

**"فعالية التدخل المبكر في حوادث الطرق في تنمية الصلابة النفسية
لدى الاطفال المصابين بمدينة الطائف"**

إعداد:

الدكتورة

منى محمد إبراهيم هبد
مدرس علم نفس الطفل
كلية رياض أطفال/جامعة بور سعيد

الدكتورة

زاهدة جميل نمر أبو عيشة
أستاذ علم النفس المساعد
جامعة الطائف

فعالية التدخل المبكر في حوادث الطرق في تنمية الصلابة النفسية لدى الاطفال المصابين بمدينة الطائف

د. منى محمد إبراهيم هبد
أستاذ مساعد/ جامعة الطائف

د. زاهدة جميل نمر أبو عيشة
أستاذ مساعد/ جامعة الطائف

هدف هذا البحث إلى:

١. تصميم برنامج ارشادي نفسي للفئة العمرية من (١٢-١٨) سنة، لزيادة مستوى الصلابة النفسية لدى ضحايا حوادث الطرق.
٢. التعرف إلى فعالية البرنامج الارشادي في زيادة مستوى الصلابة النفسية، والتخفيف من حدة الضغوط التي تواجه الأفراد ضحايا حوادث الطرق، وبالتالي زيادة توافقهم النفسي والاجتماعي.
٣. الكشف عن الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

منهج البحث : استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة. حيث تم اختيار جميع افراد العينة ممن تعرضوا لحوادث طرق عنيفة، وطبق على أفرادها البرنامج الارشادي بفعالياته المختلفة ولمدة شهرين متتابعين بواقع جلستان اسبوعياً.

عينة البحث: شملت عينة البحث (٣٠) طفلاً ممن تتراوح أعمارهم بين (١٢-١٨) سنة ممن تعرضوا لحوادث طرق.

ولمعالجة البيانات الخاصة بالدراسة وللتحقق من صحة الفروض والنتائج استخدم البرنامج الاحصائي SPSS.

وتوصل البحث للنتائج التالية:

١. وجدت فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لها قبل وبعد تطبيق البرنامج الارشادي النفسي لصالح القياس البعدي.
 ٢. لم توجد فروق ذات دلالة احصائية في أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي، الدرجة الكلية للصلابة النفسية) تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).
 ٣. لم توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي ودرجاتهم في القياس التنبعي على مقياس الصلابة النفسية.
- وتوصي الباحثتان بضرورة تكثيف الاهتمام بمصابي حوادث الطرق، وعدم تجاهلهم، لأنهم بأمس الحاجة للاهتمام بالجانب النفسي كما هو الحال بالنسبة للجانب الجسدي، كما أنهم بحاجة لدمجهم في المجتمع، وذلك من خلال تنظيم الأنشطة والبدائل النفسية التي تساعدهم في عملية التكيف مع المجتمع.

الاطار العام للبحث

مقدمة :

تعد حوادث الطرق من أهم المشكلات التي تواجه كافة دول العالم في الوقت المعاصر نظراً لما ينجم عن هذه الحوادث من فعل قد يلحق الضرر بالأشخاص والممتلكات العامة والخاصة، ومن نتائجها المختلفة حدوث الإصابة البليغة أو الوفاة، والحادثة المروري بما لاشك فيه يعد جريمة سائدة وغير عمدية في جميع المجتمعات، وفي أغلب الأحوال قد لا يسلم قائد المركبة من الحادث دون إصابات سواء كان هو المتسبب في الحادث أو غيره قد تسبب فيه. (الحميدان، ٢٠٠٦).

وليس من المبالغ فيه أن نقول إن حوادث الطرق في المجتمعات العربية أصبحت تنافس الأمراض والأوبئة كمسببات للوفيات، وهذا إن لم يكن كذلك في جميع المجتمعات العربية فعلى الأقل في بعض منها.

ولأن من طبيعة الكوارث والأزمات الدمار يشقى أشكاله الحسية والمعنوية، كالاكتئاب على حرية الفرد وأمنه وتكوينه النفسي، فإنها تترك آثاراً سلبية على الفرد والمجتمع، فقد أشارت الأطر النظرية المختلفة إلى أن الأفراد الذين يعيشون في مناطق الكوارث والأزمات أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية من غيرهم. (السميري، ٢٠١٠).

ويعتبر الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية لمصابي حوادث الطرق من الموضوعات الحيوية التي يستوجب تناولها بالدراسة والبحث والتحليل، لأن الصلابة النفسية هي المركب المهم من مركبات الشخصية الانسانية، والتي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة والتي من بينها الآثار السلبية لحوادث السير، فهي تجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما أنها تعمل كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

مشكلة البحث :

تشير الإحصاءات إلى أن عدد الوفيات الناجمة عن حوادث الطرق يزيد عن (٣٠٠) ألف شخص سنوياً، كما يتراوح عدد المصابين بين (١٠-١٥) مليون، وتشير الإحصاءات إلى أن عدد المصابين في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها يفوق الثلاثة ملايين ونصف سنوياً. (Butler, et al, 1999).

وتؤكد بعض الدراسات إلى أن ما يربو على (٣٠٠,٠٠٠) طفل يتعرضون لإصابات ناجمة عن حوادث الطرق في الولايات المتحدة وحدها. (Hauschildt, E, 2002).

حيث تؤكد دراسة أجريت على (٢١٢) طفلاً وقعوا ضحية حوادث طرق بمدى عمري (٥-١٧) عاماً أن (٨٨%) من الأطفال و (٨٣%) من الوالدين ظهر لديهم عرض واحد على الأقل من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وأن (٩٠%) من عائلات أطفال وقعوا ضحية حوادث طرق تمت دراستها أثر عليهم اضطراب ما بعد الصدمة. (Hauschildt, E, 2002).

ومن هذا المنطلق فإن مساعدة الأطفال من خلال التدخل المبكر لتجاوز هذه الصدمات أمراً في غاية الأهمية من خلال برنامج إرشادي علاجي ينشئ جداراً دفاعياً نفسياً للفرد، يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، ويوجد نمطاً من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية، ليصل إلى مرحلة التوافق مع نفسه ومع المجتمع من حوله، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل والتفاؤل، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب.

ومن هنا ارتأت الباحثتان تصميم برنامج إرشادي لمساعدة ضحايا حوادث الطرق من أجل زيادة مستوى الصلابة النفسية لديهم من خلال استراتيجيات علاجية نفسية.

أهداف البحث :

١. تصميم برنامج إرشادي نفسي للفئة العمرية من (١٢-١٨) سنة، لزيادة مستوى الصلابة النفسية لدى ضحايا حوادث الطرق.

٢. التعرف إلى فعالية البرنامج الإرشادي في زيادة مستوى الصلابة النفسية، والتخفيف من حدة الضغوط التي تواجه الأفراد ضحايا حوادث الطرق، وبالتالي زيادة توافقهم النفسي والاجتماعي.
٣. الكشف عن الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر، مستوى دخل الأسرة).

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية: تكمن أهمية البحث النظرية فيما يلي:

١. أهمية موضوع الصلابة النفسية التي أثار اهتمام العديد من الباحثين، بالإضافة إلى ظهوره حديثاً على الساحة العربية.
٢. ارتباطه بالمرحلة العمرية التي تجري عليها الدراسة والتي تعتبر من أكثر الفئات التي يتعرض أفرادها لحوادث الطرق.
٣. تعتبر هذه الدراسة إضافة للتراث النظري الذي قد يثير الكثير من التساؤلات لدى الباحثين لمواصلة البحث في هذا المجال.

ثانياً: الأهمية التطبيقية: تكمن أهمية البحث التطبيقية فيما يلي:

١. تصميم برنامج إرشادي نفسي متكامل للمؤسسات الإرشادية النفسية من أجل تطبيقه على الأطفال ضحايا حوادث الطرق لزيادة صلابتهم النفسية.
٢. من المتوقع أن تسهم نتائج الدراسة في تقديم تصور للمعنيين في المستشفيات والمؤسسات والمراكز التأهيلية حول استراتيجيات وتقنيات لبرامج إرشادية نفسية علاجية لضحايا حوادث الطرق.

مصطلحات البحث:

١. الصلابة النفسية (**Hardiness Psychological**): هي قدرة الفرد على استخدام المساندة الاجتماعية كوقاية من آثار الأحداث الضاغطة وخاصة الاكتئاب (مخيمر، ٢٠٠٢، ص ٨٥).
- وهي إحدى السمات الإيجابية للشخصية التي تساعد على تحمل أحداث الحياة الشاقة، والتعاش معهما ومواجهتها إيجابياً وتخطي آثارها السلبية. (جير، ٢٠٠٧).
- التعريف الإجرائي للصلابة النفسية: هي قدرة الفرد على زيادة مستوى الصلابة النفسية لديه، وتقاس عن طريق مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة والمبني من قبل الباحثين.
٢. حوادث الطرق: هو وضع غير مستقر ينتج عن ضرر، وعندما يقع هذا الوضع على الطريق، أو يكون وقوعه مرتبطاً بالطريق، فإنه يطلق عليه حادث مروري، وقد يكون الضرر مادياً كتلف في الممتلكات، أو بشرياً في الأرواح من وفيات وإصابات، وهو حدث يقع على الطريق تتورط فيه مركبة (سيارة أو دراجة) وتنتج عنه إصابة جسدية، أو تلف في الملكيات، أو فيهما معاً.
١. البرنامج الإرشادي النفسي: هو "خدمة مخططة تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات الشخصية أو التربوية أو المهنية أو الصحية أو الأخلاقية التي يقابلها في حياته أو التوافق معها". (زهرا، ٢٠٠٥، ص ٤٩٩، ص ١٢).
- وهو عبارة عن "عملية أو علاقة تساعد الناس في عملية الاختيار والوصول إلى أحسن الخيارات المناسبة وهي عملية تعلم ونمو، ومعلومات ذاتية من الممكن أن تترجم إلى فهم أفضل لدور الإنسان والسلوك بفاعلية إيجابية". (الداهري، ٢٠٠١، ص ٤٦٨).

الإطار النظري:

أولاً: حوادث الطرق:

مقدمة:

تؤدي حوادث الطرق عبر العالم إلى وفاة مليون ومئتي ألف نسمة كل سنة تقريباً، وإصابة خمسين مليوناً (إصابات جسدية)، ويحدث ما نسبته (٨٦%) في الدول النامية، مما يعني أن حركة الطرق في الدول النامية أصبحت عبارة عن كارثة، ومن المتوقع أن يتضاعف هذا الرقم بحلول سنة (٢٠٣٠)، كما أن الزيادة المتوقعة في عدد المركبات عبر العالم سوف تحصل في الأساس في الدول النامية، والمشكلة تكمن في أن تزايد عدد المركبات في الدول النامية لا يصاحبه تطور أو مواكبة في البناء، وهو ما يخلق ضغطاً كبيراً على الطرقات والشوارع في النسيج الحضري في الدول النامية، مما يؤدي بدوره إلى حدوث كوارث. (Gabrielsen, Carl, 2008, P.14).

وتوجد في العالم اليوم أكثر من (٨٥٠) مليون مركبة تجوب مختلف شوارع وطرقات العالم، وتزداد، بمقدار (١٠%) سنوياً، مقابل نحو (٦) مليارات من البشر هم سكان كوكب الأرض. (Gabrielsen, Carl, 2008, P.14). وقد أدت هذه المركبات في المتوسط (سنة 2004م) إلى نحو مليون ومائتي ألف ضحية لحوادث المرور ونحو ثلاثة ونصف مليون إصابة. (De Beukelaer, 2004, P.P.32-33).

وفي نشرة لمنظمة الصحة العالمية تبين أن ضحايا حوادث الطرق في دول العالم النامي أكثر بكثير مقارنة بالدول المتقدمة، وتبذل جميع الحكومات جهوداً مضنية للحد من الحوادث وبالتالي الحد من أثارها السلبية. (Gender and road traffic injuries, 2002). فهي تزيد في الدول النامية بمقدار عشرين إلى ثلاثين مرة عنها في الدول المتطورة. (طالب، ١٩٩٤، ص٢)، وترجع مشكلة حوادث الطرق في المجتمعات العربية إلى عدم الحزم في تطبيق النظام، وعدم وجود الوعي بأهمية الأنظمة (القوانين). (الهيجان، ١٤٢٤هـ، ص٣٩). وأظهرت دراسة أعدها مجلس التعاون الخليجي سنة ٢٠٠٥، أن المملكة العربية السعودية تعد واحدة من أكثر بلدان العالم التي تحدث فيها الحوادث المرورية المميتة. (وزارة الداخلية السعودية، ٢٠٠٦).

وقد كشفت إحصائية مرورية صادرة عن مرور شمال محافظة الطائف أن محصلة الحوادث المرورية التي وقعت عام ١٤٣٢هـ على طريق عشيرة "شمالي الطائف" بلغت (٣٥٥) حادثاً مرورياً راح ضحيتها (٣٠) شخصاً، فيما أصيب (١٥٠) آخرون ما بين مواطن ومقيم، وبلغت محصلة التلقيات في المركبات (١٧٥). (صحيفة سبق الالكترونية، تاريخ الدخول ٢٠١٤/١٠/١٥م، <http://sabq.org/EHmfde>).

أسباب حوادث الطرق:

تشير معطيات البنك الدولي ومعطيات منظمة الصحة العالمية إلى أن القيادة غير السليمة، أو السلوك غير السليم من طرف السائقين تكون وراء ثلث الحوادث المرورية المميتة، في العالم. (Global road safety report, 2004).

وتشير الدراسات إلى أن مراعاة سائقي المركبات لأنظمة المرور وتعليمات السير في الدول العربية متدني جداً، وربما يعطي انطباعاً أن هناك خلل ما، إما في السائقين أنفسهم أو بالتعليمات والإرشادات والعلامات المرورية، أو أن هذه الأنظمة والقوانين لا تخضع لتقييم مستمر عن طريق إجراء دراسات قبلية وبعديّة، أو لعدم وجود آلية لتطبيق القانون "الصارم الذي يجعل الآخرين يحترمون هذه التعليمات المرورية بالذات." (وزارة الداخلية، ١٩٨٦).

ومن العوامل المسببة لحوادث المرور بالتسلسل بحسب أهميتها:

١. تجاوز السرعة المسموحة.
٢. نقص الانتباه والتركيز (سواء لسبب عضوي أو بسبب مؤثرات على الوعي).

٣. نقص كفاءة السائق (تدني مستوى ارتكاساته لجهة تقدير المسافة/ الزمن).
٤. نقص كفاءة وتجهيز السيارة أو وسيلة النقل.
٥. القيادة في ظروف مناخية غير مناسبة.
٦. مخالفات قوانين المرور.
٧. القيادة في حالات نفسية انفعالية مبالغية. (النبلسي، ٢٠٠٢).

ومن الأسباب المؤدية للحوادث:

١. **النشبة (Raptus) أو الغضب المسعور:** ويمكن أن ينشأ عن ظروف ضاغطة أو عن الانفعالات المرضية (اضطرابات نفسية مترافقة مع انفعالات متطرفة وتدني الحكمة في التصرف)، إلا أنه غالباً ما ينشأ خلال التسابق بين شباب في العشرينات، بحيث يؤدي التنافس لوصولهم إلى حدود سرعة تمنع سيطرتهم على وسيلة النقل التي يقودونها.
٢. **مضطربي المزاج:** وخاصة أصحاب السوابق أو الميول الانتحارية من بينهم.
٣. **ذوي ميول معاداة المجتمع:** وهؤلاء يجدون في مخالفة قوانين المرور شكلاً رمزياً من أشكال التمرد على المجتمع، وغالباً ما يتسببون بحوادث المرور عن طريق مخالفات من نوع: تجاوز السرعة (٦٥% من مجمل أسباب الحوادث المرورية) والتجاوز الممنوع/ على اليمين أو في المنعطفات (١٢% من إجمال الحوادث) واجتياز الإشارات الحمراء وغيرها من المخالفات المرورية.
٤. **المدمنون:** والواقعون تحت آثار مثبطات عصبية عامة، فبالإضافة لإدمان المواد والمهدئات توجد حالات يكون فقد الانتباه فيها ناجماً عن اضطرابات فيسيولوجية (اضطراب النوم مثلاً) أو عصبية أو تناول أدوية مؤثرة على الوعي مثل مضادات السعال والحساسية وغيرها.
٥. **فقد المودة:** ومن مظاهرها إهمال صيانة السيارة ووسائل الأمان فيها (حزام الأمان، إشارات، فوانيس، فرامل... الخ). (النبلسي، ٢٠٠٢).

الآثار النفسية لحوادث الطرق:

تؤكد البحوث العلمية أن بعض من يتعرضون لحوادث الطرق أو يشهدونها يمكن أن تظهر لديهم لاحقاً اضطرابات نفسية قد تتطور لتصبح أعراضاً حادة، ومن المنطقي أن تلقى الإصابات الجسدية وبعض الأعراض النفسية الناجمة مباشرة عن حوادث الطرق أولوية في الرعاية. (Butler et al., 1999)

إن الكثير من المشكلات النفسية يمكن أن تتجم عن التعرض لخبرات صادمة بصورة مباشرة أو غير مباشرة كالتعرض لحوادث الطرق أو مشاهدتها، كما أن من تعرضوا لإعاقات ناجمة عن تعرضهم لحوادث الطرق يمكن أن يعانون من صعوبات جمة في سبيل تكيفهم مع أسلوب حياتهم الجديد، وقد تتغير شخصياتهم وربما تتصاعد مشاعر التوتر لديهم ويصبحون أكثر قلقاً واكتئاباً ويميلون إلى العزلة والانسحاب. (Hauschildt, E, 2002)

ويمكن أن يمتد تأثير هذه الأعراض إلى حياة الفرد الاجتماعية إذ قد يصبح متعباً شديد الحساسية، ويمكن أن تتأثر حياته الأكاديمية والوظيفية إذا تأثرت قدرته على التركيز. Butler et al., 1999)

ويشير أحد الكتب أن حوادث الطرق هي السبب الأول في حدوث اضطرابات ما بعد الصدمة لدى عامة الناس، حيث أن ما نسبته (١٠-٤٥%) من بين من يتعرضون لإصابات حوادث طرق تظهر لديهم لاحقاً أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، واحتمال ظهور أعراض اضطراب ما بعد الصدمة عند النساء (١٠,٤%) أكثر من الضعف مقارنة بالرجال (٥%). (Blanchard & Hickling, 2003)

أهم الطرق العلاجية للتخفيف من الآثار النفسية لحوادث الطرق:

يعتبر العلاج الذهني السلوكي (Cognitive Behavioral Therapy) (CPT) من الأساليب العلاجية التي ثبت نجاحها في التغلب على الصعوبات الناجمة عن الخبرات الصادمة. (Blanchard & Hickling, 2003 ; Shalev, 2006).

وهو عبارة عن مظلة ينطوي تحت لوائها أكثر من طريقة علاجية مثل العلاج العقلاني الانفعالي، وعلاج السلوك العقلاني، والعلاج العقلاني الحي، والعلاج الذهني، والعلاج الجدلي السلوكي، والعلاج الذهني السلوكي وهو نمط نفس-اجتماعي من العلاج مبني على التفاعل النشط بين المسترشد والمعالج، كما أنه مبني على مسلمة مفادها أن السلوك والانفعالات غير التكيفية نتاج لأفكار غير تكيفية، وتركز هذه الطريقة على تعديل أفكار الفرد ليتم تعديل سلوكه وانفعالاته، ويؤكد هذا النمط من العلاج النفسي على أهمية ما نفعله ونشعر به، فما يدور في ذهن الفرد يحدد نمط الاستجابة الصادرة عنه، كما أن العلاج بالتعرض من الطرق التي لها فعالية في التغلب على الآثار النفسية للحوادث المرورية، والعلاج بالتعرض هو ما كان يعرف بالعلاج بالغمر الصوري، والذي يتمثل في تعريف المسترشد بحذر لصور متكررة متخيلة من مكونات الخبرة الصادمة حتى لا تعود تلك الصور تسبب قلقاً حاداً للمسترشد. (Keane, 2006; Keane & Kaloupek, 1982; Keane et al., 1989)

أما تقنية إزالة الحساسية Debriefing فهي أشبه ما تكون بالإسعافات النفسية الأولية، وقد تباينت آراء الباحثين إزاءها، فبينما يؤيد استعمالها بعض الباحثين (Ekeberg & Hem, 2001). ويرى آخرون أنه لا يوجد دليل قوي على أنها ذات نفع في التغلب على الصعوبات الناشئة من التعرض لصدمات إن لم تكن لها آثار عكسية، (McNally, 2004; McNally et al, 2003). وقد ميز شاليف (Shalev, 2006) من بين التقنيات التي تصنف تحت هذا العنوان تقنيتين طبقاً بكثافة أكبر من غيرهما؛ تقنية إزالة حساسية الأحداث الخطيرة لـ (متشل)، والتقنية النفسية لإزالة الحساسية لـ (دايرغروف)، وهي الأحداث بين تقنيات إزالة الحساسية، وتعتمد تقنية إزالة الحساسية على مساعدة المسترشد في استدعاء سيناريو الخبرات الصادمة والعيش فيها في محاولة لتحبيد شحنتها الانفعالية حتى تفقد قدرتها على التأثير عليه سلبياً. وتتكون طريقة إزالة الحساسية في العادة من جلسة واحدة قد تتباين في مدتها، يتشارك فيها المسترشدون ويحاولون أن يتعلموا من خبراتهم، ويذكر شاليف (Shalev, 2006) سبع مراحل متعاقبة لهذه الطريقة هي: المقدمة (وفيها يحدد هدف الجلسة وقواعدها، مرحلة الحقائق (وفيها يوصف الحادث الصادم)، ومرحلة التفكير (وفيها يقيم ذلك الحادث)، مرحلة رد الفعل (وفيها تسبر مشاعر المشاركين في الجلسة حين وقوع الحادث الصادم وبعده)، مرحلة العرض (وفيها تناقش الطبيعية الاعتيادية للأعراض)، مرحلة التعلم (وفيها يتم الإعداد للتطورات المستقبلية، وتوضح طرق التعايش مع النتائج الأخرى للحادث الصادم)، والمرحلة الأخيرة هي مرحلة العودة أو الانفصال عن الحادث الصادم (وفيها تقدم مناقشة عامة عن الجلسة وتلخيص عملي لها). (Shalev, 2006).

ثانياً: الصلابة النفسية:

يعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبياً، وهو من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة والمتتالية بنجاح، وتمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط، والاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية، وعدم تعرضه للاضطرابات السيكوفسيولوجية الناتجة عن الضغوط، كأمراض القلب والدورة الدموية وغيرها، حيث يتصف ذوو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي، والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط، لذلك فإنهم غالباً ما يحققون النجاح في التعامل مع الضغوط، ويستطيعون تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً. (السيد، ٢٠٠٧).

تاريخ الصلابة النفسية:

تعتبر (كوبازا، Kopasa) من أوائل من وضع الأسس لمصطلح الصلابة النفسية، حيث لاحظت أن بعض الناس يستطيعون تحقيق ذواتهم وإمكاناتهم الكامنة رغم تعرضهم للكثير من الإحباطات والضغوط، وقد رأت أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس المرضى. (Maddi, S.R, 2004)

ومما لاشك فيه أن الصلابة النفسية من أول وأهم العوامل والمتغيرات التي ساعدت الأفراد على التغلب على هذه الأزمات وكيفية التعامل معها (كما أشارت كوبازا) حيث توصلت إلى أن الصلابة النفسية هي التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط، على اعتبار أنها مجموعة من الخصائص النفسية التي تشمل متغيرات الالتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدى، والتي من شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية بالرغم من التعرض للأحداث والضغوط. (عبد الصمد، ٢٠٠٢).

وقد أدركت (كوبازا) نقاط التقاطع بين أساليب مواجهة الضغوط مع التوجه نحو المستقبل، واقتрحت أن الشخصية الصلبة تتمتع بثلاث خصائص هي:

١. القدرة على الانخراط والالتزام تجاه حياتها أو تجاه المجتمع.
٢. القدرة على التحكم والتأثير في مجريات أمور حياتها.
٣. الاعتقاد بأن التغيير مثير للتحدي. (Lambert, et al, 2003).

تعريف الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية لغةً: ويعرفها ابن منظور (١٩٩٩، ص٢٩٨) بأنها "صلب أي شديد صلَب الشيء صلابة فهي صلَب وصلَب أي شديد". في (دخان وحجاز، ٢٠٠٠).

وعرفها دخان وحجاز (٢٠٠٠، ص٣٧٥) فقد عرف الصلابة النفسية على أنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.

كما عرفها مخيمر (٢٠٠٢، ص٨٥) بأنها "قدرة الفرد على استخدام المساندة الاجتماعية كوقاية من آثار الأحداث الضاغطة وخاصة الاكتئاب".

فيما اعتبرتها محمد (٢٠٠٢، ص٣٧) مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية، وهي خصال فرعية (تضم: الالتزام، التحكم، التحدي) يراها الفرد على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش معها بنجاح.

ويلاحظ من تلك التعريفات إجماع علماء النفس والباحثين على كون الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية، حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوط التي يتعرض لها وينظر لها على أنها نوع من التحدي وليس تهديداً، فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضاً معيناً وتعود عليه بالفائدة.

أهمية الصلابة النفسية:

قدمت (كوبازا) عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل للصلابة النفسية أهمية كبيرة في تخفيف حدة الضغوط التي تواجه الفرد، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، إذ أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي، والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق، وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة، فالصلابة:

- تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
- تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.

- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
 - تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة، وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية. (حمادة و عبد اللطيف، ٢٠٠٢، ص، ٢٣٦-٢٣٧).
- ويرى (لانج، Lang) أن كل فرد يظهر بعض المستويات على الصلابة، ويعتمد ارتفاع ذلك أو انخفاضه على الموقف والوقت الذي يمر به الفرد، ويمكن أن يكون ذلك الاختلاف راجع إلى الطريقة والممارسة التي تعلمها الفرد، والتي تؤثر على كل شكل خبراتهم وما ينعكس في النهاية على صحتهم، وبذلك فإن الصلابة قدرة متعلمة يمكن أن تتغير، أي أن الصلابة مصدر شخصي وليس سمة شخصية لدى الفرد. (عباس، ٢٠١٠، ص، ١٧٤).
- والشخصية الصلبة تواجه المتغيرات السلبيه بممارسات ذات علاقة بصحة الجسد، مثل ممارسة الاسترخاء والتغذية الصحية والقيام بالتدريبات الرياضية، الأمر الذي يكون ارتباطاً إيجابياً بين الصلابة النفسية والصحة الجسدية. (Lambert, 2003).

أبعاد الصلابة النفسية:

تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها (كوبازا) والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير من مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها وهذه الأبعاد هي: (الالتزام، التحكم، التحدي). (Kopasa, 1979).

وهذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص النمو الشخصي، كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه احتراق نفسي، ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمر أكثر إيجابية، فالصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس هي:

١) الالتزام:

يعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة، وغياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب. (Hydon, 1986).

وهو اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته وفيما يفعل، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم واعتقاده أن لحياته هدفاً ومعنى يعيش من أجله. (عثمان، ٢٠٠١، ص، ٢١٠).

ويعرف بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته، وتحديد أهدافه وقيمه في الحياة وتحمله المسؤولية، وأنه يشير أيضاً إلى اعتقاد الفرد بقيمة وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته أو للجميع. (حمزة، ٢٠٠٢، ص، ٢١٠).

وقد أشارت (كوبازا) إلى أن الالتزام يمثل القدرة على إدراك الفرد لقيمه وأهدافه وتقدير إمكانياته ليكون لديه هدف يحققه، وكذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن والتراكيب الداخلية، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين، كما أنه يمثل التزام الفرد نحو التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف هادفة وذات معنى. (عباس، ٢٠١٠، ص، ١٧٦).

فالفرء الذي يتسم بالالتزام يود الانخراط مع الناس والأحداث من حوله بدلاً من أن يكون سلبيًا. (مجدي، ٢٠٠٧، ص، ٩٨).

أنواع الالتزام:

الالتزام الشخصي أو النفسي يضم:

أ. الالتزام تجاه الذات: وهو اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو تميزه عن الآخرين.

ب. **الالتزام تجاه العمل:** وهو اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في إنجاز عمله، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه. (Kopaza , Maddi & Paccetti, 1985, P, 525).

وصنف آخرون الالتزام إلى ثلاثة أنواع:

١. **الالتزام القانوني:** ويتمثل في تقبل الفرد للقوانين الشرعية ثم الوضعية السائدة في مجتمعه وامتناله لها وتجنبه مخالفتها. (أبو ندى، ٢٠٠٨).
٢. **الالتزام الديني:** ويعرف بأنه التزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمر الله به والانتهاز عن إتيان ما نهى عنه. (الصنيع، ٢٠٠٢، ص، ٩٢).
٣. **الالتزام الأخلاقي:** وهو اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقته الشخصية والاجتماعية. (راضي، ٢٠٠٨، ص، ٢٥).

ومن خلال ما سبق من تعريفات يتبين اتفاق العديد من الباحثين على أن الالتزام مجموعة من القيم والمبادئ والمعتقدات والأهداف التي يتبناها الفرد ويتمسك بها ويتحمل مسؤوليته تجاهها وتجاه نفسه ومجتمعه.

(٢) التحكم:

تعرف (كوبازا) التحكم بأنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجه من أحداث، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له. (Kobasa, S.C, 1979). ويتضمن التحكم اعتقاد الفرد بإمكانية تحكمه في المواقف الضاغطة التي يتعرض لها. (راضي، ٢٠٠٨، ص، ٢٧). والتحكم هو اعتقاد الفرد في قدرته على التحكم في أحداث الحياة المتغيرة المثيرة للمشقة النفسية سواء أكان ذلك معرّفياً أم وجدانياً أم سلوكياً. (حمزة، ٢٠٠٢). ويرى (فونتانانا Fontana) أن المراحل الأساسية التي يمر بها التحكم هي المبادأة والإدراك والفعل، فيبدأ الفرد في التعامل مع الموقف ذو التأثير عبر اتخاذ القرار المناسب تجاهه، فإذا كان هذا القرار يهدف لتغيير الموقف فإنه يمثل إتمام مرحلة المبادأة، والدخول في مرحلة الإدراك أو المعرفة بالموقف، وتعني فهم الفرد التام للموقف، وتحديد مصادر الخطر والمعوقات التي تحول دون التعامل معه، كما يتم تحديد الفرد لقدراته ومصادره الذاتية التي سوف تحميه من الآثار السلبية للموقف، وأخيراً مرحلة الفعل أو اتخاذ القرار الذي يقوم به الفرد تجاه الأحداث الشاقة أو مسبباً بها للقضاء عليها، وتختلف أشكال اتخاذ القرار الذي يقوم به الفرد، فهي إما أن تكون أفعالاً موجهة للقضاء على المشكلة، أو أفعالاً غير موجهة كتجاهل الموقف الشاق بأكمله. (حمزة، ٢٠٠٢).

وبتضمن التحكم أربع صور رئيسة هي:

١. **القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة:** ويحسم هذا التحكم المتصل باتخاذ القرار طريقة التعامل مع الموقف سواء بمواجهته أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه.
٢. **التحكم المعرفي أو المعلوماتي:** وهو استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الحدث الضاغط، ويعد التحكم المعرفي أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة إذا ما تم على نحو إيجابي. (الرفاعي، ٢٠٠٣).
٣. **التحكم السلوكي:** وهو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي، ويقصد به القدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة. (الرفاعي، ٢٠٠٣).
٤. **التحكم الاسترجاعي:** ويرتبط بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه. (الرفاعي، ٢٠٠٣).

(٣) التحدي:

وهو اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية. (Kobasa, S.C, 1979, P, 70). ويعرف بأنه تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ رداً على المتطلبات البيئية، وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية، وقد تجتمع مع وتوصف بأنها استجابات فعالة. (محمد، ٢٠٠٢، ص، ٤١).

خصائص ذوي الصلابة النفسية:

يتمتع الأفراد الذين يمتلكون الصلابة النفسية بما يلي:

١. الإحساس بالالتزام تجاه أنفسهم: للانخراط في مستجدات الحياة التي تواجههم.
٢. الإيمان بالسيطرة: أي إحساس الشخص بأنه سبب الحدث الذي حدث في حياته وأنه يستطيع أن يؤثر في بيئته.
٣. التحدي: وهو الرغبة في إحداث التغيير، ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تكون بمثابة فرص للنماء والتطور. (Taylor, & Shaunna, 1995).
٤. القدرة على الصمود والمقاومة.
٥. لديهم إنجاز أفضل.
٦. ذوو وجهة داخلية للضبط.
٧. أكثر إقتداراً ويميلون للقيادة والسيطرة.
٨. أكثر مبادأة ونشاطاً وذوو دافعية أفضل. (راضي، ٢٠٠٨).
٩. ملتزمون بالعمل الذي عليهم أدائه بدلاً من شعورهم بالخربة.
١٠. لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلاً من شعورهم بفقدان القوة.
١١. ينظرون إلى التغيير على أنه تحد عادي بدلاً من أن يشعروا بالتهديد.
١٢. يجدون في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ القرار. (حمادة و عبد اللطيف، ٢٠٠٢).

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

أولاً: نظرية (كوبازا، Kobaza, 1979) والدراسات المنبثقة عنها:

اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية، تمثلت في آراء بعض العلماء مثل (روجرز، ماسلو، فرانكلين، Rojars, Maslo, Phrankel)، حيث أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة، يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة. (Mattson, Ivancevich, 1987, P. 102).

ويعد نموذج (لازورس، Lazours) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث ناقشها من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاث عوامل رئيسية وهي:

١. البيئة الداخلية للفرد.
 ٢. الأسلوب الإدراكي المعرفي.
 ٣. الشعور بالتهديد والاحباط.
- وبين (لازورس) أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة ادراك الفرد للموقف، واعتباره خطأ قابلة للتعايش، تشمل عليه الادراك الثانوي، وتقديم الفرد لقدرته الخاصة، وتحديد لمدي كفاءتها في تناول المواقف الصعبة، أي أن تقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي يجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد، وهو ما يعني عند (لازورس) توقع حدوث الأسوأ للفرد سواء على الصعيد البدني أو النفسي، ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالاحباط متضمناً الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل. (راضي، ٢٠٠٨، ص، ٣٦).

ثانياً: نظرية (فينك، 1979) المعدلة لنظرية (كوبازا، Kobaza):

وقد توصل (فينك) من خلال نظريته إلى وجود ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط في الصحة العقلية الجيدة للأفراد، إذ يرتبط الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد، وكذلك يرتبط بعد التحكم ايجابياً بالصحة العقلية من خلال ادراك الموقف على أنه أقل مشقة. (الهلول، ٢٠٠٨)

ثالثاً: نظرية (مادي، 1985) (Maddi):

يؤكد (مادي) أن الإنسان في كل مواقف يختار الماضي المعروف أو المستقبل المجهول، واختيار الإنسان للمستقبل بما يحمله من آمال غير معروفة عادةً ما يصاحبه القلق، الذي لا بد من احتمال له لأن تجنبه يعني ضياع فرصة النمو، أما إذا اختار الإنسان الماضي المألوف بتجنبه القلق سقط في الذنب الوجودي لإضاعة فرص النمو وإثراء الحياة، لذا فإن الذين يعانون من درجة عالية من الضغط النفسي دون إصابتهم بمرض لهم سمة شخصية مختلفة عن أولئك الذين يعانون من ضغط نفسي بسبب الإصابة بمرض وهذه السمة الشخصية تسمى الصلابة. (الهلول، ٢٠٠٨).

وقد اعتمد (مادي) في صياغة هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال (روجرز، ماسلو، فرانكلين، (Rojars, Maslo, Phrankel)، وأشار إلى أن وجود هدف للفرد ومعنى لحياته يجعله يتحمل إيجابيات الحياة ويتقبلها، ويتحمل الإحباط الناتج عن الظروف الحياتية الصعبة معتمداً في ذلك على قدرته واستغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة. (Maddi, & Kobasa, 1994).

وأيضاً اعتمد على النموذج المعرفي لـ (لازاروس) والذي يرى أن أحداث الحياة الشاقة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثيرها السلبي على الاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث الضاغطة، ولها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي، والجزم بضعفها وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد، ومن ثم بالإحباط، متضمناً الشعور بالخطر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل. (جبر، ٢٠٠٧).

وقد كشف (مادي) عن مصدر جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسدية وهي الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، والتحدي) مؤكداً أن الصلابة الجسدية والنفسية للفرد مصدر هام للتوافق. (Kobasa & Puccetti, 1983).

ثالثاً: دراسات سابقة:

سيتم تقسيم الدراسات السابقة إلى محورين: الأول ويختص بدراسات حوادث السير، والثاني ويختص بدراسات الصلابة النفسية، وسيتم استعراضها بدءاً بالقديم وانتهاءً بالأحدث، مع الإشارة إلى ندرة الدراسات التي أجريت حول حوادث الطرق، وتلك التي اهتمت بتصميم برامج ارشادية لضحايا حوادث الطرق حسب معلومات الباحثة، وهو ما يميز هذا البحث.

(١) دراسات حوادث الطرق:

تبين من خلال دراسة الشريف (١٤٢٧هـ) أن الخوف من الموت نتيجة الحادث المروري ودرجة حدة الإصابة تزيدان، بين عوامل أخرى، من احتمال إصابة الضحية باضطراب ما بعد الصدمة، وأن نسبة كبيرة من الناجين من حوادث السيارات الذين ظهرت لديهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة أكثر احتمالاً لأن يكونوا قد تعرضوا لحوادث مرورية أو خبرات صادمة مقارنة بالعينة التي لم تتعرض لمثل تلك الحوادث. كما وجد الباحثان أن عينة الناجين من حوادث السيارات يعانون من الاكتئاب أكثر من العينة الضابطة، وأن ٥٣% ممن يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة يعانون اكتئاباً حاداً. وبينما كان ما يقارب ١٠% من الناجين من حوادث الطرق ممن ظهرت لديهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة مكتئبين عند وقوع الحادث إلا أن ما نسبته ٤٣,٥% من تلك العينة ظهرت لديهم أعراض الاكتئاب الحاد بعد وقوع الحادث. ويخلص الباحثان إلى أن الاضطرابات النفسية، مثل الاكتئاب، تجعل ضحايا حوادث الطرق أكثر استعداداً لأن تظهر لديهم اضطرابات ما بعد الصدمة.

فيما أكدت دراسة الحميدان (٢٠٠٦) بأن أغلب الحوادث المرورية يرتكبها الشباب في الفئة العمرية من (١٦-٣٧) عاماً، وأن الحوادث المرورية تمثل أحد أهم أسباب استنزاف الموارد والخسائر البشرية والمادية في أي مجتمع، كما تبين أن هناك ارتباطاً إيجابياً بين معدلات الحوادث المرورية وتعاطي الخمر والمخدرات، وتبين أن من أهم أسباب ارتكاب الحوادث المرورية تجاوز الإشارة الضوئية، وزيادة السرعة فوق المعدل، وعدم ترك مسافة كافية مع المركبة الأخرى، والانشغال بالهاتف النقال، فيما كانت أهم التأثيرات السلبية المصاحبة التي سببتها الحوادث المرورية الإصابة الجسيمة أو البليغة، والخسائر المادية الكبيرة، والصدمة النفسية الشديدة، والانشغال عن أفراد الأسرة، وتهديد حياة الآخرين، فيما تعددت الآثار الاجتماعية الناجمة عن الحوادث المرورية، وكان من أخطرها انقطاع الدخل، وضعف القدرة على الأداء والعمل، وتزايد عدد الوفيات، وارتفاع معدلات الإعاقة والإصابات البليغة، وضعف الترابط الأسري وانحراف الأبناء نتيجة لفقد رب الأسرة بسبب هذه الحوادث، وخسارة العناصر البشرية المنتجة، وأكدت الدراسة معاناة الغالبية من مرتكبي الحوادث المرورية من الضغوط النفسية والاجتماعية ما بعد وقوع الحادث المروري الذي تعرضوا له، ووجدن علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من فئات العمر والحالة الاجتماعية، والوقاية من الضغوط النفسية والاجتماعية للحادث المروري، وأكدت الدراسة أن أهم الحلول لتخفيف الآثار الاجتماعية للحوادث المرورية هو الاسترخاء والتعامل مع الضغوط الحياتية، والابتعاد عن أسباب التوتر، كما يجب علاج الضغوط النفسية التي تسبب الإحباط العضوي نتيجة للإصابة بالفشل، وتوفير بدائل للدخل عند انقطاعه للأسر المحتاجة وقيام مؤسسات المجتمع الرسمية والمدنية بدور فاعل في حماية الأسر التي تعاني من التفكك وضعف الترابط والقلق والانحراف.

٢) دراسات الصلابة النفسية:

اهتمت دراسة جيرسون (Gerson, 1998) بتحديد العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين طلبة الدراسات العليا وتكونت العينة من (١٠١) طالباً من الدراسات العليا من قسم علم النفس/ مدرسة مدوسترن للخريجين، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يستخدمون مهارات مواجهة أكثر فاعلية وتأثيراً من الذين حصلوا على درجات صلابة منخفضة، وأن الضغوط ترتبط إيجابياً بمهارات المواجهة التالية: التحليل المنطقي، التجنب المعرفي، التفريغ الانفعالي، الاستسلام، كما أن الصلابة الكلية والتجنب المعرفي والتحليل المنطقي منبئات هامة للضغوط، ووجدت علاقة سالبة بين الصلابة والضغوط حيث وجد أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها أقل ضغطاً من الطلاب الذين لم يحصلوا على درجات عالية في الصلابة.

أما ستالارد (Stallard et al., 1998) فقد سعت للمقارنة بين فئتين من الأطفال بعد مرور ستة أسابيع على تعرضهم لحادثة صادمة، فئة منهم تعرضوا لحوادث سيارات وأخرى تعرضوا لإصابات في المنافسات الرياضية، وقد وجد الباحثون أن ثلث أطفال الفئة الأولى تنطبق عليهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة مقارنةً بما نسبته (٣%) فقط من أفراد الفئة الثانية، ولم يجد الباحثون علاقة بين نوع الإصابة ولا درجة شدتها من جهة، ووجود أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، من جهة أخرى، وعلى الرغم من أن الفتيات على ما يبدو كانت أكثر احتمالاً لأن يتأثروا بالصدمة، إلا أنه ليس من المستبعد أن يكون بعض الأطفال عرضة أكثر من غيرهم للإصابة بالاضطراب.

وهدف دراسة دخان والحجاز (٢٠٠٠) إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها وعلاقتها بمستوى الصلابة لدى طلبة الجامعة الإسلامية، وتكونت العينة من (٥٤١) طالباً وطالبة، واستخدم الباحث مقياس للضغوط النفسية وآخر للصلابة النفسية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية، ووجدت فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية (عدا ضغوط بيئة الجامعة) تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما

وجدت فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية (عدا الأسرية والمالية) تعزى لمستوى التخصص لصالح طلبة العلمي، فيما لم توجد فروق في مستوى الضغوط (عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة) لمستوى الدخل الشهري.

وسعى الباحثان حمادة وعبد اللطيف (٢٠٠٢) للتعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وتكونت العينة من (٢٨٢) طالباً وطالبة بواقع (٧٠) طالباً ز (٢١٢) طالبة، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس الرغبة في التحكم، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العينة الكلية، وداخل عينة الذكور والإناث كل على حدة.

وسعى الرفاعي (٢٠٠٣) إلى بحث الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، وتكونت العينة من (٣٢١) طالباً وطالبة، بواقع (١٦١) طالباً و (١٦٠) طالبة من طلبة جامع حلوان بمصر، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية، ومقياس إدراك أحداث الحياة الضاغطة، ومقياس أساليب المواجهة، وتبين عدم وجود فروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية ومكوناتها والالتزام والتحكم، بينما ظهرت هذه الفروق في مكون التحدي، وكانت لصالح الذكور، كما وجدت فروق في الضغوط الأكاديمية والاقتصادية بين الذكور والإناث فكان الذكور أقل معاناة في تلك الضغوط مقارنة بالإناث، ووجدت فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية، كما أنه لم يكن للصلابة دوراً بارزاً في تعدي العلاقة بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأقل فاعلية.

أما المفرجي والشهري (٢٠٠٧) فقد هدفاً إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من الطلاب والطالبات، وتكونت العينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى، واستخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية، ومقياس الطمأنينة النفسية، وتوصل الباحثان إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً سواء لدى الذكور أو الإناث أو العينة الكلية بين الصلابة النفسية والأمن النفسي، فيما لم توجد فروق بين الطلاب والطالبات في متوسطات درجات الصلابة النفسية في متغير الجنس، العمر، السنة الدراسية، والتخصص، فيما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف مستوى دخل الأسرة.

فيما هدفت دراسة أبو ندى (٢٠٠٨) إلى تحديد العلاقة بين الصلابة النفسية وضغوط الحياة، وتكونت العينة من (٥٤٩) طالباً وطالبة من الكليات المختلفة في جامعة الأزهر، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس لضغوط الحياة، وتبين وجود صلابة نفسية عالية لدى طلبة الجامعة بنسبة (76.09%) في المقابل اتضح أن الطلبة يعانون من ضغوط حيث بلغت النسبة (76.02%)، وكذلك تبين وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة والدرجة الكلية للضغوط لدى عينة الدراسة، ووجدت فروق بين مرتفعي الصلابة ومنخفضي الصلابة في درجاتهم على ضغوط الحياة لصالح مرتفعي الصلابة، بينما لم توجد فروق للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض، مرتفع) على ضغوط الحياة.

وقام عودة (٢٠١٠) بالتعرف على العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، وتكونت العينة الفعلية للدراسة من (٦٠٠) طفلاً وطفلة من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، واستخدم الباحث استبانة الخبرة الصادمة، واستبانة أساليب التكيف مع الضغوط، واستبانة المساندة الاجتماعية، واستبانة الصلابة النفسية، وتبين وجود علاقة طردية بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وكل من استخدام أساليب التكيف مع الضغوط والمساندة

الاجتماعية والصلابة النفسية، فيما لم توجد فروق في أساليب التكيف مع الضغوط والصلابة النفسية تعزى لم تغير مكان الإقامة.

وتعرف سيد (٢٠١٢) على مستوى كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحاظفة جدة، ومعرفة العلاقة بين كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لديهم، وتكونت العينة من (٤١٢) طالباً منهم (٢٠١) طالباً من الطلاب المتضررين من السيول، و (٢١١) طالباً من غير المتضررين، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس الاكتئاب، وتبين أن مستوى الصلابة النفسية لدى المتضررين كان متوسطاً حيث تراوحت الاستجابات بين (٨٧-١٠٨) (بمتوسط قدره (٩٩,٩١) وأن أكثر أبعاد الصلابة النفسية تأثراً لدى المتضررين هو الالتزام ثم التحدي ثم التحكم، كما كان مستوى المساندة الاجتماعية لدى المتضررين وغير المتضررين متوسطاً حيث تراوحت الاستجابات بين (٧٨-٨٧)، وكان أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية تأثراً لدى المتضررين هو بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة ثم بعد المساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء ثم بعد الشعور بالرضا الذاتي عن المساندة الاجتماعية ثم بعد المساندة الاجتماعية من قبل الحكومة، ووجدت علاقة بين المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية، فيما لم توجد علاقة ارتباطية بين درجات طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول على مقياس الصلابة النفسية وبين درجاتهم على مقياس الاكتئاب.

وحدد العبدلي (٢٠١٢) مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين، وكذلك التعرف على ترتيب استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وإلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط، وكذلك التحقق من وجود فروق بين الطلاب المتفوقين والعاديين في الصلابة النفسية وفي أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وتكونت العينة من (٢٠٠) طالباً من طلاب التعليم الثانوي، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، واتضح أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، ووجدت علاقة بين غالبية أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) لدى الطلاب المتفوقين وكذلك العاديين، كما وجدت وجود فروق بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين، ووجدت فروق حقيقية بين المتفوقين والعاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية باستثناء التحليل المنطقي، تحمل المسؤولية، الاستسلام، التنفيس الانفعالي.

تعقيب على الدراسات السابقة

- من خلال العرض السابق للدراسات السابقة يتبين للباحثين ما يلي:
- تأكيد جميع الدراسات أن الحوادث والصدمات بأشكالها المتنوعة تركت العديد من الآثار النفسية التي بدورها أثرت على الصحة النفسية للأشخاص اللذين تعرضوا لهذه الحوادث.
 - تنوع الدراسات من حيث الهدف والأدوات لكن معظمها اهتمت بتحليل الاضطرابات التي عانى منها الافراد بعد الصدمة، فيما اهتم بعضها بدراسة الصلابة النفسية لدى مصابي الطرق والحوادث، ولم تركز أي دراسة على تقديم برامج ارشادية علاجية.
 - ندرة البرامج الارشادية السعودية التي تناولت تأثير حوادث الطرق نفسياً على الاطفال، رغم أهميته على المستوى النفسي والاجتماعي، فالأطفال هم رجال المستقبل ونهضته، هذا بالإضافة إلى ندرة البرامج الارشادية التي اعتمدت على بناء وتطبيق وتقييم البرامج الإرشادية، إذ اقتصرت الجهود على الدراسات الوصفية التي تقف عند حدود الوصف والعلاقة وإجراء المقارنات دون تقديم المعالجات الوقائية والإرشادية.

- السبيل الأكثر نجاحاً للتخفيف من الآثار السلبية لحوادث الطرق هو بالأساليب العلمية، وهذا ما دعى الباحثان إلى تصميم برنامج إرشادي لزيادة الصلابة النفسية لدى الاطفال المصابين في حوادث الطرق بالمملكة العربية السعودية.

فرضيات البحث:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مصابي حوادث السير تبعاً لمتغيري الجنس والدخل المادي.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي ودرجاتهم في القياس التتبعي على مقياس الصلابة النفسية في القياس البعدي ودرجاتهم في القياس التتبعي.

تصميم البحث:

منهج البحث :

تم استخدام المنهج التجريبي الذي يستخدم التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة مع التطبيقين القبلي والبعدي.

مجتمع البحث :

تألف مجتمع البحث من جميع الذين تعرضوا لحوادث الطرق في مدينة الطائف خلال السنوات من (٢٠١٢-٢٠١٤م) والذين تتراوح أعمارهم بين ١٢-١٨ سنة .

عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على (٣٠) فرداً ممن تراوحت أعمارهم بين (١٢-١٨) سنة، بمتوسط حسابي (١٥,٣) وانحراف معياري (١,٤)، ممن يعانون من آثار نفسية سلبية نتيجة تعرضهم لحوادث الطرق أثرت على توافقهم النفسي.

حدود البحث:

- أ. الحدود المكانية : مستشفيات محافظة الطائف .
- ب. الحدود الزمانية : ٢٠١٤/٢٠١٥م.
- ت. الحدود البشرية : المصابين في حوادث الطرق من الفئة العمرية (١٢-١٨) سنة .

أداتي البحث :

١. مقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثة الرئيسية.
٢. البرنامج الإرشادي النفسي للفئة المستهدفة.

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٥١) فقرة عكست رؤية أفراد العينة لطرق مواجهتهم عدد من المواقف، واشتمل هذا المقياس ثلاثة أبعاد هي: الالتزام والتحكم والسيطرة، حيث تم توزيع الفقرات على الأبعاد الثلاثة كما يلي:

جدول (١) يوضح توزيع فقرات مقياس الصلابة النفسية وفقاً لأبعاده

الأبعاد	أرقام الفقرات
الالتزام	١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٢، ٢٥، ٢٨، ٣١، ٣٤، ٣٧، ٤٠، ٤٣، ٤٦، ٤٩
التحكم/ السيطرة	٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٣، ٢٦، ٢٩، ٣٢، ٣٥، ٣٨، ٤١، ٤٤، ٤٧، ٥٠
التحدي	٣، ٦، ٩، ١٢، ١٥، ١٨، ٢١، ٢٤، ٢٧، ٣٠، ٣٣، ٣٦، ٣٩، ٤٢، ٤٥، ٤٨، ٥١

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

تم حساب الصدق بالطريقتين التاليتين:

١. صدق المحكمين: قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على عدد (١٠) من المحكمين من الأساتذة المتخصصين في علم النفس بكلية التربية بجامعة الطائف بقصد الحكم على مدى انتماء الفقرات لما تقيسه بالإضافة إلى الصياغة العلمية والصياغة اللغوية لها وذلك في سياق البيئة السعودية، وتراوحت نسب الاتفاق على فقرات المقياس ما بين (٨٥%-٩٧%) ليصبح لدينا الصورة النهائية للمقياس.

٢. صدق الاتساق الداخلي: تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٣٠) فرداً من المصابين في حوادث السير بمدينة الطائف من غير عينة الدراسة التجريبية، ومن ثم حسب التجانس الداخلي لمفردات المقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تمثله والجدول (٢) يوضح نتائج التجانس الداخلي.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لكل بعد على حده

أبعاد المقياس	المفردات	قيم معاملات الارتباط	المفردات	قيم معاملات الارتباط
الالتزام	١	**٠,٦٠٩	28	**٠,٧٩١
	4	٠,٠٢٧	31	٠,٠٩٤
	7	**٠,٦٥٢	34	**٠,٧٧٢
	10	*٠,٤٦٠	37	**٠,٧٤١
	13	٠,٠٩٨	40	*٠,٣٥٦
	16	**٠,٥٥٤	43	٠,٠٢٦
	19	**٠,٨٨٥	46	**٠,٨٨٥
	22	*٠,٣٥٨	49	٠,٢٧١
	25	**٠,٦١٩		
	2	**٠,٤٩٦	29	*٠,٤١٦
التحكم	5	٠,٠٨٣	32	**٠,٥٥٧
	8	*٠,٤٣٧	35	٠,٠٨١
	11	*٠,٤٣٤	٣٨	**٠,٥٥٤
	14	**٠,٤٧٢	41	**٠,٧٠٩
	17	٠,١٨٥	44	**٠,٨٢٧
	20	**٠,٦٦٢	47	**٠,٥٦١
	23	**٠,٦١٢	50	**٠,٥٤١
	26	**٠,٧٦٢		
	٣	**٠,٩٤٠	30	055٠,
	التحدي	٦	**٠,٨١٦	33
٩		108٠,	36	**٠,٨١٦
١٢		**٠,٩٤٠	39	*٠,٣٦٤
١٥		105٠,	42	**٠,٨١٦
١٨		*٠,٣٧٤	45	**٠,٨١٦
٢١		**٠,٩٤٠	48	**٠,٩٤٠
24		**٠,٨١٦	51	**٠,٧٨٠
27		**٠,٨١٦		

*دال عند مستوى ٠,٠٥

**دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٢) أن جميع قيم معاملات ارتباط المفردات بالدرجة الكلية لكل بعد فرعي تنتمي إليه دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١ أو ٠,٠٥) وهذا يشير إلى تمتع فقرات المقياس بدرجة عالية من الاتساق الداخلي. باستثناء الفقرات (٤٣،٤٩،٤٣،٣١،١٣،٤) بالنسبة لبعد الالتزام، والفقرات

(٥،١٧،٣٥) بالنسبة لبعد التحكم، والفقرات (٩،١٥،٣٠) بالنسبة لبعد التحدي. وعليه تم حذف هذه الفقرات من المقياس ليصبح عدد فقرات المقياس (٤٠) فقرة. كما تم حساب معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية لمقياس قلق الاختبار مع الدرجة الكلية، وجاءت قيم معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول (٣).

جدول (٣) يوضح معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية

م	المقاييس الفرعية	الدرجة الكلية للمقياس
١	الالتزام	**٠,٩٦٢
٢	التحكم	**٠,٩٤٢
٣	التحدي	**٠,٩٢١

** دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى ٠,٠١

ثانياً: حساب ثبات المقياس :

تم التحقق من ثبات المقياس بالاعتماد على معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لسبيرمان - براون وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول (٤)

جدول (٤) قيم معاملات ثبات مقياس الصلابة النفسية

م	المقاييس الفرعية	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
١	الإلتزام	٠,٧٨٢	٠,٨٣٧
٢	التحكم	٠,٦١٥	٠,٦٠٢
٣	التحدي	٠,٧٩٦	٠,٩٣٢
الدرجة الكلية للمقياس		٠,٨٤٢	٠,٩٨٠

يتضح من الجدول (٤) أن جميع قيم معاملات الثبات جاءت مرتفعة ودالة، لذا يمكن القول بأن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ثانياً : البرنامج الإرشادي (اعداد الباحثان)

مكونات البرنامج:

أ. الاطار العام للبرنامج:

- اعتماد البرنامج على استراتيجيات لتنمية الصلابة النفسية بأبعاده (الالتزام، التحكم، السيطرة)، لدى ضحايا حوادث السير في مدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية.
- الاعتماد على الأساس النظري الخاص بالصلابة النفسية.
- الاستفادة من الدراسات والأبحاث العلمية التي اهتمت بدراسة موضوع الصلابة النفسية.
- الاطلاع على بعض الدراسات التي استخدمت برامج ارشادية مشابهة، مع التنويه الى ندرة البرامج التي صممت لتنمية الصلابة النفسية، والتي اهتمت بالمدمنين والكيفيين فقط.

ب. أهداف البرنامج:

(١) الهدف العام للبرنامج:

تحديد الهدف العام للبرنامج الحالي في تنمية الصلابة النفسية بأبعاده (الالتزام، التحكم، السيطرة) لدى ضحايا حوادث السير في مدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية.

(٢) الأهداف الفرعية للبرنامج:

تفرع من الهدف العام السابق الأهداف النفسية التالية:

- التفرغ النفسي.
- تنمية الثقة بالنفس.
- تنمية مهارات الالتزام والتحكم والسيطرة من خلال التدريبات.
- زيادة الترابط العائلي.
- اكتشاف الذات والميول.

- الاعتزاز بالصفات الايجابية.
- وهناك بعض الأمور التي أخذت بعين الاعتبار أثناء تصميم البرنامج وهي:
- ارتبط برنامج الدراسة الحالية بأبعاد الصلابة النفسية الثلاث (الالتزام، التحكم، السيطرة).
- راعت الباحثان التنوع في تنمية أبعاد الصلابة النفسية من خلال تدريب أفراد العينة على الثقة بالنفس، التألف والتلاحم مع العائلة، اكتشاف الذات والميول الذاتية، ابراز الصفات الايجابية، وغيرها من التدريبات.
- راعت الباحثان التنوع في الوسائل التعليمية والمواد والأنشطة التي تلبى احتياجات أفراد العينة لتحقيق أهداف البرنامج الارشادي أثناء جلسات البرنامج
- تضمن البرنامج الارشادي تمارين وواجبات منزلية تعطى لأفراد العينة التجريبية الذين يقومون بتطبيقها في المنزل أو المستشفى المتواجدين به.
- يطبق هذا البرنامج على عينة من مصابين حوادث السير في مدينة الطائف الذين تتراوح أعمارهم بين (١٢-١٨).

ت. الاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج:

- تم تصميم البرنامج القائم على استراتيجيات تنمية الصلابة النفسية بهدف تنمية الصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام، التحكم، السيطرة).
- وتكون البرنامج من جزأين رئيسين هما:
- الاستراتيجيات التي يتم تطبيقها على أفراد المجموعة التجريبية أثناء الجلسات الارشادية.
- الواجبات المنزلية التي يتم تكليف أفراد المجموعة التدريبية بالقيام بها، ومناقشة نتائجها أثناء الجلسات الارشادية اللاحقة.

ث. الافتراضات التي قام عليها البرنامج:

- أولاً: تمت جلسات البرنامج من خلال المشاركة الفعالة للمشاركين في الجلسات.
- ثانياً: تعبير المشاركون عن احتياجاتهم النفسية المستهدفة تحقيقها في نهاية البرنامج الارشادي.
- ثالثاً: التنوع في الاستراتيجيات الارشادية المستخدمة في البرنامج.

ج. المدة الزمنية لتطبيق البرنامج:

- تكون البرنامج من (١٢) جلسة ارشادية، بواقع جلستان أسبوعياً، ولمدة (١٢٠) دقيقة، وقد تم تخصيص أول جلسة للتمهيد لتطبيق البرنامج من خلال تهيئة أفراد العينة التجريبية للجلسات، وشرح البرنامج لهم والاستراتيجيات التي ستستخدم معهم.

التقويم:

(١) بعد بناء البرنامج:

- بعد بناء البرنامج تم عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين والمهتمين بموضوع الدراسة من تخصص علم النفس لتقويم البرنامج في الجوانب التالية:
- مدى استناد البرنامج على استراتيجيات تنمية الصلابة النفسية.
- مدى مناسبة التسلسل الوارد في البرنامج ووضوحه وتنظيمه.
- مدى تحقيق البرنامج الارشادي للأهداف المنشودة.
- مدى مناسبة المدة الزمنية لتطبيق البرنامج و توزيعها على الجلسات.

(٢) أثناء التطبيق:

- تم تقويم البرنامج في ضوء الأهداف والأسس التي يستند عليها وتتضمن إجراءات تقويم البرنامج عدداً من الخطوات تتمثل فيما يلي:
- التقويم القبلي: لتحديد مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة التجريبية من ضحايا حوادث السير، من خلال تطبيق مقياس الصلابة النفسية عليهم.

- **التقويم البنائي:** من خلال قياس أداء أفراد العينة التجريبية في نهاية كل جلسة، وبعد الانتهاء من تطبيق الاستراتيجيات، ويعتمد هذا التقويم على تدريب تقويمي (فردى/ جماعي) على هذه الاستراتيجيات حتى يصلوا إلى مستوى الإتقان ومن ثم الانتقال إلى الاستراتيجية التالية.
- **التقويم النهائي:** بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بهدف الوقوف على فاعليته في تنمية الصلابة النفسية، وذلك من خلال التطبيق البعدي لمقياس الصلابة النفسية.
- صدق البرنامج التدريبي:** للتحقق من صدق البرنامج التدريبي تم عرضه في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بكلية التربية بجامعة الطائف، وعددهم (٨) محكمين لإبداء الرأي حول:

- ارتباط محتوى جلسات التدريب بأهدافها.
- مدى وضوح الإجراءات التدريبية بكل جلسة.
- مناسبة المحتوى لعينة البحث.
- صياغة الأنشطة صياغة لغوية صحيحة.
- مناسبة التقويم لأهداف الجلسة.

والجدول (٥) يوضح نتائج نسب الاتفاق على بنود جلسات التدريب.

جدول (٥) نسب اتفاق المحكمين على بنود جلسات البرنامج الإرشادي

م	بنود التحكيم	نسبة الاتفاق
١	ارتباط محتوى جلسات التدريب بأهدافها.	٩٨%
٢	مدى وضوح الإجراءات التدريبية لكل جلسة.	٩٦%
٣	مناسبة المحتوى بأبعاد الصلابة النفسية الثلاث (الالتزام، التحكم، السيطرة).	٩٢%
٤	مناسبة التدريبات لمحتوى البرنامج الإرشادي.	٩٧%
٥	مناسبة التقويم لأهداف جلسات البرنامج الإرشادي.	٩٦%

يتضح من الجدول (٥) ان آراء السادة المحكمين جاءت متفقة على مناسبة البرنامج الإرشادي في تنمية الصلابة النفسية بأبعادها الثلاث (الالتزام، التحكم، السيطرة).

إجراءات البحث :

تمت إجراءات البحث على النحو التالي :

١. الاطلاع على الأدبيات التي تناولت الصلابة النفسية، وحوادث الطرق للتعرف على الخصائص النفسية لهذه الفئة وكيفية التعامل معها، وتعليمهم وتدريبهم، وتحويلهم من أفراد محطمين لا يقدرين على مواجهة المواقف الاجتماعية والنفسية إلى أفراد منتجين متمتعين بمقومات الصحة النفسية.
٢. الاطلاع على الأدبيات التي تناولت إعداد برامج خاصة بالأفراد المعرضين للصدمات النفسية ولتنمية الصلابة النفسية لديهم ومن ثم مع أفراد المجتمع .
٣. تحديد المنهج المستخدم وهو المنهج شبه التجريبي.
٤. إعداد قائمة مبدئية لكل من المهارات الخاصة بالصلابة النفسية والمراد إكسابها للأفراد المعرضين للإصابات من خلال حوادث الطرق .
٥. عرض القائمة على السادة المحكمين من الأساتذة المتخصصين. في علم النفس والصحة النفسية .
٦. إجراء التعديلات اللازمة والوصول بالقائمة إلى صورتها النهائية في ضوء آراء المحكمين.
٧. إعداد مبدئي للبرنامج الذي يهدف الى تنمية الصلابة النفسية لدى الافراد الصابين في حوادث الطرق
٨. عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين المتخصصين لتحديد مدى مناسبتها للتطبيق، وتعديلها وفق نتائج التحكيم.
٩. إجراء الدراسة الاستطلاعية وحساب الخصائص السيكومترية للاختبارات.

١٠. تطبيق مقياس الصلابة النفسية .
١١. تطبيق البرنامج الإرشادي .
١٢. تطبيق المقياس التطبيقي البعدي.
١٣. تصحيح المقياس وإجراء المعالجات الإحصائية.
١٤. مناقشة نتائج البحث.
١٥. تقديم مقترحات وتوصيات البحث.

الإساليب الإحصائية المستخدمة :

لمعالجة البيانات الخاصة بالدراسة وللتحقق من صحة الفروض والنتائج استخدم البرنامج

الإحصائي SPSS

نتائج البحث وتفسيرها :

تضمن البحث الحالي على ثلاث فروض، يمكن عرضهم ومناقشة النتائج المتعلقة بهم على النحو

التالي :

نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى على: " "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة

التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للصلابة النفسية لصالح القياس البعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المرتبطة - Paired Sample T-

test. والجدول (٦) يوضح نتائج التحليل الإحصائي .

جدول (٦) الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث في الصلابة النفسية

المتغير	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
الالتزام	البعدي	٣٠	40.1000	3.66107	٢٩	22.535	٠,٠١
	القبلي	٣٠	24.4000	1.81184			
التحكم	البعدي	٣٠	37.5000	2.94490	٢٩	19.133	٠,٠١
	القبلي	٣٠	26.9333	1.65952			
التحدي	البعدي	٣٠	36.9667	4.90941	٢٩	13.121	٠,٠١
	القبلي	٣٠	25.8000	1.44795			
	البعدي	٣٠	1.1457E2	7.64146	٢٩	27.353	٠,٠١
	القبلي	٣٠	77.1333	3.00268			

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) لصالح القياس البعدي في أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لها. وتدعم هذه النتيجة الأثر الإيجابي لاستخدام البرنامج التدريبي موضع الدراسة الحالية.

ولمعرفة حجم التأثير للمتغير المستقل (البرنامج التدريبي) على المتغيرات التابعة

(الالتزام، التحكم، التحدي، الدرجة الكلية للصلابة النفسية) تم استخدام مربع إيتا η^2 و جدول (٧) يوضح هذه النتائج.

جدول (٧) يوضح حجم التأثير للبرنامج التدريبي في تنمية التحصيل الدراسي

المتغير التابع	قيمة ت	درجات الحرية	مربع ايتا 2η	حجم التأثير
الالتزام	22.535	٢٩	٦١.٠	كبير
التحكم	19.133	٢٩	٧.5٠	كبير
التحدي	13.121	٢٩	٤٨.٠	كبير
الدرجة الكلية للصلاية النفسية	27.353	٢٩	٦٥.٠	كبير

يتضح من جدول (٧) أن قيمة (2η) بالنسبة لأبعاد الصلاية النفسية والدرجة الكلية للصلاية النفسية تساوي (٠.٠٠٥٧٠٦١، ٠.٠٠٦٥٠٤٨) على التوالي وهذا يعني أن نسبة التباين المفسر الذي تحدثه المعالجة التجريبية (المتتملة في استخدام البرنامج التدريبي) في التباين المنظم للمتغيرات التابعة (فيما بالصلاية النفسية وأبعادها) يقدر بالنسب التالية: (٠.٠٥٧، ٠.٠٤٨) وفقاً لفؤاد أبو حطب وآمال صادق (١٩٩٦، ٤٤٢). حيث أن التأثير الذي يفسر حوالي ١٥% فأكثر من التباين الكلي يعد تأثيراً كبيراً.

وبالتالي يمكن للباحثين قبول الفرض الذي ينص على: "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للصلاية النفسية لصالح القياس البعدي".

وتعزو الباحثان هذا التباين في الأداء على اختبار الصلاية النفسية إلى تأثير البرنامج الإرشادي باستخدام فنيات الإرشاد النفسي من عرض بوروينت ومناقشة وحوار، واستراتيجيات الاسترخاء والتنفيس الانفعالي والأنشطة، والتي وظفت فيها الباحثان أساليب إرشادية مناسبة لتحقيق أهداف مواقف إرشادية بعينها. حيث تلقت المجموعة التجريبية جلسات إرشادية جماعية فيها العديد من الأنشطة والفعاليات والنقاشات المتعمقة والفائمة على أسس علمية مدروسة لزيادة الصلاية النفسية، وأيضاً إلى مدى تأثير البرنامج الإرشادي إيجابياً على أفراد المجموعة التجريبية، حيث تم إعداد وبناء البرنامج بشكل علمي متضمناً جميع أبعاد الصلاية النفسية والتي تم قياسها بمقياس الصلاية النفسية المعد لأغراض الدراسة الحالية، كما أن مقومات الصلاية النفسية التي تضمنتها أنشطة البرنامج من (الالتزام - التحكم - التحدي) عملت على تنمية قدرات افراد العينة من الجانب الانفعالي والعقلي والاجتماعي، الأمر الذي ساعدهم على التوافق مع متطلبات الحياة المختلفة، ومع المواقف الانفعالية الصادمة، كما نمت لديهم مهارة التعامل مع الآخرين، وضبط عواطفهم في المواقف الانفعالية المختلفة، كما افسحت المجال لهم بالتعبير عن أنفسهم بشكل سليم، وساعدتهم على الاستقلال الذاتي الذي يشير إلى اعتماد الفرد على نفسه في إصدار قرارات تتعلق بمستقبله وحياته، كما ساعد البرنامج على نضج العلاقات الشخصية المتبادلة ونمو قدرة الفرد على إقامة العلاقات الشخصية والاجتماعية الأمر الذي أكدته دراسات عديدة منها: دراسة (الرفاعي، ٢٠٠٣)، (المفرجي و الشهري، ٢٠٠٧)، (سيد، ٢٠١٢)، (العبدلي، ٢٠١٢) حيث أشارت جميعها الى أن البرامج الإرشادية عملت على زيادة القدرة لدى الأفراد ونمت قدرتهم على المواجهة الفعالة في المواقف الصادمة الطارئة، وبعد تقديم المساعدة الاجتماعية التي حصلوا عليها، زادت الدافعية للإنجاز والتحدي وأصبحت بصورة علنية وملموسة.

نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه: " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات

المجموعة التجريبية في القياس البعدي للصلاية تعزى لمتغير الجنس".

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة Indpendant SampleT test. والجدول (٨) يوضح نتائج التحليل الإحصائي .

جدول (٨) الفروق بين متوسطات درجات القياس البعدي لدرجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية

المتغير	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الاحصائية
الالتزام	ذكور	14	39.9286	3.51840	٢٨	.236	.815
	إناث	16	40.2500	3.89016			
التحكم	ذكور	14	37.4286	2.56348	٢٨	.122	.904
	إناث	16	37.5625	3.32603			
التحدي	ذكور	14	36.0714	5.67673	٢٨	.932	.359
	إناث	16	37.7500	4.15532			
الدرجة الكلية	ذكور	14	1.1343E2	8.67103	٢٨	.757	.455
	إناث	16	1.1556E2	6.74259			

يتضح من الجدول (٨) عدم وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي، الدرجة الكلية للصلابة النفسية) تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، وترجع الباحثتان هذه النتائج إلى أن الفعاليات والأنشطة التي تم تطبيقها بالبرنامج الإرشادي كان تأثيرها واحداً لجميع أفراد العينة، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الرفاعي، ٢٠٠٣) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية ومكوناتها (الالتزام والتحكم، بينما ظهرت هذه الفروق في مكون التحدي، وكانت لصالح الذكور، كما وجدت فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للصلابة النفسية".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لمتوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لها بالاعتماد على اختبار (ت) للعينات المرتبطة Paired Sample T-test. والجدول (٩) يوضح نتائج التحليل الإحصائي.

جدول (٩) الفروق بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية في الصلابة النفسية وأبعادها

المتغير	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الاحصائية
الالتزام	البعدي	٣٠	40.1000	3.66107	٢٩	.387	.7
	التتبعي	٣٠	39.9667	3.95216			
التحكم	البعدي	٣٠	37.5000	2.94490	٢٩	1.964	٠,٠٨
	التتبعي	٣٠	37.2000	3.16664			
التحدي	البعدي	٣٠	36.9667	4.90941	٢٩	.432	.669
	التتبعي	٣٠	37.0667	4.58584			
الدرجة الكلية	البعدي	٣٠	1.1457E2	7.64146	٢٩	.424	.674
	التتبعي	٣٠	1.1440E2	8.06269			

يتضح من الجدول (٩) عدم وجود فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية وأبعادها في القياسين البعدي والتتبعي، وعليه فإن هذه النتيجة تدعم استمرارية الأثر الإيجابي لاستخدام البرنامج

الإرشادي موضع الدراسة الحالية، ويعزى الاستمرار في الأداء إلى تأثير البرنامج الإرشادي باستخدام الاستراتيجيات المختلفة والتي لها تأثير قوى حتى بعد الانتهاء من تطبيقه بشهرين.
التوصيات: في ضوء نتائج الدراسة فإن الباحثان توصيان بالتالي:

- عقد ندوات وورش عمل تهدف إلى توعية طالبات الجامعات بأهمية الصلابة النفسية حتى يتمتعن بصحة نفسية سوية.
- عمل دورات لزيادة الصلابة النفسية لدى الطلاب والطالبات لزيادة التحكم والسيطرة لديهم على جميع المستويات.

بحوث مقترحة:

- إجراء دراسة تجريبية لبيان مدى فاعلية برنامج إرشادي يتم تصميمه لرفع مستوى الصلابة النفسية لطلبة الجامعة من الذكور.
- تبني البرنامج الإرشادي وتطبيقه على عينات أخرى من طالبات الجامعة.

قائمة المراجع العربية والأجنبية

أولاً: المراجع العربية:

- أبو حطب، فؤاد و صادق، أمال (١٩٩٦). **مناهج البحث و طرق التحليل الإحصائي للعلوم النفسية والتربوية والاجتماعية**. القاهرة: دار الأنجلو المصرية.
- أبو ندى، عبد الرحمن (٢٠٠٨). **الصلابة النفسية وعلاقتها بضغط الحياة لدي طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- جبر، جبر محمد (٢٠٠٧). **مدى فعالية ثلاثة أساليب للتوجيه والإرشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى المكفوفين، مؤتمر الإرشاد الاجتماعي والنفسي ودوره في العملية التعليمية، الجزء الثاني، سوريا، من ٢٠-٢٧/ جماد الآخر، المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية، ١٧٣-٢٠٣.**
- حمادة، لولوة و عبد اللطيف، حسن (٢٠٠٢). **الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدي طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية**، المجلد، ١٢، العدد (٢)، ٢٢٩-٢٨٢.
- حمزة، جيهان أحمد (٢٠٠٢). **دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- الحميدان، عايد علي (٢٠٠٦). **المرور وكلفة العلاج، الكويت، مجلة الداخلية**، عدد مايو.
- (٢٠٠٦). **الأثار الاجتماعية للحوادث المرورية، مؤتمر التعليم والسلامة المرورية، مركز الدراسات والبحوث، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية بالتعاون مع مكتب التربية العربي لدول الخليج والمنظمة العربية للسلامة المرورية، من (٢٠-٢٢/١١/٢٠١٤هـ).**
- الداهري، صالح حسن (٢٠٠١). **مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي**، إربد: دار الكندي ومؤسسة حمادة.
- دخان، نبيل و الحجار، بشير (٢٠٠٠). **الضغوط النفسية لدي طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)**، المجلد، ١٤، العدد (٢)، ٣٠٩-٣٩٧.
- راضي، زينب نوفل (٢٠٠٨). **الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
- الرفاعي، عزة (٢٠٠٣). **الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، رسالة دكتوراه غير منشورة**، كلية التربية، جامعة حلوان.
- زهران، حامد (٢٠٠٥). **التوجيه والإرشاد النفسي**، القاهرة: عالم الكتب.

- السميري، نجاح (٢٠١٠). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظات غزة، ديسمبر، **مجلة جامعة النجاح للعلوم الانسانية**، المجلد، ٢٤، العدد (٧)، ٢١٧٠-٢١٧١.
- سيد، الحسين حسن محمد (٢٠١٢). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- السيد، عبدالمنعم (٢٠٠٧). أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية، **مجلة الإرشاد النفسي**، العدد (٢١)، ١٥٧-٢٠١.
- الشريف، حمود هزاع (١٤٢٧هـ). الآثار النفسية للحوادث المرورية، مؤتمر التعليم والسلامة المرورية، **مركز الدراسات والبحوث**، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية بالتعاون مع مكتب التربية العربي لدول الخليج والمنظمة العربية للسلامة المرورية، من (٢٠-٢٢/١١/١٤٢٧هـ).
- **صحيفة سبق الالكترونية**، تاريخ الدخول ١٥/١٠/٢٠١٤م، <http://sabq.org/Ehmfde>
- الصنيع، صالح بن إبراهيم (٢٠٠٢). العلاقة بين مستوى التدخين والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، **مجلة جامعة الملك سعود**، المجلد، ١٤، ٢٠٧-٢٣٤.
- طالب، أحسن (١٩٩٤). الدراسات التحليلية لحوادث المرور المؤدية للإصابة الجسدية، **مركز الدراسات والبحوث**، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- عباس، مدحت (٢٠١٠). الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية، **مجلة كلية التربية**، مجلد، ٢٦، ١٦٨-٢٣٣.
- عبد الصمد، فضل (٢٠٠٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بالوعي الديني ومعنى الحياة لدى طلاب الدبلوم العام بكلية التربية بالمنيا، **مجلة البحث في التربية وعلم النفس**، المجلد، ١٨، العدد (٢)، ٢٢٩-٢٧٣.
- العبدلي، خالد محمد عبد الله (٢٠١٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- عثمان، فاروق السيد (٢٠٠١). **القلق وإدارة الضغوط**. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عودة، محمد محمد (٢٠١٠). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.
- مجدي، محمود فهيم (٢٠٠٧). بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية، **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، ٦٩-١١١.
- محمد، جيهان (٢٠٠٢). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعاشي معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، جامعة القاهرة.
- مخيمر، عماد محمد. (٢٠٠٢). **"مقياس الصلابة النفسية"**، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- المفرجي، سالم و الشهري، عبدالله (٢٠٠٧). الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، **مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية**، جامعة المنيا، العدد (١٩)، ١٤٩-٢٠٠.
- النابلسي، محمد أحمد (٢٠٠٢). علاقة حوادث السير بتثويبه الدفاعات النفسية، **مؤتمر حوادث السير في دول الخليج، الكويت**، مارس.
- الهلول، اسماعيل (٢٠٠٨). الآثار النفسية والاجتماعية والقيمية الناتجة عن تأخير صرف رواتب معلمي الحكومة مقارنة بمعلمي الوكالة، **مجلة الجامعة الإسلامية**، العدد (٢)، ٧٨-٧٩.
- الهيجان، عبدالرحمن (١٤٢٤هـ). حول مشاكل المرور في العالم العربي، **مجلة الأمن والحياة**، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، العدد (٢٥٧).

- وزارة الداخلية (١٩٨٦). إرشادات المرور وأثرها في الحد من الحوادث ، الكويت ، إدارة البحوث والدراسات. <http://library.nauss.edu.sa>
- وزارة الداخلية السعودية (٢٠٠٦). *مجلة الأمن العام*، العدد (١٠)، ٥٠-٧٣.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Blanchard, E. B, & Hickling, E., J, (2003), *After the Crash: Assessment and Treatment of Motor Vehicle Accident Survivors*, 2^{ed}, Washington, DC: **American Psychological Association**.
- Butler, D, J, & Moffic, H, S, Turkal, N, W, (1999), Post-Traumatic Stress Reactions Following Motor Vehicle Accidents. *American Family Physician*, 60(2), 524-531.
- De Beukelaer, Robert, (2004), «The Good Humanitarians», in *Traffic Technology International*, Review, Surry, (UK), Feb/Mar, 32-33.
- Ekeberg, Q, and Hem E, (2001), Psychological Debriefing, Does it Never Work? *The British Journal of Psychiatry*, 178-183.
- Gabrielsen, Carl, Chr, (2008), «Global Traffic Safety» in NORDIC, *Road and Transport Research*, Review, No. 21 – Linkoping (SWEDEN), P.14.
- Gender and Road Traffic Injuries, (2002), *World Health Organization*, Department of Gender & Women Health, Gender & Health, January, Geneva, Switzerland.
- Gerson, M, (1998), The Relationship Between Hardiness, Coping Skills and Stress in Graduate Students, *UMI Published Doctoral Dissertation*, Adler School of Professional Psychology.
- “Global Road Safety Report”, (2004), New York, *World Health Organization*.
- Hauschildt, E, (2002)., Acute Stress Disorder Seen in Children, Parents After Traffic Injury. *Pediatrics Electronic Pages*.
- Hydon, (1986), *The Pleasures of Psychological Hardiness*. New York, New American Library.
- Keane, T, M, (2006), Exposure Therapy Helps PTSD Victims Overcome Trauma's Debilitating Effects. www.psychologymatters.org/keane.html retrieved on Dec.
- Keane, T. M, & Kaloupek, D. G., (1982), Imaginal Flooding in The Treatment of A Posttraumatic Stress Disorder, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 138-140.
- Keane, T, M, Fairbank, J, A, Caddell, J, M, & Zimering, R. T, (1989), Implosive (Flooding) Therapy Reduces Symptoms of PTSD in Vietnam Combat Veterans. *Behavioral Therapy*, 20, 245-260
- Kobasa S, C, (1979), Stressful Life Events , *Journal Personality and Social Psychology*. 37-111.
- Kobasa, S, C, Maddi, S.R, Paccetti, M.C & Zola,M.A, (1985), Effect Tiveness of Hardiness, Exercise and Social Support As Resources Against liness, *Journal of Psychosomatic Research*, No.29, 525-533.

- Kobasa, S, C, &, Puceetti, M, C, (1983), Personality and Social Resources in Stress-Resistance. *Journal of Personality Social Psychology*.45 P.P839-850.
- Lambert, V, A, Lambert, C, E & Yamse, H, (2003), Psychological Hardiness, Workplace and Related Stress Reduction Strategies, *Journal of Nursing and Heath Sciences*, No 5,181-184.
- Maddi, S, &, Kobasa, D, M, (1994), "Hardiness and Mental Health", *Journal of Personality Assessment*, Vol.63, No.2, pp 265-274.
- Maddi, S, R, (2004), Hardiness: An Operationalization of Existential Courage, *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3) 279-298.
- Mattson, N, T, &, Ivancevich, J, M, (1987), "**Controlling Work Stress Effective Human Resource and Management Strategies**", London, Bass Publishers.
- McNally, R, J, Bryant, R, A, and Ehlers, Anke, (2003), Does Early Psychological Intervention Promote Recovery From Posttraumatic Stress? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(2), 45-79.
- McNally, R, J, (2004), Psychological Debriefing Does Not Prevent, *Posttraumatic Stress Disorder*. Vol. XXI, Issue 4
- Shalev, A, Y, (2006), Treating Survivors in the Acute Aftermath of Traumatic Events. Retrieved on Dec. 5, www.traumacenter.org.
- Stallard, P, Velleman, R, and Baldwin, S, (1998), Prospective Study of Post-Traumatic Stress Disorder in Children Involved in Road Traffic Accidents. *British Medical Journal*, December 12; 317(7173): 1619–1623
- Taylor & Shaunna, L, (1995), "An Analysis of A Relaxation Stress Control Program in an Alternative Elementary School", *Dissertation Abstracts International*, Vol.35-50, p 1402.

The early interference efficacy of the road accidents to develop the attitude rigidity of injured children at Al Taif city.

dr.Mona Mohamed Ebraheem Habad Dr.Zaheda Jameel Nemr Abueishah
Taif University
Saudia Arabia

:This research aims at

- 1.Design Psychological guidance program for the victims car acciden who are (12-18) years, to increase the attitude rigidity level for them.
- 2.The incidence of the strategies which are used in the program.
- 3.Knowing the effectiveness between the sample psychological strength by their change of sex.

The research method:

The experimental curriculum will be used. As all the members of the sample are chosen from who had exposed to hard road accidents. The applied with its different activities on them conducting program will be for two months as two sessions a week.

The research Sample:

Consisted of (30) whose ages are ranging from (12-18) years old, who exposed to car accident.

To approach the data of the subject and assurance of assumptions and results truth we use the statistical Program SPSS.

The research Sample:

1. There are differences which have statistic sign between the average degrees of the experimental groups into the Psychological concreteness and the hole degree for it before and after applying the guidance program for the remote seismic terminal.
2. There weren't any differences with statistic sign for the concreteness dimensions (engagement – domineer – challenge – the hole degree for the psychological concreteness) return to the difference between the sex (male, female).
3. There weren't any differences with statistic sign between the average degrees of the experimental groups into the remotes is mic terminal and their degrees in the observation measure on the psychological concreteness.