



الصمود النفسي وعلاقته بالعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية

إعداد

أ/ نشأت عبد العدل ابراهيم علي

المدرس المساعد بقسم الصحة النفسية بكلية التربية بتفهننا الأشراف – دقهلية

أ.د/ بسيوني بسيوني السيد **د/ مدهت عبد الحسن حسن**

الفاقي

سليم

أستاذ الصحة النفسية المساعد بكلية

أستاذ الصحة النفسية بكلية

التربية بالقاهرة- جامعة الأزهر

التربية بالقاهرة- جامعة الأزهر

الصمود النفسي وعلاقته بالعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية

نشأت عبد العدل إبراهيم علي¹، بسيوني بسيوني السيد سليم، مدحت عبد المحسن حسن
الفقي.

قسم الصحة النفسية- كلية التربية- جامعة الأزهر.

¹ البريد الإلكتروني للباحث الرئيس: nashat.abdeladl@azhar.edu.eg

المستخلص:

يُعد الصمود النفسي أحد متغيرات علم النفس الإيجابي والذي يهدف إلى تحسين الصحة النفسية لدى الأفراد بشكل عام. كما أن كثرة المتطلبات التي تتضمنها المرحلة الجامعية وزيادة مستوى العصابية لدى بعض الطلاب نتيجة لانخفاض قدرتهم على التعامل مع تلك التحديات قد تؤدي إلى الإصابة بالمرض النفسي. وهدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية (منخفض/ متوسط/ مرتفع)، إضافةً إلى التعرف على الفروق في الصمود النفسي والعصابية لدى المشاركين في الدراسة وفقاً لمتغير النوع (ذكور/إناث). وبلغ عدد المشاركين في البحث 252 طالباً وطالبةً بواقع (172 ذكور، 80 إناث)، من طلاب جامعة الأزهر بالفرقة الأولى بكلتي التربية والدراسات الإنسانية بتفهننا الأشراف، ممن تراوحت أعمارهم ما بين (18 – 19 عاماً). واستخدم الباحث مقياس الصمود النفسي (إعداد الباحث الأول)، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (تعريب بدر محمد الأنصاري، 1997)، ومقياس الضغوط الحياتية (زينب محمود شقير، 2003). وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية، كما أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي وفقاً لمتغير النوع لصالح الذكور، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العصابية وفقاً لمتغير النوع في اتجاه الإناث. وتشير تلك النتائج إلى أهمية تصميم برامج إرشادية تستهدف تحسين الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة بشكل عام.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي، العصابية، الضغوط الحياتية، طلاب الجامعة.



Psychological Resilience in Relation to Neuroticism among University Students with Varying Levels of Life Stress

Nashat Abd Eladl Ibrahim Ali¹, Bassiouny Bassiouny El Sayed Selim, Medhat Abd El Mohsen Hassan El Fiky.

Mental Health Department, Faculty of Education, Al-Azhar University.

¹Corresponding author E-mail: nashat.abdeladl@azhar.edu.eg

ABSTRACT

Psychological resilience is one of the variables that belongs to positive psychology, which aims to improve the mental health of individuals. The university stage includes many challenges, which some students may be unable to adapt to, so their level of neuroticism increases, and then becomes vulnerable to mental illness. The aim of the current research is to identify the relationship between psychological resilience and neuroticism among university students with varying levels of life stress (low/medium/high), in addition to identifying the differences in psychological resilience and neuroticism among research participants according to their gender (male/female). The number of participants in the research was 252 (172 males, 80 females), from Al-Azhar University students in the first year in the Faculties of Education and Human Studies at Tafahna Al-Ashraf, whose ages ranged between (18-19 years). The researcher used the psychological resilience scale (prepared by the first researcher), the Big Five Factors of Personality Scale (translated by: Badr Muhammad Al-Ansari, 1997), and the life stress scale (Zainab Mahmoud Shukair, 2003). The results showed a negative and statistically significant relationship between psychological resilience and neuroticism among university students with varying levels of life stress, and there are statistically significant differences in psychological resilience according to gender in favor of males, while there are statistically significant differences in neuroticism according to gender in favor of female. These results indicate the importance of designing counseling programs aimed at improving the psychological resilience of university students in general.

Keywords: Psychological Resilience, Neuroticism, Life Stress, University Students.

مقدمة:

تعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل التعليمية في حياة الفرد، والتي يعتمد نجاحه في بناء مستقبله على قدرته على الاستفادة من الخبرات المتنوعة التي تزخر بها الحياة الجامعية؛ فالجامعة ليست مجرد بيئة تعليمية تهدف إلى إكساب الطلاب العلم والمعرفة وفقط، بل إنها من أهم بيئات التفاعل الاجتماعي والنفسي والتي تُتيح للطلاب الفرصة للاستفادة من الأنشطة المتنوعة والفرص الكثيرة التي تساعده على رسم معالم شخصيته وبناء مستقبله وتكوين ذاته وتزويدها بعوامل النجاح ووسائل مواجهة التحديات والصعوبات والاعتماد على الذات واتخاذ القرارات وتحمل نتائجها.

ويتعرض طلاب الجامعة بصفة خاصة لمستويات مرتفعة من الضغوط (Alkatheri et al., 2019, 2). ومن ثم، فقد تزايد اهتمام الباحثين بدراسة الضغوط لدى طلاب الجامعة، وربما يرجع ذلك لما للضغوط من تأثيرات سلبية على الأداء الأكاديمي والصحة العامة للطلاب. وتتمثل أهم مصادر الضغوط لدى طلاب الجامعة في الضغوط الأكاديمية المتعلقة بالامتحانات، والتغيرات في الأنشطة الاجتماعية، والتغيرات في عادات النوم والطعام والعطلات والفُسح (Geslani & Gaebelein, 2013, 1465).

كما يواجه طلاب الجامعة بصفة خاصة العديد من الضغوط التي ترتبط بالتوافق التربوي والاجتماعي والبيئي والنفسي داخل الجامعة والتي قد تؤثر على صحتهم النفسية والاجتماعية ونتائج التعلم. وقد يحدث ذلك نظراً لأن نظام التعليم الجامعي الجديد يختلف بشكل كبير عن التعليم الثانوي من حيث أساليب التدريس والمتطلبات الأكاديمية والعلاقات بين الطلاب أنفسهم (Yikealo, Tareke & Karvinen, 2018, 2). وقد يستطيع بعض الطلاب التغلب على تلك الضغوط والتعامل معها بشكل إيجابي والاستفادة منها، بينما قد يفشل آخرون في التأقلم والتعامل مع مثل تلك المواقف الضاغطة، فيصبحوا عرضة للعديد من المشكلات النفسية.

وتعتبر العصابية Neuroticism أحد أهم العوامل النفسية التي تؤثر سلباً على الصحة النفسية لطلاب الجامعة حيث تنتشر بينهم بنسبة أكبر من الفئات العمرية الأخرى (Chang et al., 2015, 208). كما تُعد بمثابة عامل مهيء لنمو وظهور العديد من الأمراض النفسية، وتزداد حدتها من خلال الضغوط اليومية الحقيقية أو الضغوط التي قد يتخيلها الفرد وليس لها أساس في الواقع. وذلك من خلال التأثير على الطريقة التي يتعامل بها الفرد مع الضغوط (Hutchinson & Williams, 2007, 1376).

ويُعد المستوى المرتفع من العصابية مؤشراً مهماً لحدوث الاضطرابات الوجدانية لدى الأفراد الذين لديهم استعداد للإصابة بالاضطرابات النفسية، كما يمكن التنبؤ بالاضطرابات الوجدانية من خلال العصابية بمجرد أن تتحدد شخصية الفرد، وعادةً ما يحدث ذلك عند بلوغه سن الرشد، فالعصابية ليست بمرض نفسي بحد ذاتها، ولكنها تشكل أرضاً خصبة لنموه وتطوره (Murray & O'Neill, 2019, 233).

ويستطيع بعض الأفراد مواجهة أحداث الحياة وتحدياتها والتأقلم معها مثل، وفاة أحد الأقارب، أو المرض المزمن، أو الإساءات والمضايقات، أو البطالة وغيرها، بينما يعجز البعض الآخر عن مواجهة ظروف أو أحداث أقل خطورة، فيستسلم للصراعات والإحباطات ومن ثم، يُصبح

عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية. ويُستخدم الصمود النفسي لوصف تلك الفروق في الشخصية بين الأفراد (Ercan, 2017, 84).

ويعتبر الصمود النفسي Psychological Resilience من بين أهم المداخل الإيجابية التي ترتبط بالعديد من نتائج الصحة النفسية، كما أنه عاملٌ مهمٌ لمساعدة الأفراد على التعافي من الضغوط والكوارث ومواجهة الشدائد بنجاح (Wang, Nan & Zhang, 2017, 186).

وقد تزايد الاهتمام بدراسة الصمود النفسي بوصفه أحد المتغيرات التي تنتهي إلى علم النفس الإيجابي التطبيقي، والذي يعكس قدرة الفرد على التوافق الإيجابي مع أحداث الحياة الصعبة مثل الضغوط والصدمات، كما يعتبر بمثابة عامل وقائي ضد كثير من مشكلات الصحة النفسية وسوء التوافق لدى الأفراد (Galante, et al., 2016; Jung, et al., 2016).

وفي ضوء ذلك يمكن القول، أنه بالرغم من أن المرحلة الجامعية تعتبر فترة مهمة في حياة الطلاب لاكتساب خبرات تمكّنهم من العيش في المجتمع الأكبر، إلا أنها تتسم بالعديد من التغيرات والتحديات التي قد تُشكل مصدر ضغط بالنسبة لبعض الطلاب. وقد يؤدي فشل الطالب في التعامل مع تلك الضغوط إلى أن يتسم سلوكه بالاندفاعية وضعف القدرة على التحكم في دوافعه، والثورة العارمة لأتفه الأسباب، وعدم الواقعية في التعامل مع المشكلات، والشعور بالحزن والإحباط، وعدم إدراك الحقائق بشكل موضوعي، ومشكلات التوافق الاجتماعي، والإحساس الدائم بعدم الرضا. وتندرج هذه المظاهر تحت سمة العصابية والتي قد تؤدي إلى الإصابة بالمرض النفسي خاصةً مع كثرة الضغوط التي تتضمنها تلك المرحلة. ومن ثم، فقد حاول الباحثون الاهتمام بالجوانب الإيجابية لدى طلاب الجامعة وفي مقدمتها الصمود النفسي وذلك بهدف تحديد قدرته على وقاية الطلاب من الوقوع في دائرة الأمراض النفسية، إذ أنه يعكس قدرة الطالب على التوافق الإيجابي مع أحداث الحياة الصعبة مثل الضغوط والصدمات والمشكلات الأسرية والمالية وغيرها.

مشكلة البحث:

يعد انتقال الطلاب من بيئة التعليم الثانوي إلى بيئة التعليم الجامعي أمرًا مرهقًا بالنسبة لبعض منهم حيث يمكن أن يسبب ذلك لهم صدمة نفسية وأكاديمية واجتماعية. وقد يرجع ذلك إلى اختلاف طريقة التدريس، وطبيعة العلاقات مع الزملاء وأعضاء هيئة التدريس، والمتطلبات الأكاديمية والاقتصادية، إضافةً إلى الخوف من المستقبل الغامض، والمشاكل الاجتماعية. وتستلزم تلك الصعوبات تغييراً في استراتيجيات المواجهة من جانب هؤلاء الطلاب للتغلب على مصادر تلك الضغوط والاستفادة من الموارد والمعلومات والخبرات التي تقدمها الحياة الجامعية.

وإذا ما فشل الطلاب في التعامل مع مثل هذه المطالب والتحديات، فقد يصبحون عرضةً للعديد من المشاكل النفسية ومشكلات التوافق والتي قد تؤثر بالفعل على أداءهم الأكاديمي وربما الانقطاع عن الكلية. وتعتبر العصابية من بين أهم العوامل التي قد تُشكل خطراً على الصحة النفسية لبعض الطلاب وبخاصةً في ظل كثرة الضغوط التي قد يتعرض لها الطالب الجامعي. ويؤكد ذلك ما أشار إليه شانج وزملاؤه، حيث أشاروا إلى أن عامل العصابية ينتشر بين طلاب

الجامعة بنسبة أكبر من الفئات العمرية الأخرى (Chang et al., 2015, 208). ومن ثم، فقد تزايد الاهتمام بدراسة بعض المتغيرات الإيجابية التي من الممكن أن تساعد الطلاب في التغلب على الضغوط والإحباطات التي تتضمنها المرحلة الجامعية. ويعتبر الصمود النفسي من بين المتغيرات التي تنتمي إلى علم النفس الإيجابي والذي يهدف إلى تحسين الصحة النفسية لدى الأفراد بشكل عام.

ويسعى البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين الصمود النفسي -بوصفه أحد المتغيرات التي تنتمي إلى علم النفس الإيجابي- والعصابية في محاولة للوصول إلى فهم أفضل لطبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين، إضافةً إلى الاستفادة من نتائج البحث الحالي لتكون بمثابة إطار نظريٍّ ومبررٍ للقيام بدراسات تدخلية تستهدف تحسين الصمود النفسي وخفض العصابية لدى طلاب الجامعة. وفي ضوء ما سبق، يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في التساؤل الرئيس التالي: ما العلاقة بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية؟

ومن ثم، تتحدد مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

- ما العلاقة بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية؟

- ما الفروق في الصمود النفسي والعصابية بين طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث)؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية، إضافةً إلى التعرف على الفروق في الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

أهمية البحث:

أولاً: تكمن الأهمية النظرية لهذا البحث فيما يلي:

-يقدم البحث إطاراً نظرياً يمكن أن يُسهم في إثراء أدبيات البحث النفسي والتربوي فيما يتعلق بأحد متغيرات علم النفس الإيجابي وهو الصمود النفسي والذي يعمل على خفض الإحساس بالضغوط وتحصين الأفراد ضد الكثير من مشكلات الصحة النفسية.

-إلقاء الضوء على متغير العصابية لدى طلاب الجامعة والذي قد يؤدي إلى الإصابة بالمرض النفسي في ظل كثرة التغيرات التي تواجه بعض الطلاب.

-أهمية المرحلة التي يتناولها البحث الحالي وهي المرحلة الجامعية والتي يتعرض خلالها الطالب للعديد من الصعوبات والتحديات مما يُشكل ضغوطاً بالنسبة له، وقد ينشأ عن عدم مواجهتها والتعامل معها بشكل إيجابي انخفاض مستوى الأداء الأكاديمي إضافةً إلى مشكلات سوء التوافق والصحة النفسية.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

-قد تفيد نتائج هذا البحث القائمين على رعاية الشباب بمعلومات حول الصمود النفسي وأهميته في مواجهة الصعاب والتحديات التي تتضمنها طبيعة المرحلة.

-قد تفيد نتائج هذا البحث في تصميم برامج لتحسين الصمود وخفض بعض المشكلات النفسية.

مفاهيم البحث الإجرائية

أولاً: المفهوم الإجرائي للصمود النفسي هو عملية دينامية تتضمن قدرة الفرد على مواجهة المواقف الصعبة والتمسك بتحقيق أهدافه، وذلك من خلال رؤية الجانب الإيجابي للموقف، والتكيف مع المواقف غير المألوفة وتكوين علاقات داعمة مع الآخرين.

ثانياً: المفهوم الإجرائي للعصابية هي أحد أبعاد الشخصية والذي يشتمل على مجموعة من السمات الفرعية التي تُركز على ضعف القدرة على التوافق مثل القلق والاكتئاب وانخفاض القدرة على السيطرة على الدوافع وضعف القدرة على تحمل الإحباطات وسرعة الانفعال والتهيج، وتقلب المزاج، والتوتر (McCrae & Costa Jr 1992, 234).

ثالثاً: المفهوم الإجرائي للضغوط الحياتية مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة والتي يتعرض لها الفرد في حياته وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسولوجية تؤثر على جوانب الشخصية (زينب محمود شقير، 2003، 4).

حدود البحث

-الحدود البشرية: تمثلت في طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية بنين شعبة التربية الخاصة، وكلية الدراسات الإنسانية بنات شعبة التاريخ ممن تراوحت أعمارهم ما بين (18 – 19 عاماً).

-الحدود الزمانية: أُجري البحث في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (2020-2021).

-الحدود المكانية: تم تطبيق البحث بكلية التربية بنين والدراسات الإنسانية بنات بتفهننا الأشراف جامعة الأزهر.

العرض النظري والبحوث السابقة:

أولاً: الضغوط الحياتية:

تعرض الإنسان للضغوط منذ وجوده على الأرض؛ فقد عرف أول جريمة قتل عندما قتل أحد ابني آدم أخاه، وما تعرض له القاتل بعد ذلك من إحساس بالندم والذنب. وواجه الإنسان الأول ظروف الطبيعة دون أسلحة كافية، فكان عُرضةً للجوع والمرض والتشرد، ثم كان فريسةً للصراع والظلم والاضطهاد، وظل يكابد هذه المشقات قرونًا وقرونًا (جمعه سيد يوسف، 2007، 6، 7).

وأصبح مفهوم الضغوط من المفاهيم واسعة الانتشار في المجتمع الحديث، حيث تزايد الاهتمام بدراسته بشكلٍ ملحوظ في العقود الماضية، وربما يرجع ذلك إلى تزايد الاهتمام بصحة

ورفاهية العاملين والأفراد، وتزايد الوعي بالأثار السلبية المحتملة للضغوط على اقتصاد المؤسسات بسبب ضعف أداء الأفراد أو ربما تغييمهم عن العمل، إضافةً إلى أن هناك التزامات قانونية على أصحاب العمل والمؤسسات لتحمل مسؤولية صحة ورفاهية العاملين (Robotham & Julian, 2006, 107).

ويعتبر الضغط بمثابة آلية فسيولوجية طبيعية تحمي من الخطر؛ فعندما يتعرض الإنسان لموقف ضاغط، يقوم الجسد باتخاذ إجراءات سريعة عن طريق إفراز الهرمونات في الدم والتي تزيد من اليقظة والتركيز. ومع ذلك، إذا لم يتخلص الفرد من الموقف الضاغط ومصدر التوتر، فيمكن أن تستمر هرمونات التوتر في الجسم ولا يستطيع التخلص منها فيصاب بالعديد من الأمراض. فعلى سبيل المثال، أشارت دراسة أنبومالار وزملائه (2017) إلى أن التعرض المستمر للضغوط دون التخلص منها يؤدي إلى الإصابة بالعديد من الأمراض الجسدية والنفسية، مثل السمنة واضطرابات الجهاز الهضمي واضطرابات القلب والأوعية الدموية واضطرابات الجلد ونوبات القلق والاكتئاب (Anbumalar, et al., 2017, 3).

وتمس الضغوط الحياتية -باعتبارها جزءًا من الحياة لا مفر منه- مجموعة واسعة من الأفراد دون اعتبار لغتهم أو جنسهم أو حالتهم التعليمية أو الاجتماعية أو الاقتصادية. وعلى الرغم من هذه الحقيقة، فإن الضغوط تنتشر بين طلاب الجامعات بشكل كبير (Marthoenis, Meutia, & Sofyan, 2018, 337).

وتتسم المرحلة الجامعية بوجود العديد من الضغوط ومن أمثلة ذلك: صعوبة التوافق مع الحياة الجامعية، وكثرة المواد المراد تعلمها، والاختبارات الأكاديمية، وإدارة الوقت، والتطلع للحصول على درجات جيدة، والعلاقات الشخصية، والمشكلات الاجتماعية، والتخطيط المستقبلي، والتطلع الوظيفي، ومحاولة العيش بشكل مستقل عن الوالدين (Beiter, et al., 2015, 90). إضافةً إلى الانفصال الاجتماعي عن الأسرة وأصدقاء الدراسة في المراحل السابقة، والتغيرات الحياتية، والضغوط أثناء الامتحانات، والأعباء المالية، وبعض الأحداث المؤلمة المتوقعة مثل الأمراض التي تهدد الحياة. علاوة على ذلك، فإن هذه المواقف الضاغطة لا تؤثر بشكل جوهري على الأنشطة العادية اليومية للطلاب فحسب، بل يمتد تأثيرها السلبي ليشمل انخفاض الإنجاز الأكاديمي والتسرب من الكلية في بعض الأحيان (Williams, et al., 2015, 4,5).

وقد تم تعريف الضغوط الحياتية من قبل Taylor (2010, 8507) بأنها خبرة انفعالية سلبية مصحوبة بتغيرات كيميائية حيوية وفسولوجية ومعرفية وسلوكية يمكن التنبؤ بها والتي يتم توجيهها إما نحو تغيير الحدث الضاغط أو التكيف مع آثاره. بينما أشارت كل من أمال صالح بن غشير و فتحية بلعيد الأطرش وسالمه أحمد (2017, 211) إلى أنها الحالة التي يعاينها الفرد نتيجة وقوعه في موقف لا يستطيع أن يجابهه أو يفوق قدرته في التكيف معه.

وتتنوع مصادر الضغوط الحياتية لدى طلاب الجامعة، حيث أشارت دراسة (أنور حمودة البناء، 2008، 617) إلى أن أبرز مصادر الضغوط في حياة الطالب الجامعي تتمثل على الترتيب فيما يلي: المشكلات الانفعالية، والأكاديمية، والشخصية، والصحية، والاقتصادية، والأسرية، والاجتماعية. بينما أشارت دراسة (Bhargava & Trivedi, 2018, 110) إلى أن الجانب الأكاديمي يعد المصدر الأول للضغوط بين طلاب الجامعة نتيجةً للكثير من المهام التي تُلقى على عاتقهم، إضافةً إلى ذلك، فإن الجانب الاقتصادي والصعوبات التي تواجه الشباب في تكوين

صداقات أو معارف ونقص القدرة على إدارة الوقت قد تُشكل مصدراً للضغط بالنسبة لهم. بينما أشارت دراسة (صلاح الدين محمد أبو ناهية، 2016، 124) إلى أن الخوف من المستقبل يؤدي دوراً مهماً في إحساس الطالب الجامعي بالضغط، حيث يشعر الطالب بأنه لا مستقبل له في بلده، كما أنه دائم التفكير في كيفية مواجهة هذا المستقبل، ويشعر بالخوف من أن ما يتعلمه في الجامعة لا يحقق أهدافه المستقبلية، وأن شهادته الجامعية لن توفر له فرصة عمل.

وقد تعددت أدوات تقييم الضغوط الحياتية لدى طلاب الجامعة حيث استخدمت بعض الدراسات مقياس كوهن وزملائه للضغط المدرك والذي يتكون من عشر عبارات وذلك مثل دراسة (Hou et al., 2017; Hong et al., 2018)، بينما استخدم تامر شوقي إبراهيم (2014) مقياس أحداث الحياة الضاغطة لتقييم الضغوط الحياتية والذي يتألف من ستة أبعاد هي: الضغوط الأكاديمية، والأسرية، والاقتصادية، ووقت الفراغ، والنفسية، والصحية، بينما استخدم Thurston, et al., (2018) مقياس روبرتي وزملائه للضغوط النفسية والذي يتكون من عشرة عبارات، كما أعدت زينب محمود شقير (2003) مقياس الضغوط الحياتية لدى طلاب الجامعة والذي اعتمد عليه الباحث في إجراء هذا البحث نظراً لأنه يشتمل على مجموعة من الأبعاد التي تغطي معظم مصادر الضغوط التي قد يتعرض لها الطالب الجامعي، ويتألف هذا المقياس من سبعة أبعاد هي: الضغوط الأسرية، والأكاديمية، والاقتصادية، والاجتماعية، والانفعالية، والشخصية، والصحية.

وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى أن طلاب الجامعة عرضة للعديد من الضغوط الحياتية وبخاصة الضغوط الأكاديمية، والاقتصادية، والأسرية، والنفسية، كما أن الضغوط الحياتية المستمرة تؤثر سلباً على صحة الفرد مثل دراسة (تامر شوقي، 2014)، ودراسة (Smith & Yang, 2017)، ودراسة (Kelifa, et al., 2020).

ويتضح مما سبق، أن طلاب الجامعة يمثلون أحد الشرائح المهمة في المجتمع، والتي قد تتعرض للعديد من الصعوبات والتحديات في جميع جوانب الحياة وخاصةً الجانب الأكاديمي، والذي يعتبر أحد أهم مصادر الضغوط لدى طلاب الجامعة وذلك بسبب اختلاف أدوات وطرق التقييم والشرح، إضافةً إلى المصادر الأخرى للضغوط كالجانب الاقتصادي والاجتماعي وغيرها، وقد تُشكل كل تلك التغيرات تحدياً وصعوبةً بالنسبة لبعض الطلاب مما يُعيق تكيفهم مع الحياة الجامعية، كما يؤثر سلباً على تحصيلهم الأكاديمي، كما أن عدم تخلص الطالب من التأثير السلبي لتلك الضغوط قد يؤثر سلباً على الصحة النفسية بالنسبة له.

ثانياً: الصمود النفسي:

ظل الاهتمام بالجوانب السلبية للشخصية هو الاتجاه السائد خلال عقود طويلة، إلى أن لاحظ علماء النفس والصحة النفسية عند دراستهم لأحداث الحياة الضاغطة أنها لا تؤدي بالضرورة إلى العزلة والاكتئاب، بل إن بعض تلك الأحداث والضغوط قد تؤدي إلى نتائج إيجابية، حيث يسعى بعض الأفراد الذين يعانون من هذه الضغوط إلى استخدام أساليب مواجهة مثل، التوكيد الإيجابي للذات، والتكيف مع الضغوط الحياتية والتعايش معها، واللجوء لطلب المساندة والدعم (محمد عبد الظاهر الطيب و سيد أحمد البهاص، 2009، 35). وفي العقود الأخيرة، كان

هناك تحولٌ في أبحاث الصحة النفسية من التركيز على جوانب الضعف في الشخصية إلى تعزيز وتحسين الجوانب الإيجابية مثل الصمود النفسي (Windle, 2010, 1).

ويُعتبر الصمود النفسي من المجالات الرئيسية للبحوث في ميدان علم النفس الإيجابي التطبيقي، وترجع بداية ظهور هذا المفهوم في مجال الصحة النفسية إلى الدراسات التي أجريت في أوائل السبعينات والتي تناولت انقسام الشخصية لدى الأطفال والكبار. وتعتبر Emmy Werner واحدة من الرواد الأوائل في صياغة هذا المفهوم وذلك من خلال دراسة اهتمت بالتوافق السوي لدى مجموعة من الأطفال الذين نشأوا في ظروف اجتماعية واقتصادية منخفضة كما أن آباءهم يعانون من مشكلات نفسية. وقد أثار انتباه Werner أن (1) من كل (3) من الأطفال لم يُعاني من أي مشكلات توافقية كما أنه قد نَمى بشكلٍ طبيعي وإيجابي على الرغم من الضغوط الشديدة والصعاب التي واجهها (Fikretoglu & McCreary, 2012, 8,9).

وهذا، يمكن القول أن مفهوم الصمود النفسي قد ظهر من خلال محاولات للتعرف على الخصائص التي تتوفر لدى الأفراد الذين تمكنوا من البقاء بالرغم من تعرضهم لمواقف ذات خطورة عالية. وقد مر تطور هذا المفهوم بثلاث موجات؛ فقد ظهرت الموجة الأولى في محاولة للتعرف على الخصائص التي تتوفر لدى الأفراد الذين تمكنوا من التأقلم مع عوامل الخطر في مقابل هؤلاء الذين استسلموا للسلوكيات غير البناءة؟ واهتمت الأبحاث بتقديم قائمة بصفات الأفراد الصامدين والتي تساعدهم على التأقلم مع مواقف الخطر، ومن ثم، فقد قدم الباحثون قائمة لمجموعة من الخصائص للأفراد الصامدين. وحاولت أبحاث الموجة الثانية التعرف على العملية التي يكتسب من خلالها الأفراد صفات الصمود المحددة. وقد أدت الموجة الثالثة من التساؤلات إلى ظهور مفهوم الصمود بشكلٍ كبير، حيث أصبح من الواضح ضرورة وجود قوى دافعية لدى الفرد تساعده في عملية إعادة التكامل ومواجهة الشدائد (Richardson, 2002, 308, 309).

وقد تعددت التعريفات التي تناولت الصمود النفسي؛ حيث ذكرت الجمعية الأمريكية لعلم النفس أن الصمود النفسي يشير إلى التوافق الجيد في مواجهة الصعاب أو المصادر التي تُشكل ضغوطاً على الفرد مثل المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين، والمشكلات الصحية الخطيرة، أو الضغوط المالية، أو ضغوط العمل. فهو يُعني التعافي من التأثيرات السلبية الناجمة عن مثل هذه الضغوط والمشكلات (American Psychological Association, 2014). بينما يرى دانتزر وزملاؤه (2018) أن الصمود هو العملية التي تسمح للأفراد بالتكيف مع الظروف والتحديات الشديدة والصعبة، والتعافي منها. وتتضمن هذه العملية سمات فردية مثل الضبط الشخصي، والانفعالات الإيجابية، والتفاوض، والدعم الاجتماعي (Dantzer, Cohen, Russo & Dinan, 2018, 28).

وبالنسبة لأبعاد الصمود النفسي، فقد أشارت دراسة عامليه لكونور وديفيدسون (Connor & Davidson, 2003, 80) إلى خمسة مكونات للصمود النفسي والتي تتمثل في: الكفاءة الشخصية، والثقة بالذات، والتقبل الإيجابي للتغير، وال ضبط، والتأثيرات الدينية والروحية. كما توصل كل من جوكر وفريبروج وجيمدال (Jowkar, Friberg & Hjemdal, 2010, 420) من خلال دراسة عامليه إلى خمسة أبعاد للصمود النفسي، وهي: التماسك الأسري، ومصادر الدعم والمساندة الاجتماعية، والكفاءة الاجتماعية، والكفاءة الشخصية، والنمط التنظيمي. كما أشار هيرانو (Hirano, 2011, 106) من خلال دراسة عامليه على مجموعة من طلاب الجامعة- إلى أن

أبعاد الصمود النفسي تتضمن التفاؤل، والتحكم، والقدرة على الاندماج الاجتماعي، وإحساس الفرد بالنشاط والحيوية، وحل المشكلات، وفهم الذات والآخرين.

وقد تنوعت الأدوات التي تم تصميمها لتقييم الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة؛ فقد استخدمت بعض الدراسات مقياس كونور وديفيدسون للصمود النفسي، وذلك مثل دراسة (Lü, et al., 2014)، ودراسة (Sarubin et al., 2015)، ودراسة (Froutan, et al., 2018). بينما استُخدم مقياس فريبورج للصمود النفسي في دراسة (Ercan, 2017)، ودراسة (McDonnell & Semkovska, 2020). في حين استُخدم مقياس سميث -أحادي البعد- للصمود النفسي في دراسة (limura & Taku, 2018)، ودراسة (Wei, 2019). إلا أن هذه المقاييس قد أعدت في صورة تقرير ذاتي، ولذا فقد قام الباحث الحالي بإعداد مقياس للصمود النفسي في صورة مواقف حياتية.

وقد أشارت مجموعة كبيرة من الدراسات إلى أهمية الدور الذي من الممكن أن يؤديه الصمود النفسي في التعامل مع المصادر الحتمية للضغوط والأحداث الحياتية لدى طلاب الجامعة، (Smith & Yang, 2017; Hong, et al., 2018; Thurston, et al., 2018). وذلك من خلال ارتباطه إيجابياً بمجموعة من النتائج الإيجابية مثل الرضا عن الحياة (Prayag et al., 2020)، ونمو ما بعد الصدمة (Brooks et al., 2020)، وجود الحياة (Miljević-Ridički & Brđanović, 2021)، وارتباطه سلبياً بالاكتئاب والقلق وأعراض الجسدية مثل دراسة (Ran et al., 2020).

وقد تعددت الأطر النظرية التي تناولت الصمود النفسي؛ فقد أكد جيرمزي (Garmezzy, 1984) على أهمية الدور الذي تؤديه البيئة المحيطة بالفرد -سواء الداخلية أو الخارجية- في عملية الصمود لدى الأفراد؛ حيث تتضافر العوامل داخل الفرد وعوامل المساندة والدعم سواء داخل الأسرة أو خارجها في ظهور الصمود لدى الأفراد. بينما قدم ريتشاردسون (Richardson, 2002, 311) نظرية الصمود، والتي يدور الافتراض الأساسي لها حول فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي؛ فيرى أن الفرد يتعرض بشكل مستمر للأحداث الصعبة والضغوط الحياتية والتي هي جزء من طبيعة الحياة التي يعيشها الفرد، ومن الطبيعي أن يتأثر الاتزان الداخلي للفرد بتلك الضغوط، ويحاول الفرد أن يتعامل مع تلك الضغوط ويتأقلم معها، وتتأثر عملية التأقلم هذه بصفات الصمود لديه ومحاولته استعادة توازنه مرةً أخرى، فقد تؤدي تلك الضغوط -من خلال صفات الصمود لدى الفرد- إلى تعلم الفرد مهارات جديدة وتنمية المعرفة والوعي لديه، وقد يتجاوز الفرد الموقف الضاغظ بنجاح دون أن يتعلم شيئاً، وقد يتجاوز الموقف الصعب مع تعرضه لخسائر مثل انخفاض مستوى أدائه بعد تجاوزه للحدث الضاغظ، وقد يحاول الفرد أن يستعيد توازنه من خلال وسائل غير توافيقية مثل تعاطي وإدمان الكحول في محاولة للنسيان وتجاوز الموقف.

ويمكن القول، أن الصمود النفسي هو أحد المفاهيم الأساسية التي تنتهي إلى علم النفس الإيجابي والذي يهدف إلى تحسين الصحة النفسية للأفراد وتحصينهم ضد الضغوط والتوترات التي أصبحت سمة من سمات العصر الحالي. ويتضمن الصمود وجود مواقف وأحداث سلبية وصعاب يستطيع الفرد التغلب عليها والاستفادة منها والتوافق الإيجابي معها والعودة إلى حالة من التوازن ومواصلة العيش وتحقيق نتائج إيجابية بعد المرور بالشدائد، فالصمود يتضح من خلال التحديات وليس في غيابها، كما يمكن للفرد أن يصبح أقوى من ذي قبل. كما يتضح أن

للصمود النفسي أهمية كبرى في حماية وتحصين الأفراد من التأثيرات السلبية الناشئة عن كثرة الضغوط والتوتر.

ثالثاً: العصبية:

تعتبر العصبية أحد العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وهو متغير ثنائي القطب يتراوح ما بين عدم الاستقرار الانفعالي (الذي يشمل صفات مثل التوتر العصبي، والكآبة، وتقلب المزاج، وسرعة التهيج) والثبات الانفعالي في الطرف الآخر (Colman, 2009, 505). وتختلف العصبية عن العصاب Neurosis أو الاضطراب النفسي؛ حيث تشير إلى الاستعداد للإصابة بالعصاب، ولا يحدث العصاب الحقيقي إلا إذا توفرت درجة مرتفعة من العصبية والضغوط الشديدة نتيجة لحوادث وخبرات غير سارة كخسارة مالية، أو اضطراب البيئة الداخلية كالإصابة بمرض مزمن، ولذا فإن العصاب = العصبية × ضغوط البيئة الداخلية والخارجية (أحمد محمد عبد الخالق، 2000، 25).

وقدم أيزنك أيضاً - باستخدام التحليل العاملي - ثلاثة أبعاد ثنائية القطب للشخصية وهي الانبساط، والعصبية، والذهانية. ويشير إلى أن بُعدي الانبساط والعصبية موجودان في العديد من الدراسات الوصفية التي تستخدم عادةً التحليل العاملي كأداة إحصائية، كما أن بُعد الذهانية موجود بشكل متكرر أيضاً في الدراسات التحليلية للشخصية. ويؤكد أيزنك على أن هذه ليست الأبعاد الوحيدة الكبرى للشخصية، ولكن هذه هي الأبعاد التي تكررت بشكل واسع في دراسات كثيرة للعلاقات المتبادلة بين السمات على مختلف المجموعات البشرية، كما أن هذه الأبعاد لم تظهر نتيجةً للدراسات التي تناولت مجموعات ناطقة بالإنجليزية فحسب، ولكن أيضاً من خلال دراسات تمت على ثقافات مختلفة بما فيها اليابان، والنيجر، والهند، والمجر، واليونان، ويوغوسلافيا، والعديد من الثقافات والجنسيات الأخرى (Eysenck, 1983, 15).

وذكر أحمد محمد عبد الخالق (2016، 195) أن العصبية بُعد أساسي في الشخصية يُشير إلى الاستعداد للإصابة بالاضطراب النفسي أي: العصاب Neurosis، وحتى يظهر العُصاب الفعلي إلى حيز الواقع فلا بد أن يتوافر - إلى جانب الدرجة المرتفعة من العصبية - قدر مرتفع من الضغوط البيئية الخارجية أو الداخلية. ويُشير (Slavish et al. (2018, 217 إلى أن العصبية سمة شخصية تتميز بميل الفرد لإدراك البيئة من حوله كمصدر للتهديد وبصعب التعامل معها.

ويُعد المستوى المرتفع من العصبية مؤشراً مهماً لحدوث الاضطرابات الوجدانية لدى الأفراد الذين لديهم استعداد للمشكلات والاضطرابات النفسية التي تتفاوت مستوياتها من الإحساس بالتعاسة، وانخفاض الرضا عن الحياة إلى القلق المرضي والاكتئاب، كما أنه يمكن التنبؤ بالاضطرابات الوجدانية من خلال العصبية بمجرد أن تتحدد شخصية الفرد وعادةً ما يحدث ذلك عند بلوغه سن الرشد، فالعصبية ليست بمرض نفسي يحد ذاتها ولكنها تشكل أرضاً خصبة لنموه وتطوره (Murray & O'Neill, 2019, 233). كما تؤثر العصبية سلباً على مجالات مختلفة من الحياة والتي تشمل: جودة الحياة (Gao, Xiang, Zhang, Zhang & Mei, 2017)، الرضا الوظيفي (Tavousi, 2015)، الرضا الزوجي (Javanmard & Garegozlo, 2013) السعادة النفسية (Ionescu, 2017).

وترتبط العصبية بالعديد من المشكلات النفسية والجسدية، كما يمكنها التنبؤ بالاكتناب (Van Eeden, et al., 2019)، والتفكير في الانتحار (Duan, et al., 2019)، وعدم الشعور باللذة والقلق (Liao, 2019)، والتنمر الإلكتروني (Wang, et al., 2019)، واضطرابات النوم واجترارية الأفكار والانفعالات السلبية (Slavish, et al., 2018)، وشكاوى جسدية (Frølund, et al., 2016)، واضطرابات الأكل (Yan, Yunus & Mahmud, 2019)، والاندفاعية (Lee-Winn, Townsend, Reinblatt & Mendelson, 2016).

وقد تعددت أدوات تقييم العصبية، إلا أن أكثر هذه الأدوات استخداماً هي قائمة كوستا وماكري للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية –بُعد العصبية- حيث استُخدمت في العديد من الدراسات مثل (Lü, et al., 2014)، ودراسة (Sarubin et al., 2015)، ودراسة (Froutan, et al., 2018)، ودراسة (Iimura & Taku, 2018)، ودراسة (Motorga, 2019)، ودراسة (Tamannaieifar & Shahmirzaei, 2019)، ودراسة (Wei, 2019)، ودراسة (McDonnell & Semkovska, 2020). ويمكن القول، أن هذه القائمة هي أكثر الأدوات استخداماً في العديد من الدراسات والبحوث سواء الأجنبية أو العربية والتي اهتمت بدراسة سمات الشخصية، ولذا فقد استخدمها الباحث الحالي لتقييم العصبية لدى طلاب جامعة الجامعة.

وتشير مجموعة من الدراسات إلى أن العصبية تنتشر بدرجة كبيرة في المجتمع وبخاصةً لدى طلاب الجامعات نتيجةً للضغوط والمسؤوليات وتعدُّ المهام مثل دراسة (Liu, et al., 2012)، ودراسة (Ercan, 2017). كما أظهرت نتائج الأبحاث أن العصبية تُمثل عامل خطر على الصحة النفسية للفرد، وذلك من خلال زيادة الانفعالات السلبية والتي تؤثر بدورها سلباً على الرضا عن الحياة مثل دراسة (Liu, et al., 2012)، ودراسة (Motorga, 2019).

وفيما يلي عرض لفروض الدراسة:

-توجد علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والعصبية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي بين متوسطات درجات طلاب الجامعة ذوي الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العصبية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة ذوي الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

إجراءات البحث:

-منهج البحث: يعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي للتعرف على العلاقة بين متغيرات الصمود النفسي والعصبية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية، وكذا معرفة الفروق بين المشاركين في البحث وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث).

-المشاركون: بلغ عدد المشاركين في البحث الحالي (252) طالباً وطالبةً بواقع (172) ذكور، 80 إناث)، من طلاب جامعة الأزهر بالفرقة الأولى بكلية التربية بنين بتفهننا الأشراف شعبة التربية الخاصة، وكلية الدراسات الإنسانية بنات بتفهننا الأشراف شعبة التاريخ، ممن تراوحت أعمارهم ما

بين (18 – 19 عاماً)، بمتوسط أعمار (17.84)، وانحراف معياري (0.452). وقد تم اختيار طلاب الفرقة الأولى في الجامعة نظراً لمواجهتهم كثير من الضغوط والمشكلات في بداية حياتهم الجامعية؛ حيث أشارت العديد من الدراسات إلى أن طلاب الفرقة الأولى بالكلية يواجهون العديد من التحديات والتغيرات والتي تمثل ضغوط بالنسبة لهم (Wang, et al., 2017; Clarkson, et al., 2018; Herrero, et al., 2019; Onan, et al., 2019).

-أدوات البحث: اعتمد البحث في تطبيقه للبحث الحالي على الأدوات التالية:

-مقياس الصمود النفسي (إعداد الباحث الأول):

تم تطبيق المقياس على مجموعة التحقق من الخصائص السيكومترية، والتي بلغ عدد أفرادها (182) مشاركاً من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية بتفهننا الأشراف، وروعي في اختيارها أن يتوافر فيها معظم خصائص المشاركين في البحث الأساسي. وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس عن طريق ما يلي:

(أ) صدق المحكمين: عُرضت الصورة الأولى للمقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس التعليمي للتعرف على مدى مناسبة المواقف للمشاركين في البحث، وكذا مدى انتماء المواقف لكل بعد من أبعاد المقياس. وبناء على آراء المحكمين، تم إجراء بعض التعديلات على المواقف للتوصل إلى الصورة النهائية للمقياس.

(ب) صدق التحليل العاملي: اتبع الباحث الخطوات التالية لحساب التحليل العاملي لدرجات مقياس الصمود النفسي:

-إعداد مصفوفة الارتباطات لمفردات الاختيار 40×40 على العينة الاستطلاعية (ن=182).

-حساب مدى كفاية حجم العينة لإجراء التحليل العاملي باستخدام اختبار Kmo Test حيث بلغت قيمة إحصائي اختبار Kmo في تحليل هذا المقياس (0.777)، أي أكبر من الحد الأدنى الذي اشترطه Kaiser وبالتالي فإنه يمكن الحكم بكفاية حجم العينة لإجراء هذا التحليل.

-إجراء التحليل العاملي بطريقة تحليل المكونات الرئيسية لهوتلينج للحصول على العوامل المكونة للمقياس بجذر كامن لهذه العوامل أكبر من الواحد الصحيح.

-تم التوصل إلى أربعة عوامل، وكانت قيم الجذر الكامن للعوامل على التوالي هي: 3.403، 3.261، 3.158، 3.149.

-ولإعطاء معنى نفسي لهذه العوامل الناتجة في كل بعد، تم عمل التدوير المتعامد للعوامل على الحاسوب بطريقة فارماكس لكايزر (Kaiser)، واتبع الباحث محك كايزر Kaiser لاختيار تشبعات الفقرات بالعوامل، والذي يعتبر التشبعات التي تصل إلى 0.3 أو أكثر تشبعات دالة. وقد أشارت نتيجة التحليل العاملي بعد التدوير إلى وجود أربعة عوامل كما هو موضح بالجدول (1):

جدول (1)

العوامل المستخرجة وتشبعاتها بعد التدوير المتعامد لمصفوفة مواقف مقياس الصمود النفسي

المفردة	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	المفردة	الأول	الثاني	الثالث	الرابع
1	0.414			21	0.417				
2			0.363	22					
3				23	0.473				
4		0.621		24		0.483			
5		0.433		25			0.657		
6		0.346		26				0.523	
7		0.461		27					0.535
8		0.659		28				0.411	
9		0.350		29					0.343
10		0.385		30					0.554
11				31				0.573	
12				32				0.446	
13				33				0.464	
14		0.429		34				0.356	
15		0.574		35				0.400	
16				36				0.475	
17		0.412		37				0.476	
18		0.576		38				0.497	
19		0.328		39				0.524	
20	0.338			40					0.498
		الجذر الكامن		الجذر الكامن					
		التباين		التباين					
		%		%					
		7.872		7.895		8.152		8.508	

ويوضح الجدول (1) المواقف التي تشبعت على كل عامل من العوامل الأربعة والتي تُمثل في مجملها الصمود النفسي، حيث تشبع العامل الأول بالمواقف رقم (1، 20، 21، 23، 26، 31،

32، 33، 34، 36، 38) وبلغ عددها (11)، وقد كان الجذر الكامن (3.403)، بنسبة تباين (8.508%) وتدور معظم مواقف هذا العامل حول فكرة محاولة الطلاب التكيف مع المواقف غير المألوفة، وتقبل الرأي الآخر وتغيير نمط التفكير حسب طبيعة الموقف، ولذا فقد تم تسمية هذا العامل (المرونة). وقد تشبع العامل الثاني بالمواقف رقم (4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 14، 15، 24) وبلغ عددها (10)، وقد كان الجذر الكامن (3.261)، بنسبة تباين (8.152%)، وتكشف معظم مواقف هذا البعد عن اعتقاد الطالب بقدرته على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها، والمثابرة والتمسك بتحقيق أهدافه بالرغم من الصعوبات، ولذا فقد تم تسميته (الكفاءة الشخصية).

بينما تشبع العامل الثالث بالمواقف رقم (17، 18، 19، 22، 25، 28، 29، 35، 37، 39) وبلغ عددها (10)، وقد كان الجذر الكامن (3.158)، بنسبة تباين (7.895%)، وتتناول معظم مواقف هذا البعد قدرة الطالب على تكوين علاقات اجتماعية داعمة، والتي تتيح تقديم المساعدة والتوجيه والتشجيع، والإحساس بالراحة في التعامل مع الآخرين، ولذا فقد تم تسميته (المساندة الاجتماعية). وأخيراً، فقد تشبع العامل الرابع بالمواقف رقم (2، 3، 12، 13، 27، 30، 40)، وبلغ عددها (7)، وقد كان الجذر الكامن (3.149)، بنسبة تباين (7.872%)، وتكشف مضامين مواقف هذا البعد عن قدرة الفرد على رؤية الجانب الإيجابي للموقف، وتوقع حدوث الخير في المستقبل على الرغم من الإحباطات، ولذا فقد تم تسمية هذا العامل (التفاؤل). كما يتضح أن المواقف (11، 16) لم يتشبعوا على أي من العوامل الأربعة، ولذا فقد قام الباحث بحذفها.

وقام الباحث بإجراء التحليل العاملي التوكيدي للنتائج المستخرجة من التحليل العاملي الاستكشافي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V23، وذلك بهدف التأكد من صدق النموذج الذي تم التوصل إليه من خلال التحليل العاملي الاستكشافي بالنسبة للعينة الاستطلاعية، وتم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها. وقد أكدت النتائج أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى 0.01، كما أظهرت النتائج ارتفاع معاملات الانحدار المعياري وجميعها قيم مقبولة؛ ما عدا الموقف رقم (40) وتم حذفها أثناء التحليل العاملي التوكيدي. كما تم التأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح من خلال حساب مؤشرات المطابقة والتي أظهرت جميعها حسن مطابقة النموذج.

(ج) الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: بلغ معامل الثبات للمقياس (0.863) وهو معامل مرتفع ومقبول إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

(د) الثبات باستخدام طريقة إعادة التطبيق: تم حساب ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة إعادة التطبيق، بعد فاصل زمني مقداره أسبوعين، وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.880) وهو معامل دال إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي تم التوصل إليها من خلال المقياس.

الصورة النهائية للمقياس وطريقة التصحيح

بعد حساب الخصائص السيكومترية للمقياس، وما ترتب عليها من حذف المواقف أرقام (11، 16، 40)، أصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (37) موقفاً موزعة على أربعة أبعاد. ويتم تصحيح المقياس بإعطاء درجة تتراوح ما بين درجة واحدة إلى ثلاث درجات طبقاً لاختيار المشاركين، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي ما بين (37-111). ويوضح جدول (2) توزيع المواقف على الأبعاد:

جدول (2)

الصورة النهائية لمقياس الصمود النفسي

م	الأبعاد	المفردات	العدد
1	المرونة	1، 20، 21، 23، 26، 31، 32، 33، 34، 36، 38	11
2	الكفاءة الشخصية	4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 14، 15، 24	10
3	المساندة الاجتماعية	17، 18، 19، 22، 25، 28، 29، 35، 37، 39	10
4	التفاؤل	2، 3، 12، 13، 27، 30	6
37	الإجمالي		

ويتضح من الجدول (2) أن الصمود النفسي يتكون من 37 موقفاً، تتشكل في أربعة أبعاد هي: الكفاءة الشخصية ويُقصد بها اعتقاد الفرد حول قدرته على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوب فيها، والمثابرة والتمسك بتحقيق أهدافه بالرغم من الصعوبات، ثم التفاؤل وهو رؤية الجانب الإيجابي للموقف، وتوقع حدوث الخير في المستقبل على الرغم من الاحباطات. إضافةً إلى المرونة وهي القدرة الإيجابية للطالب على التكيف مع المواقف غير المألوفة، وسعة الأفق، وتقبل الرأي الآخر، وتغيير نمط التفكير حسب طبيعة الموقف. وأخيراً، المساندة الاجتماعية وهي القدرة على تكوين علاقات اجتماعية داعمة، والتي تتيح تقديم المساعدة والتوجيه والتشجيع، والإحساس بالراحة في التعامل مع الآخرين.

-قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية -بُعد العصابية - (إعداد كوستا وماكري، تعريف بدر محمد الأنصاري، 1997).

تعتبر قائمة كوستا وماكري للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO-FFI-S) أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس العوامل الخمسة الأساسية الكبرى للشخصية بواسطة مجموعة من العبارات (60) عبارة تم استخراجها عن طريق التحليل العاملي، وتختلف هذه القائمة عن القوائم الأخرى التي تهدف إلى قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، في أن الأخيرة قد اعتمدت أساساً على منهج المفردات اللغوية المشتقة من معاجم اللغة، في حين اعتمدت هذه القائمة على منهج الاستخبارات التي تستند إلى عبارات في قياسها للشخصية وكانت الصيغة الأولى للقائمة قد ظهرت عام 1989 والتي تتكون من 180 عبارة، ثم أدخلت عليها بعض التعديلات بهدف اختزال عدد العبارات، إلى أن صدرت الصيغة الثانية للقائمة عام 1992 والتي تتكون من 60 عبارة، وتشتمل على خمسة مقاييس فرعية هي: العصابية، والانبساط، والصفاء، والطيبة، ويقظة الضمير (بدر محمد الأنصاري، 1997، 71).

(أ) الخصائص السيكومترية للقائمة بصورتها الأصلية: تحقق كوستا وماكري من ثبات القائمة عن طريق إعادة التطبيق على عينة قوامها (ن=208)، حيث بلغ الثبات بإعادة التطبيق (0.79) للمقياس الفرعي للعصابية، في حين بلغ معامل ثبات ألفا (0.90) للمقياس الفرعي للعصابية. كما

تحقق الباحثان من صدق القائمة ككل من خلال الصدق العاملي على عينات متعددة. وقد قام بدر محمد الأنصاري (1997) بتقنين القائمة السابقة لاستخدامها في البيئة العربية؛ حيث استخدم صدق الترجمة، وحساب الاتساق الداخلي لعبارات القائمة، ثم أجرى تحليلاً عاملياً للقائمة بطريقة هوتلينج للمكونات الأساسية، ثم تم تدوير العوامل تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس، ثم أجرى تحليلاً عاملياً من الرتبة الثانية، ونتيجةً لذلك فقد توصل إلى خمسة أبعاد للقائمة. كما قام بحساب الصدق التلازمي وذلك بحساب الارتباط بين القائمة الحالية واستخبار أيزنك للشخصية وكان معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية. كما اعتمد في حساب الثبات على معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغ الثبات للمقياس الفرعي للعصابية (0.73)، كما بلغ ثبات نفس المقياس الفرعي من خلال التجزئة النصفية (0.77).

واستناداً لما سبق، فقد اعتمد الباحث الحالي على تلك القائمة نظراً لما تتمتع به من صدق وثبات، إضافةً إلى سهولة التطبيق، واستخدامها في الكثير من الدراسات التي اهتمت بدراسة سمات الشخصية في الوقت المعاصر.

(ب) الخصائص السيكومترية للمقياس الفرعي للعصابية في الدراسة الحالية: اعتمد الباحث في حساب الثبات للمقياس الفرعي للعصابية على الطرق التالية:

أولاً: الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: بلغ معامل الثبات للمقياس الفرعي للعصابية (0.840)، وهي قيمة مقبولة مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

ثانياً: معامل ثبات ألفا: استخدم الباحث لحساب الثبات على العينة الاستطلاعية معامل ثبات ألفا، ويوضح جدول (3) معامل الثبات لمقياس العصابية:

جدول (3)

قيم معامل ثبات ألفا لمقياس العصابية

رقم المفردة	معامل ثبات ألفا	رقم المفردة	معامل ثبات ألفا
1	.836	7	.827
2	.817	8	.834
3	.832	9	.833
4	.835	10	.830
5	.814	11	.828
6	.826	12	.818

وباستقراء الجدول (3) يتضح أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين (0.814-0.836)، وأن جميع هذه المعاملات مقبولة مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

ثالثاً: الثبات بطريقة إعادة التطبيق: تم حساب ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة إعادة التطبيق، بعد فاصل زمني مقداره أسبوعين، وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.759) وهو معامل دال إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة استخدام المقياس.

وصف وطريقة تصحيح المقياس الفرعي للعصابية: يتكون المقياس الفرعي للعصابية من (12) عبارة، منها (8) عبارات تم صياغتها بشكل إيجابي وهي (6، 11، 21، 26، 36، 41، 51، 56)، بينما تم صياغة عدد (4) عبارات بطريقة معكوسة وهي (1، 16، 31، 46)، وتتراوح درجة الاستجابة على المقياس الفرعي للعصابية ما بين 12-60 درجة، ويبدأ تصحيحه بحيث تتراوح درجات كل عبارة ما بين (1-5) وذلك في جميع بنود المقياس ماعدا البنود المعكوسة والتي تُصحح في الاتجاه العكسي (5-1).

-مقياس مواقف الحياة الضاغطة (إعداد زينب محمود شقير، 2003).

(أ) الخصائص السيكومترية للمقياس بصورته الأصلية: قامت مُعدت المقياس بتقنيه في البيئة المصرية من خلال تطبيقه على مجموعة من الطلاب الجامعيين بالفرقة الأولى بجامعة طنطا، الذين بلغ عددهم (200) طالباً وطالبة، إضافةً إلى (200) طالب وطالبة من طلاب المدارس الثانوية بالغربية؛ ثم قامت بحساب الاتساق الداخلي للمقياس، ثم قامت بالتأكد من صدق المقياس من خلال الصدق التلازمي بين المقياس الحالي ومقياس الضغوط النفسية لدى الطلاب الذي أعده السيد السمدوني، حيث أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بينهما. كما قامت بحساب الثبات من خلال إعادة التطبيق بفاصل زمني 15 يوماً حيث بلغ معامل الثبات (0.68)، بينما بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.79)، كما بلغ معامل الثبات عن طريق التجزئة النصفية (0.89).

(ب) الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية: اعتمد الباحث في حساب الثبات لمقياس مواقف الحياة الضاغطة على الطرق التالية:

-الثبات بطريقة ألفا كرونباخ: بلغ معامل الثبات للمقياس (0.913)، وهو معامل مرتفع ومقبول إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

-الثبات بطريقة إعادة التطبيق: تم استخدام طريقة إعادة التطبيق بعد فاصل زمني مقداره أسبوعين، وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.828) وهو معامل دال إحصائياً.

-معامل ثبات ألفا: استخدم الباحث معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة، ويوضح جدول (4) معامل الثبات لمقياس أحداث الحياة الضاغطة:

جدول (4)

قيم معامل ثبات ألفا لمقياس أحداث الحياة الضاغطة

المفردة	معامل ثبات ألفا	المفردة	معامل ثبات ألفا	المفردة	معامل ثبات ألفا	المفردة	معامل ثبات ألفا
1	0.912	19	0.912	37	0.911	55	0.911
2	0.913	20	0.913	38	0.912	56	0.913
3	0.914	21	0.911	39	0.912	57	0.912
4	0.912	22	0.912	40	0.913	58	0.911
5	0.913	23	0.911	41	0.911	59	0.912
6	0.912	24	0.911	42	0.912	60	0.911
7	0.913	25	0.911	43	0.912	61	0.912
8	0.911	26	0.912	44	0.911	62	0.911
9	0.912	27	0.912	45	0.912	63	0.912
10	0.913	28	0.910	46	0.912	64	0.911
11	0.912	29	0.912	47	0.912	65	0.912
12	0.913	30	0.910	48	0.913	66	0.911
13	0.913	31	0.912	49	0.912	67	0.911
14	0.913	32	0.911	50	0.912	68	0.912
15	0.912	33	0.912	51	0.911	69	0.912
16	0.911	34	0.912	52	0.912	70	0.911
17	0.912	35	0.912	53	0.913		
18	0.912	36	0.912	54	0.912		

وباستقراء الجدول (4) يتضح أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين (0.910، 0.913)، وأن جميع هذه المعاملات مقبولة مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

وصف المقياس وطريقة تصحيحه: يتكون المقياس من 70 عبارة موزعة على سبعة أبعاد، بواقع عشر عبارات لكل بعد. وتتراوح درجات كل عبارة ما بين 3- صفر (تنطبق بشدة، تنطبق، لا تنطبق، إطلاقاً)، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين صفر-210، بينما تتراوح الدرجة الكلية لكل بُعد فرعي على حدة ما بين صفر-30 درجة، ويتضمن الجدول (5) عبارات كل بُعد من أبعاد المقياس ككل:

جدول (5)

أرقام عبارات أبعاد مقياس مواقف الحياة الضاغطة

العبارات	التُعد
64 .57 .50 .43 .36 .29 .22 .15 .8 .1	الضغوط الأسرية
65 .58 .51 .44 .37 .30 .23 .16 .9 .2	الضغوط الاقتصادية
66 .59 .52 .45 .38 .31 .24 .17 .10 .3	الضغوط الأكاديمية
67 .60 .53 .46 .39 .32 .25 .18 .11 .4	الضغوط الاجتماعية
68 .61 .54 .47 .40 .33 .26 .19 .12 .5	الضغوط الانفعالية
69 .62 .55 .48 .41 .34 .27 .20 .13 .6	الضغوط الصحية
70 .63 .56 .49 .42 .35 .28 .21 .14 .7	الضغوط الشخصية

يتضح من الجدول (5)، أن مقياس الضغوط الحياتية يتكون من 70 عبارة تُغطي جميع أبعاده وتتشكل في سبعة أبعاد هي: الضغوط الأسرية، والاقتصادية، والأكاديمية، والاجتماعية، والانفعالية، والصحية، والشخصية.

الأساليب الإحصائية: تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات واختبار صحة الفروض من خلال برنامج الحزم الإحصائية SPSS؛ مثل معامل ارتباط بيرسون، واختبار "ت" للعينات المستقلة، والمتوسطات الحسابية، ومعامل ألفا كرونباخ.

نتائج البحث:

أولاً: نتائج الفرض الأول والذي ينص على أنه "توجد علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية". وللتحقق من هذا الفرض فقد قام الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب الارتباط بين متوسطات درجات المشاركين في البحث على مقياسي الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية، كما هو موضح في جدول (6):

جدول (6)

معامل الارتباط بين درجات الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة
من الضغوط الحياتية (ن=252)

العصابية	الصمود النفسي	التفاؤل	المساندة الاجتماعية	الكفاءة الشخصية	المرونة	الدرجة الكلية للمقاييس
					1	المرونة
				1	.422**	الكفاءة الشخصية
			1	.488**	.436**	المساندة الاجتماعية
		1	.423**	.361**	.396**	التفاؤل
	1	.638**	.795**	.778**	.726**	الصمود النفسي
1	-.350**	.361**	-.174	-.159*	-.161*	العصابية

وباستقراء الجدول (6) يتضح، أن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للصمود النفسي والدرجة الكلية للعصابية قد بلغ (-.350) وهو معامل دال إحصائياً عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب جامعة الأزهر ذوي الضغوط الحياتية، وهذا يعنى أنه كلما زاد الصمود النفسي كلما أدى ذلك إلى خفض العصابية. وهذا يكون قد تحقق الفرض الأول.

ويمكن القول أن ارتباط العصابية سلبيًا بالصمود النفسي يبدو أمراً منطقيًا، حيث إن الشخص الصامد لديه قدرة على تحمل الصعاب من أجل تحقيق أهدافه، ولا يندفع وراء تصرفاته، ويخطط بعناية لتحقيق أهدافه، ولديه مثابرة عند حل المشكلات، ولا يشعر بالخوف نتيجة تعرضه لخبرات جديدة، ولديه ثقة في قدراته، ويتلقى المساندة والدعم ممن حوله ويشعر بالارتياح في وجودهم. بينما تتضمن العصابية حالات ومشاعر وجدانية سلبية مثل القلق والغضب والإحساس بالذنب والمزاج المكتئب، فالشخص الذي يتسم بالعصابية يتوتر بسهولة، وليس لديه مرونة في التعامل مع مواقف الإحباط فتتسم ردود أفعاله بالسلبية تجاه الأحداث والصعوبات الحياتية، كما أنه يرى ويفسر المواقف العادية على أنها تمثل تهديداً وإحباطاً ولا يمكن التغلب عليها، ونتيجةً لكل ما سبق، فإن مثل هذا الشخص لا يمكنه التغلب على أو مواجهة المواقف الحياتية الشاقة نتيجةً لانخفاض مستوى الصمود النفسي لديه، والذي يتضمن القدرة على التغلب على الصعاب والتحديات والتوافق الناجح معها بالرغم مما يتعرض له الفرد من ضغوط.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Fayombo, 2015)، ودراسة (Shi, Wang, Bian & Wang, 2015)، ودراسة (McDonnell & Semkovska, 2020)، ودراسة (Olashore, Akanni & Oderinde, 2021). حيث أشارت نتائج تلك الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والعصابية.

وللتعرف على إذا ما كانت العلاقة بين الصمود والعصابية ستختلف أم لا وفقاً لمستويات الضغوط الحياتية (مرتفع/ متوسط/ منخفض)، فقد قام الباحث باختيار الإرباع الأعلى –المرتفعون- على مقياس الضغوط الحياتية لتوضيح طبيعة العلاقة بين الصمود والعصابية.

جدول (7)

معاملات الارتباط بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي المستوى المرتفع في الضغوط الحياتية (ن=63)

العصابية	الصمود النفسي	التفاؤل	المساندة الاجتماعية	الكفاءة الشخصية	المرونة	الدرجة الكلية للمقاييس
					1	المرونة
				1	.663**	الكفاءة الشخصية
			1	.507**	.346**	المساندة الاجتماعية
		1	.670**	.408**	.596**	التفاؤل
	1	.655**	.645**	.357**	.536**	الصمود النفسي
1	-.371**	.393**	-.344**	-.447**	-.320**	العصابية

وباستقراء الجدول السابق (7) يتضح، أن هناك علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي المستوى المرتفع في الضغوط الحياتية، وهي علاقة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث بلغ معامل الارتباط (-.371).

كما قام الباحث باختيار الإرباع الأدنى –المنخفضين- على مقياس الضغوط الحياتية لتوضيح طبيعة العلاقة بين الصمود والعصابية وفقاً لمستوى الضغوط الحياتية (مرتفع/ متوسط/ منخفض)، والجدول (8) يوضح ذلك:

جدول (8)

معاملات الارتباط بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي المستوى المنخفض في الضغوط الحياتية (ن=63).

العصابية	الصمود النفسي	التفاؤل	المساندة الاجتماعية	الكفاءة الشخصية	المرونة	الدرجة الكلية للمقاييس
					1	المرونة
				1	.467**	الكفاءة الشخصية
			1	.438**	.470**	المساندة الاجتماعية
		1	.414**	.360**	.518**	التفاؤل
	1	.707**	.787**	.746**	.809**	الصمود النفسي
1	-.254**	.246**	-.218*	-.382**	-.255**	العصابية

وباستقراء الجدول (8) يتضح، أن هناك علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي المستوى المنخفض في الضغوط الحياتية، وهي علاقة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، حيث بلغ معامل الارتباط (-.254).

كما قام الباحث بتحديد المشاركين في البحث، والذين حصلوا على درجات متوسطة على مقياس الضغوط الحياتية، وذلك أيضاً لتوضيح طبيعة العلاقة بين الصمود والعصابية وفقاً لمستوى الضغوط الحياتية (مرتفع/ متوسط/ منخفض)، والجدول (9) يوضح ذلك:

جدول (9)

معاملات الارتباط بين الصمود النفسي والعصابية لدى طلاب الجامعة ذوي المستوى المتوسط في الضغوط الحياتية (ن=126).

العصابية	الصمود النفسي	التفاؤل	المساندة الاجتماعية	الكفاءة الشخصية	المرونة	الدرجة الكلية للمقاييس
					1	المرونة
				1	.492**	الكفاءة الشخصية
			1	.456**	.482**	المساندة الاجتماعية
		1	.441**	.443**	.500**	التفاؤل
	1	.726**	.779**	.782**	.810**	الصمود النفسي
1	-.325**	.448**	-.468**	-.418**	-.387**	العصابية

وباستقراء الجدول (9) يتضح، أن هناك علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصمود النفسي والعصبية لدى طلاب الجامعة الذين حصلوا على درجات في المتوسط بين الإرباع الأعلى والإرباع الأدنى على مقياس الضغوط الحياتية، وهي علاقة دالة إحصائياً عند مستوى (0,01)، حيث بلغ معامل الارتباط (-0,325).

ويتضح مما سبق، أن العلاقة بين الصمود النفسي والعصبية تختلف وفقاً لمستوى الضغوط الحياتية لدى المشاركين، فقد بلغ معامل الارتباط بين الصمود النفسي والعصبية لدى المشاركين ذوي المستوى المرتفع والمتوسط والمنخفض في الضغوط الحياتية (-0,325، -0,371، -0,254). على الترتيب، مما يشير إلى أن العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والعصبية كانت أقوى عند المستوى المرتفع من الضغوط الحياتية، بينما انخفضت في المستوى المتوسط، بينما انخفضت أكثر عند المستوى المنخفض في الضغوط الحياتية، مما يعني أن مستوى الضغوط الحياتية يؤثر على طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي والعصبية.

ويبدو ذلك منطقياً، حيث إن الأفراد ذوي المستوى المرتفع في الضغوط الحياتية يميلون إلى إدراك العالم بشكل سلبي، ويصابون بالإحباط نتيجةً لانخفاض قدراتهم على مواجهة تلك التحديات والصعاب، وتتسم ردود أفعالهم بالسلبية تجاه الأحداث والصعوبات الحياتية، كما يفسرون المواقف العادية على أنها تمثل تهديداً لا يمكن التغلب عليه، وبالتالي يرتفع مستوى العصبية لديهم. ونتيجةً لكل ما سبق، فإن مثل هؤلاء الأفراد لا يمكنهم التغلب على أو مواجهة المواقف الحياتية الشاقة نتيجةً لانخفاض مستوى الصمود النفسي لديهم، والذي يتضمن القدرة على التغلب على الصعاب والتحديات والتوافق الناجح معها بالرغم مما يتعرض له الفرد من ضغوط. بينما الأفراد ذوي المستوى المنخفض في الضغوط الحياتية لديهم القدرة على مواجهة التحديات والصمود أمامها والتغلب عليها أولاً بأول فلا تراكم التأثيرات السلبية لمثل تلك الضغوط عليهم، ولديهم دافعية نحو إنجاز المهام وكفاءة شخصية تمكنهم من التغلب على تحديات الحياة ولديهم القدرة على اتخاذ القرارات السليمة، والمرونة التي تمكنهم من تجاوز المواقف الصعبة، والمساندة الاجتماعية، وبالتالي يرتفع لديهم مستوى الصمود وتنخفض لديهم العصبية.

ثانياً: نتائج الفرض الثاني والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي بين متوسطات درجات طلاب الجامعة ذوي الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث)".

وللتحقق من هذا الفرض استخدام الباحث اختبار النسبة التائية "ت" لعينتين مستقلتين، ويوضح الجدول (10) نتائج اختبار (ت) لحساب الفروق في الصمود النفسي بين متوسطات درجات المشاركين في البحث وفقاً للنوع (ذكور – إناث) بأبعاده والدرجة الكلية:

جدول (10)

قيمة "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات المشاركين في البحث تبعاً لمتغير النوع (ذكور – إناث) في الصمود النفسي بأبعاده والدرجة الكلية (ن=252).

المقياس	النوع	العدد	م	ع	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
المرونة	ذكور	172	28.5	4.14	3.092	0.01
	إناث	80	26.8	3.77		
الكفاءة الشخصية	ذكور	172	25.2	5.11	3.434	0.01
	إناث	80	23.3	3.55		
المساندة الاجتماعية	ذكور	172	26.3	5.23	3.505	0.01
	إناث	80	24.0	3.89		
التفاؤل	ذكور	172	20.8	6.06	5.456	0.01
	إناث	80	17.8	2.63		
الدرجة الكلية	ذكور	172	100.0	18.05	3.675	0.01
	إناث	80	92.0	10.71		

وباستقراء الجدول (10) يتضح، أن قيمة "ت" المحسوبة دالة إحصائياً في كل الأبعاد حيث تراوحت نسبتها المحسوبة بين (3.092) إلى (5.456)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند (0,01)، وهذا يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المشاركين في البحث وفقاً لمتغير النوع (ذكور – إناث) في الصمود النفسي بأبعاده والدرجة الكلية لصالح الذكور.

ويبدو ذلك منطقياً؛ حيث إن هناك سمات شخصية مختلفة لدى الذكور عن الإناث والتي تؤثر على طريقة تعاملهم مع الشدائد والتحديات، حيث يميل الذكور إلى التواصل مع الآخرين بشكل أقل من الإناث عند مواجهة الأزمات وينتهي بهم الأمر إلى الحصول على قدر أقل من المساندة والتعاطف مقارنةً بالإناث اللاتي يتواصلن مع الآخرين بشكل أكبر أثناء الأزمات ويكتسبن التعاطف وأنواع الدعم الأخرى؛ فالإناث تميل إلى استخدام عوامل الحماية الأسرية والمجتمعية بشكل كبير، ونتيجةً لذلك فقد يعتمدن بشكلٍ كلي على الآخرين من حولهم في مواجهة العقبات، بينما يعتمد الذكور أكثر على عوامل الحماية الفردية، ولذا فإنه بإمكانهم الاعتماد على أنفسهم وتطوير مهارات المواجهة والصمود في مواجهة الصعاب أكثر من الإناث. كما أن الذكور أكثر عرضةً للتحديات والصعاب حيث يغادرون المنزل للعمل وغيره من المهام التي تُكسبهم خبرات من خلال اختلاطهم بالآخرين، بينما قد لا تتاح للإناث مثل تلك الفرصة للاندماج مع الآخرين والاستفادة من خبراتهم في التعامل مع التحديات التي قد تواجههم مستقبلاً.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Masood, Masud & Mazahir, 2016)، ودراسة (Mwangi & Ireri, 2017)، ودراسة (Kivrak & Akandere, 2019)، ودراسة (Sambu & Mhongo, 2017).

2019)، حيث أشارت نتائج تلك الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي وفقاً لمتغير النوع لصالح الذكور.

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العصبية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة ذوي الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث)".

وللتحقق من هذا الفرض فقد استخدم الباحث اختبار النسبة التائية "ت" لعينتين مستقلتين، ويوضح الجدول (11) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة بين الذكور والإناث في العصبية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية:

جدول (11)

قيمة "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين الذكور والإناث في العصبية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية (ن=252).

الدرجة الكلية للعصبية	المجموعة	العدد	م	ع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	ذكور	172	7.120	1.50	306.-12	0.01
	إناث	80	4.176	6.21		دالة إحصائية

ويتضح من الجدول (11) أن قيمة "ت" المحسوبة دالة إحصائية في الدرجة الكلية للمقياس حيث بلغت (-12.306)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند (0,01)، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في العصبية لدى طلاب الجامعة ذوي مستويات متباينة من الضغوط الحياتية في اتجاه الإناث.

وربما يرجع ذلك إلى أن مرحلة المراهقة تتسم بمجموعة من التغيرات الجسدية وهرمونات النمو، ويتأثر مزاج الفرد وسلوكه بوظائف تلك الهرمونات، ومن المعلوم أن البنات يُظهرن في كثير من الأحيان تغيرات هرمونية أكثر من الذكور؛ حيث يتعرضن لفترة شهرية باستمرار، وتميل البنات أثناء تلك الفترة لأن يكن غير مستقرين انفعالياً، كما أنه في الغالب ما يتعامل البنات مع الأحداث الصعبة بعاطفية، في حين أن الذكور في الغالب يتعاملون مع مثل تلك الأحداث بعقلانية، كما أن الذكور أكثر توكيدية للذات ولديهم مرونة في إيجاد أكثر من فكرة أو حل للموقف الذي يمثل تحدياً ومن ثم، فقد تؤدي الأحداث السلبية في الحياة إلى زيادة مستوى العصبية لدى البنات مقارنة بالذكور. كما أن الحياء جزء من طبيعة الإناث فهم أكثر خجلاً وبخاصة في المواقف الاجتماعية وأكثر خضوعاً للأسرة، وقد يترتب على ذلك صعوبات نفسية واجتماعية كالقلق والاكتئاب لديهن مقارنة بالذكور.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Soto, John, Gosling & Potter, 2011)، ودراسة (Djudiyah, Harding & Sumantri, 2016)، ودراسة (Weisberg, DeYoung & Hirsh, 2011)،

حيث أشارت نتائج تلك الدراسات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العصابية وفقاً لمتغير النوع في اتجاه الإناث.

توصيات البحث: في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي يمكن تقديم التوصيات التالية:

-الاهتمام بإعداد برامج إرشادية تهدف إلى تحسين الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة وبخاصة طلاب الفرقة الأولى.

-توعية طلاب الجامعة ومؤسسات الشباب بالخطورة التي قد تشكلها مشكلة العصابية على الصحة النفسية لهؤلاء الشباب.

-توجيه القائمين على رعاية الشباب إلى أهمية الصمود النفسي في التغلب على الكثير من الآثار السلبية للضغوط المختلفة.

بحوث ودراسات مقترحة:

-برنامج إرشادي لتحسين الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة.

-الصمود النفسي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية "دراسة تنبؤية".

-دور بعض المتغيرات الديموغرافية مثل النوع والمستوى التعليمي في الصمود النفسي.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- أحمد محمد عبد الخالق (2016). *علم نفس الشخصية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أمال صالح بن غشير و فتحية بلعيد الأطرش وسالمه أحمد الطالب (2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمي لدى طالبات قسم معلم الفصل في كلية التربية جامعة مصراته. *المجلة العلمية لكلية التربية- جامعة مصراته*، 3(8)، 203-237.
- أنور حمودة البنا (2008). المواقف الحياتية الضاغطة وعلاقتها باضطرابات النوم واليقظة لدى طلاب جامعة الأقصى في محافظة غزة من الجنسين المتزوجين وغير المتزوجين. *مجلة الجامعة الإسلامية للبحوث النفسية*، 16(2)، 585-630.
- تامر شوقي ابراهيم (2014). الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 24(85)، 137-200.
- جمعه سيد يوسف (2007). *إدارة الضغوط*. القاهرة: مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث والعلوم الهندسية بكلية الهندسة- جامعة القاهرة.
- زينب محمود شقير (2003). *مقياس مواقف الحياة الضاغطة*. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- صلاح الدين محمد أبو ناهية (2016). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها لدى طلبة الجامعة: دراسة حضارية مقارنة. *الهيئة المصرية العامة للكتاب*، 29(110)، 121-142.
- محمد عبد الظاهر الطيب و سيد أحمد الهامص (2009). *الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي*. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

المراجع العربية مترجمة:

- Ahmed Mohamed Abdel Khalea. (2016). *personality psychology*. Cairo: Anglo-Egyptian Library.
- Amal Saleh bin Ghashir. Fathia Belaid Al-Atrash and Salma Ahmed Al-Talib. (2017). Psychological stress and its relationship to the academic achievement of the students of the classroom teacher department at the Faculty of Education. Misurata University. *The Scientific Journal of the College of Education - Misurata University*, 3(8), 203-237.
- Anwar Hammouda Al-Banna. (2008). Stressful life situations and their relationship to sleep and wakefulness disorders among Al-Aasa University students in Gaza governorate of both married and unmarried sexes. *Journal of the Islamic University of Psychological Research*, 16(2), 585-630.

- Tamer Shawkv Ibrahim. (2014). Psvchological resilience and its relationship to psvchological stress, psvchological hardness, and hope among a sample of university students. *The Egyptian Journal of Psychological Studies*, 24 (85), 137-200.
- Juma Saved Youssef. (2007). *Stress management*. Cairo: Center for the Develonment of Graduate Studies. Research and Engineering Sciences, Faculty of Engineering, Cairo University.
- Zainab Mahmoud Shukair. (2003). *Stressful life situations scale*. Cairo: The Egyptian Renaissance Library.
- Salah El-Din Mohamed Abu Nahia. (2016). Life pressures and methods of coping with university students: a comparative civilized study. *Egyptian General Book Authority*, 29 (110), 121-142.
- Mohamed Abdel-Zaher Al-Taveb and Saved Ahmed Al-Bahas. (2009). *Mental health and positive psychology*. Cairo: The Egyptian Renaissance Library.

المراجع الأجنبية

- (APA) American Psvchological Association. (2014). *The road to resilience*, 750, First Street, NE, Washington DC.
- Alkatheri. A. M., Bustami. R. T., Albekairv. A. M., Alanizi. A. H., Alnafesah. R., Almodaimegh. H. ... & Oandil. A. M. (2020). Quality of life and stress level among health professions students. *Health Professions Education*, 6(2), 201-210.
- Anbumalar. C., Dorathv. A. P., Jaswanti. V. P., Priva. D., & Reniangelin. D. (2017). Gender differences in perceived stress levels and coping strategies among college students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(4), 22-33.
- Beiter, R., Nash. R., McCradv. M., Rhoades. D., Linscomb. M., Clarahan. M., & Sammut. S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*, 173, 90-96.
- Bhargava. D & Trivedi. H. (2018). A study of causes of stress and stress management among youth. *IRA-International Journal of Management & Social Sciences*, 11(03), 108-117.
- Brooks, S., Amlot, R., Rubin, G. J., & Greenberg, N. (2020). Psychological resilience and post-traumatic growth in disaster-exposed organisations: overview of the literature. *BMJ Mil Health*, 166(1), 52-56.
- Cetin, N., Yeloglu. H.O., & Basim. H.N. (2015). The role of big five on predicting the resilience: A canonical relation analysis. *Turkish Journal of Psychology*, 30(75), 81-95



- Chang, W. H., Cheng, S. H., Sun, Z. J., Lee, I. H., Lee, C. T., Chen, K. C., ... & Yang, Y. C. (2015). The psychosocial indicators related to neuroticism in both sexes: A study of incoming university students. *The Kaohsiung journal of medical sciences*, 31(4), 208-214.
- Clarkson. M., Heads. G., Hodgson. D., & Probst. H. (2019). Does the intervention of mindfulness reduce levels of burnout and compassion fatigue and increase resilience in pre-registration students? A pilot study. *Radiography*, 25(1), 4-9.
- Colman, A. (2009). *Dictionary of Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Connor. K. M., & Davidson. J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Dantzer. R., Cohen. S., Russo. S. J., & Dinan. T. G. (2018). Resilience and immunity. *Brain, behavior, and immunity*, 74, 28-42.
- Djudiyah. M. S., Harding. D., & Sumantri. S. (2016, February). *Gender Differences in Neuroticism on College Students. In Dalam Asean Conference. 2nd Psychology & Humanity*. Psychology Forum UMM.
- Duan, Z., Wang, Y., Tao, Y., Bower, J. L., Yu, R., Wang, S., ... Chen, R. (2019). Relationship between trait neuroticism and suicidal ideation among postpartum women in China: Testing a mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 256, 532-535.
- Ercan, H. (2017). The Relationship between resilience and the Big Five personality traits in emerging adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*, 17(70), 83-103.
- Eysenck, H. J. (1983). Psychophysiology and Personality: Extraversion, Neuroticism and Psychoticism. *Individual Differences and Psychopathology*, 13-30. doi:10.1016/b978-0-12-273903-3.50007-9
- Fayombo. G. (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International Journal of Psychological Studies*. 2(2), 105- 116.
- Fikretoglu. D., & McCreary. D. R. (2012). *Psychological resilience: A brief review of definitions, and key theoretical, conceptual, and methodological issues* (Technical Report 2012-012). Toronto, Ontario, Canada: Defense R&D.
- Frølund Pedersen. H., Frostholm. L., Søndergaard Jensen. J., Ørnboel. E., & Schröder. A. (2016). Neuroticism and maladaptive coping in patients with functional somatic syndromes. *British journal of health psychology*, 21(4), 917-936.

- Froutan, R., Mazlom, R., Malekzadeh, J., & Mirhaghi, A. (2018). Relationship between resilience and personality traits in paramedics. *International Journal of Emergency Services*, 7(1), 4-12.
- Galante, J., Dufour, G., Benton, A., Howarth, E., Vainre, M., Croudace, T. J., ... & Jones, P. B. (2016). Protocol for the Mindful Student Study: a randomised controlled trial of the provision of a mindfulness intervention to support university students' well-being and resilience to stress. *BMJ open*, 6(11), 1-8.
- Gao, T., Xiang, Y. T., Zhang, H., Zhang, Z., & Mei, S. (2017). Neuroticism and quality of life: Multiple mediating effects of smartphone addiction and depression. *Psychiatry Research*, 258, 457-461.
- Garnezy, N., Masten, A. S., & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child development*, 55(1), 97-111.
- Geslani, G. P., & Gaebelin, C. J. (2013). Perceived stress, stressors, and mental distress among doctor of pharmacy students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 41(9), 1457-1468.
- Herrero, R., Mira, A., Cormo, G., Etchemendy, E., Baños, R., García-Palacios, A., ... & Görlich, D. (2019). An Internet based intervention for improving resilience and coping strategies in university students: Study protocol for a randomized controlled trial. *Internet interventions*, 16, 43-51.
- Hirano, M. (2011). A Study of the Classification of Resilience Factors: Development of the Bidimensional Resilience Scale (BRS). *Japanese Journal of Personality*, 19(2), 94-106.
- Hong, F., Tarullo, A. R., Mercurio, A. E., Liu, S., Cai, Q., & Malley-Morrison, K. (2018). Childhood maltreatment and perceived stress in young adults: The role of emotion regulation strategies, self-efficacy, and resilience. *Child abuse & neglect*, 86, 136.
- Hou, X. L., Wang, H. Z., Guo, C., Gaskin, J., Rost, D. H., & Wang, J. L. (2017). Psychological resilience can help combat the effect of stress on problematic social networking site usage. *Personality and Individual Differences*, 109, 61-66.
- Hutchinson, J. G & Williams, P. G. (2007). Neuroticism, daily hassles, and depressive symptoms: An examination of moderating and mediating effects. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1367-1378.



- Imura, S., & Taku, K. (2018). Gender Differences in Relationship Between Resilience and Big Five Personality Traits in Japanese Adolescents. *Psychological reports*, 121(5) 920–931.
- Ionescu. D. (2017). Psychological well-being state and satisfaction of basic psychological needs as indicators of goal achievement-frantic role of neuroticism. *Journal of Educational Sciences & Psychology*, 7(2).
- Javanmard. G. H.. & Garegozlo. R. M. (2013). The study of relationship between marital satisfaction and personality characteristics in Iranian families. *Procedia-social and behavioral sciences*, 84, 396-399.
- Jowkar. B., Friborg. O., & Hiemdal. O. (2010). Cross cultural validation of the Resilience Scale for Adults (RSA) in Iran. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(5), 418-425.
- Jung, Y. H., Ha, T. M., Oh, C. Y., Lee, U. S., Jang, J. H., Kim, J., ... & Kang, D. H. (2016). The effects of an online mind-body training program on stress, coping strategies, emotional intelligence, resilience and psychological state. *PloS one*, 11(8), 1-20.
- Kelifa, M. O., Yang. Y., Herbert. C., He. O., & Wang. P. (2020). Psychological resilience and current stressful events as potential mediators between adverse childhood experiences and depression among college students in Eritrea. *Child Abuse & Neglect*, 106, 104480. doi:10.1016/j.chiabu.2020.104480
- Kivrak, A. O., & Akandere. M. (2019). Examination of the resilience levels of women and men do sport in gyms. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(2), 223-228.
- Lee-Winn. A. E., Townsend. L., Reinblatt. S. P., & Mendelson. T. (2016). Associations of neuroticism and impulsivity with binge eating in a nationally representative sample of adolescents in the United States. *Personality and Individual Differences*, 90, 66–72.
- Liao, A., Walker. R., Carmody. T. J., Cooper. C., Shaw. M. A., Grannemann. B. D., ... & Dillon. D. G. (2019). Anxiety and anhedonia in depression: Associations with neuroticism and cognitive control. *Journal of affective disorders*, 245, 1070-1078.
- Liu, Y., Wang. Z. H., & Li. Z. G. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 833-838.

- Lü, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang, H. (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness. *PA and NA. Personality and Individual Differences*, 63, 128-133.
- Marthoenis, M., Meutia, I., Fathiariani, L., & Sofvan, H. (2018). Prevalence of depression and anxiety among college students living in a disaster-prone region. *Alexandria journal of medicine*, 54(4), 337-340.
- Masood, A., Masud, Y., & Mazahir, S. (2016). Gender differences in resilience and psychological distress of patients with burns. *Burns*, 42(2), 300-306.
- McCrae, R. R., & Costa Jr. P. T. (1992). Discriminant validity of NEO-PIR facet scales. *Educational and Psychological Measurement*, 52(1), 229-237.
- McDonnell, S., & Semkovska, M. (2020). Resilience as Mediator between Extraversion, Neuroticism, and Depressive Symptoms in University Students. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 1-16.
- Miljević-Ridički, R., & Brđanović, D. (2021). Psychological resilience and quality of life: Differences between primary school and music school students. *Metodički ogledi: časopis za filozofiju odgoja*, 28(1), 141-166.
- Motorga, R. (2019). Personality and resilience in medical students. *Studia Doctoralia*, 10(2), 78-89.
- Murray, L. E., & O'Neill, L. (2019). Neuroticism and extraversion mediate the relationship between having a sibling with developmental disabilities and anxiety and depression symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 243, 232-240.
- Mwangi, C. N., & Ileri, A. M. (2017). Gender differences in academic resilience and academic achievement among secondary school students in Kiambu County, Kenya. *Psychological and Behavioural Science International Journal*, 5(5), 1-7.
- Olashore, A. A., Akanni, O. O., & Oderinde, K. O. (2021). Neuroticism, resilience, and social support: correlates of severe anxiety among hospital workers during the COVID-19 pandemic in Nigeria and Botswana. *BMC Health Services Research*, 21(1), 1-7.
- Onan, N., Karaca, S., & Unsal Barlas, G. (2019). Evaluation of a stress coping course for psychological resilience among a group of university nursing students. *Perspectives in psychiatric care*, 55(2), 233-238.
- Prayag, G., Spector, S., Orchiston, C., & Chowdhury, M. (2020). Psychological resilience, organizational resilience and life satisfaction in tourism firms: Insights from the Canterbury earthquakes. *Current Issues in Tourism*, 23(10), 1216-1233.



- Ran, L., Wang, W., Ai, M., Kong, Y., Chen, J., & Kuang, L. (2020). Psychological resilience, depression, anxiety, and somatization symptoms in response to COVID-19: A study of the general population in China at the peak of its epidemic. *Social Science & Medicine*, 262, 1- 6.
- Richardson. G. F. (2002). The Meta-theory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307–321.
- Robotham. D.. & Julian. C. (2006). Stress and the higher education student: a critical review of the literature. *Journal of Further and Higher Education*, 30(2), 107–117.
- Sambu, L. J.. & Mhongo. S. (2019). Age and Gender in Relation to Resilience After the Experience of Trauma among Internally Displaced Persons (IDPS) in Kiambaa Village. Eldoret East Sub-County, Kenya. *Journal of Psychology*, 7(1), 31-40.
- Sarubin. N.. Wolf. M.. Giegling. I.. Hilbert. S.. Naumann. F.. Gutt. D.. ... & Bühner. M. (2015). Neuroticism and extraversion as mediators between positive/negative life events and resilience. *Personality and Individual Differences*, 82, 193-198.
- Shi, M.. Wang. X.. Bian. Y.. & Wang. L. (2015). The mediating role of resilience in the relationship between stress and life satisfaction among Chinese medical students: a cross-sectional study. *BMC medical education*, 15(1), 1-7.
- Slavish. D. C.. Sliwinski. M. J.. Smyth. J. M.. Almeida. D. M.. Linton. R. B.. Katz. M. J.. & Graham-Engeland. J. E. (2018). Neuroticism, rumination, negative affect, and sleep: Examining between-and within-person associations. *Personality and individual differences*, 123, 217-222.
- Smith, G. D., & Yang, F. (2017). Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 49, 90-95.
- Soto, C. J., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2011). Age differences in personality traits from 10 to 65: Big Five domains and facets in a large cross-sectional sample. *Journal of personality and social psychology*, 100(2), 330- 342.
- Tamannaefar, M., & Shahmirzaei, S. (2019). Prediction of Academic Resilience Based on Coping Styles and Personality Traits. *Practice in Clinical Psychology*, 7(1), 1-10.
- Tavousi. M. N. (2015). Dispositional effects on job stressors and job satisfaction: The role of core evaluations. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 190, 61-68.
- Taylor, S. E. (2010). Mechanisms linking early life stress to adult health outcomes. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(19), 8507-8512.

- Thurston. I. B., Hardin. R., Kamodv. R. C., Herbozo. S., & Kaufman. C. (2018). The moderating role of resilience on the relationship between perceived stress and binge eating symptoms among young adult women. *Eating behaviors*, 29, 114-119.
- Van Eeden. W. A., van Hemert. A. M., Carlier. I. V. E., Penninx. B. W., Spinhoven. P., & Giltav. E. J. (2019). Neuroticism and chronicity as predictors of 9-year course of individual depressive symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 252, 484-492.
- Wang, D., Nan. J. K., & Zhang. R. (2017). Structured group sand-play to improve the resilience of college students: A pilot study. *The Arts in Psychotherapy*, 55, 186-194.
- Wang, W., Xie. X., Wang. X., Lei. L., Hu. O., & Jiang. S. (2019). Cyber bullying and depression among Chinese college students: A moderated mediation model of social anxiety and neuroticism. *Journal of affective disorders*, 256, 54-61.
- Wei, L. (2019). *Parenting Practices as Moderators of the Longitudinal Association from Neuroticism to Resilience during Adolescence*. Ph. D. Thesis. Florida Atlantic University. USA.
- Weisberg. Y. J., DeYoung. C. G., & Hirsh. J. B. (2011). Gender differences in personality across the ten aspects of the Big Five. *Frontiers in psychology*, 2(178), 1-11.
- Williams. M., Coare. P., Marvell. R., Pollard. E., Houghton. A. M., & Anderson. J. (2015). *Understanding provision for students with mental health problems and intensive support needs: Report to HEFCE by the Institute for Employment Studies (IES) and Researching Equity*. Access and Partnership (REAP). 1- 187. <https://eprints.lancs.ac.uk/id/eprint/80492>
- Windle. G., Bennett. K. M., & Noves. J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and quality of life outcomes*, 9(1), 1-18.
- Yan, L. X., Yunus. W. M. A. W. M., & Mahmud. N. (2019). Big Five Personality and Eating Disorder Symptoms among Students in a Malaysian Public University: A Cross-Sectional Study. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 10(6), 1309-1314.
- Yikealo. D., Tareke. W., & Karvinen. I. (2018). The level of stress among college students: A case in the college of education. Eritrea Institute of Technology. *Open Science Journal*, 3(4), 1- 18.