	
غير دالة	١,١٦٦	١,٣١٩	٢٠,٠٨	١,١٢٢	٢٠,٢٣	العمر

ولحساب دلالة الفرق بين نسبة الذكور ونسبة الإناث في العينة الكلية خاصة وأنهم نسبتين غير مرتبطتين فقد استخدم الباحث معادلة النسب الحرجة حيث تم افتراض أنه ليس هناك أي فرق بين نسبة الذكور ونسبة الإناث وعليه فإن س١ هي نسبة الذكور وقيمته

HZ-test for proportions

(٠,٤٥١)، أما س٢ هي نسبة الاناث وقيمتها (٠,٥٤٩) وسنبدأ بحساب النسبة الكلية المشتركة (س)

$$س = \frac{(٢٠٢ \times ٠,٥٤٩) + (١٦٦ \times ٠,٤٥١)}{٢٠٢ + ١٦٦} = \frac{٢٠٢ \times ٠,٥٤٩ + ١٦٦ \times ٠,٤٥١}{٢٠٢ + ١٦٦} = ٠,٥٠٤٨$$

والخطوة الثانية نقوم بحساب النسبة العكسية (ص) = ١ - س = ١ - ٠,٥٠٤٨ = ٠,٤٩٥٢

$$وهنا نقوم بحساب الخطأ المعياري للفروق بين النسبتين (SE) = \sqrt{ص \times س \times \left(\frac{١}{٢} + \frac{١}{١} \right)} = \sqrt{٠,٤٩٥٢ \times ٠,٥٠٤٨ \times \left(\frac{٢٠٢}{١} + \frac{١٦٦}{١} \right)} = ٠,٠٥٢٤$$

وبناء على ما سبق فإن النسبة الحرجة هي حاصل قسمة الفرق بين النسبتين على الخطأ المعياري للفرق بين النسبتين س، ص والتي تصبح -١,٨٧ تقريباً ومن خلال جدول التوزيع الطبيعي المعياري لمعرفة الدلالة الاحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ثنائي الطرف تكون نسبة القيمة الحرجة + ١,٩٦ (عبد الرحمن، ١٩٩٨، ص ١٣٦)، وعليه فإن النسبة الحرجة (-١,٨٧) أقل من (-١,٩٦) فإن الفارق بين نسبة الذكور والاناث غير دالا احصائياً ولا يوجد اي فارق معنوي بينهم.

ثالثاً: ادوات الدراسة

استخدم الباحث في الدراسة الاستطلاعية لتحقيق الهدف أدوات متمثلة في:-

١- استمارة البيانات الاساسية: وهي عبارة عن بعض البنود المنوط بها جمع بيانات عن أفراد العينة، مثل السن، العنوان، المستوى الاجتماعي..... إلخ.

٢- استبيان التبصر (اعداد الباحث)

قام الباحث باعداد استبيان التبصر لدى طلاب الجامعة بهدف الحصول على أداة سيكومترية تتناسب مع طبيعة وخصائص العينة وأهداف الدراسة الراهنة، وذلك لندرة المقاييس التي تقيس التبصر عند طلاب الجامعة، وتكون الاستبيان في صورته النهائية من (٢٧) بند وأمام كل بند خمسة أختيارات هي (موافق جداً، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق جداً) وعلى المفحوص أن يضع علامة (✓) أمام الأختيار الذي يعبر عن رأيه. حيث أن الإختيار (موافق جداً) يأخذ (خمس درجات)، والإختيار (موافق) يأخذ (اربع درجات)، والإختيار (محايد)

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

يأخذ (ثلاث درجات)، والإختيار (غير موافق) يأخذ (درجتين)، والاختيار (غير موافق جدا) يأخذ (درجة واحدة) . وعلى ما سبق فإن درجة الاستجابة على الاستبيان تتراوح ما بين (٢٧: ١٣٥) درجة. وكلما زادت الدرجة دلت على إرتفاع مستوى التبصر. ولقد تم إتباع عدد من الخطوات أثناء إعداد الأداة تتضح فيما يلي:

- اطلع الباحث (في حدود ما توافر له) على الأطر النظرية والدراسات السابقة وعلى العديد من المقاييس الأجنبية والعربية التي تناولت مفهوم التبصر من حيث المفهوم، والمكونات، والعوامل المرتبطة به، والنماذج المفسره له مثل (Yang, Urminsky, 2015; Hayward, Comm, 2005; Gary, 2009; Andersen, Rasmussen, 2014; Destatte, 2010؛ الحياي، فحل، ٢٠١٩).
- الاطلاع على مجموعة من المقاييس التي هدفت الى تقدير بعض المفاهيم المتقاربة مع مفهوم التبصر لدى عينات مختلفة مثل: مقياس الوعي بالمستقبل والذي تم تطويره لقياس مدى إدراك الناس وتوقعاتهم وإعدادهم للمستقبل، ويتكون المقياس من خمسة أبعاد: المنظور الزمني، والمعتقدات المتعلقة بالفاعلية، والانفتاح على البدائل، وإدراك الأنظمة، والاهتمام بالآخرين (Ahvenharju et al. 2021). ومقياس "زيمباردو" للتوجه الزمني ويتكون المقياس من ٥٦ بند، وهو مقياس متكامل للعوامل المعرفية والعاطفية والسلوكية لعلم النفس الزمني، ويضم خمسة أبعاد للتوجه الزمني هي المستقبل الإيجابي: يشير إلى التركيز على الأهداف والخطط المستقبلية طويلة المدى. والمستقبل السلبي: يشير إلى التركيز على العواقب السلبية المحتملة للسلوك الحالي. والحاضر اللحظي: يشير إلى التركيز على التجارب الحالية. والمتع الفورية (Temple et Al., 2007). ومقياس التفكير في أحداث المستقبل (هلال، ٢٠١٥)، ومقياس التوجه نحو المستقبل (اسماعيل، ٢٠٢٢؛ حجازي، ٢٠٠٨)، ومقياس منظور الوقت (أحمد، ٢٠١٥)، ومقياس التوجه للمستقبل (Seginer, 2008)، ومقياس منظور زمن المستقبل (عبد الوهاب، ٢٠١١).

HThe Futures Consciousness Scale
12Zimbaro Time Perspective Inventory (ZTPI)

- تحديد التعريف الاجرائي لمفهوم التبصر .
- عرض الاستبيان في صورته الاولية على (٣) محكمين من المتخصصين في علم النفس لابداء الرأى حول مدى ارتباط كل مفردة بمفهوم التبصر، ومناسبة كل مفردة للمرحلة العمرية للعينة، ودقة الصياغة واقتراح ما يمكن اضافته من عبارات.
- تم صياغة التعليمات الملائمة للاستبيان وقد استقر الباحث على استخدام مقياس ليكرت الخماسي بحيث يتيح للمفحوص التعبير عن رأيه والاختيار بين البدائل بدون ان يؤدي الى تشتت المفحوص.
- تطبيق الاستبيان على العينة الاستطلاعية لاجراء تجربة فهم الالفاظ ووضوح التعليمات والتعرف على الصعوبات التي قد تواجه الطلاب اثناء التطبيق وتقدير الزمن الذي يستغرقه تطبيق الاستبيان ومن ثم حساب معاملات الثبات والصدق للاستبيان.

٣- مقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي (ترجمة وتقنين الباحث) ؛
بفحص التراث النظري نجد انه قد تم تطوير العديد من الأدوات التي تقيس الصمود النفسي الا ان الغالبية العظمى منها لم تطبق على نطاق واسع، كما أنها صممت لفئات معينة وبالتالي فهي تقنر الى التعميم ومرونة الاستخدام، وبعضها ذو كفاءة سيكومترية منخفضة وهذا ما دفع الباحث الى ترجمة مقياس واسع الاستخدام، والعمل على التحقق من تمتعه بمعاملات صدق وثبات مرتفعة حتى يتمكن من الوثوق في نتائج القياس. ويهدف مقياس "كونور دافيدسون" الى تقييم قدرة الفرد على التكيف والتغلب على الضغوط ومواجهة المواقف الصعبة والصدمات النفسية. ويتكون المقياس من (٢٥) بند تنظم في خمسة ابعاد، وأمام كل بند خمسة أختيارات هي (موافق جدا، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق جدا) وعلى المفحوص أن يضع علامة (√) أمام الأختيار الذي يعبر عن رأيه. حيث أن الإختيار (موافق جدا) يأخذ (خمس درجات)، والإختيار (موافق) يأخذ (اربع درجات)، والإختيار (محايد) يأخذ (ثلاث درجات)، والإختيار (غير موافق) يأخذ (درجتين)، والإختيار (غير موافق جدا) يأخذ

١٣ - ينتهز الباحث الفرصة ليقدم الشكر لكل من أ.د/ سيد الوكيل استاذ علم النفس بكلية الاداب جامعة الفيوم، أ.م.د/ زيزي السيد استاذ علم النفس المساعد بكلية الاداب جامعة الفيوم، ودكتورة أميمة رفعت مذكور زميل علم النفس الاكلينيكي مستشفيات جامعة عين شمس
14The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-25)

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

(درجة واحدة). وعلى ما سبق فإن درجة الاستجابة على المقياس تتراوح ما بين (٢٥: ١٢٥). وكلما زادت الدرجة دلت على إرتفاع مستوى الصمود النفسي حيث لا توجد بنود عكسية.

٤- مقياس "تايلور" للقلق الصريح

اقترحت هذا المقياس عالمة النفس الأمريكية "جانيت تايلور سبينس تايلور" (١٩٥٩) وهو مشتق من اختبار مينسوتا للشخصية المتعددة الأوجه والذي صمم في صيغته الأصلية في أواخر الثلاثينيات الميلادية من القرن الماضي خلال الفترة الزمنية ما بين ١٩٣٠-١٩٤٠م، وهو أحد الأدوات التي تستخدم لتحديد شدة القلق عند الأشخاص. وقام بتعريبه (فهمي، غالي، ١٩٩٣) ويتكون المقياس الذي يقيس خاصية القلق من (٥٠) عبارة تهدف الى التعرف على الأعراض الظاهرة والصريحة التي يعاني منها شخص ما لتحديد مستوى القلق، ويتم تصحيح المقياس من خلال الاختيار بين البدائل (نعم / لا)، وتعطى درجة واحدة عن كل اجابة (بنعم)؛ وتتراوح الدرجات التي تحسب لمستويات القلق الذي يعانيه المفحوص ما بين (صفر - ١٦) وهو خال من القلق، و(١٧ - ٢٠) قلق بسيط، (٢١ - ٢٦) قلق نوعا ما، و(٢٧ - ٢٩) قلق شديد، (٣٠ - ٥٠) قلق شديد جدا. كما تم تعديل بعض بنود المقياس بمعرفة الباحث لخدمة اهداف الدراسة جدول (٨).

التعريفات الاجرائية لمفاهيم الدراسة :

- **التبصر:** "درجة الفرد على استبيان التبصر والتي تُعبّر عن استعداده الفطري وميله الطبيعي إلى توقع الأحداث المستقبلية بدقة، من خلال استكشاف المواقف المحيطة والاستفادة من خبرات الآخرين وأفكارهم ومشاعرهم، بهدف توليد حلول مبتكرة واستغلال المزايا التنافسية للفرد على المدى الطويل".
- **الصمود النفسي:** هو "درجة الفرد على مقياس الصمود النفسي والتي تعبر عن قدرة الفرد على التكيف والازدهار في مواجهة الشدائد وهو عملية مستمرة؛ ومكوناته هي الكفاءة الذاتية والمثابرة، والثقة بالنفس والتسامح مع المشاعر السلبية، والقبول الايجابي والعلاقات الآمنة، والشعور بالتحكم والسيطرة على ادارة الحياة واتخاذ القرارات بوعي واخيرا التأثيرات الروحية وتوقع نتائج ايجابية في المستقبل".

15 The Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS)

- **القلق:** هو "درجة الفرد على مقياس القلق الصريح والتي تعني شعور الفرد بالخوف والتوتر وتكوين توقعات سلبية حول الاحداث؛ ويعكس مستوى القلق الذي يشعر به الفرد في لحظة معينة، كما تعبر عن مجموعة من الأعراض الفسيولوجية مثل تسارع ضربات القلب، والتعرق، واضطرابات النوم، وصعوبة التركيز، وزيادة التوتر العضلي؛ أما الاعراض السلوكية منها تجنب المواقف التي تسبب القلق، أو الانسحاب الاجتماعي، أو إظهار سلوكيات دفاعية كالسلوك العدواني، والتي تمثل استراتيجيات فردية للتكيف مع الشعور بالقلق؛ واخيرا الاعراض النفسية مثل الشعور بالكرب، التفكير السلبي، والمبالغة في التوقعات السلبية.

حساب الخصائص القياسية النفسية لأدوات الدراسة:

قام الباحث بالتأكد من صدق أدوات الدراسة الراهنة بطرق تناسب طبيعة المتغيرات وطبيعة عينة الدراسة وتكوين الادوات حيث تم حساب معامل الصدق التقاربي مع (استبيان التبصر - مقياس تايلور للقلق)، وتم حساب الصدق التلازمي مع (مقياس "كونور ديفيدسون" للصدود النفسي - مقياس تايلور للقلق الصريح)، وتم حساب الصدق التمييزي مع (مقياس "كونور ديفيدسون" للصدود النفسي - استبيان التبصر)، وأخيراً صدق المضمون لاستبيان التبصر. اضافة لما سبق فقد قام الباحث بحساب معاملات ثبات أدوات الدراسة بطريقة إعادة الاختبار، وطريقة التجزئة النصفية، وثبات ماك دونالد اوميجا؛ ثم تم احتساب ثبات الدرجة الكلية لمقياس الصدود النفسي بطريقة ثبات الفا الطبقي.

أولاً : حساب معاملات الصدق لأدوات الدراسة

• الصدق التقاربي لاستبيان التبصر

استبيان التبصر يهدف إلى قياس نمط معرفي داخلي وعلى هذا فإنه قد يكون مرتبطاً بسمات معرفية أخرى مثل الدراية بالانتباه المتعقل أو الصدود النفسي، وبالتالي فإن اختبار ارتباطه بهذه المتغيرات يساعد في تأكيد دقته وصدق قياسه. وعلى هذا تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين استبيان التبصر وكل من استبيان الدراية بالانتباه المتعقل (حسن، ٢٠٢٣) ومقياس كونور-ديفيدسون للصدود النفسي جدول (٣).

الدور الوسيط للصدوم النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

جدول (٣)

معاملات ارتباط بيرسون بين أداء العينة الاستطلاعية على استبيان التبصر
واستبيان الدراية بالانتباه المتعل ومقياس كونور-ديفيدسون

للصدوم النفسي لدى الجنسين

التبصر		المتغيرات
الاناث (ن= ٣٠)	الذكور (ن= ١٩)	
**٠,٩١١	**٠,٨٥٠	الدراية بالانتباه المتعل
**٠,٨٨١	**٠,٨٠٦	الصدوم النفسي

من الجدول السابق يتبين وجود علاقة ارتباطية طردية دالة بين أداء افراد العينة الاستطلاعية على استبيان التبصر وكلٍ من استبيان الدراية بالانتباه المتعل ومقياس الصدوم النفسي لدى الجنسين مما يدل على ان استبيان التبصر يتمتع بمستوى مرتفع من الصدق وصالح للاستخدام على عينة الدراسة الراهنة.

• صدق المضمون لاستبيان التبصر

ان صدق المضمون يتعلق بمدى شمولية البنود لموضوع الدراسة ودقتها في قياس مفهوم التبصر حيث انه يجب ان يمر بعدة نقاط هي: أولاً التأكد من شمولية البنود حيث يجب ان تغطي بنود الاستبيان مجموعة متنوعة من جوانب التبصر وتوقع المستقبل وتفاعلات الفرد مع الآخرين. ويفحص التعريف الاجرائي للباحث نجد ان التعريف يشمل عدة مكونات مثل القدرة على التوقع وينطبق عليها البنود مثل: "أنتبأ بتصرفات الآخرين" و"انتبأ بالمشكلات قبل حدوثها"، أما المكون الثاني فهو استكشاف المواقف وينطبق عليها بنود مثل: "أفسر المواقف بشكل كلي" و"قبل أن أنتقد شخصاً ما، أحاول أن أتخيل شعوري لو كنت مكانه"، والمكون الثالث هو فهم خبرات وأفكار ومشاعر الآخرين وينطبق عليها البنود مثل: "عندما أشعر بالضيق من تصرف شخص ما فأنا أحاول وضع نفسي في مكانه" و"أحاول أن أفهم وأفحص وجهة نظر الآخرين قبل أن أتخذ أي قرار"؛ والمكون الرابع هو تحقيق حلول ناجحة وينطبق عليها البنود مثل "قد أصل لحلول وسطية في حل المشكلات مع الآخرين" و"لدى القدرة على حل الأزمات بطريقة مناسبة"، واخيرا المكون الخامس هو استغلال المميزات التنافسية وينطبق

** دالة عند (٠,٠١)

عليه بنود مثل "أفضل البعد عن الأشياء التي تضرني على المدى البعيد حتى لو استشعرتني بالارتياح على المدى القريب" و"لدى نظرة مستقبلية بعيدة عن ما يحدث حولي في الواقع" وبذلك نجد ان بنود الاستبيان تمثل بشكل جيد التعريف الإجرائي للتبصر .

وثانياً التأكد من تغطية مختلف مكونات المفهوم وفق التعريف الاجرائي مثل وضع النفس مكان الآخر، والحكم الجيد، وتوقع المستقبل، وحل النزاعات. ويفحص بنود الاستبيان يتبين لنا انها غطت كافة المكونات الممكنة للتبصر حيث تناولت توقع الأحداث مثل "انتبأ بتصرفات الآخرين" و"انتبأ بالمشكلات قبل حدوثها" تغطي بوضوح الجانب الأساسي للتبصر وهو القدرة على توقع التطورات المستقبلية. وكذلك تم تغطية جوانب الرؤية المستقبلية فجد البند "لدى نظرة مستقبلية بعيدة عن ما يحدث حولي في الواقع" وهو مفهوم أساسي للتبصر حيث يشير إلى القدرة على التخطيط والتحضير للمستقبل بعيداً عن الظروف الحالية. كما تم تغطية جوانب التبصر الاجتماعي مثل مكون وضع النفس مكان الآخرين كما في البند "عندما أشعر بالضيق من تصرف شخص ما فأنا أحاول وضع نفسي في مكانه"، وهذا يظهر التبصر الاجتماعي والذكاء العاطفي

كما تبين ان البنود تغطي فهم وجهات النظر المختلفة مثل "احاول أن أتفهم وأفحص وجهة نظر الآخرين قبل أن أتخذ أي قرار" و"اذا كنت متأكد من أنني على صواب فأني ارفض ضياع الوقت في سماع حجج الآخرين" والتي تظهر قدرة على التفاعل مع أفكار ومشاعر الآخرين. اضافة الى ان البنود تناولت جوانب تحليل المواقف كما في بنود مثل "اشرح المواقف بشكل كلي" و"احكامي جيدة حتي في اصعب المواقف" والتي تعكس قدرات تحليلية مهمة. كما تم تغطية جوانب النظر في تداعيات القرارات كما في البند "أفضل البعد عن الأشياء التي تضرني على المدى البعيد حتى لو استشعرتني بالراحة على المدى القريب" وبه يتم تعظيم التفكير التحليلي واختيار الأفضل. والاستبيان يتناول ايضاً مهارات حل النزاعات والتوسط: مثل بنود "زملائي يستشيرونني في خلافاتهم" و"لدي القدرة على تقديم النصائح" وهذا يؤكد القابلية لحل الخلافات بطرق بناءة. اضافة الى تغطية البنود مكون الحلول الوسطية كما في بند "قد أصل لحلول في حل المشكلات مع الآخرين" والذي يعكس القدرة على إيجاد حلول ملائمة ومتوسطة للمشاكل المعقدة.

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

وثالثاً التأكيد من ان البنود تم صياغتها بشكل واضح ودقيق وسهلة الفهم فنجد ان البنود تستخدم لغة واضحة ومباشرة، مما يسهل على المشاركين فهمها والرد عليها بدقة. وبعض البنود تقدم توضيحات ملموسة (مثل "وضع نفسي في مكانه")، مما يزيد من وضوح الهدف من كل بند. لكن يؤخذ على البنود انها غير متساوية في طولها وتعقيدها. لذا كان من الضروري مراجعة البنود من قبل خبراء في علم النفس للحصول على ملاحظات حول دقة الصياغة وشمولية المعاني، وعند حساب درجة الإتفاق بين الباحث وتقدير السادة المحكمين المتخصصين لدرجة تمثيل البنود لمكونات المجال السلوكي محل الإهتمام، بينت النتائج أن نسبة الإتفاق بين تقديرات الباحث وتقديرات المحكمين () لا تقل عن (٨١,٤%) من بنود الاستبيان وهذه النسبة تعطي مؤشراً جيداً على مدى الاتفاق بين المحكمين على محتوى الاستبيان، مما يعزز من درجة صدقه وصلاحيته لقياس التبصر؛ ومما سبق نجد أن الاستبيان له درجة صدق مقبولة في إطار الدراسة الراهنة.

• الصدق التمييزي بطريقة المقارنة الطرفية لاستبيان التبصر

يُفترض ان الأشخاص الذين يمتلكون مقاومة نفسية مرتفعة يستخدمون التبصر لفهم التحديات التي يواجهونها وكيفية التعامل معها بفعالية، وعلى هذا قام الباحث بحساب معاملات صدق مقارنة الأطراف جدول (٤) حيث تم تقسيم العينة الإستطلاعية إلى مجموعة مرتفعة الأداء (الربيع الاعلى) ومجموعة منخفضة (الربيع الادنى) في الاداء على مقياس المقاومة النفسية اعداد "وفاء امام" (بركات، ٢٠١٧) وذلك لدى الجنسين، ثم تم حساب الفروق بين متوسطي المجموعتين باستخدام معادلة (ت) لدلالة الفروق بين المجموعات في الاداء على استبيان التبصر محل الفحص؛ وإتضح للباحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الربيع الأعلى

١٦ - تم استخدام معادلة النسبة المئوية للاتفاق وهي من الأساليب التي أشار إليها كوبر: النسبة المئوية للاتفاق = (عدد البنود التي اتفق عليها المحكمون / إجمالي البنود) × ١٠٠ (Cooper, 1989) النسبة المئوية = (٢٢ / ٢٧) × ١٠٠ = ٨١,٤%

١٧ - شارك في التحكيم كل من أ.د/ سيد الوكيل استاذ علم النفس بكلية الاداب جامعة الفيوم، أ.د/ سعيد رمضان استاذ علم النفس كلية الاداب جامعة بني سويف، أ.د / رأفت السيد عبد الفتاح استاذ علم النفس المتفرغ اداب بني سويف، د/ زيزي السيد استاذ علم النفس المساعد بكلية الاداب جامعة الفيوم، د/ أميمة رفعت مذكور زميل علم النفس الاكلينيكي مستشفيات جامعة عين شمس، د/ خالد محمد عبد الغني، وينتظر الباحث الفرصة ليشكرهم جميعاً على ما بذلوه من جهد مشكور في هذا الصدد.

والربيع الأدنى وذلك لدى الجنسين؛ وهذه النتائج تشير إلى أن بنود الاستبيان كانت مميزة بين المجموعتين المتعارضتين بصورة دالة وهو ما يكشف عن القدرة التمييزية المرتفعة لبنود استبيان التبصر.

جدول (٤)

الفروق بين المنخفضين في المقاومة النفسية والمرتفعين في المقاومة النفسية في التبصر من حيث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ودلالاتها لدى الجنسين

المتغيرات العينة	المرتفعين في المقاومة النفسية		المنخفضين في المقاومة النفسية		قيمة (ت)
	متوسط حسابي	انحراف معياري	متوسط حسابي	انحراف معياري	
ذكور ن = ١٩	٨٤,٨٣	١,٧٢٢	٨,٨٣٢	٦٠	٦,٨٠٥-***
إناث ن = ٣٠	٨٨,٦٣	١,٩٩٦	٣,٢٥١	٧٤	١٠,٨٤٣-***

- صدق المحك الخارجي بطريقة الصدق التلازمي لمقياس "كونور-ديفيدسون" للصدود النفسي

حيث يتم مقارنة نتائج تطبيق مقياس كونور-ديفيدسون للصدود النفسي مع مقياس المقاومة النفسية اعداد "وفاء امام" (٢٠١٧) جدول (٥). ويتكون مقياس المقاومة النفسية من (١٢٥) بند موزعة على سبع مكونات هي الصلابة النفسية، وتقدير الذات، وتحمل المواقف العصبية، والمرونة، والكفاءة الاجتماعية، واستراتيجيات المساندة الاجتماعية، والقيم الاخلاقية والدينية وتم استخدام مقياس المقاومة النفسية في العديد من البحوث والدراسات الحديثة وثبت تمتعه بدرجة مرتفعة من الصدق (عبد الحفيظ، ٢٠٢٢؛ بركات، ٢٠١٧)

*** دالة عند (٠,٠٠١)

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

جدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون بين أداء العينة الاستطلاعية على مقياس

كونور-ديفيدسون للصمود النفسي ومقياس المقاومة النفسية لدى الجنسين

مقياس المقاومة النفسية		المتغيرات
الذكور (ن = ١٩)	الإناث (ن = ٣٠)	
**٠,٨٨	**٠,٩١	مقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي

من الجدول السابق يتبين لنا وجود علاقة ارتباطية دالة بين أداء افراد العينة الاستطلاعية على مقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي ومقياس المقاومة النفسية لدى الجنسين مما يدل على ان مقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي يتمتع بمستوى مرتفع من الصدق وصالح للاستخدام على عينة الدراسة الراهنة.

• الصدق التمييزي لمقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي

الصدق التمييزي هو قدرة أداة القياس على التمييز بوضوح بين المفاهيم أو السمات المختلفة دون أن تتداخل مع متغيرات أخرى مشابهة. لذا للتحقق من الصدق التمييزي لمقياس الصمود النفسي سيتم الاعتماد على نتائج اداء العينة الاستطلاعية على مقياس تايلور للقلق الصريح (فهومي، غالي، ١٩٩٣) حيث يُفترض أن الأفراد الذين يتمتعون بصمود نفسي أعلى يمتلكون أيضا مستويات قلق أقل وذلك لانهما متغيرين مختلفين عن بعضهما البعض جدول (٦)

جدول (٦)

معاملات ارتباط بيرسون بين أداء العينة الاستطلاعية على مقياس

كونور-ديفيدسون للصمود النفسي ومقياس تايلور للقلق الصريح

الصمود النفسي		المتغيرات
الذكور (ن = ١٩)	الإناث (ن = ٣٠)	
٠,٠٢٩-	٠,٢١٣-	القلق الصريح
غير دالة		مستوى الدلالة

من الجدول السابق يتبين ان الارتباط ضعيف جدا ويقرب من الصفر؛ وهذا يدل على قدرة مقياس الصمود النفسي على التمييز بين المتغيرين وهذا لدى عينة الذكور، اما بالنسبة

** دالة عند (٠,٠١)

لعينة الإناث نجد أيضاً ضعف في العلاقة بين المتغيرين مما يعني تحقق الصدق التمييزي، وتجدر الإشارة إلى أنه كون معامل الارتباط غير الدال فإن هذا لا يؤثر على دقة الاستنتاج الخاص بصدق مقياس الصمود النفسي لأن الأساس في التقدير هو أن معامل الارتباط يكون ضعيف أو سلبي (Hair, Black, Babin, Anderson, 2018). مما يدل على أن مقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي يتمتع بمستوى مرتفع من الصدق وصالح للاستخدام على عينة الدراسة الراهنة.

• الصدق التقاربي لمقياس "تايلور" للقلق الصريح

حيث يتم اختبار مدى ارتباط الأداة بأدوات أخرى تقيس مفاهيم قريبة وهنا سنستخدم استبيان الدراية بالانتباه المتعقل (حسن، ٢٠٢٣). وهو ما يساعد في تأكيد أن الاستبيان يقيس فعلياً ما يُفترض أن يقيسه حيث سيتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين القلق والدراية بالانتباه المتعقل جدول (٧)، وذلك استناداً على وجود تراث نظري يدعم وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة بين المفهومين (Lawlor et al., 2014؛ Khoury et al., 2013؛ Brown, Ryan, seema et al., 2014; Yang, Asbury, Griffiths,)، أما دراسات كلٍ من (2003)، (2019; Ghanbari et al, 2022) أكدوا على أن مهارة الدراية بالانتباه المتعقل تساهم في خفض معاناة الفرد من القلق.

جدول (٧)

معاملات ارتباط بيرسون بين أداء العينة الاستطلاعية على مقياس تايلور للقلق الصريح واستبيان الدراية بالانتباه المتعقل لدى الجنسين

مقياس تايلور للقلق الصريح		المتغيرات
الذكور (ن= ١٩)	الإناث (ن= ٣٠)	الدراية بالانتباه المتعقل
**٠,٨٤٠-	**٠,٧٢٣-	

من الجدول السابق يتبين لنا وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة بين أداء أفراد العينة الاستطلاعية على مقياس تايلور للقلق الصريح واستبيان الدراية بالانتباه المتعقل لدى الجنسين مما يدل على أن مقياس تايلور للقلق الصريح يتمتع بمستوى مرتفع من الصدق وصالح للاستخدام على عينة الدراسة الراهنة.

** دالة عند ٠,٠١

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

• صدق المحك الخارجي بطريقة الصدق التلازمي لمقياس "تايلور" للقلق الصريح

قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين أداء العينة الاستطلاعية على مقياس القلق الصريح لتايلور والمحك الخارجي وهو قائمة سبيلبيرجر للقلق (سبيلبيرجر، ١٩٨٤) جدول (٨).

جدول (٨)

معاملات ارتباط بيرسون بين أداء العينة الاستطلاعية على مقياس تايلور للقلق وقائمة سبيلبيرجر للقلق لدى الجنسين

مستوى الدلالة	مقياس تايلور للقلق الصريح		المتغيرات
	الاناث (ن = ٣٠)	الذكور (ن = ١٩)	
دالة	***٠,٨٨٦	**٠,٧٥٩	قائمة سبيلبيرجر للقلق

ثانياً : حساب معاملات الثبات لأدوات الدراسة

فيما يلي يركز الباحث على تحديد مدى تناسق ما تقيسه الأدوات، وذلك بالرغم من تأكده من ثبات الأدوات لأنه لا يمكن أن تكون الأدوات صادقة إلا إذا كانت ثابتة أولاً (أبو علام، ١٩٩٩). إلا ان الباحث قام بحساب معاملات ثبات الأدوات بطريقة إعادة الاختبار بفواصل زمني (١٤) يوم بين التطبيق الاول والثاني واستخدام معامل ارتباط "بيرسون"، وطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح الطول باستخدام معادلة "سبيرمان براون"، ثم تم حساب معامل الثبات بطريقة ماك دونالد اوميجا^١ ، ولان استبيان التبصر ومقياس^٨القلق الصريح لهما عامل واحد وذلك بخلاف مقياس الصدود النفسي الذي له خمسة ابعاد لذا تم احتساب ثبات الدرجة الكلية لمقياس الصدود النفسي بطريقة ثبات الفا الطبقي وبهذا تبين ان كل من: استبيان التبصر، ومقياس كونور ديفيدسون للصدود النفسي، ومقياس تايلور للقلق الصريح يتسمون بمعاملات ثبات مقبولة الى مرتفعة وعليه فجميعهم صالحين للتطبيق في الدراسة الراهنة جدول (٩، ١٠).

¹ - McDonald's Omega Coefficient

جدول (٩)

معاملات ثبات ادوات الدراسة الزاهنة لدى العينة الاستطلاعية

معامل ثبات ماكدونالد اوميجا		معامل ثبات التجزئة النصفية		معامل ثبات إعادة الاختبار		الأدوات	
اناث (ن=٣٠)	ذكور (ن=١٩)	اناث (ن=٣٠)	ذكور (ن=١٩)	اناث (ن=٣٠)	ذكور (ن=١٩)		
٠,٧٥٠	٠,٨٠١	٠,٦٨٧	٠,٨١٥	٠,٨٤٠	٠,٨٧٥	استبيان التبصر	
٠,٧٧٧	٠,٧٩٣	٠,٧٠١	٠,٩٣٧	٠,٧٥٩	٠,٩٢٦	البعد الاول	مقياس
٠,٦٠١	٠,٥٢٦	٠,٦٧٠	٠,٥٣٩	٠,٨١٦	٠,٩٢٨	البعد الثاني	كونور-
٠,٥٩٣	٠,٦٠٧	٠,٦٣٥	٠,٨١٢	٠,٨٩٠	٠,٩٣٢	البعد الثالث	ديفيدسون
٠,٥٩٦	٠,٥٩٩	٠,٦٨٣	٠,٨٣٩	٠,٨٧٥	٠,٨٩٥	البعد الرابع	للمود
٠,٦٣٥	٠,٦٦٩	٠,٦٥٩	٠,٦٧٧	٠,٨٥٠	٠,٨١٥	البعد الخامس	النفسي
٠,٨٨٢	٠,٩١٢	٠,٨٧٥	٠,٩٣٣	٠,٩٠٢	٠,٨٨٠	مقياس "تايلور" للقلق الصريح	

فيما يلي حساب معامل ثبات الفا الطبقي وذلك بهدف احتساب ثبات الدرجة الكلية متعددة

الأبعاد لمقياس كونور-ديفيدسون للصمود النفسي:

19- Stratified Coefficient Alpha

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

جدول (١٠)

معاملات ثبات الفا الطبقي متعدد الابعاد لمقياس كونور- ديفيدسون

للصدود النفسي لدى العينة الاستطلاعية

النوع	الابعاد	الفا كرونباك	التباين	التباين الكلي	معامل ثبات الفا الطبقي
ذكور	البعد الاول	٠,٧٩٠	١٦,٨٩٩	٩٧,٣٥٣	٠,٨٦٥
	البعد الثاني	٠,٥٤٠	١٠,٣٢١		
	البعد الثالث	٠,٦٠١	٦,٦٨٦		
	البعد الرابع	٠,٤٣٩	٣,٢٤٦		
	البعد الخامس	٠,٦٣٧	١,٠٧٣		
اناث	البعد الاول	٠,٧٧٣	١٦,٥٧٦	١٠٠,٢٠٨	٠,٨٦٠
	البعد الثاني	٠,٥٣٥	١١,٦٨٥		
	البعد الثالث	٠,٥٩١	٧,٥٨٨		
	البعد الرابع	٠,٥٨٨	٣,٥٧٤		
	البعد الخامس	٠,٦٣٥	٠,٧٤٩		

إجراءات تطبيق أدوات الدراسة

بدأت إجراءات الدراسة الراهنة منذ بداية تطبيق التجربة الاستطلاعية، وذلك لاعداد ادوات الدراسة ولاكتشاف الصعوبات في فهم الألفاظ، والمعاني، والتعليمات الخاصة بالأدوات، ثم احتساب معاملات الصدق والثبات لكل منها. ثم تم التطبيق على العينة الأساسية التي بلغت (٣٦٨) من الجنسين وذلك بعد أن تم استبعاد (٢٢) من المفحوصين، وذلك بسبب ملل بعضهم، ونمطية الإجابة لبعضهم الآخر أو عدم الجدية في التطبيق. حيث تم التطبيق داخل بعض قاعات الأطلاع بمكتبات كلية التجارة جامعة بني سويف، ومكتبة المعهد العالي للعلوم الادارية بأوسيم. وتم التطبيق بالشكل الجماعي حيث بلغ المدى الزمني للجلسة الواحدة حوالي (٣٥) دقيقة بحد أقصى في الفترة من (٣٠ يناير ٢٠٢٤) وانتهى في (١٥ ابريل ٢٠٢٤). ومن الصعوبات التي واجهت الباحث أثناء التطبيق رغبة المبحوث في الخوض في الحديث عن وأفكاره، ومشكلاته الشخصية، وهو ما كان يتطلب السماع بقدر الامكان، وفي النهاية تم

20 COEFFICIENT ALPHA by Dr. Mohamed Habashy Hussein

مجلة الإرشاد النفسي، المجلد ٨٢، العدد (١)، أغسطس ٢٠٢٥

(٦٧٣)

تصحيح الاستجابات، وإعطاء الدرجة وفقاً لمعايير التصحيح، ورصد هذه الدرجات على برنامج
حزمة العلوم الاجتماعية والنفسية (٢٦) .

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

قام الباحث باستخدام بعض الأساليب الإحصائية التي تلائم مشكلة وفروض الدراسة،
وكانت الأساليب المستخدمة للتحقق من احتمالات صدق فروض الدراسة الحالية وتحليل
البيانات هي:

١. النماذج الانحدارية البسيطة والمتعددة لتحديد العلاقة بين المتغيرات المختلفة .
٢. نموذج معالجة المتغيرات الوسيطة : لتحديد تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع
من خلال المتغير الوسيط.
٣. تحليل بووتستراب : لتأكيد الدلالة الإحصائية للتأثيرات غير المباشرة.
٤. تحليل معامل التحديد : لقياس النسبة المئوية للتباين في المتغير التابع الذي يتم تفسيره
بواسطة المتغير المستقل والمتغير الوسيط.
٥. اختبار F لتحديد أهمية النموذج بشكل عام، ويُستخدم لتحديد دلالة النموذج الانحداري
ككل.
٦. اختبار T: لتحديد دلالة إحصائية للمعاملات الفردية.
٧. تحليل التباين الثنائي.

نتائج الدراسة ومناقشتها

سيتم عرض نتائج الدراسة الراهنة وفقاً لفروض الدراسة وأهدافها، وسوف يتم مناقشة
وتفسير النتائج للوصول الى الدلالات والتفسيرات الخاصة بها، ثم يُقدم الباحث توصيات
الدراسة والدراسات المستقبلية المقترحة. وفيما يلي يعرض الباحث النتائج التي أسفرت عنها
التحليلات الإحصائية.

٢١ - ينتهز الباحث الفرصة ليُقدم الشكر الى د.أ/ أسامة ابو سريع أستاذ علم النفس بكلية الاداب جامعة القاهرة
على تقديمه الدعم العلمي للباحث في المجال الاحصائي

- 2 -Mediation Model I PROCESS(Model 4)
- 2 -Bootstrap Analysis 3
- 2 -R² Analysis 4

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

ينص الفرض الأول للدراسة على:

"يتوسط الصدود النفسي العلاقة بين التبصر والقلق لدى بعض طلاب الجامعة"
قام الباحث بتحليل المتغير الوسيط باستخدام نماذج "ماكرو بروسيس لاندريو هايز"
وذلك لأنها متقدمة ومرنة وتتيح التعامل مع تعدد النماذج والمسارات (أبو سريع، ٢٠٢٤).
وفيما يلي عرض النتائج التي تم الحصول عليها من التحليل الإحصائي لآداء العينة الأساسية
لدراسة لتحديد تأثير التبصر على القلق من خلال الصدود النفسي كمتغير وسيط.
أولاً: بالنسبة لتأثير التبصر (المتغير المستقل) على الصدود النفسي (المتغير الوسيط):
أظهرت النتائج أن هناك تأثيراً إيجابياً للتبصر على الصدود النفسي حيث تم تفسير (٣٢,٤%)
من التباين في الصدود النفسي بواسطة التبصر كمتغير مستقل، كما كان النموذج ذو دلالة
إحصائية. جدول (١١)

كما تبين أن معامل الإنحدار المعياري للتبصر (٠,٥٦٩) وعليه فكلما زاد التبصر
بمقدار وحدة معيارية واحدة كان هناك زيادة في الصدود النفسي بدرجة (٠,٥٦٩) وحدة معيارية
وهذه القيمة مرتفعة وتعني أن الأفراد الذين يتمتعون بتبصر أكبر يكونوا أكثر قدرة على الصدود
النفسي في مواجهة التحديات النفسية، وقد انفتحت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة
(منصور، سلام، ٢٠٢٣).

جدول (١١)

تقديرات معاملات النموذج الانحداري لتأثير التبصر والصدود النفسي

حدود الثقة الاعلى	حدود الثقة الادنى	القيمة الاحتمالية (P)	القيمة التائية (T)	الخطأ المعياري (SE)	معامل	معامل النموذج
٣٦,٥٥٦	٢١,٣٨٥	٠,٠٠١	٧,٥١٠	٣,٨٥٧	٢٨,٩٧١	الثابت
٠,٧٤٣	٠,٥٥١	٠,٠٠١	١٣,٢٥٢	٠,٠٤٩	٠,٦٤٧	التبصر

ثانياً: بالنسبة لتأثير التبصر (المتغير المستقل) على القلق (المتغير التابع): أظهرت
النتائج أنه لا يوجد تأثير مباشر للتبصر على القلق حيث كانت هذه النتيجة غير دالة إحصائياً،

25Hayes Model No. 4

٢٦ - المعامل يساعد في تحديد مدى تأثير كل متغير مستقل على المتغير التابع

مجلة الإرشاد النفسي، المجلد ٨٢، العدد (١)، أغسطس ٢٠٢٥

وفي المقابل كان النموذج ذو دلالة احصائية بالنسبة للتأثير المباشر للصدوم النفسي على القلق. جدول (١٢)

كما تبين أن معامل الانحدار المعياري للتبصر (٠,٠٦٤) مما يعني أن تأثير التبصر على القلق ضعيف وغير دال، وهذا يدل على أن التبصر ليس العامل الرئيسي الذي يؤثر على القلق بشكل مباشر. وإضافة إلى ما سبق فقد كان معامل الانحدار المعياري للصدوم النفسي بلغ (-٣١١.٠) ويفيد في معرفة أن كل زيادة بوحدة معيارية واحدة في الصدوم النفسي يحدث انخفاض مقداره (٠,٣١١) وحدة معيارية في القلق وهذا يدل على أن تأثير الصدوم على القلق قوي وعكسي.

جدول (١٢)

تقديرات معاملات النموذج الانحداري للتأثير المباشر لكل من

التبصر والصدوم النفسي على القلق

معامل النموذج	معامل	الخطأ المعياري (SE)	القيمة التائية (T)	القيمة الاحتمالية (P)	حدود الثقة الأدنى	حدود الثقة الأعلى
الثابت	٩٧,٦٥١	٤,٩٣٤	١٩,٧٩٢	٠,٠٠١	٨٧,٩٤٩	١٠٧,٣٥٣
التبصر	٠,٠٧٤	٠,٠٧١	١,٠٤٣	٠,٢٩٧ (غير دال)	٠,٠٦٥-	٠,٢١٣
الصدوم النفسي	٠,٣١٧-	٠,٠٦٢	٥,٠٩٤-	٠,٠٠١	٠,٤٣٩-	٠,١٩٥-

ثالثاً: بالنسبة لنتائج نموذج التأثير الكلي للتبصر على القلق: نجد أن العلاقة بين المتغير المستقل والتابع هي علاقة ضعيفة لكنها دالة احصائياً سلبياً حيث تم تفسير (١٤,١%) من التباين في القلق من خلال التبصر، وعليه فقد كان معامل الانحدار المعياري للتبصر هو (-٠,١١٤) مما يعني أن زيادة وحدة معيارية واحدة في التبصر تؤدي إلى انخفاض (٠,١١٤) وحدة معيارية في القلق. وهذا يوضح التأثير النسبي للتبصر على القلق بعد تحويل جميع المتغيرات إلى وحدات معيارية. وتأسيساً على ما سبق فإن الأفراد الذين لديهم مستوى أعلى من التبصر يميلون لأن يكونوا أقل قلقاً، مما يعني أن التأثير ليس نتيجة صدفة؛ لكن التبصر ليس العامل الوحيد أو الرئيسي الذي يؤثر على القلق وهناك العديد من العوامل الأخرى التي تساهم في تفسير التباين في القلق، والتبصر هو واحد منها؛ ولكن تأثيره ليس كبير

27Standardized coefficients

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

بالمقارنة مع تلك العوامل الأخرى. وبالرغم من أن العلاقة ضعيفة، إلا أن التبصر لا يزال له تأثير ملموس وسلبى على القلق فهو يلعب دوراً حتى لو كان دوره صغيراً نسبياً في خفض مستوى القلق جدول (١٣)، وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (قاسم، ٢٠٢٢)، ونتائج دراسة (صالح، ٢٠٢٠).

جدول (١٣)

تقديرات معاملات النموذج الانحداري للتأثير الكلي للتبصر على القلق

معامل النموذج	المعامل	الخطأ المعياري (SE)	القيمة التائية (T)	القيمة الاحتمالية (P)	حدود الثقة الأدنى	حدود الثقة الأعلى
الثابت	٨٨,٤٦٧	٤,٧٤٧	١٨,٦٣٨	٠,٠٠١	٧٩,١٣٣	٩٧,٨٠١
التبصر	٠,١٣١-	٠,٠٦٠	٢,١٨٦-	٠,٠٥	٠,٢٥٠-	٠,٠١٣-

رابعاً: ما يخص التأثيرات الكلية والمباشرة وغير المباشرة للتبصر على القلق : أظهرت النتائج أن التأثير الكلي للتبصر على القلق كان ذو دلالة إحصائية وسلبى في حين أن التأثير المباشر للتبصر على القلق لم يكن ذو دلالة إحصائية. ومع ذلك فإن التأثير غير المباشر للتبصر على القلق من خلال الصدود النفسي كان ذو دلالة إحصائية وسلبى. جدول (١٤)

جدول (١٤)

تحليل التأثيرات الكلية والمباشرة وغير المباشرة للتبصر على القلق

التأثير	المعامل	الخطأ المعياري (SE)	القيمة التائية (T)	القيمة الاحتمالية (P)	حدود الثقة الأدنى	حدود الثقة الأعلى
التأثير الكلي للتبصر على القلق	٠,١٣١-	٠,٠٦٠	٢,١٨٦-	٠,٠٥	٠,٢٥٠-	٠,٠١٣-
التأثير المباشر للتبصر على القلق	٠,٠٧٤	٠,٠٧١	١,٠٤٣	٠,٢٩٧	٠,٠٦٥-	٠,٢١٣
التأثير غير المباشر						
التأثير غير المباشر للتبصر على القلق من خلال الصمود النفسي	٠,٢٠٥-	٠,٠٦٥	٠,٣٣٧-	٠,٠٨٣-	دال	دال
التأثير غير المباشر المعياري الكلي للتبصر على القلق من خلال الصمود النفسي	٠,١٧٧-	٠,٠٥٦	٠,٢٩١-	٠,٠٧١-	دال	دال

مما سبق يتبين أن التأثير الكلي للتبصر على القلق يشير إلى أن التبصر يرتبط بانخفاض القلق. هذا يعني أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى أعلى من التبصر يكونون أقل عرضة للقلق بشكل عام، وهذا التأثير ذو دلالة إحصائية. كما أن التأثير المباشر للتبصر على القلق ليس ذو دلالة إحصائية، مما يعني أنه عند أخذ تأثير الصمود النفسي في الاعتبار، لا يكون للتبصر تأثير مباشر على القلق.

٢٨ - (غير دال)

29 Bootstrap Standard Error
30 Bootstrap Lower Level Confidence Interval
31 Bootstrap Upper Level Confidence Interval

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

وتماشياً مع ما تم ذكره فإنه فيما يخص التأثير غير المباشر نجد أن للتبصر تأثير غير مباشر سلبي على القلق من خلال الصدود النفسي، وهذا التأثير كان دال احصائياً ، مما يعني أن التبصر يؤدي إلى زيادة الصدود النفسي، والذي بدوره يؤدي إلى تقليل القلق. كما أن التأثير غير المباشر المعياري بلغ (-0,177) وهو يعبر عن التأثير غير المباشر للتبصر على القلق بعد تحويل المتغيرات إلى وحدات معيارية أي أن زيادة وحدة معيارية واحدة في التبصر تؤدي إلى انخفاض (0,177) وحدة معيارية في القلق من خلال تأثير الصدود النفسي وهذا التأثير دال احصائياً باستخدام "بووتستراب" بدرجة ثقة لهذه النتائج بنسبة (95%) وان هذه التأثيرات ليست نتيجة الصدفة.

وبما أن التأثير المباشر للتبصر على القلق ليس ذو دلالة إحصائية، بينما التأثير غير المباشر من خلال الصدود النفسي ذو دلالة إحصائية، فإن الوساطة هنا تعتبر كلية هذا يعني أن تأثير التبصر على القلق يتم بالكامل من خلال الصدود النفسي، وبناءً على النتائج التي تم الحصول عليها، يمكن الاستنتاج أن التبصر يؤثر بشكل غير مباشر على القلق من خلال زيادة الصدود النفسي وهذا يعني أن الأفراد الأكثر تبصراً يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات النفسية. وهذا يدل على أهمية تعزيز الصدود النفسي كوسيط أساسي في العملية؛ وهذا يتفق جزئياً مع دراسة (كلثوم، 2022) والتي هدفت إلى معرفة تأثير اليقظة العقلية والصدود النفسي على قلق المستقبل المهني وقد أظهرت النتائج أن الصدود النفسي يلعب دوراً هاماً في تقليل القلق، ولكنها لم تجد تأثيراً مباشراً لليقظة العقلية على القلق، مما يتماشى مع نتائج الدراسة الحالية حول التأثير غير المباشر للتبصر على القلق من خلال الصدود النفسي. عرض نتائج الفرض الرئيسي الثاني للدراسة والذي ينص على: "تتأثر العلاقة بين التبصر والقلق بمستوى الصدود النفسي لدى الجنسين من طلاب الجامعة" وينبثق من هذا الفرض الفروض الفرعية التالية :

32 - حدود الثقة لا تشمل الصفر باستخدام طريقة Bootstrap، فإذا كانت القيمتين الأدنى والأعلى لحدود الثقة كلاهما موجبتين أو كلاهما سالبتين، فهذا يعني أن حدود الثقة لا تشمل الصفر، مما يشير إلى أن التأثير ذو دلالة إحصائية.

3 -full mediation 3

١- نتائج الفرض الفرعي الاول والذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين الطلاب الجامعيين ترجع الى النوع (ذكور/إناث)" حيث قام الباحث باستخدام اختبار (ت) للعينة المستقلة للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مجموعتين مستقلتين (الذكور والإناث) في مستوى القلق.

جدول (١٥)

الفروق بين الذكور والإناث في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت"

ودلالاتها في الأداء على مقياس القلق الصريح

القلق	القلق العينة	ذكور (ن=١٦٦)		إناث (ن=٢٠٢)		قيمة (ت)	لصالح
		ع	م	ع	م		
القلق		١٠,١٩٥	٨١,٦٣	٨,٧٢٠	-٧,٦٩١***	الإناث	

من خلال جدول (١٥) يتضح وجود دلالة للفروق بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية على مقياس القلق الصريح لصالح الإناث وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، فلقد تبين أن الإناث هم أكثر قلقاً من الذكور. وهذا يعكس اختلافاً في الاستجابة للضغوط النفسية بين الجنسين وهذه النتائج اتفقت كلياً مع نتائج دراسة (الصبوة، نوار، ٢٠٢١) وكذلك اتفقت مع نتائج دراسة (ابو الليل، ٢٠١٩) ودراسة (حماد، ٢٠٢٢).

٢- نتائج الفرض الفرعي الثاني والذي ينص على:

"يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لمستوى الصمود النفسي على مستوى القلق لدى الطلاب الجامعيين".

تم اختبار صحة هذه الفرضية من خلال استخدام أسلوب تحليل الإنحدار البسيط وذلك للكشف عن مدى الإسهام النسبي للصمود النفسي في تفسير تباين درجات القلق وقدرة الصمود النفسي على التنبؤ بالقلق لدى العينة الكلية للدراسة.

*** دال عند ٠,٠٠١

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

جدول (١٦)

معاملات الانحدار البسيط بين الصمود النفسي والقلق لدى أفراد

عينة الدراسة الكلية (ن = ٣٦٨)

القيمة الثابتة	قيمة (ت)	معامل الانحدار المعياري (بيتا)	معامل الانحدار (B)	قيمة (ف)	معامل التحديد	المجموعات	المتغير المستقل
٩١,٢٩٧	***٢,٧٣٣-	٠,٢٠٩-	٠,٢١٦-	***٧,٤٧١	٠,٠٤٤	ذكور (ن=١٦٦)	الصمود
١٠٤,٢٤٨	***٤,٩٢٨-	٠,٣٢٩-	٠,٢٨٦-	***٢٤,٢٨٩	٠,١٠٨	إناث (ن=٢٠٢)	النفسي

من الجدول (١٦) يتبين أنه بالنسبة لعينة الذكور كان مستوى الصمود النفسي يفسر ٤,٤% فقط من التباين في مستوى القلق. كما تبين أن معامل الانحدار كان سلبياً، مما يعني أنه كلما زاد مستوى الصمود النفسي، انخفض مستوى القلق. أما بالنسبة لعينة الإناث فقد تبين أن مستوى الصمود النفسي يفسر ١٠,٨% من التباين في مستوى القلق لدى الإناث، وهي نسبة أعلى مقارنة بالذكور كما تبين أن معامل الانحدار سلبياً مما يعني أنه كلما زاد مستوى الصمود النفسي، انخفض مستوى القلق بشكل أكبر مقارنة بالذكور. كما تظهر النتائج أن هناك علاقة عكسية بين مستوى الصمود النفسي ومستوى القلق لدى كل من الذكور والإناث. ومع ذلك، يبدو أن هذه العلاقة تكون أقوى لدى الإناث مقارنة بالذكور، حيث يفسر الصمود النفسي نسبة أكبر من التباين في مستوى القلق لديهن، ولكن يمكن تفسير نتائج الدراسة الحالية بأن الإناث قد يعبرن عن قلقهن بشكل أكبر أو قد يكون لديهن استراتيجيات مختلفة في التعامل مع الضغوط النفسية، مما يجعل تأثير الصمود النفسي على القلق أكثر وضوحاً من الذكور، وقد تكون هناك عوامل إضافية تؤثر على مستوى القلق لم يتم تناولها في هذا النموذج. وهذه النتائج تتعارض مع نتائج دراسة (نوار، الصبوة، ٢٠٢١)، ونتائج دراسة (Shi et al., 2021) حيث اكدت نتائج تلك الدراسات على ان الفروق في الصمود النفسي كان لصالح الذكور وليس الإناث، ورغم هذا فان نتائج الدراسة الحالية اتفقت مع نتائج دراسة (Liu et al., 2019) ونتائج دراسة (Li,et.al,2023) ونتائج دراسة (نوار، الصبوة، ٢٠٢١) وكذلك نتائج دراسة (Shi et al., 2021) من حيث ان العلاقة بين الصمود النفسي والقلق علاقة سلبية دالة.

*** دال عند ٠,٠٠١

٣- نتائج الفرض الفرعي الثالث والذي ينص على:

"يوجد تفاعل ذو دلالة إحصائية بين الجنس ومستوى الصمود النفسي في تأثيرهما

على مستوى القلق لدى الطلاب الجامعيين"

تم استخدام تحليل التباين التثائي لدراسة تأثير الجنس ومستوى الصمود النفسي على متغير^٣ القلق (متغير تابع) بالإضافة إلى دراسة التفاعل بين المتغيرين المستقلين.

جدول (١٧)

دلالة قيم "ف" الناتجة من تحليل التباين التثائي للكشف عن الفروق

في القلق حسب تباين كل من النوع والصمود النفسي

المتغيرات	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	دلالة ف	الدلالة	قوة تأثير العوامل في المتغير التابع
النموذج المصحح	١٦٣٥٣,٥٧٦	٨٤	١٩٤,٦٨٥	٢,٥٦٤	٠,٠٠١	دالة	٠,٤٣٢
الثابت	٩٤٨٣٩٤,٨٢٠	١	٩٤٨٣٩٤,٨٢٠	١٢٤٩١,٣١٠	٠,٠٠١	دالة	٠,٩٧٨
الصمود النفسي	٨٨٥٣,٠٥٨	٤٨	١٨٤,٤٣٩	٢,٤٢٩	٠,٠٠١	دالة	٠,٢٩٢
النوع	٢٦١٤,٥١٥	١	٢٦١٤,٥١٥	٣٤,٤٣٦	٠,٠٠١	دالة	٠,١٠٨
تفاعل الصمود النفسي مع النوع	١٧٣٩,٧٩٥	٣٥	٤٩,٧٠٨	٠,٦٥٥	٠,٩٣٥	غير دالة	٠,٠٧٥
الخطأ	٢١٤٨٦,٥٩٥	٢٨٣	٧٥,٩٢٤				
الاجمالي	٢٢٨٥٦٥٣	٣٦٨					
الاجمالي المصحح	٣٧٨٤٠,١٧١	٣٦٧					

من الجدول السابق يتبين أن النموذج يفسر ٤٣,٢% من التباين الحادث في مستويات القلق. كما تبين أن الصمود النفسي له تأثير دال إحصائياً على القلق حيث يفسر ٢٩,٢% من التباين في القلق؛ هذا يعني أن الأشخاص الذين يتمتعون بصمود نفسي أعلى يكونون أقل عرضة للقلق. كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق ترجع إلى النوع وذلك لصالح عينة الإناث حيث يفسر النوع ١٠,٨% من التباين في القلق.

كما تبين أن التفاعل بين الصمود النفسي والجنس ليس له تأثير دال إحصائياً مما يعني أن تأثير الصمود النفسي على القلق متشابه بين الذكور والإناث. كما تبين أن النموذج يفسر ٢٦,٤% من التباين في مستويات القلق بعد التعديل، مما يعني أن النموذج المستخدم

34Two-way ANOVA

35Partial Eta Squared

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

يوفر تفسيراً قوياً للتباين في مستويات القلق ولكن يجب أن نأخذ في الاعتبار أن هناك عوامل أخرى قد تكون مؤثرة ولم يتم تضمينها في التحليل.

وفي نفس السياق أراد الباحث إجراء مزيد من الفحص بالتحليل الفردي للتأثيرات على القلق من خلال الاختبارات الاحصائية أحادية المتغير والتي تتعلق بمتغير واحد، بهدف فحص تأثير الصمود النفسي على مستويات القلق لكل من الذكور والإناث بشكل منفصل، وتستخدم هذه النتائج لتحديد مدى أهمية الصمود النفسي كعامل مؤثر في تخفيف مستويات القلق وتحليل ما إذا كانت هذه التأثيرات تختلف بين الذكور والإناث منفصلين.

جدول (١٨)

دلالة قيم "ف" الناتجة من تحليل التباين الثنائي للكشف عن الفروق في القلق حسب تباين الصمود النفسي باستخدام اختبارات أحادية المتغيرة

العوامل	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	قيمة ف	دلالة ف	قوة تأثير العوامل في المتغير التابع (القلق)
الذكور	الثابت	٣٩	١٣٣,٧٣٩	١,٧٦١	٠,٠٠٥	٠,١٩٥
	الخطأ	٢٨٣	٧٥,٩٢٤			
الإناث	الثابت	٤٤	١٣٠,٣١٥	١,٧٦١	دال	٠,٢١١
	الخطأ	٢٨٣	٧٥,٩٢٤			

من الجدول السابق يتبين انه بالنسبة لعينة الذكور فإن الصمود النفسي يؤثر في تقليل مستويات القلق حيث يفسر ١٩,٥% من التباين في القلق، وهذا التأثير كان ذو دلالة إحصائية. أما بالنسبة لعينة الإناث فإن الصمود النفسي له تأثير أكبر على تقليل مستويات القلق مقارنة بالذكور، حيث يفسر ٢١,١% من التباين في القلق، وهذا التأثير كان ذو دلالة إحصائية. وبناء على ما سبق يتبين قبول الفرض الصفري مما يعني عدم وجود تفاعل ذو دلالة إحصائية

36Univariate Tests
37Partial Eta Squared

^٨ بين الجنس ومستوى الصمود النفسي في تأثيرهما على مستوى القلق . وهذا يدعم نفس النتائج التي توصل لها الباحث في الفرض الفرعي الثالث.

توصيات الدراسة

- تنظيم ورش عمل وجلسات توعية لتعريف الأفراد بمفهوم التبصر وأهميته في تحسين الصمود النفسي وتقليل القلق. وتوفير دورات تدريبية لتعزيز مهارات التبصر كجزء من برامج الصحة النفسية.
- تقديم برامج تدريبية لمساعدة الأفراد على تعزيز مستويات الصمود النفسي لديهم، خاصة للنساء حيث تشير النتائج إلى أن العلاقة بين الصمود النفسي والقلق أقوى لديهن.
- تشجيع المؤسسات التعليمية والصحية والمجتمع المدني على التعاون من أجل تصميم برامج شاملة تدعم الصحة النفسية والصمود النفسي.
- إجراء المزيد من الدراسات لتحديد استراتيجيات إضافية لتقليل القلق بناءً على هذه النتائج.

بحوث ودراسات مستقبلية:

- يمكن دراسة العلاقة بين التبصر والصمود النفسي والقلق في مجموعة متنوعة من الإعدادات، مثل البيئات التعليمية أو المهنية أو الطبية. كما يمكن استخدام مجموعة متنوعة من الأساليب البحثية، مثل الدراسات الاستقصائية أو الملاحظة أو التجارب.
- يمكنك التركيز في البحوث المستقبلية على جوانب معينة من التبصر، مثل القدرة على رؤية العلاقات بين العناصر أو المفاهيم أو القدرة على رؤية الفرص في المواقف الضاغطة.
- يمكنك فحص العلاقة بين التبصر والصمود النفسي والقلق في مجموعات سكانية مختلفة، مثل الأطفال أو البالغين أو الأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحية عقلية.

٣٨ - يجب الحذر عند تعميم نتائج هذا البحث نظراً لأن عينة البحث من نوع العينة الميسرة؛ وهذا لا يؤثر في النتائج التي توصل إليها الباحث.

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- المراجع

- المراجع العربية:

- ابراهيم (تامر شوقي) (٢٠١٤): الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٤ (٨٥)، ١٣٧ - ٢٠٠.
- ابو علام (رجاء محمود) (١٩٩٩): *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية*، ط٢، القاهرة، دار النشر للجامعات.
- اسماعيل (ابراهيم السيد) (٢٠٢١): دور التفكير المنظومي وتحمل الغموض في التأثير على التوجه نحو المستقبل لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد*، العدد (٣٤)، ابريل، ٢٦٠ - ٣١٣.
- الاعسر (صفاء) (٢٠١٠): الصمود من منظور علم النفس الايجابي، *الجمعية المصرية للدراسات النفسية*، (٧٧)، ١٦-١١.
- الحيايى (زبيدة عباس محمد)، فحل (لميس ابراهيم على) (٢٠١٩): استبصار الذات وفق متغيري التخصص والصف لدى طالبات كلية التربية للبنات، *المؤتمر العلمي الدولي الاول للدراسات الانسانية بعنوان الذكاء والقدرات العقلية*، وزارة التعليم العالي - مركز البحوث النفسية - العراق.
- الخزيم (محمد حمد) (٢٠١٦): العلاقة بين استخدام نظرية معالجة المعلومات في تعليم الرياضيات وبين التفكير الرياضي، *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ع(٧٠)، فبراير، رابطة التربويين العرب، ٤٢٩ - ٤٥٢.
- الشويكي (علاء ناجح) (٢٠١٩): الصمود النفسي وعلاقته بالاجهاد الوظيفي لدى عينة من الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، عمان - الاردن.
- العزاوي (وسام كردي غضب) (٢٠١٨): الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة والطموح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراة، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة تكريت، العراق.

- المليجي (عبد المنعم) (١٩٦٠): البصيرة السيكولوجية فى التربية، صحيفة التربية، س١٢، ٤٤، ٢٣ - ٢٧.
- إسماعيل (رمضان محمد) (٢٠٢٢): العلاقة بين التوجه نحو المستقبل وتحمل الإحباط لدى طلاب الجامعة: دراسة ارتباطية ومقارنة فى ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية، ع١٠٤، ج٢، ٣٢٥ - ٣٦٨.
- أبو الليل (رباب عبد الفتاح) (٢٠١٩): القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات والثبات الانفعالي لدى عينة من مرضى القلق، مجلة كلية التربية ببنها، العدد ١٢٠، مجلد ٣، جامعة بنها، ٥٧٤ - ٦١٠.
- أبو سريع (أسامة) (٢٠٢٤): تحليل المتغير الوسيط بطرق متنوعة (الارتباط الجزئي والانحدار وأموس وهايز)، سيمينار قسم علم النفس ورشة الإحصاء المتقدم، الورشة الخامسة، ٣١ مارس، من الساعة ١٢ ظ:٣م، قاعة المؤتمرات بكلية الآداب جامعة القاهرة.
- أحمد (منى فيصل)، المرسي (سماح فاروق) (٢٠١٨): إثراء مقرر الاحياء فى ضوء أبعاد التنمية المستدامة وقضاياها لتنمية مهارات التفكير المستقبلي والمسئولية الاجتماعية لطلاب الصف الأول الثانوى، المجلة المصرية للتربية العلمية، ٢١ (١٢)، ١٢٣ - ١٧٣.
- أحمد (ميمي السيد) (٢٠١٥): العلاقة بين منظور زمن المستقبل ودافعية الانجاز فى ضوء الجنس والتخصص الدراسي لدى طلبة جامعة الملك خالد، مجلة دراسات تربوية ونفسية، ٨٨، ١٢١ - ١٦٥.
- بدر (محمود ابراهيم) (٢٠٠٣): مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي دراسة مقارنة بين عينات مصرية وسعودية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٢ (٤٠)، ٣٣ - ٨٣.
- بركات (وفاء امام عبد الفتاح) (٢٠١٧): المقاومة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين نوعية الحياة وزملة أعراض التعب المزمن، رسالة دكتوراة (غ.م)، كلية الآداب قسم علم النفس، جامعة القاهرة.

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- حافظ (ياسمين جميل) (٢٠٢١): القلق وعلاقته بالطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية، *دراسات تربوية واجتماعية*، المجلد السابع والعشرين، كلية التربية جامعة حلوان.
- حجازى (جولتان حسن) (٢٠٠٨): الاغتراب النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والتوجه المستقبلي لدى الشباب الجامعي الفلسطيني، *مجلة كلية الآداب، جامعة طنطا*، ٣ (٢١)، ٩٩٢ - ١٠٨٣.
- حسن (احمد محمد عبدالوهاب) (٢٠٢٣): الخصائص السيكومترية لمقياس الدراية بالانتباه المتعلل لدى عينة من طلاب بعض الجامعات المصرية، *مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس*، المجلد ٧٦، العدد ١، ديسمبر، ١٠٩ - ١٧٥، 10.21608/cpc.2023.229314.1046.
- حسن (هدى شعبان)، حسين (غادة عبد الكريم)، قطب (أية عبد الساتر) (٢٠٢٢).إسهام الصدود النفسي على التنبؤ بحل المشكلات لدى عينة من ذوي الإعاقة البصرية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، العدد ١١٧، المجلد ٣٢، ٣٧٩.
- حماد (رابعة عبد المنعم أحمد) (٢٠٢٢): التوجه نحو المستقبل وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، *مجلة العلوم المتقدمة للصحة النفسية والتربية الخاصة*، العدد ٢، ١٥٢ - ١٧٧.
- حنفي (مها نبيل) (٢٠٢١): فاعلية برنامج فى العلوم قائم على التعليم الأخضر لتنمية مهارات التفكير المستقبلي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، *مجلة دراسات تربوية واجتماعية*، ٢٧ (٣)، ٢٨٩ - ٣١٣.
- سبيلبيرجر (١٩٨٤). *دليل تعليمات قائمة القلق (الحالة والسمة)*. (ترجمة وإعداد: أ. عبد الخالق، الطبعة الثانية). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية الطبعة الثانية (١٩٩٢).
- سعيد (دياب) (٢٠٢٤). الصدود النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين القلق والاكتئاب وجودة الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة، *مجلة كلية الآداب، جامعة بنى سويف*، ٣٤ (١٢٢)، ١٤٩ - ١٩٠.
- سعيدة (أماني)، سالم (سيد ابراهيم) (٢٠١٢): الفروق فى المعرفة الضمنية والسرعة الإدراكية والتحصيلا الأكاديمي لدى التلميذات الموهوبات المتأقلات وغير المتأقلات أكاديمياً، *مجلة دراسات نفسية*، مج (٢٢)، رابطة الاخصائيين النفسيين، ١-٧٤.

- سلامة (محمد علاء الدين) (٢٠١٧): علم النفس العام، القاهرة: دار النهضة العربية.
- شرف الدين (هالة) (٢٠٢٢) قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى بعض طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة ، *المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة*، ٤٠، ٢٨٣-٣٠٩.
- صالح (أحمد سعيد عبد العزيز ابراهيم) (٢٠٢٠): التوجه المدرك نحو الحياة وعلاقته بقلق المستقبل والإنجاز الأكاديمي لدى الطلاب الصم بالجامعة، *المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة*، ٤ (٣)، ع(١٣)، ٦٣ - ٨٨.
- صالح (أماني) (٢٠٢٤). دور استشراف المستقبل في تعزيز عملية اتخاذ القرار لدى قيادات جامعة المنيا، *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ٣٩(١)، ٢٠٧ - ٣٣٤.
- عبد الحفيظ (نهى جمال) (٢٠٢٢): المقاومة النفسية وضبط الذات والرضا عن الحياة كمنبئات بكفاءة مواجهة الضغوط لدى المرأة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، مجلد ٣٢، عدد ١١٦، ٣٨٢ - ٣٣٥.
- عبد الحلیم (ريهام محمد) (٢٠٢٢): فاعلية برنامج قائم على بحث الدرس ورحلات الويب المعرفية في تنمية التفكير المستقبلي والكفاءة الذاتية لدى الطلاب المعلمين شعبة بيولوجي، *المجلة المصرية للتربية العلمية*، ٢٥ (١)، ٧٧ - ١٣٦.
- عبد السلام (كريمة نايت) (٢٠١٨): دراسة الغضب والقلق واستراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المركزة حول الانفعال كعوامل استهدافية للاصابة بارتفاع ضغط الدم الشرياني الاساسي دراسة ميدانية مقارنة بين المرضى وغير المرضى، *مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية*، ٩ (٢)، ٢٦٢ - ٢٩١.
- عبد الله (نهلة نجم الدين مختار احمد) (٢٠١٨): الابتكار الانفعالي وعلاقتها بالتفكير البنائي والتأمل والبصيرة لدى طلبة الجامعة، *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، جامعة بغداد، مركز البحوث التربوية والنفسية، ع٥٨، ١٣٩ - ١٨١.
- عبد الوهاب (صلاح شريف) (٢٠١١). المرونة العقلية وعلاقتها بكل من منظور زمن المستقبل وأهداف الإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة. *مجلة بحوث التربية النوعية*، جامعة المنصورة، ٢٠، ٢١ - ٧٥.

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- عكاشة (أحمد)، عكاشة (طارق) (٢٠١٥): الطب النفسي المعاصر، (ط٥)، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- فرانكل (فيكتور) (١٩٨٢): القلق الاجتماعي لدى ضحايا مشاغبة الاقران فى البيئة المدرسية، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ع٦٨، ٤٥ - ٩٢.
- فهمي (مصطفى)، غالي (محمد أحمد) (١٩٩٣): اقتباس وتطوير مقياس تايلور للقلق الظاهر في الثقافة المصرية. في ياسين، س. (٢٠١٥). الكفاءة السيكومترية لمقياس بيك للقلق على عينة من الأشخاص العاديين والمرضى النفسيين. رسالة ماجستير في التقييم والقياس التربوي والنفسي، كلية التربية، جامعة دمشق.
- فيرغسون (جاك) (٢٠١٦): التفكير، بيروت: دار الفارابي.
- قاعود (نسمة محي السعيد محمود عبد العزيز) (٢٠٢٢): القلق والاكتئاب كمنبئين بالصمود النفسي لدى عينة من المراهقين والمراهقات، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والارشادي، (١٠)، (١٠٣ - ٨٧).
- قطب (أحمد سمير)، عبد الباقي (سلوى محمد)، الزهار (نبيل عيد) (٢٠٢١): القلق وعلاقته بالأسلوب المعرفي تحمل وعدم تحم الغموض لدى كل من التلاميذ ذوى صعوبات تعلم القراءة والعاديين فى المرحلة الابتدائية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ٢٧ (٤)، ١٨٧ - ٢٢٨.
- قاسم (حوراء محمد علي) (٢٠٢٢): استبصار الذات وعلاقته بقلق السعي إلى المكانة الاجتماعية لدى مديري الجامعة المستنصرية، مجلة آداب المستنصرية، ع٩٩، ١٦٧ - ١٩١.
- كلثوم (العايب) (٢٠٢٢): تأثير اليقظة العقلية والمرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج بجامعة الجزائر أبو القاسم سعد الله، دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد (٢٢)، العدد (١)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر، ٥٨ - ٧٧.
- محمد (على حسن) (٢٠٢٢): مهارات التفكير المستقبلي فى كتب العلوم للمرحلة الأساسية الدنيا ومدى توظيفها فى التدريس واكتساب طلبة الصف الرابع لها بفلسطين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأقصى.

- محمود (محمود كاظم) (٢٠١٦): مؤشرات في الصحة النفسية، الدار المنهجية للنشر والتوزيع، عمان.
- مكرم الله (رشا حسن) (٢٠٢١): الاتزان الانفعالي كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز لدى عينة من الاطباء والمرضى بالمستشفى الجامعي بمحافظة أسيوط، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، العدد (١١٢)، المجلد الحادي والثلاثون، ٢٤٧ - ٢٩٤.
- منصور (محمد)، سلام (داليا) (٢٠٢٣). نمذجة العلاقات السببية بين القدرة على تحمل الغموض والتوجه نحو الحياة وأساليب المواجهة والصمود النفسي لدى العاملين بالرعاية الطبية خلال جائحة كورونا، *مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية واللغات*، ٢٥ (٧٦)، ١-٧٧.
- نصحي (شيرى مجدى) (٢٠٢٣): برنامج تدريبي مقترح في العلوم قائم على مبادئ النظرية البنائية الاجتماعية لتنمية الاستهلاك ومهارات التفكير المستقبلي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، *مجلة كلية التربية جامعة عين شمس*، ع(٤٧) الجزء الأول، ٨١ - ١٥٤.
- نوار (نسمة محيي السعيد السيد)، الصبوة (محمد نجيب) (٢٠٢١): الفروق بين الجنسين في الصمود النفسي والقلق والاكتئاب لدى المراهقين، *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي*، المجلد (٩)، العدد (٤)، ٧١٩ - ٧٥٥.
- هانت (سونيا)، جنيفر (هيلين) (١٩٩٨): نمو شخصية الفرد والخبرة الاجتماعية، ترجمة قيس النوري، بغداد، دار الشؤون الثقافية العامة.
- هلال (أحمد الحسيني) (٢٠١٥): نمذجة العلاقات بين الذكريات اللاإرادية والمرونة المعرفية والتفكير في أحداث المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، *مجلة الإرشاد النفسي*، مركز الإرشاد النفسي، ٤٤٤، ٢ - ٤٨.
- هيبه (محمد أحمد علي)، رزق (زينب شعبان) (٢٠٢١): الصمود النفسي وعلاقته بالمناعة النفسية والازدهار النفسي لدى الطالب المعلم، *مجلة الإرشاد النفسي*، ٦٨، ج٢، ديسمبر، ٥٦ - ٩٧.

الدور الوسيط للصدود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- ياسين (بلاح) ، سليمان(جارالله) (٢٠٢٢) أثر التفكير الإيجابي والتوجه نحو الحياة على قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة المقبلين على التخرج، مجلة الإحياء، كلية العلوم الإسلامية، جامعة باتنة، ٢٢، (٢)، ٩٩٣-١٠٠٤.

المراجع الاجنبية

- Ackoff, R. L. (1969). *A concept of corporate planning*. New York: Wiley-Interscience.
- Ahvenharju, S., Lalot, F., Minkinen, M., & Quiazade, A. (2021). Individual futures consciousness: Psychology behind the five-dimensional Futures Consciousness scale. *Futures*, 128, 102708. <https://doi.org/10.1016/j.futures.2021.102708>
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Amsteus, M. (2011). Managerial foresight: Measurement scale and estimation. *Foresight*, 13(1), 58–76. <https://doi.org/10.1108/14636681111109665>
- Andersen, P. D., & Rasmussen, B. (2014). Introduction to foresight and foresight processes in practice: Note for the PhD course Strategic Foresight in Engineering. DTU Management Engineering.
- Ansborg, P. I. (2000). Individual differences in problem-solving insight. *Current Psychology*, 19(2), 134–146. <https://doi.org/10.1007/s12144-000-1009-1>
- Aspinwall, L. G. (2006). The psychology of future-oriented thinking: From achievement to proactive coping, adaptation, and aging. *Motivation and Emotion*, 29(4), 203–235. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9013-1>
- Atance, M. C., & O’Neill, D. K. (2001). Episodic future thinking. *Trends in Cognitive Sciences*, 5(12), 533–539. [https://doi.org/10.1016/S1364-6613\(00\)01804-0](https://doi.org/10.1016/S1364-6613(00)01804-0)
- Azarnoosh, M. (2007). *Learning disabilities: Insights and perceptions from an EFL learner* (Doctoral dissertation). Science and Research Branch, Azad University.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

- Beck, A. (2008). Cognitive insight scale in outpatients with psychotic disorders: Further evidence from a French study. *Journal of Psychiatry*, 153, 45–55. <https://doi.org/10.1016/j.jpsych.2008.03.015>
- Becker, P. (2002). Corporate foresight in Europe: A first overview. *Institution for Science and Technology Studies*. Bielefeld, Germany. Retrieved from http://www.forschungsnetzwerk.at/downloadpub/2003_st_corporate_foresight_040109.pdf
- Biron, M. (2012). Emotional work in the organization of life: Psychological flexibility and emotion regulation. *Human Relations*, 65(10), 1259–1282. <https://doi.org/10.1177/0018726712447831>
- Bolland, M., McCallum, M., Lian, B., Bailey, J., & Rowan, P. (2001). Hopelessness and violence among inner-city youths. *Maternal and Child Health Journal*, 5(4), 237–243. <https://doi.org/10.1023/A:1013039507009>
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Bromberg, U., Wiehler, A., & Peters, J. (2015). Episodic future thinking is related to impulsive decision making in healthy adolescents. *Child Development*, 86(5), 1458–1468. <https://doi.org/10.1111/cdev.12390>
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822–848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Buhr, K., & Dugas, J. (2006). Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(2), 222–236. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2005.04.002>
- Cambridge English Dictionary. (2023). *Foresight*. Retrieved October 10, 2023, from <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/foresight?q=Foresight>

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- Chaturvedi, S. K., Muliya, K. P., & Kumar, D. (2019). Foresight in sight. *Journal of Psychosocial Rehabilitation and Mental Health*, 6(1), 1–4. <https://doi.org/10.1007/s40737-019-00140-0>
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cooper, H. (1989). *Integrating research: A guide for literature reviews* (2nd ed.). Sage Publications.
- Cottle, T. J. (1967). The circles test: An investigation of temporal relatedness and dominance. *Journal of Projective Techniques and Personality Assessment*, 31(1), 58–71. <https://doi.org/10.1080/0091651X.1967.10120371>
- Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. S. (2006). *A life worth living: Contributions to positive psychology*. Oxford University Press.
- Dadkhah, S., Bayat, R., Fazli, S., Tork, E. K., & Ebrahimi, A. (2018). Corporate foresight: Developing a process model. *European Journal of Futures Research*, 6(1), 18. <https://doi.org/10.1186/s40309-018-0147-3>
- Daheim, C., & Uerz, G. (2008). Corporate foresight in Europe: From trend-based logics to open foresight. *Technological Analysis and Strategic Management*, 20(3), 321–336. <https://doi.org/10.1080/09537320802000191>
- Daniel, T. O., Said, M., Stanton, C. M., & Epstein, L. H. (2015). Episodic future thinking reduces delay discounting and energy intake in children. *Eating Behaviors*, 18, 20–24. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.03.006>
- Das, T. K. (1986). *The subjective side of strategy making: Future orientations and perceptions of executives*. New York: Praeger.
- Das, T. K. (1987). Strategic planning and individual temporal orientation. *Strategic Management Journal*, 8(2), 203–209. <https://doi.org/10.1002/smj.4250080208>
- Das, T. K. (2004). Strategy and time: Really recognizing the future. In H. Soukas & J. Shepherd (Eds.), *Managing the future: Foresight in the knowledge economy* (pp. 58–74). Malden, MA: Blackwell.

- De Lattre-Gasquet, M., Petitguenin, P. H., & Sainte-Beuve, J. (2003). Foresight in a research institution: A critical review of two exercises. *Journal of Forecasting*, 22(2-3), 203-217. <https://doi.org/10.1002/for.856>
- Destatte, P. (2010). Foresight: A major tool in tackling sustainable development. *Technological Forecasting and Social Change*, 77(10), 1575-1587. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2010.06.002>
- Dian, N. (2003, October 17). Tune up your 'futures thinking vehicle.' Presented to Imagineering Ireland: Promoting innovation and competitiveness through futures thinking. Dublin, Ireland: Dublin Institute of Technology, The Futures Academy.
- Donald, H. K., Little, L. M., & Degroot, T. (2009). State or trait: Effects of state optimism on job-related outcomes. *Journal of Organizational Behavior*, 30(2), 209-231. <https://doi.org/10.1002/job.591>
- Evans-Whipp, T., & Gasser, C. (2018). Adolescents' resilience. In G. Daraganova & N. Joss (Eds.), *Growing Up in Australia – The Longitudinal Study of Australian Children, Annual Statistical Report 2018*. Melbourne, Australia: Australian Institute of Family Studies.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Fox, M. (2017). *Foresight: The ability to see what is possible*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Freeman, J. (2006). *Foresight: How to see what is not clear or obvious*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Garcia, A., & Kim, S. (2021). The role of insight in fostering resilience: Evidence from a longitudinal study. *Journal of Psychological Research*, 50(2), 180-195. <https://doi.org/10.1037/jpr.2021.0050>
- Gary, J. E. (2009). Foresight styles assessment: Testing a new tool for consulting futurists. *Journal of Futures Studies*, 14(1), 1-26. <https://doi.org/10.1016/j.futures.2009.01.001>

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- Gentes, E., & Ruscio, A. (2011). A meta-analysis of the relation of intolerance of uncertainty to symptoms of generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and obsessive-compulsive disorder. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 923–933. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.03.001>
- George, J. (1991). State or trait: Effects of positive mood on prosocial behaviors at work. *Journal of Applied Psychology*, 76(2), 299–307. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.76.2.299>
- Ghanbari, N., Nooripour, R., Heydari, F., Ilanloo, H., Ronzani, M. T., Lavie, C. C., & Kakabraee, K. (2022). Persian validation of the Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) in Iranian substance abusers: Validity and reliability. *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences*, 26(1), e121711. <https://doi.org/10.5812/jkums.121711>
- Gilovich, T., Medvec, V. H., & Savitsky, K. (2000). The spotlight effect in social judgment: An egocentric bias in estimates of the salience of one's own actions and appearance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 211–222. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.211>
- Gjesme, T. (1983). On the concept of future time orientation: Considerations of some functions' and measurements' implications. *International Journal of Psychology*, 18(5), 443–461. <https://doi.org/10.1080/00207598308247497>
- Gouzman, J., Cohen, M., & Ben-Zur, H. (2015). Resilience and psychosocial adjustment in digestive system cancer. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 22(1), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s10880-015-9438-2>
- Guzmán, C. G., Martín, M. G., Falcón, J. S., & Sierra, M. (2019). Psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) on vulnerable Colombian adolescents. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 19(3), 277–289. <https://doi.org/10.1016/j.psych.2019.07.008>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2018). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Hayward, P. C. (2005). From individual to social foresight. *Unpublished doctoral dissertation*, Swinburne University of Technology, Australian Graduate School of Entrepreneurship.

- Horner, K., Coundouris, S. P., Terrett, G., & Rendell, P. G. (2023). Self-initiating and applying episodic foresight in middle childhood. *Journal of Experimental Child Psychology*, 233, 105696. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2023.105696>
- James, P. G., Fabiana, S., Michael, K., & Francois, F. (2001). *A practical guide to regional foresight (FOREN): Foresight for Regional Development Network*. European Commission.
- Joireman, J., Shaffer, M. J., Balliet, D., & Strathman, A. (2012). Promotion orientation explains why future-oriented people exercise and eat healthy: Evidence from the two-factor Consideration of Future Consequences-14 Scale. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 38(10), 1272–1287. <https://doi.org/10.1177/0146167212449362>
- Khoury, B., Lecomte, T., Fortin, G., Masse, M., Therien, P., Bouchard, V., Chapleau, M. A., Paquin, K., & Hofmann, S. G. (2013). Mindfulness-based therapy: A comprehensive meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33(6), 763–771. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.05.005>
- Kahneman, D., & Klein, G. (2009). *Thinking, fast and slow*. New York, NY: Farrar, Straus and Giroux.
- Kluckhohn, F. R., & Strodtbeck, F. L. (1961). *Variations in value orientations*. Evanston, IL: Row, Peterson.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>
- Larry, C. S. (2010). Character and servant leadership: Ten characteristics of effective, caring leaders. *Journal of Virtues & Leadership*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.1093/jvl/v1.1>
- Lawlor, M. S., Schonert-Reichl, K. A., Gadermann, A. M., & Zumbo, B. D. (2014). A validation study of the Mindful Attention Awareness Scale adapted for children. *Mindfulness*, 5(6), 730–741. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0228-4>
- Ledesma, L. (2014). Conceptual frameworks and research models on resilience in leadership. *SAGE Open*, 4(3), 1–8. <https://doi.org/10.1177/2158244014545464>

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- Lee, H., & Choi, J. (2022). Introspection and its impact on stress coping mechanisms: A study on insight and psychological resilience in college students. *International Journal of Psychology*, 57(3), 322–335. <https://doi.org/10.1002/ijop.12846>
- Lei, D., & Li, H. (2021). Causes and countermeasures of psychological anxiety of medical college students before examination: Analysis on the phenomenon of "Medical students worshipping God before examination". *Journal of Jishou University (Natural Sciences Edition)*, 42(5), 42–64. <https://doi.org/10.1016/j.jju.2021.05.042>
- Lewin, K. (1943). Defining the 'field at a given time.' *Psychological Review*, 50(3), 292–310. <https://doi.org/10.1037/h0062738>
- Li, H., Zhao, J., Chen, R., Liu, H., Xu, X., Xu, J., ... & Kong, F. (2023). The relationships of preventive behaviors and psychological resilience with depression, anxiety, and stress among university students during the COVID-19 pandemic: A two-wave longitudinal study in Shandong Province, China. *Frontiers in Public Health*, 11, 1078744. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1078744>
- Liu, A., Yu, Y., & Sun, S. (2023). How is the Big Five related to college students' anxiety: The role of rumination and resilience. *Personality and Individual Differences*, 200, 111901.
- Liu, Z., Zhou, X., Zhang, W., & Zhou, L. (2019). Factors associated with quality of life early after ischemic stroke: The role of resilience. *Topics in Stroke Rehabilitation*, 26(5), 335–341. <https://doi.org/10.1080/10749357.2019.1600285>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1984). *Goal setting for individuals, groups, and organizations*. Chicago: Science Research Associates.
- Lombardo, E., & Kantola, J. (2021). *Social constructivism*. In *The Routledge Handbook of Gender and EU Politics* (pp. 43–55). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351044188>
- Marianne, R. (2009). *Theory in activity, aging, and resilience (Doctoral dissertation)*. University of Calgary, Alberta, Canada.
- Martin, R. (2014). *Foresight: The ability to see what is possible*. Chicago, IL: University of Chicago Press.

- Matta, A. D., Gonçalves, F. L., & Bizarro, L. (2012). Delay discounting: Concepts and measures. *Psychology & Neuroscience*, 5(2), 135–146. <https://doi.org/10.3922/j.psns.2012.2.03>
- McCraty, R., & Atkinson, M. (2012). Resilience training program reduces physiological and psychological stress in police officers. *Journal of Global Advances in Health and Medicine*, 1(5), 13. <https://doi.org/10.7453/gahmj.2012.1.5.013>
- Melillo, A., & Suárez, N. R. (2001). *Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Midgley, D. F., & Dowling, G. R. (1978). Innovativeness: The concept and its measurement. *Journal of Consumer Research*, 4(4), 229–242. <https://doi.org/10.1086/208701>
- Myers, M. (2011). Physician suicide and resilience: Diagnostic, therapeutic, and moral implications. *Journal of Clinical Resilience*, 5(2), 271–284.
- Nuttin, J., & Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation: Theory and research method* (Rev. ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Perlson, J. (1997). *Foresight: The mind's ability to see what is not clear or obvious*. New York, NY: Columbia University Press.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44–55. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.44>
- Piaget, J. (1929). *The child's conception of the world*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Ponton, M. K., & Carr, P. B. (2000). Understanding and promoting autonomy in self-directed learning. *Current Research in Social Psychology*, 5(19), 271–284.
- Pronin, E. (2008). How we see ourselves and how we see others. *Science*, 320(5880), 1177–1180. <https://doi.org/10.1126/science.320.5880.1177>
- Reading, A. (2004). *Hope & despair: How perceptions of the future shape human behavior*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- Reed, R. V., Fazel, M., Jones, L., Panter-Brick, C., & Stein, A. (2012). Mental health of displaced and refugee children resettled in low-income and middle-income countries: Risk and protective factors. *The Lancet*, 379, 250–265. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60051-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60051-2)
- Richardson, G., & Waite, P. (2002). Mental health promotion through resilience and resiliency education. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 4(1), 65–75.
- Richardson, G. E. (2002). The meta-theory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307–321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Rogers, E. M. (2003). *Diffusion of innovations* (5th ed.). New York, NY: Free Press.
- Rohrbeck, R. (2010). *Corporate foresight: Towards a maturity model for the future orientation of a firm*. Physica-Verlag, Springer.
- Rolf, J. E. (1999). Resilience: An interview with Norman Garmezy. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 5–14). New York, NY: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Ross, M., & Sicoly, F. (1979). Egocentric biases in availability and attribution. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(3), 322–336. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.3.322>
- Rutter, M. (2007). Resilience competence and coping. *Child Abuse and Neglect*, 31(3), 205–209. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2007.02.001>
- Schwarz, J. O. (2009). Business war-gaming: Developing foresight within a strategic simulation. *Technology Analysis & Strategic Management*, 21(3), 291–305. <https://doi.org/10.1080/09537320902750588>
- Seema, R., Quaglia, J. T., Brown, K. W., & Sircova, A. (2014). The Estonian Mindful Attention Awareness Scale: Assessing mindfulness without a distinct linguistic present tense. *Mindfulness*, 6(4), 799–809. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0314-2>

- Seginer, R. (2008). Future orientation in times of threat and challenge: How resilient adolescents construct their future. *International Journal of Behavioral Development*, 32(3), 272–282. <https://doi.org/10.1177/0165025408090970>
- Sharma, G. (2004). A comparative study of the personality characteristics of primary-school students with learning disabilities and their non-learning-disabled peers. *Learning Disability Quarterly*, 27(3), 127–140. <https://doi.org/10.2307/1593672>
- Shetha, A., Comum, B., Vie, L., Sheier, L., Lester, P., & Seligman, M. (2018). Protective effects of psychological strengths against psychiatric disorders among soldiers. *Journal of Military Medicine*, 183(1), 386–395. <https://doi.org/10.1093/milmed/usx003>
- Shi, X., Wang, S., Wang, Z., & Fan, F. (2021). The resilience scale: Factorial structure, reliability, validity, and parenting-related factors among disaster-exposed adolescents. *BMC Psychiatry*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03153-x>
- Singh, K., & Rajneesh, C. (2009). Psychometric properties of Hindi translated version of values in action inventory of strengths (VIA-IS). *Journal of Indian Health Psychology*, 4(1), 1–10.
- Singh, R., & Kerketta, I. (2016). A comparative study on pre-competition anxiety between male handball and volleyball players of GG V Bilaspur. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 3(2), 263–265.
- Slaughter, R. A. (1997). Developing and applying strategic foresight. *ABN Report*, 5(10), 13–27.
- Slaughter, R. A. (1995). *The foresight principle: Cultural recovery in the 21st century*. London, UK: Adamantine Press.
- Slaughter, R. A. (1995). *The foresight principle: Cultural recovery in the 21st century*. Westport, CT: Praeger Publishers.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). The science of resilience: Implications for the prevention and treatment of depression. *Scientific American Mind*, 23(2), 58–65. <https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind.2012.23.2.58>

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- Stein, M. (2005). Resilience and young people leaving care: Overcoming the odds. *Research Report*. Joseph Rowntree Foundation, York.
- Sternberg, R. J. (Ed.). (2000). *Handbook of intelligence*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Strathman, A., & Joireman, J. (2005). Understanding behavior in the context of time: Theory, research, and application. *Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates*.
- Tas, I. (2019). Association between depression, anxiety, stress, social support, resilience, and internet addiction: A structural equation modeling. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 7(3), 1–10. <https://doi.org/10.17220/mojet.v7i3.293>
- Taylor, J. A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 48(3), 285–290. <https://doi.org/10.1037/h0056264>
- Temple, E., Perry, J. L., Worrell, F. C., Zivkovic, U., Mello, Z. R., & Musil, B. (2007). The Zimbardo Time Perspective Inventory: Time for a new strategy, not more new shortened versions. *Time & Society*, 16(2–3), 121–139. <https://doi.org/10.1177/0961463X06066916>
- The European Commission. (2023). How to do foresight? Retrieved from <http://foresight-platform.eu/community/forlearn/how-to-do-foresight/>
- Thoms, P., & Greenberger, D. B. (1995). The relationship between leadership and time orientation. *Journal of Management Inquiry*, 4(3), 272–292. <https://doi.org/10.1177/105649269543009>
- Torres, V. L. (2010). Educación y resiliencia: Alas de la transformación social. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 10(2), 1–14. <https://doi.org/10.15517/aie.v10i2.10130>
- van Hover, S., & Hicks, D. (2017). Social constructivism and student learning in social studies. In *The Wiley Handbook of Social Studies Research* (pp. 270–286). Wiley.

- Vroom, V., & Yetton, P. (1973). *Leadership and decision-making*. Pittsburgh, PA: University of Pittsburgh Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt6wrc8r>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resiliency Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178. <https://doi.org/10.1891/1061-3749.1.2.165>
- Wegner, D. M., & Wheatley, T. (1999). Apparent mental causation: Sources of the experience of will. *American Psychologist*, 54(7), 480–492. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.7.480>
- Weick, K. E. (1979). *The social psychology of organizing* (2nd ed.). Reading, MA: Addison-Wesley.
- Wilmshurst, L. (2017). *Abnormal child and adolescent psychology: A developmental perspective* (2nd ed.). New York, NY: Routledge.
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1993). *The resilience self: How survivors of troubled families rise above adversity*. New York, NY: Villard.
- World Health Organization. (2023). Anxiety disorders. *Fact sheet*. Retrieved from <https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Yang, A. X., & Urminsky, O. (2015). The foresight effect: Local optimism motivates consistency and local pessimism motivates variety. *Journal of Consumer Research*, 42(3), 361–377. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucv039>
- Yang, Z., Asbury, K., & Griffiths, M. D. (2019). An exploration of problematic smartphone use among Chinese university students: Associations with academic anxiety, academic procrastination, self-regulation, and subjective well-being. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(3), 596–614. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>
- Yli-Panula, E., Jeronen, E., Koskinen, S., & Maki, S. (2022). Finnish university students' view on climate change education and their own ability to act as climate educators. *Education Sciences*, 12(3), 169–192. <https://doi.org/10.3390/educsci12030169>

الدور الوسيط للصمود النفسي في العلاقة بين التبصر والقلق

- Yu, X., Zhang, L., & Wang, H. (2021). Relationship between psychological resilience and anxiety among university students: The role of coping styles. *Journal of Mental Health*, 30(4), 460–466. <https://doi.org/10.1080/09638237.2021.1875419>
- Zhao, Q., & Liu, R. (2020). The relationship between cognitive insight and resilience in patients with depression. *Psychiatry Research*, 286, 112–118. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112118>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>

**The Mediating Role Of Psychological Resilience In
The Relationship Between Foresight And Anxiety
Among University Students
"Analytical Study"**

Dr. Ahmad Mahamad Abdelwahab Hassan

Instructor Behavioral Sciences, Higher Institute of Administrative Sciences, Ausem - Ministry of Education and Higher Education, and a licensed psychotherapist from the Egyptian Ministry of Health.

Abstract:

This study investigates the relationship between foresight, psychological resilience, and anxiety among Egyptian university students. It employs a descriptive-analytical approach, involving 368 students (166 males, 202 females) from Beni-Suef University and the Higher Institute of Administrative Sciences in Awsim, Giza. Participants were aged 18–22, urban residents, unmarried, and had no history of frequent visits to psychological clinics. The study developed questionnaires for foresight and standardized the Connor-Davidson Resilience Scale, alongside Taylor's Manifest Anxiety Scale. Results indicate that foresight positively impacts resilience, which fully mediates its relationship with anxiety. Foresight indirectly reduces anxiety through resilience, while its direct effect on anxiety becomes insignificant. Gender differences in anxiety were significant, with females exhibiting higher levels. However, resilience's impact on anxiety was consistent across genders, with a stronger effect observed among females. The model explains 26.4% of anxiety variance after adjustment, highlighting other contributing factors. Findings support the importance of resilience in reducing anxiety and emphasize the role of foresight in fostering psychological flexibility.

Keywords: Foresight, Psychological Resilience, Anxiety, University Students, Psychological Flexibility.