الصراع النفسى وعلاقته بالصلابة النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت

الباحثة

هند عبدالله الهزاع

أولا :المقدمة :

يعتبر الصراع قانون من قوانين الحياة العامة وسمة مميزة للعصر الذي يعيشه الإنسان ، فهو ينعم في مجتمع يعيش ويستظل بنظمه وقوانينه ويحتمي بعاداته وتقاليده ، ويحاول من خلال هذه النظم أن يشبع حاجاته ويرضي دوافعه، كما أن الحياة الاجتماعية تمر بتحديات عديدة نتيجة التطور العلمي والتكنولوجي السريع ، وهذا ما يخلق الصراعات النفسية لدى الإنسان.

يرى الجوهري أن أسباب الصراع من وجهة النظر السيكولوجية تتمثل في امكانات التنبؤ بالنتائج المتعددة للمواقف الصراعية ، فالفرد في المجتمع يكون معرضاً لضغوط الجماعات المختلفة التي ينتمي إليها ومتطلبات الأدوار العديدة التي يجب أن يقوم بها وهذا ما يؤدي إلى الصراع (الجوهري، ١٩٩٨ ، ١٦٧– ١٦٨). وتتفق الباحثة مع هذا الرأي .

تشير نتائج العديد من الدراسات إلى أن الأفراد الذين يتصفون بالاضطراب النفسي يعانون من الصراع بدرجة مرتفعة مثل دراسة كونتي وآخرون (Conte et al 1995, 179) ، ودراسة (الدسوقي ، ١٩٩٨) التي كشفت نتائجها عن وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط الدرجات التي حصل عليها الإناث الجانحات ومتوسط الدرجات التي حصل عليها الإناث غير الجانحات على أبعاد مقياس الصراع النفسي لصالح الجانحات.

ترى الباحثة أن يضع الإنسان لنفسه أهدافا يسعى ويكافح للوصول إليها بالجهد والعمل ، قد يحقق بعض منها ويفشل في تحقيق البعض الآخر فللإنسان رغبات واحتياجات يريد إشباعها ، وللمجتمع قوانين وقيود يريد من أفراده احترامها، وللطبيعة تحديات ولقدرات الإنسان وقفات ، يعيش الإنسان وسط هذه المتغيرات يصارع ملتمسا نصيب من السعادة.

فالصلابة النفسية مؤشراً إيجابياً لفعالية الأداء وجودة الحياة لدى الأفراد كما أنها تساعد على خفض الضغط والإجهاد وتقلل من شدة الغضب أثناء التعامل مع مواقف الحياة المختلفة.

وقد اعتمدت سوزان كوبازا في وضع نظرياتها على كل من آراء ماسلو وروجرز فرانكل ، حيث أشار الأخير صاحب النظرية الوجودية أن وجود معنى أو هدف للحياة هو الذي يجعل الإنسان يتحمل الاحباطات والضغوط والأزمات والمشقة، وهذا التحمل يعتمد على قدرته في استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بشكل جيد(رضوان، ٢٠١٥، ٣).

توصلت كوبازا في دراساتها إلى أن الصلابة النفسية تتكون من مجموعة من الخصائص النفسية وهي :

الألتزام Commitment : نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله.

التحكم Control : تحمل المسئولية الشخصية عما يحدث له والقدرة على اتخاذ القرارات ، والقدرة على تفسير الأحداث ، والقدرة على المواجهة الفعالة للضغوط .

التحدي Challenge : اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري أكثر من كونه تهديداً له (مخيمر ، ٢٠١٥ ، ١٤).

أكدت دراسة ساكسينا (saxena ,2015) العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة، وكشفت نتائج الدراسة أنه يوجد علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة .

ثانيا: مشكلة الدراسة:

يمكن التعبير عن مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤلات التالية:

١- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الصراع النفسي ودرجات الصلابة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

٢- هل تسهم أبعاد الصراع النفسي في التنبؤ بصورة دالة احصائيا بدرجات الصلابة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

ثالثا: هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الصراع النفسي والصلابة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت ، ومعرفة مدى اسهام أبعاد الصراع النفسي في التنبؤ بالصلابة النفسية .

رابعا: مصطلحات الدراسة :

- الصراع النفسي psychological conflict :

حالة انفعالية غير سارة تحدث لدى الفرد نتيجة وجود رغبتين متناقضتين في وقت واحد مما يؤدي إلى شعوره بالحيرة والارتباك والتردد والضيق نتيجة عجزه عن الاختيار أو الوصول إلى حل محدد (الدسوقي ، ١٩٩٩).

- الصلابة النفسية Psychological Hardiness :

مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية وهي خصال فرعية تضم (الالتزام والتحدي والتحكم) يراها الفرد على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش معها بنجاح (محمد ، ٢٠٠٢ ، ٣٥) .

- البرنامج التدريبي Training Programs :

هو برنامج مخطط ومنظم وفقاً لأسس علمية لتقويم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة ، فردياً وجماعياً ، بهدف مساعدة الأفراد في تحقيق النمو السوي والاختيار الواعي المتعقل ولتحقيق التوافق النفسي (زهران ، ٢٠٠٥ ، ٣٤) .

خامسا : الاطار النظرى :

الصراع النفسي :

يعتبر الصراع النفسي أي نشاط مادي أو ذهني الغرض منه تغير حالة ما أو الدفاع عن بقاء الحالة ، وهو عملية حركية تتم داخل الإنسان أو خارجه بعقله أو من خلال أعضائه المتحركة ، ويحتاج الصراع إلى زمن يتكون فيه وينتهي بالتغير أو عدمه.

يعد الصراع النفسي من الأمور الطبيعية والسوية على اعتبار أن كل إنسان يمكن أن يعيش أو يصادف صور وأشكال متعددة من الصراع بدرجات مختلفة شعورية أو لاشعورية ويمكن التسليم بأن الصراع من سنة الحياة وأن الفشل في حل الصراع يمكن أن يؤدي إلى العديد من الأمراض والاضطرابات النفسية ، ولكن خطورة هذا الصراع ليست في وجوده وإنما في استمراره وشدته الأمر الذي يؤدي إلى استنفاذ طاقة الفرد النفسية (الدسوقي ، ٢٠٠٧ ، ١٦٥) .

مفهوم الصراع النفسي :

تعرفه دائرة المعارف الأمريكية (١٩٩٢) بأنه حالة من عدم الارتياح أو الضغط النفسي الناتج عن التعارض أو عدم التوافق بين رغبتين أو حاجتين أو أكثر من رغبات الفرد أو حاجاته (بدوي ، ١٩٩٧).

يرى طه (١٩٩٣) أن الصراع النفسي يحدث عند الفرد عندما يتعرض لدافعين أو لنزعتين أو لرغبتين أو أكثر بحيث يحبذ كل مكون من مكونات الشخصية واحداً منهما ، وهنا يقع الصراع بين مكونات الشخصية أو أجهزتها ، الأمر الذي يؤدي إلى حيرة الفرد وارتباكه وتردده ما بين وجهتي الموقف الصراعي ، وهو موقف يمكن أن يؤثر على البناء النفسي للشخصية ويسبب انحرافات سلوكية أو أعراض نفسية مرضية (طه وآخرون ، ١٩٩٣ ، ٢٤٨) .

ترى الباحثة من وجهة نظرها أن هناك اتفاق بين جميع التعريفات من حيث تعريف الصراع بأنه قوتين دافعتين متضادتين في الاتجاه ومتساويتين في المقدار حيث تعملان في آن واحد فتسببان الحيرة والاضطراب الانفعالي والتوتر لدى الأفراد والمراهقين بصفة عامة .

النظريات النفسية المفسرة للصراع النفسي :

يعتبر الصراع النفسي من المفاهيم الرئيسية في علم النفس وفي تفسير الاضطرابات النفسية ، ولذلك فقد قدمت معظم النظريات النفسية تفسيراً للصراع النفسي وأسبابه ومن بين هذه النظريات تعرض الباحثة بعض النظريات التي تمثلت في الآتي :

نظرية التحليل النفسي :

يعد الصراع بين (الهو) و(الأنا الأعلى) من الصراعات المنذرة باختلال السلوك وظهور الأعراض المرضية ، فالصراع بينهما ينبيء بضعف (الأنا) وعدم تماسكها ، ونظراً لأن (الأنا) هي المنظمة الحاكمة للشخصية السوية والمسئولة عن تأمين التوازن بين (الهو) الممثلة للغرائز الجنسية والعدوانية من جانب وبين (الأنا الأعلى) الذي يعمل بمثابة رقيب أخلاقي صارم من جانب آخر ، وعليه فالصراع بين هاتين القوتين سوف يحسم لصالح إحداهما بعيداً عن (الأنا) مما قد يسفر عنه اضطراب في السلوك .

اعطى المحللون النفسيون أهمية خاصة للصراعات اللاشعورية الراجعة لمرحلة الطفولة المبكرة سواء بفعل الكبت أو التثبيت ونظروا إليها كأساس للاضطرابات النفسية وبينوا أهمية الحيل الدفاعية ودورها في مواجهة الصراعات اللاشعورية (القريطي، ٢٠٠٣، ١٠٨) .

كما تضمنت نظرية التحليل النفسي العلاقة الداخلية لمفهومي الصراع والعصابية فحينما تصبح الصراعات المكبوتة قوية للغاية فإن بعض منها تدخل دائرة الوعي بالقوة مما يؤدي إلى الأعراض العصابية أرلو وبرنر (Arlow & Brenner , 1964 , 13) .

أن الصراع هو المصدر الرئيسي للميول العصابية وإن فشل الفرد في حل الصراع أو حسم صراعاته يؤدي به إلى العصابية وأن الشخصية العصابية شخصية تعاني من الصراع شابيرو(Shapiro , 1989 , 15) .

النظرية السلوكية :

يرى أنصار المدرسة السلوكية أن الصراع النفسي ينشأ عندما يستثير مثير ما استجابتين متصارعتين بنفس القوة ، ويمكن إكساب مثير ما القدرة على إثارة استجابتين اشتراطيتين متناقضتين وذلك بتقديمه بمصاحبة مثيرين طبيعين يثيران استجابتين متناقضتين (أبوسيف والناشري ، ٢٠٠٩ ، ٨١) .

يرى السلوكيون أن قوانين التعلم الشرطي تسهم في إكتساب الإنسان لأي سلوك صراعي ، فالإنسان يتعلم أن يستجيب لمثير واحد استجابتين متناقضتين ويؤدي هذا التعلم المشوش إلى سلوك ترددي بحيث لايستطيع الإنسان أن يحدد أي الاستجابتين يختار عندما يتعرض لذلك المثير (فوزي ، ١٩٩٦ ، ٨٩) .

نظرية التنافر المعرفي :

تقوم نظرية التنافر المعرفي على فرضية أن الأفراد يطمحون دائماً إلى التوازن والإنسجام بين معارفهم ، وأفكارهم ، وقناعاتهم ومعتقداتهم ، ومواقفهم وآرائهم المهمة بالنسبة لموضوع ما ، فإذا حدث وكان هناك عدم توافق بين معارف محددة فإن ذلك يقود إلى تنافر معرفي ، ويقود هذا التنافر المعرفي إلى توليد دافع غايته تخفيض هذا التنافر المعرفي إلى أدنى درجة ممكنة من خلال بحث عن إمكانيات تخفيض التنافر . تحدث حالة التنافر المعرفي عند الفرد من جرّاء ارتباط هذه المعارف بدوافع معينة تمتلك عند الفرد أهمية شخصية ، أي عندما ترتبط بحاجات معينة أو بتصرفات محددة (رضوان ، ٢٠٠٩ ، ٢٣٢) .

نظرية علم النفس الإنساني :

يرى أصحاب التوجه الإنساني أن الصراع النفسي ينشأ عند الفرد عندما يواجه موقفاً يحتوي على ما يعوقه عن تحقيق إنسانيته ، وينشأ الصراع بين إرادة الفرد في تحقيق إنسانيته وبين القوى التي تقف في طريق هذه الإرادة أو التي تحول دون ذلك ، فعلماء المدرسة الإنسانية يرون أن الإنسان يسعى بصورة دائمة إلى تحقيق ذاته وقد يهدد ذلك العديد من العوامل مثل الموت أو المرض أو المعوقات النفسية والاجتماعية ، يرون أن الصراع الذي يعانيه الفرد هو صراع بين إثبات الوجود أو تحقيق الذات وبين القوى التي تهدد هذا الوجود ، ويرون أن حالة الصراع هذه هي حالة دائمة ما دام الإنسان حياً (عبدالغفار ،١٩٩٦ ، ١٠٧) .

صنف "القريطي" الصراع إلى نوعين هما:

١- **صراع داخلي Internal Conflict** : وفيه تكمن الاختيارات داخل الفرد الذي يعاني الصراع .

٢- **صراع خارجي External Conflict** : وفيه تكمن الاختيارات خارج الفرد الذي يعاني الصراع كما هو في حالة التردد في اتخاذ القرار (القريطي ، ١٩٩٨ ، ١١) .

الصلابة النفسية :

تعتبر الصلابة النفسية من أهم متغيرات الشخصية الإيجابية التي لها دور في مواجهة ضغوط الحياة وفي قوة التحمل والاحتفاظ بالاتزان الداخلي والخارجي وامتلاك الفرد لمجموعة من السمات التي تساعده على مواجهة مصادر الضغوط والتكيف السليم والجيد في أوقات الشدة والصدمات مع بقاء الثقة بالنفس والقدرة على التحكم بالمشاعر (التنظيم العاطفي) والقدرة على حل المشاكل وفهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم .

لقد أشار هولاهان وموس (Holahan & Moos, 1995, 1986) إلى أنهما قد تأثرا كثيراً بما طرحه هينكل (Hinkle, 1974) من تلخيص للأبحاث التي أجريت حول

التغير الاجتماعي والمرضي والتي أشار فيها إلى أنه رغم أن بعض الأشخاص يتعرضون لأحداث حياتية ضاغطة إلا أنهم يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية ، وأنهما أيضاً تأثرا برواد التوجه الإنساني – ماسلو وروجرز وغيرهم – في تأكيدهم على أن الدراسة في مجال الضغوط يجب أن تركز على تنمية المتغيرات الإيجابية كالصلابة النفسية وتقدير الذات والفاعلية وليس فقط خفض التوتر أو تحقيق الغرائز (Moos, 1976, 2-5) .

مفهوم الصلابة النفسية :

تعد كوبازا "Kobasa" ، أول من تناولت مصطلح الصلابة النفسية ، وترى أن الأشخاص الأكثر صلابة ، هم أكثر صموداً ، ومقاومة ، وإنجازاً ، وضبطاً داخلياً ، وقيادة ، واقتداراً ، ونشاطاً ودافعية (Clark & Hartman ,1996) .

تعرف كوبازا (Kobasa , 1979) الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تعمل على التصدي لمواجهة الأحداث الحياتية الصعبة ، وأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام الموارد البيئية والنفسية المتاحة ، حتى يكون قادراً على تفسير ، ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفعالية وجدارة .

أهمية الصلابة النفسية ودورها :

أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية الصلابة النفسية ، كأحد عوامل المقاومة ضد الضغوط والأزمات حيث تعمل كحاجز يحول بين الفرد والإصابة بالأمراض النفسية ، والجسمية المرتبطة بالضغوط ، فالفرد ذو الشخصية الصلبة يتعامل بصورة جادة وفعالة مع الضغوط ، كما يميل للتفاؤل والتعامل المباشر مع مصادر الضغط ، لذلك فإنه يستطيع تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً ، وعليه فإنه يكون أقل عرضة للآثار السلبية المرتبطة بالضغوط (Lai & Lenenko , 2007) .

ذكر لوكنير "Lockner" أن الصلابة النفسية عامل هام وحيوي في الشخصية يجب التأكد عليه في البحوث المستقبلية حتى يتضح اكثر ويتطور من مستوى الأشخاص

إلى مستوى استخدامه في المؤسسات والمراكز العلاجية والإرشادية حتى يستخدم على نطاق واسع في التطوير واختيار الأشخاص ذوي الصلابة في مهمات خاصة في شتى المجالات لأن الصلابة أصبحت من المفاهيم الهامة في أوقات الخطر وتحدي المصاعب وضغوط العمل والانجاز كما أن لها تأثيرات ايجابية على الأنظمة العائلية والنزاعات الزوجية والسلوك المرضي والضغوط ويجب كذلك بحث تطور الصلابة عبر فترات الحياة وربطها بتحقيق الأهداف (Lockner , 1998) .

سادسا : الدراسات السابقة :

أولا : الدراسات التي تناولت الصراع النفسي والصلابة النفسية لدى المراهقين :

دراسة أولسون وآخرون (Olsen et al ,1994) وهدفها معرفة "دور الصراع النفسي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة" ، تكونت عينة الدراسة من (٥٢) طالب في السنة الأولى بالجامعة ، و(٤٧) طالب في السنة الثالثة ، وطبق عليهم مقياس الصراع النفسي ومقياس الرضا عن الحياة ، وقسم الطلبة إلى مجموعتين هما (الرضا عن العمل ، وعدم الرضا عن العمل) ، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الصراع النفسي له أثر متوازن على الرضا عن الحياة والرضا عن العمل ، وأوضح التباين في الرضا عن الحياة وراء ذلك يفسر عدم الرضا الوظيفي والرضا عن العمل .

تناول آتري وآخرون (Atri et al, 2006) "دور المساندة الإجتماعية والصلابة النفسية والتثقيف كمنبئات للصحة النفسية لدى الطلاب الهنديين الآسيويين الدوليين". وأستخدم الباحثون مقاييس الصلابة النفسية والمساندة الإجتماعية والتثقيف . وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المساندة الإجتماعية والتثقيف والصلابة النفسية كلها منبئات جيدة للصحة النفسية .

تناول تراسي وآخرون (Tracy et al, 2010) دراسة بعنوان "التوافق مع أدوار العمل والأسرة والدراسة : دليل على الصراع النفسي وتيسير الميول". كان هدفها فرضية

العوامل المرتبطة بالصراع النفسي الناشيء عن الأدوار المختلفة لعينات ذات أدوار مختلفة خاصة أساليب المواجهة والرضا عن الحياة . وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين ، مجموعة تتكون من (١٩٣) موظف ، ومجموعة تتكون من (٢٨٤) طالب عضو بالأسرة ، واستخدمت الدراسة المعادلة البنائية لبحث العوامل المرتبطة للصراع النفسي بهذه الأدوار ، وأظهرت نتائج الدراسة أن أساليب المواجهة السلبية مع الصراع النفسي بين الأدوار وتأثيراتها السلبية على الرضا عن الحياة.

تناول ميبوسي (Meeuwisse , 2011) دراسة عنوانها "الصراع النفسي في الأسرة والدراسة وعلاقته بالنتائج التحصيلية لدى طلاب الجامعة". وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصراع النفسي في الأسرة ومستوى الدراسة لدى طلبة الجامعة وبين الأداء التحصيلي لهم . وكانت العينة مكونة من (١٦٥٦) طالب جامعي ، تم تطبيق عليهم مقاييس لقياس الصراع النفسي والمشاركة في الأنشطة الأسرية ، والدعم الأسري المجتمعي كما أُستخدم معادلة النمذجة الهيكلية أيضاً.

وبينت نتائج الدراسة أن كل من المشاركة في الأنشطة الأسرية والدعم الأسري المجتمعي يُعد من مكونات الصراع النفسي في الأسرة والدراسة ، وأن الصراع النفسي لدى الطلبة المتعلق بالأسرة والدراسة ينبيء بصورة دالة على الأداء الأكاديمي للطلبة ويرتبط بصورة عكسية بمستوياتهم الأكاديمية وجهودهم، بينما ارتبط التيسير الأسري للدراسة بصورة دالة بدرجات الطلاب وجهودهم الأكاديمية .

دراسة العوض (٢٠١٤) هدفها التعرف على "العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعة دمشق". تألفت عينة الدراسة من (٦٢٢) طالب وطالبة من طلبة الجامعة ، طُبق عليهم مقياس الصلابة النفسية ومقياس قلق المستقبل ، وأظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة

النفسية ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل ، ووجود فروق دالة احصائية بين متوسط درجات الطلبة على مقياس الصلابة النفسية لصالح الذكور .

قامت ساكسينا (Saxena, 2015) بدراسة "العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة". وأجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة عبارة عن (٥٠) طالب ، (٥٠) طالبة . وتم استخدام مقياسي الصلابة النفسية والصحة النفسية لجمع البيانات . وأشارت نتائج الدراسة أنه يوجد علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.

ثانياً : الدراسات التي تناولت الصراع النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية :

تناولت الرحيم (٢٠١٦) دراسة هدفها "التعرف على العلاقة بين صراع الأدوار والصلابة النفسية لدى الطلبة المتزوجين في كلية الآداب بجامعة القادسية". حيث بلغ عدد أفراد العينة (١٠٠) طالب وطالبة من المتزوجين في الجامعة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية . وطُبق عليهم مقياس صراع الأدوار ومقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثة . وأظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة المتزوجين في كلية الآداب يعانون من صراع الأدوار ولا يوجد فروق ذات دلالة احصائية على مقياس صراع الأدوار على متغير النوع . وأن الطلبة المتزوجين يعانون من تدني الصلابة النفسية ، ولا يوجد أي فروق ذات دلالة احصائية على مقياس الصلابة النفسية على متغير النوع ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية طردية بين صراع الأدوار وتدني الصلابة النفسية لدى الطلبة المتزوجين .

إجراءات الدراسة :

منهج الدراسة: استخدم في الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته لأهداف الدراسة الحالية.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت بالعام الدراسي ٢٠١٧ – ٢٠١٨

العينة الأساسية: تكونت الدراسة الأساسية من (١٩٧) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت، المتوسط العمرى لهن (١٥،٦) وانحراف معياري بلغ (١،٠٣).

أدوات الدراسة:

أولا: مقياس الصراع النفسي psychological conflict scale :

وهو المقياس الذى ترجمه وأعده مجدى الدسوقى (١٩٩٩) لمقياس كونتى وأخرون (1995) .Conte et al ، ويتكون من (٢٥) فقرة صيغت على شكل رغبات متناقضة أو على شكل رغبة – خوف في نفس الوقت يجيب على كل عبارة الفرد بواحدة من الاختيارين : تنطبق أولا تنطبق تأخذ القيم بين ٢ ، ١ . وقد قام مترجم المقياس بعرض الترجمة على مجموعة من المتخصصين في اللغة الإنجليزية وعلم النفس للتأكد من نقل نفس المعنى اللغوي والنفسي، ثم قام بتطبيق المقياس على عينة من طلبة المرحلة الثانوية والجامعة للتأكد من وضوح العبارات وفهم البنود.

وتتوزع عبارات المقياس على ثلاثة أبعاد فرعية للصراع النفسي هي :

١- بعد التقبل/ الرفض ويتكون من ١١ عبارة
٢- بعد الاستقلال الاتكالية: ويتكون من ٨ بنود
٣- بعد الضبط/ اللاضبط : ويتكون من ٣ بنود

وقد تحقق معد المقياس من صدقه وثباته على عينة من ٧٠٠ من طلبة المرحلة الثانوية والجامعية، وتحقق من الصدق البنائي للمقياس بحساب ارتباط كل فقرة بالمقياس الكلي ، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,٣٧٥ الى ٠,٧١٢) . و تحقق من صدقه

التجريبي بحساب ارتباطه بمقياس تقدير الذات للمراهقين اعداد عادل عبد الله وحصل على معامل ارتباط قدره (-٠,٥٣١)، كما قام معد المقياس بحساب الصدق التمييزي للتمييز بين المرتفعين والمنخفضين من المراهقين على المقياس وتبين دلالة الفروق بينهما، كما قام بحساب الصدق العاملي باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي وحصل على ثلاث عوامل بعد التدوير تشبعت على جميع فقرات المقياس.

ومن حيث ثبات المقياس فقد قام المترجم بحساب الثبات بطريقة إعادة الارتباط لمدى زمني شهر وحصل على معامل ارتباط قدره ٠,٧١١ لعينة الثانوي، و٠,٧٤٦ لعينة الجامعة، كما قام بحساب معلات ألفا كرونباخ وحصل على ثبات قدرها ٠,٧٩ لطلبة الثانوي، و ٠,٨٧ لطلبة الجامعة.

قامت الباحثة بإعادة التحقق من صدف وثبات المقياس بالطرق التالية:

حساب الاتساق الداخلي :

جدول (١)

معامل الارتباط بين بنود مقياس الصراع النفسي

وبين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية له

التقبل / الرفض			الاستقلال / الاتكال			الضبط / عدم الضبط		
رقم البند	ارتباطه البعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية
١	.499**	.463**	١	.257**	.133*	١	.676**	.270**
٢	.452**	.348**	٢	.383**	.221**	٢	.627**	.401**
٣	.598**	.433**	٣	.636**	.526**	٢	.552**	.119*
٤	.455**	.391**	٤	.562**	.446**			
٥	.512**	.437**	٥	.518**	.445**			
٦	.464**	.497**	٦	.453**	.344**			
٧	.573**	.530**	٧	.509**	.519**			

التقبل / الرفض			الاستقلال / الاتكال			الضبط / عدم الضبط		
رقم البند	ارتباطه البعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية
٨	.507**	.402**	٨	.610**	.455**			
٩	.439**	.365**						
١٠	.615**	.560**						
١١	.580**	.569**						

* دال عند مستوى ٠،٠٥ ** دال عند مستوى ٠،٠١

يتضح من الجدول (١) وجود ارتباط دال بين درجات بنود مقياس الصراع النفسي وبين كل من الأبعاد الفرعية للصراع والدرجة الكلية للمقياس، بما يشير الى توفر الاتساق الداخلي للمقياس.

كما قامت الباحثة بحساب العلاقة بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس ما بالجدول (٢)

جدول (٢)

حساب ثبات مقياس الصراع النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

البعـــد	المقياس الكلي للصراع	التقبل - الرفض	الاستقلال – الاتكال	الضبط – عدم الضبط
المقياس الكلى للصراع	١	.877**	.785**	.427**
التقبل - الرفض		١	.450**	.152*
الاستقلال – الاتكال			١	.283**
الضبط – عدم الضبط				١

** دال عند مستوى ٠،٠١

جاءت جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية والأبعاد لمقياس الصراع النفس موجبة ودالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١ ، وتراوحت بين ٠,٤٢٤ الى ٠,٨٧٧ ، كما كانت العلاقات بين الأبعاد الفرعية موجبة ودالة احصائية

حساب ثبات المقياس: قامت الباحثة باستخدام كل من ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الصراع

جدول (٣)

حساب ثبات مقياس الصراع النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

البعـــد	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
التقبل - الرفض	٠,٧٢٧	٠,٧٣٨
الاستقلال – الاتكال	٠,٥٥٠	٠,٥٩٣
الضبط – عدم الضبط	٠,٥٠١	٠,٥٢٠
المقياس الكلى للصراع	٠,٧٥٦	٠,٧٧٠

يظهر الجدول السابق ثبات مقياس الصراع النفسي ، حيث بلغ معامل الثبات الكلي بطريقة ألفا كرونباخ (٠,٧٥٦) وتراوح للأبعد بين ٠,٥٥ الى ٠,٧٢٧ ، كما معامل الثبات الكلي بطريقة التجزئة النصفية (٠,٧٧) وتراوح للأبعد بين ٠,٥٢ الى ٠,٧٣٨ .

ثانيا مقياس الصلابة النفسية:

استخدمت الباحثة مقياس الصلابة النفسية لعماد الدين مخيمر (٢٠١٥)، وهى أداة تعطى تقديرا كميا لصلابة الفرد، وتتكون الأداة من ٤٧ عبارة تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد، وتق الإجابة في ثلاث مستويات (دائما، أحيانا، أبدا) تأخذ القيم من ٣ الى ١، ويتراوح المجموع الكلى للأداة بين ٤٧ الى ١٤١ درجة، وتشير الدرجة المرتفعة الى ارتفاع ادارك المستجيب لصلابته النفسية، وتوجد ١٥ عبارة صيغت بصورة عكسية.

ويتكون المقياس من ثلاث أبعاد فرعية هي:

١- بعد الالتزام ويتكون من ١٦ عبارة،

٢- وبعد التحكم ويتكون من ١٥ عبارة.

٣- وبعد التحدي ويتكون من ١٦ عبارة.

وقد قام معد المقياس بحساب الصدق والثبات على عينة من طلبة الجامعة، وأستخدم في حساب الثبات الاتساق الداخلي وجاءت جميع معاملات الارتباط بين العبارات والمقياس الفرعي والدرجة الكلية موجبة ودالة احصائيا، كما قام بحساب الثبات بمعاملات ألفا كرونباخ وبلغت قيمة الثبات الكلية للمقياس ٠,٧٥ وتراوحت للأبعاد بين ٠,٦٩ الى ٠,٧٦، ومن حيث الصدق فقد قام معد المقياس بحساب الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على ثلاثة من المختصين بعلم النفس وتحقق من صدقه الظاهري، كما قام بحساب الصدق التلازمي بعلاقته بمقياس قوة الأنا لمحمد شحاته ربيع وحصل على معامل ارتباط قدره ٠,٧٥ ، وبعلاقته بمقياس بيك للاكتئاب وحصل على معامل ارتباط قدره –٠,٦٣ وهى قيم دالة على الصدق التلازمي.

حساب الثبات والصدق بالدراسة الحالية : قامت الباحثة بإعادة التحقق من صدف وثبات المقياس بالطرق التالية:

حساب الاتساق الداخلي :

جدول (٤)

معامل الارتباط بين بنود مقياس الصلابة النفسية

وبين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية له

الألتزام			التحكم			التحدي		
رقم البند	ارتباطه البعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية
١	.376**	.424**	١	.253**	.251**	١	.424**	.382**
٢	.397**	.261**	٢	.377**	.374**	٢	.421**	.357**
٣	.380**	.241**	٣	.454**	341**	٣	.256**	.252**
٤	.405**	.440**	٤	.359**	.252**	٤	.318**	.296**

الألتزام			التحكم			التحدي		
رقم البند	ارتباطه البعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم البند	ارتباطه يالبعد	ارتباطه بالدرجة الكلية
٥	.347**	.221**	٥	.258**	.271**	٥	.461**	.392**
٦	.449**	.376**	٦	.275**	.248**	٦	.2298**	.284**
٧	.492**	.443**	٧	438**	.238**	٧	.422**	.348**
٨	.429**	.365**	٨	.426**	.295**	٨	.482**	.366**
٩	.228**	.249**	٩	.390**	.342**	٩	.539**	.450**
١٠	.333**	.226**	١٠	.256**	.272**	١٠	.412**	.283**
١١	.603**	.565**	١١	.370**	.405**	١١	.593**	.519**
١٢	.362**	.352**	١٢	.322**	.262**	١٢	.279**	.241**
١٣	.531**	.475**	١٣	.341**	.220**	١٣	.223**	.231**
١٤	.459**	.343**	١٤	.450**	.455**	١٤	.368**	.254**
١٥	.474**	.395**	١٥	.464**	.410**	١٥	.445**	.444**
١٦	.379**	.224**				١٦	.505**	.474**

*** دال عند مستوى ٠،٠٥ ** دال عند مستوى ٠،٠١**

يتضح من الجدول (٤) وجود ارتباط دال بين درجات بنود مقياس الصلابة النفسية وبين كل من الأبعاد الفرعية للصراع والدرجة الكلية للمقياس ، بما يشير إلى توفر الاتساق الداخلي للمقياس.

كما قامت الباحثة بحساب العلاقة بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس كما بالجدول (٤) .

جدول (٥)

حساب ثبات مقياس الصلابة النفسية بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية .

البعد	المقياس الكلى	الالتزام	التحكم	التحدي

	للصلابة			
المقياس الكلى للصلابة	١	.807**	.739**	.788**
الالتزام		١	.384**	.446**
التحكم			١	.396** .
التحدى				١

** دال عند مستوى ٠،٠١

جاءت جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية والأبعاد لمقياس الصلابة النفسية موجبة ودالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١ ، وتراوحت بين ٠,٧٣٩ الى ٠,٨٠٧ ، كما كانت العلاقات بين الأبعاد الفرعية موجبة ودالة احصائية

حساب ثبات المقياس: قامت الباحثة باستخدام كل من ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الصراع .

جدول (٦)

حساب ثبات مقياس الصراع النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

البعد	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
الالتزام	٠,٦٧٤	٠,٧١٦
التحكم	٠,٥٠١	٠,٥٩١
التحدي	٠,٥٢٢	٠,٥١٩
المقياس الكلى للصلابة	٠,٧٦٦	٠,٨٣٨

يظهر الجدول السابق ثبات مقياس الصلابة النفسية ، حيث بلغ معامل الثبات الكلي بطريقة ألفا كرونباخ (٠,٧٦٦) وتراوح للأبعاد بين ٠,٥٠١ الى ٠,٦٧٤، كما بلغ معامل الثبات الكلى بطريقة التجزئة النصفية (٠,٧١٦) وتراوح للأبعاد بين ٠,٥١٩ الى ٠,٧١ .

نتائج الدراسة ومناقشتها:

السؤال الأول: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الصراع النفسي ودرجات الصلابة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين الصراع النفسي والصلابة النفسية لدى الطالبات كما يعرض له الجدول (٧) .

جدول (٧)

معامل ارتباط بيرسون الصراع النفسي والصلابة النفسية

المقياس	المقياس الكلى للصراع	الضبط - اللاضبط	الاستقلال الاتكال	التقبل الرفض
المقياس الكلى للصلابة	-.283**	-.312**	-.250**	-.170**
الالتزام	-.208**	-.213**	-.172**	-.138*
التحكم	-.134*	-.215**	-.135*	-.048
التحدي	-.328**	-.302**	-.282**	-.220**

**** دال عند مستوى ٠،٠١**

تظهر نتائج الجدول وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين المقياس الكلي للصراع النفسي وبين المقياس الكلي للصلابة النفسية للابعاد الفرعية.

كما تبين وجود علاقة سالبة دالة احصائيا بين الابعاد الفرعية للصراع النفسي الضبط–اللاضبط ، والاستقلال–الاتكال ، والتقبل – الرفض وبين المقياس الكلي للصلابة النفسية وابعاده الفرعية.

وتؤكد هذه النتائج على العلاقة العكسية بين الصراع النفسي وبين الصلابة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية. أي أن كلما قل الصراع النفسي لدى الطالبات كلما زادت الصلابة النفسية لديهن .

ترى الباحثة أن النتيجة التي توصلت إليها هي نتيجة منطقية وطبيعية ، وقد أكدتها الدراسة العلمية ، فتعريف الصراع هو أنه "حالة نفسية مؤلمة تنشأ نتيجة التنافس

بين دافعين كل منهما يريد الاشباع أي ينشأ نتيجة تعارض دافعين لايمكن اشباعهما في وقت واحد" (جبل ، ٢٠٠١ ، ٣٣٦).

وتجد الباحثة أن أهم خصائص الصلابة النفسية تتمثل في الالتزام والتحكم والتحدي وهو مايتعارض مع خصائص الشعور بالصراع الذي يتميز بالتوتر والتحفز والتضاد في الرغبات وعدم التقبل لذا كانت العلاقة العكسية بينهما منطقية .

أما فيما يخص بُعد التحكم ، التقبل تفسر الباحثة ذلك بأن طالبات الثانوية كلما كانوا متحكمين بالأمور يكونو متقبلين للوضع الذي هن فيه مما يؤثر على سلوكهن وعلاقتهن بالآخرين .

وقد اتفقت نتيجة السؤال الأول للدراسة الحالية مع نتائج العديد من الدراسات حيث اتفقت مع دراسة الرحيم (٢٠١٦) التي أظهرت نتائجها أن الطلبة المتزوجين في كلية الآداب يعانون من صراع الأدوار ولا يوجد فروق ذات دلالة احصائية على مقياس صراع الأدوار على متغير النوع . وأن الطلبة المتزوجين يعانون من تدني الصلابة النفسية ، ولا يوجد أي فروق ذات دلالة احصائية على مقياس الصلابة النفسية على متغير النوع ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية طردية بين صراع الأدوار وتدني الصلابة النفسية لدى الطلبة المتزوجين .

السؤال الثاني: هل تسهم أبعاد الصراع النفسي في التنبؤ بصورة دالة احصائيا بدرجات الصلابة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟

استخدم تحليل الانحدار لمعرفة مدى اسهام أبعاد الضبط– اللاضبط، والاستقلال– الاتكال ، والتقبل – الرفض في التنبؤ بالمقياس الكلى للصلابة النفسية.

جدول (٨)

تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالصلابة النفسية من خلال أبعاد الصراع النفسي

	المعامل البائي	الخطأ المعياري	معامل بيتا	ت	الدلالة
الثابت	130.864	5.063		25.847	.001
التقبل - الرفض	-.216	.254	-.064	-.850	.396
الاستقلال - الاتكال	-.746	.392	-.148	-1.904	.058
الضبط - اللاضبط	-2.784	.748	-.261	-3.721	.001
ف	9.543				
ر٢	.129				

تدل نتائج الجدول على دلالة معادلة التنبؤ بالصلابة النفسية ، حيث كانت قيمة تحليل التباين (٩,٥٤) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبلغ حجم الأثر (٠,١٢٩) بما يشير الى أن المتغيرات المنبئة يعزى اليها ١٣% من تباين درجات الصلابة لدى الطالبات ، وتبين أن بعد الضبط – اللاضبط يسهم بصورة دالة احصائيا في التنبؤ سلبيا بدرجات الصلابة النفسية لدى الطالبات .

أي أن ارتفاع مستوى شعور الطالبات بالصلابة النفسية يشير إلى ارتفاع مستوى التقدير العام لضغوط الحياة في مجالات التقبل / الرفض ، الاستقلال / الاتكالية ، الضبط / اللاضبط وتقارب مستوى مقارنة الفرد لظروفه بالمستوى المثالي الذي يفترضه لحياته .

وتبين هذه النتيجة ارتفاع مستوى الشعور الشخصي للطالبات بالصلابة وادراكهن للطمأنينة النفسية في نواحي حياتهن ، وتقبلهن لأنفسهن وأدوارهن التي يمارسونها ، وشعورهن بالاستقلال والتقبل وهو مايشمل ضبط الذات وما تحققه الذات من إنجازات وما لديهن من إمكانات عقلية ومعرفية أو دافعية أو انفعالية وأن يتقبل الفرد ذلك القدر الذي زُود به ويعمل على الانتفاع به .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء ما انتهى إليه الباحثون من الأبعاد التي تؤثر على الصلابة النفسية فقد أشار ميبوسي (Meeuwisse ,2011) إلى أن الصراع النفسي لدى الطلبة المتعلق بالأسرة والدراسة ينبيء بصورة دالة على الأداء الأكاديمي للطلبة ويرتبط بصورة عكسية بمستوياتهم الأكاديمية وجهودهم ، بينما ارتبط التيسير الأسري للدراسة بصورة دالة بدرجات الطلاب وجهودهم الأكاديمية .

وأظهرت دراسة العوض (٢٠١٤) وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية ودرجاتهم على مقياس قلق المستقبل ، ووجود فروق دالة احصائية بين متوسط درجات الطلبة على مقياس الصلابة النفسية لصالح الذكور .

المراجع

أولًا : المراجع العربية :

١- أبو سيف ، حسام والناشري ، أحمد (٢٠٠٩).الصحة النفسية .القاهرة : أيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

٢- الجوهري ، محمد (١٩٩٨). علم الاجتماع التطبيقي . الأسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

٣- الدسوقي ، مجدي محمد (١٩٩٨)."الصراع النفسي وعلاقته بالأعراض السيكوباثولوجية لدى عينة من الجانحين وغير الجانحين". المؤتمر الدولي الخامس ،(١) ، مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس ، ٥٣٥-٦٣٨.

٤- الدسوقي ، مجدي محمد (١٩٩٩). مقياس الصراع النفسي . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

٥- الدسوقي ، مجدي محمد (٢٠٠٧). دراسات في الصحة النفسية ، (١) . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٢١.

٦- الدسوقي ، مجدي (٢٠٠٧) ."مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية بعض العلاقات البين شخصية لدى طلاب الجامعة من الجنسين". دراسات في الصحة النفسية . القاهرة : مكتب الأنجلو المصرية.

٧- الرحيم ، زينة علي (٢٠١٦)."صراع الأدوار وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الطلبة المتزوجين في كلية الآداب جامعة القادسية". مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية ، جامعة بابل ، العراق ، (٢٧) ، ٣٤٨ -٣٨٢ .

٨- العوض ، مهدي عناد (٢٠١٤)."الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل". رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة دمشق .

٩- القريطي ، عبدالمطلب أمين (١٩٩٨). في الصحة النفسية . القاهرة : دار الفكر العربي.

١٠-القريطي ، عبدالمطلب أمين (٢٠٠٣). في الصحة النفسية . (ط٣) . القاهرة : دار الفكر العربي .

١١-بدوي ، منير محمود (١٩٩٧)."مفهوم الصراع : دراسة في الأصول النظرية للأسباب والأنواع . مجلة دراسات مستقبلية ، دراسات المستقبل بجامعة أسيوط ، (٣) ، ٣٥ – ٨٠ . متاح على الشبكة الدولية بتاريخ ٢٠١٧/٨/٥ من موقع www.scribd.com.

١٢-جبل ، فوزي محمد (٢٠٠١). علم النفس العام .الأسكندرية : المكتب الجامعي الحديث .

١٣-رضوان ، سامر جميل (٢٠٠٩). الصحة النفسية . (ط٣) . عمان : دار المسيرة للطباعة والنشر .

١٤-رضوان ، فوقية حسن (٢٠١٥). مقياس الصلابة النفسية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

١٥-زهران ، حامد عبدالسلام (٢٠٠٥). التوجيه والإرشاد النفسي . القاهرة : عالم الكتب.

١٦-زهران ، حامد عبدالسلام (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي . (ط٤). القاهرة : عالم الكتب.

١٧-طه ، فرج عبدالقادر وآخرون (١٩٩٣). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي . الكويت : دار سعاد الصباح .

١٨-عبد الغفار ، عبد السلام (١٩٩٦). مقدمة في الصحة النفسية . القاهرة : دار النهضة العربية.

١٩-فوزي ، إيمان سعيد (١٩٩٦). الصحة النفسية . القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .

٢٠-محمد ، إبراهيم (٢٠٠٢). الهوية والقلق والإبداع . القاهرة : دار القاهرة .

٢١-مخيمر ، عماد محمد (٢٠١٥). استبيان الصلابة النفسية . (ط٢) . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

ثانيًا : المراجع الأجنبية :

22- Arlow, J.A, & Brenner, C. (1964). Psychoanalytic Concept and The Structural Theory. New York, International Universities press

23- 2-Atri, A., sharma, M. & Cottrell, (2006). Role of social support hardiness and Acculturation as predictors of mental health amon, International students of Asian Indian origin, International Quarterly of Community Health Education, 27(1), 59-73

24- Clark, L.M & Hartman, M. (1996). Effects of hardiness and appraisal on The Psychological distress and physical of caregivers to elderly relatives, Research on aging,Vol.18, No.1, pp 379-402

25- Conte, H., Plutchik, R.; Picard, S., Clutz, K., &Karasu, T.(1995). Development of a self-report conflict scale, Journal of personality Assessment, 64(1), 168-184.

26- Holahan, C.J. & Moos, R.H.(1987). Risk, Resistance and Psychological distress, A Longitudinal analysis with adult and children,Journal of Abnormal Psychology.

27- Kobasa, S.(1979). Stressful Life Events Personality, and Health, An Inquiry into hardiness, Journal of personality and social psychology, 42(1), 168-177

28- Kobasa, S.(1979). Stressful Life Events, Personality, and Health, An Inquiry into hardiness. Journal of personality and social psychology, 37(1), 1-11.

29- Lai, Daniel W. & Lenenko, I.(2007). Correlates of living Alone among Single Elderly Chinese immigrants in Canada, International Journal of Aging and Human Development, 65(2), 121-148.

30- Lockner, J.A.(1998). Social support, Personal Hardiness and Psychosocial Development Associated with Successful Aging. Dissertation Submitted.

31- Moos, H.(1976). Human Competence and Coping, An Overview In R.H. Moos(Ed), Human adaptation coping with life crises, (pp3-16), Toronto, D.C. Heath and company.

32- Meeuwisse, Marieke; Born, Marise ph.; Severiens, Sabine E.(2011). The family – study interface and Academic outcomes, Testing a structural mode, Journal of Educational Psychology, V103 n4, p982-990.

33- Oslen, Deborah; Near, Janet P.(1994). Role Conflict and faculty life satisfaction Review of Higher Education, V17, n2, pp 95-179.

34- Saxena, Shruti.(2015). Relationship between Psychological hardiness and mental health among college students, Indian Journal of Health & Wellbeing. 2015, Vol 6, Issue 8, P 823-825. 3p.

35- Shapiro, D.(1989). Psychotherapy of Neurotic character, New York,Basic books.

36- Tracy D.Hecht, Julie M. McCarthy.(2010). Coping with Employee, family and student Role, Evidence of Dispositional Conflict and Facilitation Tendencies. Journal of applied Psychology, Vol 95, Issue 4, July 2010, PP631-647.