المرونة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى المراهقين في مدينة جدة

إعـــــداد

الباحثة/ بشاير عبدالله القرني

باحثة ماجستير بكلية الآداب والعلوم الإنسانية

جامعة الملك عبدالعزيز - جدة - المملكة العربية السعودية

د/ إيمان علي المحمدي

أستاذ مساعد بكلية الآداب والعلوم الإنسانية

جامعة الملك عبدالعزيز - جدة - المملكة العربية السعودية

تاريخ الاستلام: ١٥/١٢/٢٠٢٢م

تاريخ القبول: ٢٣/١٢/٢٠٢٢م

ملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى المرونة النفسية والأمن النفسي، والتعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي، والتعرف على الفروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية ومستوى أبعاد الأمن النفسي، تكونت العينة من (٥١٢)، واستخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية، ومقياس الأمن النفسي، وكشفت نتائج عن وجود مستوى مرتفع للمرونة النفسية، ومستوى متوسط للأمن النفسي لدى عينة الدراسة، كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين المرونة النفسية والأمن النفسي باستثناء بُعد المثابرة وبعد الاتزان وبعد الحالة المزاجية، وكذلك عدم وجود علاقة بين بعد الثقة بالنفس وبُعد تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل وبُعد الحالة المزاجية، كما أظهرت النتائج عن عدم وجود فروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية بين الذكور والإناث، بينما توجد فروق في أبعاد المثابرة والاتزان والإحساس بالمعنى لصالح المرحلة المتوسطة، وكذلك توجد فروق في مستوى بُعد الحياة العامة والعملية للفرد لصالح الذكور، وعدم وجود فروق في مستوى بُعد تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل، وبُعد الحالة المزاجية للفرد، وبُعد الحالة الاجتماعية بين الذكور والإناث.

وكذلك عدم وجود فروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي بين المرحلة المتوسطة والثانوية.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، الصلابة النفسية، الأمن النفسي، المراهقين.

Abstract:

The study aims at exploring the level of resilience and psychological security and investigating the relationship between resilience and psychological security. It also investigates the differences in the dimensions of resilience and the dimensions of psychological security. The Sample of the study consists of 502 elementary and secondary school students. Both Resilience Scale and Psychological Security Scale were used. The findings revealed high level of resilience and average level of psychological security among the sample. The findings also showed a positive relationship between resilience and psychological security except for the dimensions of commitment, balance, and mood. Also, there was no relationship between the dimensions of self-confidence, self-formation and future vision, and mood. The findings also showed no differences in the resilience 's dimension between males and females, but there were differences in the dimensions of commitment, balance, and sense of meaning in favor of elementary school students. Also, there were differences in the dimension of general and practical life in favor of males, and no differences in self-formation, future vision, mood and social life between males and females, and no differences in the psychological security's dimensions between secondary and elementary school students.

Keywords:Resilience, Psychological Toughness, Psychological Security, Teenagers.

مقدمة الدراسة: □

تشكل مرحلة المراهقة مرحلة مهمة في حياة الإنسان، بل ومن أخطر المراحل التي يعيشها في حياته؛ إذ ينتقل من مرحلة الطفولة إلى النضج التي يصبح فيها الفرد واعيا ومنتجا في بيئته ويسهم في تقدم المجتمع وتمدنه، وتعد هذه المرحلة من المراحل الانتقالية الحرجة التي يصاحبها العديد من التغيرات في كافة جوانب النمو المختلفة وخاصة الجانب النفسي، كما يتعرض فيها الفرد للكثير من الصراعات والاضطرابات المختلفة. (عبداللاه، الشاذلي، وإبراهيم،٢٠٢٠). لهذا يجب الاهتمام بالعامل النفسي للمراهق وكل ما يسهم في بناء صحته النفسية ومنها المرونة النفسية (حمد، منيرة،٢٠٢٠)، وربما يعد مفهوم المرونة النفسية كما يرى Fergus& Zimmerman, (2005) من المفاهيم المهمة للمراهقين والتي تساعدهم على تحدي الصعوبات الاجتماعية، وتجنبهم المشاكل السلوكية الناتجة عن التغيرات الطبيعية المرتبطة بمرحلة المراهقة. (طاهات،٢٠٢١).

والمرونة النفسية "Psychological Resilience" كمفهوم معاصر للسلوك الإيجابي التطبيقي، وقد ظهر نتيجة لما بذله العلماء من جهود متضافرة في تفسير السلوك الإيجابي للأفراد عند مواجهتهم لتحديات الحياة، ولفهم العمليات التي تفسر سلوكهم الغير متوقع، فالمرونة النفسية هي خاصية مستمرة، تتميز بالنمو والتجديد طوال عمر الفرد، يستخدم فيها الأفراد استراتيجيات تكيف معينة عند التعرض لضغوطات ناتجة عن المعوقات التي تواجههم. (البشارات، ومقابلة،٢٠١٩).

وتبرز أهمية المرونة النفسية في حياة الفرد بكونها المحرك الرئيسي لصحته النفسية ومن ثم انعكاسها على صحته العامة، ويستطيع الإنسان من خلال تمتعه بالمرونة النفسية أن يتكون لديه مقدرة عالية على التكيف مع أحداث الحياة الضاغطة، بل ويصل لدرجة الانسجام والرضا الداخلي. (حسن، ٢٠٢٠).

وفي مرحلة المراهقة تزداد أهمية المرونة النفسية بحكم ظهور العديد من التغيرات في مظاهر النمو كونها مرحلة انتقالية تصقل فيها مكونات الشخصية، ولكي يتخطى المراهق مرحلة المراهقة بأقل الخسائر ويكون لديه القدرة على مواجهة جميع التحديات، عليه أن يتمتع بقدر عالي من المرونة النفسية لكي يرتقي فوق المواقف الصعبة والاحتفاظ بالصحة الإيجابية والأداء الوظيفي الجيد، والتكيف مع مخاطر الحياة. (الوافي،٢٠٢٠).

ولقد أكدت العديد من الأبحاث والدراسات النفسية ضرورة التفهم لاحتياجات المراهقين ومن ثم إشباعها، وإلا فإنه وبلا محال سينعكس بطريقة أو بأخرى على المراهقين، وبالتالي سيصبح تهديدا للأمن النفسي لديهم. (نعيمة،٢٠١٨).

لقد أظهر الإسلام في تشريعاته السماوية الاهتمام البالغ في تحقيق الأمن النفسي، فقد ورد ذكر الأمن النفسي في القران الكريم إذ يقول الله تعالى: "فليعبدوا رب هذا البيت الذي أطعمهم من جوع وأمنهم من خوف". (القرآن الكريم، قريش:٣،٤).

فالأمن النفسي (Psychological Security) يعد مركب يتضمن شعور الفرد بالقناعة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسعادة وصحة نفسية أفضل مما يمكنه من تحقيق الانتماء، وإدراكه لاهتمام الأخرين به وثقتهم فيه مما يشعره بالثقة والمحبة ويجعله في حالة من الثبات الانفعالي والرضا عن الذات وعن المجتمع، ويجنبه الاضطرابات النفسية وكل ما في شأنه أن يهدد أمنه واستقراره النفسي.

(مسافر،٢٠٢٠).

ومما لا شك فيه أن الأمن النفسي يشكل أهمية كبرى في حياة الفرد كونه يعد عصب الحياة، والمحرك الأساسي للانطلاقة نحو الحياة وتحقيق الإنجازات في مختلف جوانب الحياة، ولكي يتحقق الأمن النفسي للأفراد يتوجب في المقام الأول إحاطتهم ببيئة تسهم في إشباع الحاجات وتنميتها، كل ذلك يجعله يتجنب التعرض للمخاطر،

ويشعره بالأمن والأمان، ويجعله في حال دائم من الاستقرار والتحرر من جميع أنواع الاضطرابات النفسية التي من شأنها أن تبعثر أمن واستقرار الأفراد، ومن جانب أخر تبرز أهمية الأمن النفسي في مرحلة المراهقة، بضرورة تكوين علاقات اجتماعية صحية تولد الشعور بالأمن النفسي فحينئذ تشبع لديه حاجات الحب والانتماء والقبول والتي تعد المكون الأساس للسلوك الاجتماعي وباعثا للاستقرار والأمن النفسي، وعند فقدان المراهق شعوره بالأمن النفسي يصبح فريسة سهلة للاضطرابات النفسية والسلوكية مثل التوتر والقلق إزاء صعوبات الحياة، والحرص الزائد، واللوم المستمر للذات، كما قد يقود فقدان الأمن للمراهق إلى الأفكار الانتحارية، والشعور بالعجز المتعلم.

(الصوافي،٢٠١٩).

ومما لا شك فيه أن من يفقد المرونة النفسية يكون معرضا للاضطرابات النفسية وانعدام الأمن النفسي، فيستجيب لمواقف الحياة مدفوعا بما يشعر به من مخاوف وعدم أمن، ويدل هذا على مدى أهمية تحقيق المرونة النفسية والأمن النفسي للمراهق وخاصة عند مواجهته لضغوط الحياة ومعتركاتها. (حسن،٢٠٢٠).

وقد أقدم الكثير من الباحثين على البحث والدراسة لمفهوم المرونة النفسية والأمن النفسي مثل: دراسة (حمد ،٢٠٢٠) والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية والكفاءة الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة القريات بالمملكة العربية السعودية، ودراسة (طاهات، ٢٠٢١) والتي كشفت عن مستوى المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من الطلبة اللاجئين السوريين في الأردن، ودراسة (عبده ،٢٠١٧) والتي هدفت إلى علاقة الأمن النفسي بالتنمر المدرسي لدى المراهقين، ودراسة (اليماني، ٢٠٢٠) والتي هدفت إلى علاقة الأمن النفسي والسلوك العدواني لدى عينة من تلميذات المرحلة الابتدائية في مدينة جدة.

ونظرًا لأن المتغيرات لم يبحث عنها بشكل كاف في المجتمع العربي، ولم تجد الباحثة في حدود اطلاعها بدراسة لجميع المتغيرات مع فئة المراهقين، لذلك ركزت

الدراسة الحالية على المرونة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى المراهقين في مدينة جدة، وذلك لأهمية تسليط الضوء على هذه الفئة لكي يتم استثمارهم بما يعود ذلك على تطور المجتمع وجعله في مصاف دول العالم ولضمان جودة حياة أفضل، هذا ما جعلنا نرتئي إلى دراسة المرونة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى المراهقين.

مشكلة الدراسة

من خلال إطلاع الباحثة على الأدبيات السابقة وعلى قواعد البيانات وجدت الباحثة ندرة في الدراسات العربية التي تناولت المرونة النفسية والأمن النفسي. مع وجود العديد من الخصائص لمرحلة المراهقة التي تميزها عن بقية المراحل العمرية، وتأثيرها على شخصية المراهق، زاد الاهتمام بدراسة مرحلة المراهقة وذلك لجعل حياة المراهق أكثر ملائمة وتكيف وخلوها من الاضطرابات النفسية (ملحم،٢٠١٤) وخاصة مع ظهور العولمة والظروف الحياتية المتغيرة والأوضاع المؤرقة على الساحة، ولدت معاناة كبيرة ألقت بظلالها على المنظومة النفسية والاجتماعية للمراهق فإذا لم يتمتع المراهق بالقدر الكافي من المرونة النفسية سوف يفقد الأمن النفسي، وبالتالي سوف تتولد لديه الاضطرابات النفسية، والقيام بالعديد من المظاهر السلوكية الغير سوية من ارتفاع مستوى الميول العدوانية، والعجز عن الكفاءة الاجتماعية، لأنهم يرون في تلك الظروف الحياتية المتغيرة تهديدًا مباشرًا لمستقبلهم ولأمنهم النفسي (الزعبي، ٢٠١٥).

أسئلة الدراسة

بناء على ما عرض في مشكلة الدراسة، يمكن صياغة الاسئلة التالية:

١- ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة؟

٢- ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة؟

٣- ما العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي، بأبعادهما المختلفة، المرونة النفسية (المثابرة، الاحساس بالمعنى، الاتزان، الثقة بالنفس)، والأمن النفسي (تكوين الفرد

ورؤيته للمستقبل، الحياة العامة والعملية، الحالة المزاجية، الحالة الاجتماعية) لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة؟

٤- ما الفروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟

٥- مالفروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (متوسط، ثانوي)؟

٦- مالفروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟

٧- ما الفروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (متوسط، ثانوي)؟

أهداف الدراسة

١- الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة.

٢- الكشف عن مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة.

٣- الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية، والأمن النفسي بأبعادهما المختلفة المرونة النفسية (المثابرة، الإحساس بالمعنى، الاتزان، الثقة بالنفس)، والأمن النفسي (تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل، الحياة العامة والعملية، الحالة المزاجية، الحالة الاجتماعية) لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة.

٤- التعرف على الفروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

٥ – التعرف على الفروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (متوسط، ثانوي).

٦- التعرف على عن الفروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

٧- التعرف على الفروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي، لدى عينة من المراهقين، تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (متوسط، ثانوي).

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

١- تنبثق أهمية هذه الدراسة نتيجة الاهتمام بشريحة عمرية هامة في المجتمع، وهم المراهقين فهم من يشكلون ثروة وطنية وركيزة أساسية لتطور وتمدن المجتمعات.

٢- تزويد الأسر وكل من هو قائم على العملية التربوية بمفاهيم حول المرونة النفسية والأمن النفسي للمراهق وبيان دورها الفعال في خلق بيئة أمنة ومحفزة ومنتجة في حياة المراهق.

٣- قلة الدراسات التي تربط المرونة النفسية والأمن النفسي للمراهقين حيث تعتبر الدراسة الأولى حسب اطلاع الباحثة، مما قد تساهم في إضافة علمية ومرجعا لكل من له اهتمام بهذا الموضوع من أخصائيين ومرشدين وباحثين وكل من هو قائم على العملية التربوية.

الأهمية التطبيقية:

١- توظيف نتائج البحث في تقديم الرعاية والخدمات النفسية والاجتماعية للمراهق، وذلك بهدف مساعدتهم على تخطي العقبات التي تعترضهم.

٢- تقديم توصيات ومقترحات للأسر والمعلمين والتي من الممكن أن تسهم في الرفع من مستوى المرونة النفسية والأمن النفسي للمراهقين.

محددات الدراسة:

١- **الحدود الموضوعية:** اقتصرت الدراسة الحالية على المرونة النفسية بأبعادها المختلفة (المثابرة، الإحساس بالمعنى، الاتزان، الثقة بالنفس)، بالإضافة إلى الأمن النفسي بأبعادها المختلفة (تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل، الحياة العامة والعملية، الحالة المزاجية، الحالة الاجتماعية)، والكشف عن الفروق في المرونة النفسية والأمن النفسي تبعا للجنس والمرحلة الدراسية.

٢- **الحدود البشرية:** طبقت الدراسة على عينة من المراهقين الذين تبلغ أعمارهم من ١٢-١٨عام.

٣- **الحدود المكانية:** طبقت الدراسة على مدارس التعليم العام.

٤- **الحدود الزمانية:** طبقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول لعام ٢٠٢١-٢٠٢٢.

مصطلحات الدراسة

المرونة النفسية Psychological resilience: تعرف الجمعية الأمريكية لعلم النفس "المرونة النفسية" على أنها عملية التوافق والتكيف الجيد والقدرة على مواجهة الشدائد والصعاب وضغوطات الحياة التي يتعرض لها الإنسان في حياته.

(American psychiatric Association, 2012)

http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx

وتعرف إجرائيًا: تتبنى الباحثة تعريف الستار، (٢٠١٥) "هي سمة شخصية تظهر عند تعرض الفرد للضغوطات الحياتية وتعزز عملية التكيف، ويمكن قياسه بالدرجات التي يحصل عليها المشارك من خلال إجابته على فقرات مقياس المرونة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية".

الأمن النفسي Psychological security: يعرف ما سلو "الأمن النفسي" محور أساسي من محاور الصحة النفسية، فالصحة النفسية كحالة لا تعني غياب

الأعراض المرضية فقط بل هو أيضاً قدرة المرء على مواجهة الإحباطات التي يتعرض لها، أي قدرته على التوافق الشخصي. (ماذا نعني بالأمن النفسي، ٢٠١٥).

https://educapsy.com/blog/securite-psychologique-209

وتعرف إجرائيًا: تتبنى الباحثة تعريف شقير، (٢٠٠٥) " هو شعور الإنسان بأن مجتمعه يعد بيئة صديقة له، يبادلونه الحب والاحترام"، ويمكن قياسه بالدرجات التي يحصل عليها المشارك من خلال إجابته على فقرات مقياس الأمن النفسي المستخدم في الدراسة الحالية.

الدراسات السابقة:

تم استعراض مجموعة من الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية

أولا/ دراسات تناولت المرونة النفسية وعلاقتها بمتغيرات أخرى

دراسة بن يحيى، فرح (٢٠١٦) هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى التدين والمرونة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٥٢) طالب وطالبة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية في جامعة تلمسان. وتم تطبيق مقياس المرونة النفسية، واختبار لقياس مستوى التدين، كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن. وأظهرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية ومستوى التدين.

دراسة الشيخ، كنان (٢٠١٧) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طلبة دمشق، وتكونت العينة من (٥٠٠) طالب وطالبة، وتم استخدام مقياس المرونة النفسية والرضا عن الحياة، كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وكشفت أهم النتائج عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى أفراد عينة البحث من طلبة

دمشق، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وفق متغير الجنس لصالح الطلبة الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية وفق متغير الاختصاص.

دراسة عيسى، مغاوري (٢٠١٧) هدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين أنماط التواصل الأسري والمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الطائف، وقد شملت عينة البحث (٢٥٠) طالب من طلاب الصف الثالث ثانوي في مدينة الطائف، وطبق الباحث مقياس لمرونة الشباب لدى طلاب المرحلة الثانوية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وقد أسفرت أهم النتائج عن وجود علاقة موجبة بين أنماط التواصل الأسري والمرونة النفسية لدى أفراد العينة.

دراسة حسن، أماني (٢٠١٨) هدف البحث إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمثابرة الأكاديمية، والعلاقة بينهم لدى طالبات المرحلة الثانوية. وأيضا الكشف عن الفروق في (المرونة النفسية، الطموح، المثابرة الأكاديمية) التي تعزى إلى متغير (التخصص، الصف الدراسي) لدى طالبات المرحلة الثانوية، وبلغت العينة المستخدمة (١٥٠) طالبة من طالبات الصف الأول والثالث الثانوي بإحدى مدارس محافظة الخرج بالمملكة العربية السعودية، وتم استخدام مقياس المثابرة الأكاديمية، ومقياس المرونة النفسية، ومقياس مستوى الطموح وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والمثابرة الأكاديمية، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا في المرونة النفسية ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية تعزى لمتغيري (التخصص، الصف الدراسي)، بينما وجدت فروق دالة إحصائيًا في المثابرة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية تعزى لمتغيري (التخصص، الصف الدراسي).

دراسة بسيوني، سوزان (٢٠١٩) هدفت الدراسة إلى دراسة العلاقة بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية، لدى أفراد العينة، كذلك هدفت الدراسة إلى دراسة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الشفقة بالذات في المرونة النفسية. وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة (١٣٠) طالبة من طالبات جامعة أم القرى بكلية التربية، واستخدمت الباحثة مقياس الشفقة بالذات ومقياس المرونة النفسية، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وقد توصلت أهم نتائج الدراسة إلى أن أفراد العينة يتمتعن بالشفقة بالذات والمرونة النفسية، وكذلك توجد علاقة إجابيه دالة إحصائية بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية.

دراسة بكير، مليكة (٢٠١٩) هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى وجود علاقة بين كل من المرونة النفسية والضغوط المدرسية لدى التلاميذ المترشحين لامتحان البكالوريوس، وكذا معرفة مستوى المرونة النفسية ومستوى الضغوط المدرسية لديهم، ودراسة الفروق بين الجنسين في المرونة النفسية والضغط الدراسي. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) تلميذ وتلميذة منهم ٦٢ ذكور و٨٨ إناث. وتم استخدام مقياس المرونة النفسية ومقياس الضغط المدرسي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتوصلت أهم النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ومنخفضة بين المرونة النفسية والضغوط المدرسية، وأن أفراد عينة الدراسة يتميزون بمستوى مرتفع من المرونة النفسية، وبالنسبة لدراسة متغير الجنس فتبين أنه لا توجد فروق بين التلاميذ الذكور والإناث في المرونة النفسية والضغوط المدرسية.

دراسة صميدة، أسماء (٢٠١٩) هدفت الباحثة من بحثها إلى دراسة العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى المراهقين الذكور والإناث في ضوء المشاركة في الانشطة اللاصفية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبا وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية العامة، واستخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية ومقياس التدفق النفسي، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وأسفرت النتائج إلى عدم

وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات المشاركين وغير المشاركين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية فيما عدا بُعد الإتزان الانفعالي فهو دال إحصائيا عند مستوى دالة ٠.٠١ لصالح غير المشاركين، ووجود علاقة ارتباطية موجبة متوسطة ذات دلالة إحصائية بين متغير المرونة النفسية ومتغير التدفق النفسي عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

ثانيا/ دراسات تناولت الأمن النفسي وعلاقتها بمتغيرات أخرى

دراسة الرقاد، هناء (٢٠١٨) هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الأمن النفسي والمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر في محافظة البلقاء، وتكونت عينة الدراسة (٢١٨) طالبا وطالبة ، كما تم تطوير مقياس لتقصي مستوى الأمن النفسي ومستوى المرونة المعرفية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى تقدير مرتفع للأمن النفسي، ووجود مستوى تقدير مرتفع لمستوى المرونة المعرفية، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a=0.05) بين الأمن النفسي والمرونة المعرفية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لدى طلبة الصف العاشر في محافظة البلقاء.

دراسة المعشي، محمد (٢٠١٨) هدف البحث إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين، وتكونت العينة من (١٤٦) مراهقًا ومراهقة مقسمين إلى ٧٣ ذكور و٧٣ إناث، وتم تطبيق مقياس جودة الحياة ومقياس الأمن النفسي، كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي والتحليلي والمقارن، وقد أسفرت أهم النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية (موجبة – سالبة) بين درجات جودة الحياة والأمن النفسي، وكذلك إمكانية التنبؤ بالأمن النفسي من جودة الحياة، وأيضا عدم وجود فروق في درجة الأمن النفسي لعينة البحث وفقًا لمتغير النوع.

دراسة البدري، سهى (٢٠١٩) هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التسلط الوالدي كما يدركه الأبناء والأمن النفسي في المرحلة العمرية من ١٥: ١٨ سنة، مع الكشف عن الفروق تبعًا للمرحلة العمرية، وتكونت عينة الدراسة من (٦٣٥) طالبًا وطالبة من الذكور والإناث، اعتمدت هذه الدراسة على استمارة المستوى الاجتماعي والتعليمي للوالدين، مقياس التسلط الوالدي كما يدركه الأبناء، مقياس الأمن النفسي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتوصلت أهم النتائج إلى وجود ارتباط سلبي ذو دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التسلط الوالدي كما يدركه الأبناء والأمن النفسي في المرحلة العمرية من (١٥–١٨ سنة)، ولا توجد فروق ذوات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأمن النفسي تبعًا للمرحلة العمرية من (١٥–١٨ سنة).

دراسة السهيلي، حصة (٢٠٢٠) هدفت الدراسة إلى استكشاف المسؤولية الاجتماعية وارتباطها بالأمن النفسي بين الطلاب والطالبات في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. وتألفت عينة الدراسة من (٤٤٤) طالبا وطالبة، واستخدمت الباحثة مقياس المسؤولية الاجتماعية، ومقياس الأمن النفسي، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وكشفت أهم النتائج الدراسة أن هناك مستوى عال من المسؤولية الاجتماعية والأمن النفسي بين عينة الدراسة بين عينة الدراسة، وأن هناك ارتباط إيجابي ذو دلالة إحصائيا بين المسؤولية الاجتماعية والأمن النفسي.

دراسة الغامدي، وفاء (٢٠٢٠) هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة امتلاك الطالبات الموهوبات في المرحلة الثانوية لمهارات المسؤولية الاجتماعية، ومستويات الأمن النفسي، والكشف عن العلاقة بين الأمن النفسي والمسؤولية الاجتماعية لديهن، تكونت عينة الدراسة من (١٥٩) طالبة موهوبة في مدارس المرحلة الثانوية بمنطقة الباحة، وتم استخدام مقياس الأمن النفسي، ومقياس المسؤولية الاجتماعية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وكشفت أهم النتائج على امتلاك الطالبات الموهوبات في المرحلة الثانوية في منطقة الباحة بمستوى مرتفع من الأمن النفسي

الاجتماعي، ومستوى متوسط من الأمن النفسي الانفعالي والاقتصادي. أيضا وجود علاقة دالة موجبة بين مستوى الأمن النفسي والمسؤولية الاجتماعية لدى الطالبات الموهوبات في المرحلة الثانوية. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات الموهوبات على مقياسي الأمن النفسي والمسؤولية الاجتماعية تعزى لمتغيري (الصف الدراسي، ومع من تعيش الطالبة).

دراسة المهدي، سمية (٢٠٢٠) هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية جامعة البطانة بولاية الجزيرة في ضوء بعض المتغيرات (النوع- المستوى الدراسي) وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة، كما استخدمت مقياس الأمن النفسي ومقياس مستوى الطموح الأكاديمي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، وقد أظهرت أهم نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأمن النفسي ومستوى الطموح الأكاديمي. كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الأمن النفسي بين أفراد العينة تعزى للنوع لصالح الذكور وأيضا أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الأمن النفسي بين أفراد العينة تعزى للمستوى الدراسي (المستوي الثالث).

دراسة هواري، أحلام (٢٠٢٠) تهدف الدراسة إلى الكشف عن مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة تلمسان، تم اختيار عينة مكونة من (١١١) طالب وطالبة ٨١ إناث، ٣٠ ذكور، حيث طبق عليها مقياس الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية، كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي المقارن، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنّ الطلبة يتمتعون بمستوى متوسط من الشعور بالأمن النفسي، كما أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص مستوى الشعور بالأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالأمن النفسي تبعًا لمتغير المستوى الاجتماعي والاقتصادي لأسر الطلبة.

تعقيب على الدراسات التي تناولت المرونة النفسية وعلاقتها بمتغيرات أخرى

١- من حيث الأهداف:

بعد استعراض أهم الدراسات السابقة ذات الصلة بالدراسة الحالية، نلاحظ أن الغالبية العظمى من الدراسات اتفقت في التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية بينما اختلفت في تناولها للمتغيرات المصاحبة لها بحسب الهدف الذي سعت إليه، فهناك دراسة اهتمت بتناول متغير مستوى التدين كدراسة بن يحيى، فرح (٢٠١٦)، ودراسة اهتمت بتناول الرضا عن الحياة مثل دراسة الشيخ، كنان (٢٠١٧)، ودراسة تناولت أنماط التواصل الأسري مثل دراسة عيسى، مغاوري (٢٠١٧)، ودراسة تناولت الشفقة بالذات كدراسة بسيوني، سوزان (٢٠١٩)، ودراسة أهتمت بتناول الضغوط المدرسية مثل دراسة بكير، مليكة (٢٠١٩) ودراسة تناولت التدفق النفسي كدراسة صميدة، أسماء (٢٠١٩).، باستثناء دراسة حسن، أماني (٢٠١٨) التي هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمثابرة الأكاديمية، وأيضًا الكشف عن الفروق في (المرونة النفسية، الطموح، المثابرة الأكاديمية) التي تعزى إلى متغير (التخصص، الصف الدراسي) لدى طالبات المرحلة الثانوية، في حين تميزت الدراسة الحالية في الجمع بين عدة أهداف وهي الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين، والكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي بأبعادهما المختلفة لدى عينة من المراهقين، والتعرف عن الفروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين.

٢- من حيث العينة:

اتفقت بعض الدراسات السابقة في العينة المستخدمة مع الدراسة الحالية، حيث تم إجراؤها على عينة من طلبة المرحلة الثانوية مثل دراسة عيسى، مغاوري (٢٠١٧)، دراسة حسن، أماني (٢٠١٨)، دراسة صميدة، أسماء (٢٠١٩)، في حين اختلفت مع بعض الدراسات السابقة في العينة المستخدمة حيث تم إجراؤها على طلبة الجامعات

مثل دراسة بن يحيى، فرح (٢٠١٦)، دراسة الشيخ، كنان (٢٠١٧)، دراسة بسيوني، سوزان (٢٠١٩)، دراسة بكير، مليكة (٢٠١٩).

٣- من حيث الأدوات:

جميع الدراسات السابقة اتفقت مع الدراسة الحالية في استخدامها لمقياس المرونة النفسية، مع الاختلاف في الإعداد تبعا لاختلاف الأهداف والعينة المناسبة لكل دراسة. وقد تم استخدام مقاييس أخرى تبعا للمتغيرات الأخرى التي تمت دراستها.

٤- من حيث المنهج:

اتفقت جميع الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استخدام المنهج الوصفي باختلاف أنواعه.

التعقيب على دراسات متغير الأمن النفسي

١- من حيث الهدف:

بعد استعراض أهم الدراسات السابقة ذات الصلة بالدراسة الحالية، اتفقت الدراسات السابقة في التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي، بينما اختلفت في تناولها للمتغيرات المصاحبة لها بحسب الهدف الذي سعت اليه، فهناك دراسة اهتمت بمتغير جودة الحياة مثل دراسة المعشي، محمد (٢٠١٨)، ودراسة اهتمت بمتغير التسلط الوالدي مثل دراسة البدري، سهى (٢٠١٩)، ودراستان اهتمت بتناول المسؤولية الاجتماعية مثل دراسة السهيلي، حصة (٢٠٢٠)، ودراسة الغامدي، وفاء (٢٠٢٠) ، ودراسة أهتمت بمتغير مستوي الطموح الأكاديمي مثل دراسة المهدي، سمية (٢٠٢٠)، باستثناء دراسة الرقاد، هناء (٢٠١٨) هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الأمن النفسي والمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر في محافظة البلقاء، ودراسة هواري، أحلام (٢٠٢٠) التي هدفت الى الكشف عن مستوى الشعور بالأمن النفسي، ودراسة الغامدي، وفاء (٢٠٢٠) التي هدفت إلى التعرف على درجة امتلاك الطالبات

الموهوبات في المرحلة الثانوية لمهارات المسؤولية الاجتماعية، ومستويات الأمن النفسي، في حين تميزت الدراسة الحالية في الجمع بين العديد من الأهداف وهي الكشف عن مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين، والكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي بأبعادهما المختلفة لدى عينة من المراهقين، والتعرف على الفروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين.

٢- من حيث العينة:

اتفقت بعض الدراسات السابقة في العينة المستخدمة مع الدراسة الحالية، حيث تم إجراؤها على عينة من طلبة المرحلة الثانوية مثل دراسة معشي، محمد (٢٠١٨)، دراسة البدري، سهى (٢٠١٩)، دراسة الرقاد، هناء (٢٠١٨)، ودراسة الغامدي، وفاء (٢٠٢٠)، في حين اختلفت مع بعض الدراسات السابقة في العينة المستخدمة حيث تم إجراؤها على طلبة الجامعات مثل دراسة بن السهيلي، حصة (٢٠٢٠)، دراسة المهدي، سمية (٢٠٢٠)، دراسة هواري، أحلام (٢٠٢٠).

٣- من حيث الأدوات:

جميع الدراسات السابقة اشتركت في استخدامها لمقياس الأمن النفسي مع الدراسة الحالية، مع الاختلاف في الإعداد والتطوير تبعا لاختلاف الأهداف والعينة المناسبة لكل دراسة. وقد تم استخدام مقاييس أخرى تبعا للمتغيرات الأخرى التي تمت دراستها.

٤- من حيث المنهج:

اتفقت جميع الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استخدام المنهج الوصفي باختلاف أنواعه.

المنهجية البحثية

منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن (عبد الوهاب وسليمان، ٢٠١٦) وذلك لملائمته في تحقيق أهداف الدراسة، حيث استخدمت الطريقة الارتباطية للتعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة، واستخدمت طريقة المقارنة للتعرف على الفروق في متغيرات الدراسة وفقا للمتغيرات الديموغرافية محل المقارنة.

المجتمع والعينة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المراهقين المقيمين في مدينة جدة الذين تبلغ أعمارهم (١٢-١٨) عامًا والبالغ عددهم (٥٩٩٦٥) نسمة (وزارة التعليم ،٢٠٢١). حيث كان غالبيتهم يعيشون في كنف والديهم، وقد تم جمع عينة عشوائية من طلبة المرحلة المتوسطة والثانوية في مدينة جدة. (ن= ٥١٢) تتراوح أعمارهم من (١٢) إلى (١٨) عام. وقد تم إنشاء استبانة إلكترونية وإرسالها للمشاركين عبر البريد الإلكتروني بالإضافة إلى نشرها في مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة. كما تم أخذ موافقة المشاركين إلكترونيا قبل بدئهم بالإجابة على الاستبانة. وتم تقسيم العينة الكلية إلى عينات فرعية حسب المتغيرات الديموغرافية: الجنس (ذكور، إناث)، المرحلة الدراسية (المتوسط، الثانوي). جدول (١) يوضح الخصائص الديموغرافية للمشاركين.

جدول (١) الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة (ن= ٥١٢)

المتغير	النوع	ن	%
الجنس	ذكور	٩٥	%١٩
	إناث	٤١٧	%٨١
المرحلة الدراسية	المتوسط	١١٢	%٢٢
	الثانوي	٤٠٠	%٧٨

أدوات الدراسة

أولا: استبانة الأسئلة الديموغرافية:

وتضم أسئلة عن الجنس، المرحلة الدراسية.

ثانيا: مقياس المرونة النفسي من ترجمة رشا عبد الستار (٢٠١٥)

يتكون المقياس من (١٧) فقرة مقسمة الى (٤) عوامل وهي كالتالي:

- **عامل المثابرة:** يحتوي هذا البعد على (٥) عبارات وهي (١٢،١٤،١٥،١،٣).
- **عامل الإحساس بالمعنى:** يحتوي هذا البعد على (٤) عبارات وهي (١٣،٢٠،١٧،١١).
- **عامل الاتزان:** يحتوي هذا البعد على (٣) عبارات وهي (٥،٨،١٦).
- **عامل الثقة بالنفس:** يحتوي هذا البعد على (٣) عبارات وهي (٦،٧،١٠).

وبدائل الإجابة على عبارات المقياس في أربعة مستويات (دائما، أحيانا، نادرا، أبدًا)، حيث تقيم العبارات على النحو التالي (دائما=٤، أحيانا= ٣، نادرا= ٢، أبدًا= ١). وتشير الدرجة المرتفعة إلى مستوى مرتفع في المرونة النفسية.

الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

- الثبات باستخدام ألفا كرونباخ

تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لكل الأبعاد الفرعية والمقياس كاملًا:

بُعد المثابرة (a=٠,٧٤)، وبُعد الإحساس بالمعنى (a= ٠,٧٧)، وبُعد الاتزان (a=٠,٧١)، وبُعد الثقة بالنفس.
(a= ٠,٧٨)، والمقياس كاملًا (a= ٠,٨١).

- **الاتساق الداخلي**

تم التحقق من الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية (جدول٢)، وبين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له (جدول٣)، وبين كل بعد والدرجة الكلية (جدول٤).

جدول (٢) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للمرونة النفسية.

المرونة النفسية	١	٣	٥	٦	٧	٨	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	٢٠
	٠,٥٤	٠,٥٣	٠,٥٢	٠,٦٠	٠,٣٦	٠,٦٦	٠,٥٨	٠,٥٧	٠,٦٦	٠,٦٠	٠,٤١	٠,٧١	٠,٥٩	٠,٦٠	٠,٣٨

جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠.٠١

يتضح من الجدول (٢) أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ حيث تراوحت بين (٣٦،-٧١،) وهذا يدل على أن معاملات الارتباط تتراوح من الضعف إلى القوة.

جدول (٣) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له للمرونة النفسية.

البعد الأول المثابرة (٥ بنود)		البعد الثاني الإحساس بالمعنى (٤ بنود)		البعد الثالث الاتزان (٣ بنود)		البعد الرابع الثقة بالنفس (٣ بنود)	
البند	ر	البند	ر	البند	ر	البند	ر
١٢	٠,٧٥	١٧	٠,٧٠	٥	٠,٦١	٦	٠,٧٣
١٤	٠,٥٥	١١	٠,٦٧	٨	٠,٦٨	٧	٠,٦٤
١٥	٠,٧٥	١٣	٠,٧٠	١٦	٠,٦٥	١٠	٠,٧٢
١	٠,٦٤	٢٠	٠,٦٦				
٣	٠,٦٦						

جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ٠.٠١

تشير النتائج في جدول (٣) أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ حيث تراوحت بين (٥٥,-٧٥,)، وهذا يدل على أن معاملات الارتباط تتراوح من المتوسط إلى القوي.

جدول (٤) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل بعد والدرجة الكلية للمرونة النفسية.				
المتغيرات	المثابرة	الإحساس بالمعنى	الاتزان	الثقة بالنفس
المرونة النفسية	٠,٨٨	٠,٨٤	٠,٧٧	٠,٧٥
جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ٠.٠١				

تشير النتائج في جدول (٤) أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ حيث تراوحت بين (٨٨،-٧٥،) وهذا يدل على أن معاملات الارتباط قوية، و يشير ذلك إلى صدق كل فقرات مقياس المرونة النفسية عن طريق الاتساق الداخلي؛ مما يدل على التجانس الداخلي لمقياس المرونة النفسية.

ثالثا: مقياس الأمن النفسي من إعداد زينب شقير (٢٠٠٥)

يتكون المقياس من (٥٤) بند مقسمة إلى (٤) محاور وهي كالتالي:

- **تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل:** يحتوي هذا المحور على (١٤) بند وهي (١،٢،٣،٤،٥،٢٠،٢١،٢٢،٢٣،٢٤،٢٥،٢٦،٢٧،٢٨) عبارة منها عبارات إيجابية ذات الأرقام (١،٢،٣،٤،٥)، و(٩) عبارات سلبية وهي (٢٦،٢٧،٢٨ ،٢٤،٢٥، ٢٣، ٢٢ ،٢٠،٢١).
- **محور الحياة العامة والعملية:** يحتوي هذا المحور على (١٨) بند وهي (٦،٧،٨،٩،١٠،١١،١٢،١٣،١٤،٢٩،٣٠،٣١،٣٢،٣٣،٣٤،٣٥،٣٦،٣٧) عبارة منها عبارات إيجابية ذات الأرقام (٦،٧،٨،٩،١٠،١١،١٢،١٣،١٤)، و(٩) عبارات سلبية وهي (٢٩،٣٠،٣١،٣٢،٣٣،٣٤،٣٥،٣٦،٣٧).

- **محـــور الحالـــة المزاجيـــة:** يحتـوي هـذا المحـور علـى (١٠) بنـود وهـي (٣٨،٣٩،٤٠،٤١،٤٢،٤٣،٤٤،٤٥،٤٦،٤٧) وتشـمل علـى بنـود سـلبية وهـي (٣٨،٣٩،٤٠،٤١،٤٢،٤٣،٤٤،٤٥،٤٦،٤٧).

- **محـــور العلاقـــات الاجتماعيـــة:** يحتـوي هـذا المحـور علـى (١٢) محـور وهـي (١٥،١٦،١٧،١٨،١٩،٤٨،٤٩،٥٠،٥١،٥٢،٥٣،٥٤) عبارة منها عبارات إيجابية ذات الأرقـام (١٥،١٦،١٧،١٨،١٩)، و(٦) بنـود سـلبية وهـي (٥٤ ،٥٣، ٥٢، ٥١،٥٠، ٤٩، ٤٨)

- وبدائل الإجابة على بنود المقياس في أربعة مستويات (موافق بشدة، موافق، غير موافق، غير موافق بشدة)، حيث تقييم المحاور الإيجابية على النحو التالي (موافق بشدة=٣، موافق=٢، غير موافق=١، غير موافق بشدة=٠)، وتقيم المحاور السلبية علـى النحـو التـالي (موافـق بشـدة=٠، موافـق=١، غيـر موافـق=٢، غيـر موافـق بشدة=٣) وتشير الدرجة المرتفعة الى مستوى مرتفع في الأمن النفسي.

الخصائص السيكومترية لمقياس الأمن النفسي:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

- الثبات باستخدام ألفا كرونباخ

تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لكل الأبعاد الفرعية والمقياس كاملًا: بُعد تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل (a=٠,٧٣)، وبُعد الحياة العامة والعملية للفرد (a= ٠,٧٤)، وبُعد الحالة المزاجية للفرد (a=٠,٨٦)، وبُعد الحالة الاجتماعية للفرد (a= ٠,٧٧)، والمقياس كاملًا (a= ٠,٩٠).

- الاتساق الداخلي

تم التحقق من الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية (جدول٥)، وأيضا بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له(جدول٦)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمرونة النفسية (جدول٧).

جدول (٥) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للأمن النفسي.

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥
٠,٤٠	٠,٥٥	٠,٣٧	٠,٢٥	٠,٤٢	٠,٢١	٠,٢٠	٠,٢٥	٠,٢٦	٠,٣٠	٠,٤٠	٠,٥٧	٠,٢٤	٠,٢٨	٠,٢٠
١٢	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠
٠,٢٦	٠,٣٠	٠,٢٩	٠,٣٠	٠,٤٢	٠,٤٣	٠,٥٢	٠,٥٠	٠,٥٣	٠,٤٨	٠,٥٠	٠,٥٧	٠,٥٠	٠,٤٩	٠,٤٣
٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦	٣٧	٣٨	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	٤٣	٤٤	٤٥
٠,٥٥	٠,٣٥	٠,٤٩	٠,٤٧	٠,٣٦	٠,٣٥	٠,٤٠	٠,٥٣	٠,٤٢	٠,٤٩	٠,٤٢	٠,٥٨	٠,٥٤	٠,٥٤	٠,٥٧
٤٦	٤٧	٤٨	٤٩	٥٠	٥١	٥٢	٥٣	٥٤						
٠,٥٢	٠,٥٤	٠,٥١	٠,٥٥	٠,٤٤	٠,٣٧	٠,٥٢	٠,٤٥	٠,٤٠						

جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١

وتشير النتائج في جدول (٥) أن معاملات الارتباط دالة إحصائيا وذلك عند مستوى (٠,٠١)؛ حيث تتراوح (٠,٢٠-٠,٦١) وهذا يدل على أن معاملات الارتباط تتراوح من الضعف إلى القوة.

جدول (٦) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له للأمن النفسي

البعد الأول تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل (١٤ بندًا)		البعد الثاني الحياة العامة والعملية للفرد (١٨ بندًا)		البعد الثالث الحالة المزاجية للفرد (١٠ بنود)		البعد الرابع الحالة الاجتماعية للفرد (١٢ بندًا)	
البند	ر	البند	ر	البند	ر	البند	ر
١	٠,٣٣	٦	٠,٤٠	٣٨	٠,٦٢	١٥	٠,٥٧
٢	٠,٥٢	٧	٠,٣٨	٣٩	٠,٦٣	١٦	٠,٤٣
٣	٠,٤١	٨	٠,٤٠	٤٠	٠,٦٤	١٧	٠,٤٤
٤	٠,٣١	٩	٠,٤٩	٤١	٠,٥٥	١٨	٠,٤٦
٥	٠,٦١	١٠	٠,٥٢	٤٢	٠,٧٥	١٩	٠,٤٦
٢٠	٠,٥٢	١١	٠,٥٦	٤٣	٠,٧٢	٤٨	٠,٥٤
٢١	٠,٥٥	١٢	٠,٣٧	٤٤	٠,٦٣	٤٩	٠,٥٥
٢٢	٠,٥٧	١٣	٠,٦٢	٤٥	٠,٧٦	٥٠	٠,٥٠
٢٣	٠,٥٩	١٤	٠,٥١	٤٦	٠,٦٨	٥١	٠,٣٩
٢٤	٠,٥٩	٢٩	٠,٤٨	٤٧	٠,٦٧	٥٢	٠,٥٠
٢٥	٠,٥٣	٣٠	٠,٤٧			٥٣	٠,٥١
٢٦	٠,٥٩	٣١	٠,٣٩			٥٤	٠,٤٨
٢٧	٠,٦١	٣٢	٠,٥١				
٢٨	٠,٥٤	٣٣	٠,٣٦				
		٣٤	٠,٥٥				
		٣٥	٠,٤٨				
		٣٦	٠,٤٤				
		٣٧	٠,٤٦				

جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ٠.٠١

تشير النتائج في (جدول٦) أن معاملات الارتباط دالة إحصائيا وذلك عند مستوى (٠,٠١)؛ حيث تتراوح (٠,٣١-٠,٧٦) وهذا يدل على أن معاملات الارتباط تتراوح من الضعف إلى القوة.

جدول (٧) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين كل بعد والدرجة الكلية الأمن النفسي				
المتغيرات	تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	الحياة العامة والعملية للفرد	الحالة المزاجية للفرد	الحالة الاجتماعية للفرد
الأمن النفسي	٠,٨٤	٠,٧٩	٠,٧٨	٠,٨١
جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ٠.٠١				

تشير النتائج في جدول (٧) أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ حيث تراوحت بين (,٨٤-,٧٨) وهذا يدل على أن معاملات الارتباط قوية، و يشير ذلك إلى صدق كل فقرات مقياس الأمن النفسي عن طريق الاتساق الداخلي؛ مما يدل على التجانس الداخلي لمقياس الأمن النفسي.

الأساليب الإحصائية

لتحقيق أهداف الدراسة ولتحليل البيانات التي تم جمعها، استخدمت الباحثة البرنامج الإحصائي (SPSS, 22) لتطبيق الأساليب الإحصائية التالية:

١- الإحصاء الوصفي: التكرارات، النسب المئوية، المتوسطات، الانحرافات المعيارية.

٢- معامل ألفا كرو نباخ: لحساب الثبات.

٣- معامل ارتباط بيرسون: للتحقق من وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات وكذلك لحساب الاتساق الداخلي.

٤- اختبار (ت): للتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مفردات عينة الدراسة نحو مقاييس الدراسة باختلاف متغيراتهم الديموغرافية التي تنقسم الى فئتين.

مناقشة النتائج

السؤال الأول: ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمرونة النفسية وأبعادها لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة، وتشير النتائج كما في جدول (٨) إلى وجود مستوى مرتفع للمرونة النفسية لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة.

جدول(٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمرونة النفسية وأبعادها لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة (ن= ٥١٢)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي %	المستوى	الترتيب
المثابرة.	٣,٢٦	٠,٨١	%٨١	مرتفع	٣
الإحساس بالمعنى.	٣,٤٠	٠,٨٥	%٨٥	مرتفع جدًا	١
الاتزان.	٣,٣٤	٠,٨٣	%٨٣	مرتفع	٢
الثقة بالنفس.	٣,٢٦	٠,٨١	%٨١	مرتفع	٣
الدرجة الكلية للمرونة النفسية	٣,٣٢	٠,٨٣	%٨٣	مرتفع	

تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (بكير، ٢٠١٩) التي أسفرت عن وجود مستوى مرتفع على مقياس المرونة النفسية، وكذلك تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع ماجاء في مقدمة الدراسة (الوافي،٢٠٢٠)، بأن أهمية تمتع المراهق بالقدر العالي من المرونة النفسية سوف يجعله يرتقي فوق المواقف الصعبة ويحتفظ بالصحة الإيجابية والأداء الوظيفي الجيد، والتكيف مع مخاطر الحياة.

السؤال الثاني: ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأمن النفسي وأبعاده لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة، كما تشير النتائج في جدول(٩) إلى وجود مستوى متوسط للأمن النفسي لعينة من المراهقين بمدينة جدة.

جدول (٩) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للأمن النفسي وأبعاده لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة (ن= ٥١٢)

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي %	المستوى	الترتيب
تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	٢,٠٦	٠,٥١	%٥١	منخفض	٢
الحياة العامة والعملية للفرد	٢,٢٨	٠,٥٧	%٥٧	متوسط	١
الحالة المزاجية للفرد	١,٩٠	٠,٤٧	%٤٧	منخفض	٣
الحالة الاجتماعية للفرد	٢,٠٤	٠,٥١	%٥١	منخفض	٢
الدرجة الكلية للأمن النفسي	٢,٠٩	٠,٥٢	%٥٢	متوسط	

تتفق متوسطات عينة الدراسة الحالية مع متوسطات دراسة (هواري، ٢٠٢٠)، كما تتفق مع دراسة (الغامدي، ٢٠٢٠)، التي أشارت نتائجهما إلى مستوى متوسط من الأمن النفسي.

السؤال الثالث: ما العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي، بأبعاده المختلفة، المرونة النفسية (المثابرة، الإحساس بالمعنى، الاتزان، الثقة بالنفس)، والأمن النفسي(تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل، الحياة العامة والعملية، الحالة المزاجية، الحالة الاجتماعية) لدى عينة من المراهقين في مدينة جدة؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون؛ لتحديد ما إذا كان هناك علاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي بأبعاده المختلفة، كما تشير النتائج في جدول (١٠) إلى وجود علاقة موجبة عند مستوى ٠,٠١ بين بُعد المثابرة وبُعد الاتزان وكل من بُعد تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل، وبُعد الحياة العامة والعملية، وبُعد الحالة الاجتماعية، والدرجة الكلية

للأمن النفسي، ووجود علاقة موجبة عند مستوى ٠,٠١ بين الإحساس بالمعنى وكل من بُعد الحياة العامة والعملية، وبُعد الحالة المزاجية، وبُعد الحالة الاجتماعية، وكذلك وجود علاقة موجبة عند مستوى ٠,٠١ بين بُعد الثقة بالنفس وكل من بُعد الحياة العامة والعملية، وبُعد الحالة الاجتماعية، والدرجة الكلية للأمن النفسي، ووجود علاقة موجبة عند مستوى ٠,٠٥ بين الإحساس بالمعنى والدرجة الكلية للأمن النفسي، وعدم وجود علاقة عند مستوى ٠,٠٥ بين بُعد المثابرة وبُعد الاتزان وبُعد الحالة المزاجية، وعدم وجود علاقة عند مستوى ٠,٠٥ بين بُعد الثقة بالنفس وبُعد تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل وبُعد الحالة المزاجية، ووجود علاقة موجبة عند مستوى ٠,٠١ بين المرونة النفسية وأبعادها المختلفة والأمن النفسي بأبعاده المختلفة لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة.

جدول (١٠) معاملات ارتباط بيرسون بين المرونة النفسية والأمن النفسي وأبعاده المختلفة لدى عينة المراهقين بمدينة جدة (ن= ٥١٢)

المتغيرات	تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	الحياة العامة والعملية	الحالة المزاجية	الحالة الاجتماعية	الدرجة الكلية للأمن النفسي
المثابرة	**٠,١٧	**٠,٢٢	٠,٠٧	**٠,٢٥	**٠,٢٦
الإحساس بالمعنى	٠,٠٧	**٠,٢٩	**٠,٢٣	**٠,١٢	*٠,١١
الاتزان	**٠,١٦	**٠,٢٣	٠,١٠	**٠,١٢	**٠,١٥
الثقة بالنفس	٠,٠٧	**٠,٢٠	٠,٠٩	**٠,١٤	**٠,١٨
الدرجة الكلية للمرونة النفسية	**٠,١٤	**٠,٢٩	**٠,١٢	**٠,١٦	**٠,٢٩

*** دالة عند مستوى ٠.٠٥ ** دالة عند مستوى ٠.٠١**

لم تجد الباحثة دراسة مفصلة تبحث في العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي، ولكن هذه النتيجة متسقة مع ماجاء به مقال (عودة، ٢٠٢١) بعنوان المرونة النفسية "بأن غير القادرين على تقبل الحياة وصعوباتها يحدث لهم المشاعر السلبية من الخوف والتوتر والقلق مما يقلل من قدرة الشخص على مواجهة المشكلات ويضعف من مرونة الإنسان".وقد لاحظت الباحثة شح الدراسات سواء العربية و الأجنبية التي تدرس العلاقة بين المرونة النفسية والأمن النفسي.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام اختبار(ت)؛ لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد المرونة النفسية بين الذكور والإناث. كما تشير النتائج في جدول (١١) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى أبعاد المرونة النفسية بين الذكور والإناث.

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
المثابرة	الذكور	٩٥	١٦,١٥	٢,٣١	-٠,٧٨	٠,٤٤
	الإناث	٤١٧	١٦,٣٦	٢,٤٥		
الإحساس بالمعنى	الذكور	٩٥	١٣,٦١	٢,٠٧	-٠,١٢	٠,٩١
	الإناث	٤١٧	١٣,٦٤	٢,٠٧		
الاتزان	الذكور	٩٥	٩,٩٤	١,٤٣	-٠,٦٩	٠,٤٩
	الإناث	٤١٧	١٠,٠٥	١,٤٩		
الثقة بالنفس	الذكور	٩٥	٩,٥٤	١,٤٣	-١,٧١	٠,٠٨
	الإناث	٤١٧	٩,٨٢	١,٤٦		

تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (الشيخ، ٢٠١٧) التي كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الذكور والإناث في المرونة النفسية مع متغيرات أخرى تم دراستها مثل متغير الاختصاص.

وكذلك تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (بكير، ٢٠١٩) التي أسفرت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الذكور والإناث في المرونة النفسية مع متغيرات أخرى تم دراستها مثل الضغوط المدرسية.

السؤال الخامس: هل توجد فروق في مستوى أبعاد المرونة النفسية لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة، تعزى لمتغير المرحلة الدراسية(متوسط، ثانوي)؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت)؛ لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد المرونة النفسية بين المتوسطة والثانوية. كما تشير النتائج في جدول (١٢) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ في مستوى بعدي المثابرة والاتزان لصالح المتوسطة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٠١ في مستوى بُعد الإحساس بالمعنى لصالح المتوسطة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى بُعد الثقة بالنفس بين المجموعة المتوسطة والمجموعة الثانوية.

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
المثابرة	المتوسطة	١١٢	١٥,٧٣	٢,٧٧	٢,٩٥	**٠,٠٠٣
	الثانوية	٤٠٠	١٦,٤٩	٢,٢٩		
الإحساس بالمعنى	المتوسطة	١١٢	١٢,٩٣	٢,٣٣	٤,١٤	***٠,٠٠٠
	الثانوية	٤٠٠	١٣,٨٣	١,٩٥		
الاتزان	المتوسطة	١١٢	٩,٧١	١,٨٢	٢,٦٦	**٠,٠٠٨
	الثانوية	٤٠٠	١٠,١٢	١,٣٥		
الثقة بالنفس	المتوسطة	١١٢	٩,٥٧	١,٦٢	١,٦١	٠,١١
	الثانوية	٤٠٠	٩,٨٢	١,٤١		

تتفق نتيجة الدراسة الحالية في بعض الجوانب – فيما يخص المثابرة – مع دراسة (حسن، ٢٠١٨) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في المثابرة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية، ولكن تختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة

(السنباني،٢٠٢٠) التي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما – يخص الثقة بالنفس – للمرحلة المتوسطة والثانوية.

السؤال السادس: هل توجد فروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة، تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام اختبار(ت)؛ لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد الأمن النفسي بين الذكور والإناث. كما تشير النتائج في جدول (١٣) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى بُعد الحياة العامة والعملية للفرد لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى بُعد تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل، وبُعد الحالة المزاجية للفرد، وبُعد الحالة الاجتماعية بين الذكور والإناث.

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	الذكور	٩٥	٢٩,١٥	٤,٣٧	٠,٨٥	٠,٣٩
	الإناث	٤١٧	٢٨,٧٢	٤,٣٩		
الحياة العامة والعملية للفرد	الذكور	٩٥	٤٢,٠١	٤,٨٠	٢,٢١	*٠,٠٢٨
	الإناث	٤١٧	٤٠,٧٦	٥,٠٠		
الحالة المزاجية للفرد	الذكور	٩٥	١٨,٩١	٤,٢٧	٠,٢٩	٠,٧٦
	الإناث	٤١٧	١٩,٠٦	٤,٧٩		
الحالة الاجتماعية للفرد	الذكور	٩٥	٢٥,١٣	٣,٧٨	١,٨١	٠,٠٧
	الإناث	٤١٧	٢٤,٣١	٣,٩٨		

تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (الرقاد،٢٠١٨) التي أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس، وكذلك تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (هواري، ٢٠٢٠) التي توصلت نتائجها

إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص مستوى الشعور بالأمن النفسي مع متغيرات أخرى تم دراستها مثل الجنس.

السؤال السابع: هل توجد فروق في مستوى أبعاد الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين بمدينة جدة، تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (متوسط، ثانوي)؟ وللإجابة على هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام اختبار(ت)؛ لتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أبعاد الأمن النفسي بين المتوسطة والثانوية. كما تشير النتائج في جدول (١٤) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى أبعاد الأمن النفسي بين المجموعة المتوسطة والمجموعة الثانوية.

البعد	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تكوين الفرد ورؤيته للمستقبل	المتوسطة	١١٢	٢٨,٩٠	٤,٦٨	٠,٢٧	٠,٧٩
	الثانوية	٤٠٠	٢٨,٧٨	٤,٣٠		
الحياة العامة والعملية للفرد	المتوسطة	١١٢	٤٠,٧٤	٥,٠٧	٠,٦١	٠,٥٤
	الثانوية	٤٠٠	٤١,٠٧	٤,٩٦		
الحالة المزاجية للفرد	المتوسطة	١١٢	١٩,٦٨	٤,٩٣	١,٦٥	٠,١٠
	الثانوية	٤٠٠	١٨,٨٦	٤,٦٠		
الحالة الاجتماعية للفرد	المتوسطة	١١٢	٢٤,٥٦	٣,٨٣	٠,٣٠	٠,٧٦
	الثانوية	٤٠٠	٢٤,٤٤	٣,٩٩		

تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (البدري، ٢٠١٩). التي كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأمن النفسي مع متغيرات أخرى تم دراستها مثل المرحلة العمرية من (١٥-١٨ سنة).

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي فإن الباحثة تقدم مجموعة من التوصيات وهي كما يلي:

- حث الباحثين لزيادة البحث عن الاحتياجات النفسية والاجتماعية والجسدية للمراهقين.
- إعداد الدورات التدريبة لتحسين مستوى الأمن النفسي بين المراهقين.
- الحث على إشراك المؤسسات التربوية ووجهات الإعلام المرئي والمسموع في إدراج برامج توعوية لكل من هو قائم على العملية التربوية لزيادة الوعي بأهمية المرونة النفسية ودورها في تحقيق الأمن النفسي لفئة المراهقين.

المقترحات البحثية

في ظل النتائج التي تم التوصل إليها، أدركت الباحثة وجود مجالات بحثية متعلقة بطبيعة الدراسة تحتاج إلى البحث والتقصي، ومنها:

- المرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينات أخرى (المتزوجين).
- القمع الانفعالي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من المراهقين.
- الاستقرار المادي وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينات أخرى (طلبة المرحلة الجامعية).
- فاعلية برنامج إرشادي في تحسين مستوى الأمن النفسي لدى عينة من أسر المرابطين في الحد الجنوبي.
- دراسة نوعية عن التحديات التي تواجه المراهقين.

المراجـــــــــع

- البدري، فايزة عبد المجيد، ومحمد. (٢٠١٩). التسلط الوالدي كما يدركه الأبناء وعلاقته بالأمن النفسي في المرحلة العمرية من (١٥-١٨) سنة. *مجلة دراسات الطفولة*، ٢٢ (٨٣)، ٧١-٧٩.
- بسيوني، وجدان الخياط. (٢٠١٩). الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طالبات جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية. *مجلة كلية التربية*،٣٥ (٤)، ٥١٧-٥٥١.
- البشارات، ونصر مقابلة. (٢٠٢٠). المرونة النفسية وعلاقتها بالالتزام الأكاديمي لدى طلبة جامعة اليرموك. *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*،٢٨ (٥)، ٧٨٣-٧٦٤.
- بكير، مليكة. (٢٠١٩). الرضا عن الحياة وعلاقته بالمرونة النفسية والضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة. *دفاتر البحوث العلمية*، ٧ (١)، ٧٤-٤٨.
- الجمعية الأمريكية لعلم النفس. (٢٠١٢). *بناء مرونتك*.

http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx.

- حسن، أسامة. (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي قائم على اليقظة العقلية لتنمية المرونة النفسية وخفض القلق لدى أمهات أطفال ذوي الإعاقة الفكرية البسيطة. *المجلة التربوية*، ٧٩ (٢٩)، ١٣٧٥-١٤١٣.
- حسن، أماني. (٢٠١٨). القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمثابرة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية*، ٣٤ (٦)، ٣٣٧-٣٨٨.
- حمد، منيرة. (٢٠٢٠). المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القريات بالمملكة العربية السعودية. *العلوم التربوية والنفسية*، ٤ (٣٤)، ١٢٢-١٣٩.
- الرقاد، ووصفي الصوالحة. (٢٠١٨). الأمن النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة البلقاء. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية*، ٤١ (٤١)، ٦٦٥- ٦٧٧.
- الزعبي، أحمد. (٢٠١٥). الأمن النفسي وعلاقته بفاعلية الأنا لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*،١٣ (٤)، ١١-٤٢.

- السنباني، وعلي الطارق. (٢٠٢٠). الثقة بالنفس وعلاقتها بجنس المعلم لدى طلبة المرحلة الإعدادية في أمانة العاصمة صنعاء. *مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية، (٣)*، ٧-٤٦.

- السهيلي، حصة. (٢٠٢٠). المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. *مجلة العلوم التربوية، ٢٨* (٣)، ٤٢٩-٤٦٠.

- شقير، زينب. (٢٠٠٥). *مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)*. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

- الشيخ، كنان. (٢٠١٧). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق. *مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، ٣٩* (٢)، ٣٧١-٣٩٢.

- صميدة، محمد زهران، ومحمد. (٢٠١٩). العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى عينة من المراهقين في ضوء المشاركة في الأنشطة اللاصفية. *دراسات تربوية واجتماعية، ٢٥* (٥)، ٢٩-٩٠.

- الصوافي، محمد. (٢٠١٩). مستوى الأمن النفس ي لدى عينة من طلبة جامعة نزوى في سلطنة عمان. *مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٣* (٣٠)، ١٦١- ١٤٢.

- طاهات، لينا. (٢٠٢١). المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من الطلبة اللاجئين السوريين في الأردن. *المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل،٢٢* (١)، ١٧٩-١٨٦.

- عبد الستار، رشا. (٢٠١٥). *مقياس مرونة التكيف (المرونة النفسية)*. مكتبة الأنجلو المصرية.

- عبداللاه، وائل الشاذلي، وإبراهيم. (٢٠٢٠). غياب الأب وعلاقته بكل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المراهقين. *مجلة شباب الباحثين، ٧* (٧)،٦٨٣-٧١٩.

-عبده، أسماء. (٢٠١٧). الأمن النفسي وعلاقته بالتنمر لدى المراهقين. *مجلة البحث العلمي في التربية، ٦* (١٨)، ١٨٧-٢٠٢.

-عبد الوهاب، طارق، وسليمان، مصطفى. (٢٠١٦). *مناهج البحث في علم النفس* (ط٣). خوارزم العلمية.

-عودة جهاد. (٢٠٢١، نوفمبر ١٦). *المرونة النفسية*. الجارديان المصرية.
https://www.alguardian.com/52260

-عيسى، عبد الله العصيمي. (٢٠١٧). أنماط التواصل الأسري وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف. *مجلة الإرشاد النفسي، (٤٩)*، ٢١٧-٢٥٨.

- الغامدي، وفاء. (٢٠٢٠). الأمن النفسي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى الطالبات الموهوبات في المرحلة الثانوية بمنطقة الباحة. *مجلة كلية التربية*، ٣٩ (١٨٥)، ٧٠٩-٧٥١.

- مسافر، علي. (٢٠٢١). الذكاء الروحي والأمن النفسي وقلق الموت لدى طالب الجامعة في ظل جائحة كورونا. *المجلة التربوية*،٨٥(٨٥)،٧٧١-٨١٢.

- المعشي، محمد. (٢٠١٨). جودة الحياة وعلاقتها بكل من السلوك الاجتماعي والأمن النفسي لدى عينة من المراهقين. *مجلة كلية التربية*، ٣٤ (٢)، ٢٣١-٢٧٠.

- ملحم، سامي محمد. (٢٠١٤). *علم نفس النمو دورة حياة الإنسان*. دار الفكر للنشر والتوزيع.

- المهدي، سمية. (٢٠٢٠). العلاقة بين الأمن النفسي ومستوى الطموح الأكاديمي وفقا للاقتصاد المعرفي دراسة ميدانية لطلاب كلية التربية – جامعة البطانة. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، ٤ (١٦)، ١٩٧-٢٢٢.

- نعيمة، غازلي. (٢٠١٨). الأمن النفسي والمناخ الأسري لدى المراهقين المدمنين على المخدرات ودور العلاج العائلي في ذلك. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، ١٠ (٣)، ٣٨٣-٣٩٢.

- هواري، يحيى بشلاغم. (٢٠٢٠). مستوى الشعور بالأمن النفسي في ظل بعض المتغيرات. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، ٣ (٦)، ٢٣٩-٢٥١.

- الوافي، منال. (٢٠٢٠). *المرونة النفسية وعلاقتها بالرفاهية الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الملك عبد العزيز* [رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز]. المكتبة الرقمية.

- وزارة التعليم. (٢٠٢٠). *بيانات عدد طلاب التعليم العام ٢٠١٤-٢٠٢١*.

https://data.gov.sa/Data/ar/dataset/2014-2021

- بن يحيى، فرح. (٢٠١٦). مستوى التدين المعرفي والسلوكي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين. *دراسات في علوم التربية*،١ (١)، ٢٤٤-٢٦٢.

- اليماني، خيرية. (٢٠٢٠). الأمن النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى عينه من تلميذات المرحلة الابتدائية في مدينة جدة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٤ (١١) ،١١٠-١٣١.