الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

إعداد

جهاد أحمد خيري عبد الظاهر

باحثة ماجستير في الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الفيوم

أ.د/ سيد أحمد محمد الوكيل

أستاذ علم النفس الإكلينيكي

كلية الآداب. جامعة الفيوم بمصر والعلوم والتقنية في الفجيرة

د/ محمد محمود عبد النبي

أستاذ علم النفس التربوي المُساعد

كلية التربية. جامعة الفيوم

المُستلخص

استهدفت الدراسة الحالية التعرف على الفروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة(الأرملة وزوجة السجين) في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية المُتمثلة في (عدد سنوات الإعالة، عدد الأبناء، المستوى التعليمي للمرأة المعيلة، عمر المرأة المعيلة)، وتكونت العينة من 218 إمرأة معيلة بواقع 100 زوجة سجين و118 أرملة، تراوحت أعمارهن ما بين 25 إلى 50 عاماً بمتوسط عمري قدره (39.5)عاماً وانحراف معياري قدره (7.06) واعتمدت الدراسة على استخدام المنهج الوصفي بتصميمه المُقارن؛ وتضمنت الأدوات المُستخدمة في الدراسة استبانة جمع البيانات الأولية ومقياس الصلابة النفسية للأرامل وزوجات السجناء(إعداد الباحثين)، وأظهرت النتائج أنه لم توجد فروق دالالة إحصائياً في الدرجة الكلية للصلابة النفسية للمرأة المعيلة تُعزى إلى (عدد الأبناء، مدة الإعالة)؛ بينما وجدت فروق دالة إحصائياً في الدرجة الكلية للصلابة النفسية تُعزى لمتغير(المستوى التعليمي للأم) في اتجاه الأمهات ذوات مستوى التعليم فوق متوسط، كما وجدت فروق دالة إحصائياً في الدرجة الكلية للصلابة النفسية للمرأة المعيلة

ككل وأبعادها الالتزام والتحكم (وفقاً لأعمار العينة) في اتجاه الأمهات ذوات الأعمار فوق40 عاماً، بينما لم توجد فروق دالة بين العينة في بعد التحدى، وقد أوصت الدراسة بمجموعة من التوصيات التي يجب الأخذ بها لتحسين مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة.

الكلمات المفتاحية:

الصلابة النفسية – المتغيرات الديموجرافية– الأرملة– زوجة السجين– المرأة المعيلة.

Psychological Hardiness among the Breadwinner Woman in the light of Some Demographic Variables

Abstract:

The current study aimed to identify the differences in Psychological Hardiness among the breadwinner women (widow and the prisoners' wives) in the light of some demographic variables as dependency years, number of children, the educational level of the breadwinner woman, and the age of the breadwinner woman). The sample consisted of 218 breadwinner woman; divided into 100 wives of prisoners and 118 widows' woman. There ages ranged from 25 to 50 years old The tools that used in data collection included a questionnaire for collecting primary data and psychological hardness scale for widows and wives of prisoners (prepared by researchers).

Results showed that there weren't statistically significant differences in the total score of psychological hardiness among the breadwinner woman, attributed to (number of children, the period of dependency); While there were statistically significant differences in the total degree of psychological hardiness attributed to (the educational level) in the direction of mothers with an education level above average, and there were statistically significant differences in the total degree of psychological hardness and its dimensions of commitment and control (according to the ages of the sample) toward mothers over 40 years of age, while there weren't statistically differences between the sample in the challenge dimension. The study recommended a set of recommendations that should be taken to improve the level of psychological hardness for the breadwinner woman.

Key Words:

Psychological Hardiness- Demographic Variables – Widow Woman - Prisoner's Wife – Breadwinner Woman**.**

مقدمة:

من المعروف أن التربية تُعد عمليةٌ طويلةٌ ومعقدةٌ وبالغة الصعوبة، وتحتاج إلي جهدٍ طويلٍ ومتواصلٍ لأن بناء النفوس أشق وأعسر من بناء البيوت، وتُعد الأسرة أولي مؤسسات التربية التي ينشأ فيها الطفل ويترعرع، حيث يقوي المجتمع ويزدهر حين تقوي الروابط بين أفرادها وحين يقوي دورها في الرعاية والعناية والإشراف على أبنائها، ويضعف المجتمع ويضمحل حين يضعف سلطانها ودورها في الإشراف والرعاية للأبناء؛ وقد اتفقت معظم الدراسات والبحوث السيكولوجية خاصةً تلك الدراسات التي أُجريت في مجال تنشئة وتربية الطفل علي أهمية الوالدين في حياة الطفل وفي تكوين شخصيته باعتبارهما المعلم الأول في حياته (سيد الوكيل، 2010، 188–240).

والمرأة المعيلة ظاهرة ليست حديثة العهد في المجتمعات الإنسانية بل هي ظاهرة قديمة قدم الإنسانية،ولكن أعدادها تزايدت في ظل إرتفاع نسب الطلاق في المجتمع، بالاضافة إلى حالات الأرامل اللائى انضممن لسوق العمل، وقد دفعتهُن الرغبة والحاجة إلى تربية أبنائهن وتوفير الحياة الكريمة لهن وتلبية متطلباتهن، وعليه أصبحت المرأة تتعرض للضغوط النفسية بسبب قيامها بجميع الواجبات واستيفائها للمتطلبات الأساسية للحياة (سناء حسن، 2013 ، 686).

وتواجه المرأة المعيلة عديد من المشكلات الاجتماعية والصحية والنفسية والاقتصادية والتعليمية، مما قد يُفقدها ترابُطها القوي بأفراد أسرتها، نتيجة غيابها لفتراتٍ طويلةٍ عن المنزل، وقد تشعر المرأة المعيلة بالإحباط والخوف والقلق مما قد يشكل تهديدًا للتوازُن الاجتماعي والنفسي لها، وما تواجههُ المرأة المعيلة حال فقد العائل للأسرة وتعايُشها مع بيئة تفتقر الموارد اللازمة لتلبية أوجه القُصور والعجز في حياة المرأة المعيله (نعيم شلبي، 2003، 336).

وتُواجه المرأة المعيلة عديد من الضغوطات ومُنغصات الحياة اليومية بأبعادها المختلفة، الأمر الذى يؤدى بها إلى المُعاناة من الاضطرابات النفسية المختلفة، فكثير من النساء المعيلات يواجهن الحياة بمفردهن وذلك نتيجة لغياب العائل الأساسى عن الأسرة

وهو الأب، كونها أصبحت عائلاً أساسياً للأسرة مما يُمثل حدثاً ضاغطاً رئيساً ومستمراً لديها (كرستين شفيق،2020).

كما تُواجه المرأة المعيلة عديد من التحديات نتيجة تصدرها مشهد العائل الوحيد للأسرة فهي المسؤول الأول والأخير عن كفاءة تربية أبنائها وقد تتسبب تلك التحديات التي تواجهها في وقوعها فريسةً للضغوط النفسية وهذا ما أظهرته نتائج دراسة سامية عبد الرحمن (٢٠٠٣) والتي أشارت الى أن المرأه المعيلة تعاني من ضعف القدرة على اتخاذ القرار وسوء العلاقات الاجتماعية مع الابناء وضعف القدره على تحقيق الذات مما يؤدي لصعوبة التكيف مع البيئة الخارجية.

بينما أشارت نتائج دراسة نيفردون Neverdon- merritt (1996) الى أن المرأة المعيلة لا تتمكن من القيام بعملية التنشئة الاجتماعية السليمة لأطفالها نظرا لسعيها المستمر في توفير الحاجات الأساسية من المأكل والمشرب والملبس ويتشتت وجودها بين العمل والمنزل مما ينعكس على أبنائها وخاصة الأطفال، وكذلك دراسة Kinyoung(2000) فقد اتضح من نتائجها معاناة أبناء المرأة المعيلة من عدم القدرة على ممارسة أي أنشطة ترفيهية وحرمانهم من الشعور بالأمان والدفء الأسري والرعاية المتكاملة.

وبتوجيه الضوء إلى تلك الظاهرة نجد أن التركيز على الجوانب الايجابية في الشخصية، وعلى المُتغيرات التي من شأنها أن تجعل الفرد يظل محتفظًا بصحته الجسمية والنفسية أثناء مواجهة الضغوط، هو تم تناوله تحت مصطلح "الصلابة النفسية للمرأة المعيلة"، وقد تناولت بعض الدراسات مُتغير الصلابة النفسية كأحد أهم هذه المُتغيرات الايجابية كدراسة كل من نبيل دخان وبشير الحجار (٢٠٠6) التي أشارت إلى أهمية الصلابة النفسية في مواجهة الضغوط، وأن الصلابة النفسية المُرتفعة تؤدي إلى النمو السوي للفرد، والقدرة على التوافق مع البيئة المُتغيرة.

وأوضح عماد مخيمر (١٩٩٧،١٢٩) أن الصلابة النفسية تؤدي دوراً مهماً كأحد متغيرات المقاومة أو الوقاية من الأثر النفسي والجسمي، الذي تعرض له الشخص نتيجة التعرض إلى الضغوط بالإضافة إلى إدراك الحدث الضاغط بواقعية ومواجهته بفاعلية.

مشكلة البحث:

باستعراض أدبيات التراث البحثي الذي تناول الفروق في الصلابة النفسية تبعاً لاختلاف المُتغيرات الديموجرافية تبين وجود تعارض في نتائج بعض الدراسات السابقة، حيث أوضحت نتائج بعض الدراسات وجود فروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة تبعاً للمتغيرات الديموجرافية كدراسة جمال شفيق(2011) والتى أشارت الى وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تُعزى لمتغير السن، فيما أشارت نتائج دراستي أماني الشيراوي(2012) ومنيرة حمادة (2016) إلى وجود فروق في مستويات الصلابة النفسية للأرامل تِبعًا لمتغير المستوى التعليمي للأم في اتجاه ذوات التعليم الجامعي والثانوي مقارنةً بالتعليم الابتدائي، كما تبين من نتائج دراسة سناء حسن(2013) ودراسة رضا عمر(2011) وجود فروق دالة إحصائيًا في مستويات الصلابة النفسية بين المعيلات وغير المعيلات في اتجاه غير المعيلات، كما أكَّدت بعض الدراسات السابقة أنه لا ينبغى إهمال عامل الصلابة النفسية للمرأة المعيلة نظراً لتأثيره المباشر في القيام بمسؤولياتها تجاه الأسرة كدراسة (رضا عمر،2011)، وكذلك دراسة عايده حسنين(2004) والتي أكدت على دور الدعم الأسري في الصحة النفسية للطفل كما تبين من نتائج دراستها وجود فروق بين الأطفال الذين تلقوا مساندة أسرية كبيرة وبين الأطفال الذين تلقوا مساندة أسرية قليلة في اتجاه الذين تلقوا مساندة أسرية كبيرة بعد تعرضهم لخبرات صادمة.

وفي المقابل تبين من نتائج بعض الدراسات عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية تبعاً للمتغيرات الديموجرافية كدراسة أماني الشيراوي(2012) والتي أوضحت أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية للمرأة المعيلة (الأرملة) تُعزى لمتغيرات عمر الأرملة وعدد الأبناء وعدد سنين الترمل.

ومن خلال ذلك التعارض في نتائج بعض الدراسات التي تيسر للباحثين الحصول عليها تبرز مشكلة الدراسة الحالية والتي يمكن بلورتها في محاولة الاجابة عن التساؤلات التالية:

– ما مدى وجود فروق دالة إحصائياً لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين في الصلابة النفسية " وفقاً للمستوى التعليمي للأم ؟

– ما مدى وجود فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لعدد الأبناء؟

– ما مدى وجود فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لمدة وفاة أو سجن الزوج ؟

– ما مدى وجود فروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لعمر الأم؟

أهداف البحث:

– التعرف على الفروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لمستوى التعليمي للأم.

– التعرف على الفروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لعدد الأبناء.

– التعرف على الفروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لمدة وفاة أو سجن الزوج.

– التعرف على الفروق في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لعمر الأم.

– استنباط مجموعة من التوصيات المُعززة لمستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة.

أهمية البحث:

أ–الأهمية النظرية

1.إلقاء الضوء على الجانب الإيجابي من شخصية المرأة المعيلة وهي الصلابة النفسية، ربما يُسهم فى إثراء التراث السيكولوجى فى هذا المجال، نظرًا لندرة الدراسات العربية والأجنبية التى تناولت ظاهرة المرأة المعيلة من منظور ايجابي في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية.

2.التأصيل النظري لمُتغير الصلابة النفسية الذي يُعد أحد المُتغيرات الايجابية الحديثة ذات الطبيعة التطبيقية في مجال الارشاد والعلاج النفسي .

3.يتناول البحث بعض المتغيرات الديمجرافية "المستوى التعليمي – عدد الأبناء– مدة الإعالة– عمر المرأة المعيلة "وهي مهمة في تشكيل مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة.

4.توفير أُطر نظرية عن الصلابة النفسية للمرأة المعيلة وبعض المتغيرات الديمجرافية المؤثرة فيها والتى يمكن أن تسهم في توعية المعيلات بمدى أهمية الصلابة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية.

5.إعداد مقياس للصلابة النفسية مناسب للعينة"المرأة المعيلة الأرملة وزوجة السجين" .

ب– الأهمية التطبيقية:

نتائج الدراسة الحالية قد تُفيد المتخصصين في مجال الإرشاد والعلاج النفسي في تصميم برامج تدريبية أو تنموية أو إرشادية أو علاجية تُساعد في رفع مستوى الصلابة النفسية لدى النساء المُعيلات.

مصطلحات البحث:

1–الصلابه النفسية: Psychological Hardiness

عرفها سيد الوكيل (2022) بأنها مجموعة من السمات والمهارات الشخصية والاستراتيجيات الإيجابية التي تُمكن الفرد من المواجهة والتصدي للمحن والشدائد والأزمات بالشكل الذي يعكس القدرة على التوافق والتعافي والتعايش مع الظروف الحياتية المُتغيرة والتمتع بالسعادة النفسية.

ويعّرِفها الباحثون إجرائيًا بأنَّها: مجموعة من السمات التي تُميز المرأة المعيلة "الأرملة، وزوجة السجين" والتي تجعلها أكثر صلابة ومقاومة لضغوطات الحياة، وأكثر تحديًا وتذليلًا للعقبات، وأكثر مثابرة في استغلال إمكانياتها الذاتية والبيئية المتاحه، مما يشكل لديها إدراكًا للأحداث الحياتية الصعبة بشكل سوي وغير مُشَوه، وتفسير الأحداث بواقعية ومنطقية، والتعايش معها على نحو إيجابي، ويتم تقديرها بمجموع الدرجات التي تحصل عليها الأم المعيلة على كلِ بُعدٍ على حده مِن أبعاد مقياس الصلابة النفسية(إعداد

الباحثين)، وهذه الأبعاد هي(الإلتزام،التحكُم، والتحدي) وتبنَّوا هذه الأبعاد إنطلاقًا من نظرية كوبازا للصلابة النفسية بوصفها إطارًا نظريًا للبحث.

2–المتغيرات الديمجرافية: يُقصد بالمتغيرات الديمجرافية أنها طرق مختلفة للتحدث عن الأشخاص داخل مجموعات من نفس المجتمع أو التغيرات التى تقدمها نفس الأشخاص اعتماداً على السياق الاجتماعى أو الثقافى أو الجغرافى الذى يعمل فيه الأشخاص، وتحدد فى البحث على أنها "المستوى التعليمي – عدد الأبناء– مدة الإعالة– عمر المرأة المعيلة".

3–المرأة المعيلة: عرفتها داليا يوسف(2006) المرأة المعيلة بأنها "تلك المرأة المطلقة أو الأرملة أو التي هجرها الزوج، أو زوجة السجين، أو زوجة المريض، ولا ينطبق هذا فقط على الزوجة بل على الفتيات اللاتي لم يسبق لهن الزواج فهن أيضًا يعلن لعدم وجود العائل الأساسي وهو" الأب "وقد يرجع السبب إلى مرضه ، أو وفاته أو سجنه".

كما عرفتها حنان عزيز(2017) بأنها المرأة التي تتحمل مسئولية اسرتها نتيجة فقر الأسرة أو غياب الزوج لعدة أسباب منها الوفاه والطلاق أو أسباب أخرى مثل سجن الزوج او مرضه أو عدم تحمله مسؤولية الأسرة وخاصة المالية فتقوم هي بتحمل مسؤولية اسرتها والإنفاق عليها.

وتُعرف المرأة المعيلة إجرائياً بأنها تلك المرأة التي فقدت زوجها نتيجة وفاته أو سجنه وتعول عددًا من الأبناء في مراحل تعليمية مختلفة مما أدى بها إلى أن تكون العائل الأساسي للأسرة ويتم تحديدها اجرائيًا للدراسة الحالية من خلال ترددها على دور التكافل الاجتماعي أو أماكن أحتجاز الزوج.

محددات البحث:

أ–محددات منهجية: تتمثل المحددات الموضوعية فى متغيرات البحث وهى الصلابة النفسية، المتغيرات الديمجرافية، وعينة البحث المتمثلة في المعيلات الأرامل وزوجات السجناء، والأساليب الإحصائية المستخدمة فى البحث، والمنهج المستخدم فى البحث وهو المنهج الوصفي، وأداة البحث مقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحثين).

ب–محددات مكانية: تتمثل فى مكان إجراء البحث والمُتمثل في عددٍ من الجمعيات الخيرية بمحافظة الفيوم .

ج–محددات زمانية : تتمثل فى الفترة الزمنية التى أجري فيها البحث وهو العام الدراسى 2022– 2023م.

مفاهيم الدراسة والأطر المُفسرة لها:

عرفها مجدي فهيم(2007) بأنها "القدرة على المواجهة الإيجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية والتي تعكس صدق اعتقاده في فعاليته وقدرته على الاستخدام الأمثل لكل المصادر الشخصية والبيئية والنفسية والاجتماعية المتاحة كي يُدرك ويُفسر ويُواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطه لتحقيق الإنجاز والتفوق في العمل والحياة".

كما عرفها محمد أبو حلاوة(٢٠١٠، 25) بأنها "القدرة على المحافظة على الحالة الايجابية والتأثير الفعال والتماسك والثبات الانفعالي في الظروف الصعبة أو المستجدية مع الشعور بحالة من الاستبشار والتفاؤل والاطمئنان إلى المستقبل".

بينما عرفها كل من White et al, (2011) بأنها اتجاه الفرد إلى الإيمان بقوة الشخصية وتأثيرها على أحداث الحياة والشعور بالقدرة على إدارة تلك الأحداث المجهده ورؤية أحداث الحياة المجهدة كفرص للنمو الشخصي مما يساعده على تحسين التصورات العقلية والتقييمات المعرفية عند التعرض لاحداث حياتية ضاغطة وباعثه للتوتر والقلق.

وعرفتها كوبازا بأنها " مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام التحكم، التحدي(في: هيام بشير،2017).

تُعد الصلابة النفسية أحد أهم المتغيرات المركزية التي تُسهم في حفظ الصحة النفسية، كما أنها بمثابة حائط صد يُساعد على تجاوز الأزمة ومواجهة الضغوط والصدمات المختلفة التي يتعرض لها الإنسان في العصر الحديث، ويندرج هذا المفهوم في إطار الاتجاه المتنامي الذي يسمى علم النفس الإيجابي وهذا التوجه الجديد كما يدل عليه اسمه يركز على الصحة وعوامل القوة عند الإنسان متجاوزا بذلك الطرح التقليدي

المعروف بنموذج المرض الذي ظل الاهتمام فيه مركزا على عوامل الضعف والتعاسة والاكتئاب والقلق وغيرها من الاضطرابات النفسية(أحمد سعد،2012، 31؛ سيد الوكيل،2015).

وكانت كوبازا من أوائل من وضع الأساس لمصطلح الصلابة النفسية، حيث لاحظت أن بعض الناس يستطيعون تحقيق ذواتهم وإمكاناتهم الكامنة بالرغم من تعرضهم للكثير من الإحباطات والضغوط، لذلك فقد كانت ترى أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس المرضى، وقد اشتقت كوبازا مصطلح الصلابة النفسية متأثرة بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، والذي يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي ، ويرى أن دافعية الفرد تنبع أساسًا من البحث المستمر النامي عن المعنى والهدف من الحياة (Madi, 2004).

وقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي جعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي و كوبازا أن الأحداث الضاغطة تؤدي إلى سلسلة من الإرجاع وتؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي، والضغط المُزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق المزمن وما يُصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا يأتي دور الصلابة في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ،ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة تعمل على (التعديل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة ، تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال، تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة وهذا بالطبع يقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية) (لؤلؤه حمادة، وحسن عبد اللطيف، 2002، 236).

وأشارت نتائج دراسات كوبازا Kobasa (1979) إلى وجود نمط من أنماط الشخصية يتسم بالقوة والمثابرة وقوة الاحتمال، والذي يستطيع صاحبها تحمل الآثار السلبية التي تحدثها أحداث الحياة الضاغطة وتستطيع مواجهتها بصورة إيجابية ومنطقية تتسم مع

طبيعة تلك الأحداث، بحيث لا تترك أية آثار سلبية على الجوانب الجسمية والنفسية للفرد، فالأشخاص شديدوا الاحتمال والمثابرة يميلون إلى حب الاستطلاع في التعامل مع تلك الأحداث، ويتوقعون التغير في ظروف تلك الأحداث، وينظرون إليها كأنها جزء من أسلوب الحياة اليومية ، لابد من مواجهتها بصورة إيجابية تتسم بالتفاؤل، أما الأشخاص الأقل تحملًا لتلك الأحداث الضاغطة فإنهم يجدون أنفسهم سلبيين في مواجهة تلك الأحداث، وينظرون إليها على أنها مهددة لكيانهم النفسي والاجتماعي، وعندما تقع عليهم تلك الأحداث الضاغطة تسبب لهم مشاعر من التشاؤم والتوتر وتفقدهم القدرة على التقييم الموضوعي والمعرفي لمسايرة طبيعة تلك الأحداث،وتترك تلك الأحداث آثارًا سلبية على الصحة الجسمية والنفسية لهم (في: صلاح مخيمر، 1996، 273).

وبذلك نشأ مصطلح الصلابة النفسية كمجموعة من المعتقدات عن النفس في تفاعُلها مع العالم من حولنا والتي تمُدنا بالشجاعة والدافعية للعمل الجادِ وتحول التغيرات الضاغطة المثيرة للقلق من مصادر للاضطراب إلى فرص مُحتملة، وتحوي الصلابة النفسية ثلاث مكونات تعرف ب(3cs) وهي:الالتزام، والتحكُم، والتحدي.

2–أبعاد الصلابة النفسية:

استطاعت كوبازا أن تُبلور نظرية متكاملة حددت من خلالها زُملة الخصائص الشمولية لسمة الصلابة النفسية.**وهي تُمثل ثلاثة أبعاد أساسية:**

البعد الأول : بعد الالتزام Commitment :

وهو نوع من التعاقُد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه و أهدافه وقيمه والآخرين من حوله (عماد مخيمر،2002، 6). **والإلتزام:** هو تمسُك الفرد بقيم وأهداف وتبنيه لمباديء محدده، تدفعه الى تحمُل المسؤولية تجاه نفسه ومجتمعه، مما يعكس مستوى الصلابه النفسيه لديه(محمد عوده،2010، 68). فالالتزام إذاً يمثل التوجه نحو إدماج الذات (involve oneself) فيما يقوم به الفرد أو يواجهه، وهو بالإضافة إلى ذلك يتضمن الاندماج بنشاط في مظاهر الحياة المتنوعة فالفرد القوي في الالتزام يعتمد على نفسه في إيجاد الطرق التي تحول تجاربه مهما كانت إلى شيء مُمتع ومُهم، ويندمج فيها بدلاً من الشعور

بالاغتراب ، فإلتزام الفرد يُمثل نوع من التقييم المعرفي الذي يزوده بالإحساس العام بالهدف، والذي يسمح له بفهم إيجاد معنى للأحداث(صادق عباس،2010).

البُعد الثاني: بُعد التحكُم Control :

أشارت إليه كوبازا بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها الفرد هي أمور متوقعة ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها .كما عرفه عماد مخيمر (2002، 6) بأنه مدى اعتقاد الفرد بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرارات، والقدرة على تغيير الأحداث، و القدرة على المواجهة الفعالة للضغوط.

وقد أوضح هيريس أن التحكم يعد تصور الفرد أن احداث وتحارب الحياة يمكن توقعها والتحكم فيها، وانها تُمثِل نتيجة أعماله،فهو يري الأحداث الشاقة كمواقف يستطيع التعامل معها والتحكم فيها،فالفرد الذي تتأصل به نزعه قويه تجاه التحكم يعتقد ان مكافحته ومحاولاته تدفعه الي التأثير مجرى الأحدث ونتائجها (في:صادق عباس ،2010).

البُعد الثالث: بُعد التحديChallenge :

وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري أكثر من كونه تهديدا له، مما يُساعده على المبادأة واستكشاف البيئة، ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تُساعده على مواجهة الضغوط بفاعلية،وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على سلامة الأداء النفسي للفرد رغم التعرض لأحداث سلبية ضاغطة عماد مخيمر،2002، 6). ويتضح أن التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبُلها بما فيها من مستجدات سارة أو ضارة، باعتبارها أمورًا طبيعية لابد من حدوثها لنموه وارتقائه،مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية،وهذه الخاصية تُساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة الحياة الضاغطة المؤلمة، وتخلق مشاعر التفاؤل في تقبُل الخبرات الجديدة (زينب راضي،2008، 30).

ومما سبق يرى الباحثون أن أبعاد الصلابة النفسية الثلاث (الالتزام، التحكم، التحدي)عند اسقاطهم على واقع العينه (الأرملة، وزوجة السجين) نجد انه عند التزامها

بهدف واضح ومحدد فإن هذا يدفعها الى تحمُل المسؤولية تجاه نفسها وأبنائها؛ لتحقيق أهدافها من خلال تخطيها لما تلقاة من ظُروف ومواقف ضاغطه فيُكسبها ذلك القدرة علي تغيير الحدث ومواجهته بفاعلية، وكذا تقبُلها لصدمة غياب الزوج والتعايش معها وتجاوزها بشكل ايجابي،ويبعث ذلك في نفسها مشاعر ايجابية تساعدها على تقبل الخبرات الجديده التي قد تتعرض لها بعد غياب الزوج.

ويتستخلص الباحثون مما سبق أن للصلابة النفسية أهمية شديده في حياة عينة الدراسة(الأرملة وزوجة السجين، ولا يُمكن وصف الشيء بأنه صلب إلا إذا وُضِع تحت ضغط وشده،وكذا الارملة وزوجة السجين فان الضغط النفسي الذي تعرضت له بعد غياب زوجها هو الذي يوضح مدى صلابتها ودافعيتها تجاه مواجهة الضغط بتحدٍ ومسؤولية باستخدام مكامن القوى لديها،والمثابرة في تسيير الأمور بشكل ايجابي.

3–النظريات والنماذج المُفسرة للصلابة النفسية

نظرية كوباز (Kobaza 1979)

اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأُسس النظرية والتجربية، حيث تمثلت أُسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال فرانكل (Phrankel) وماسلو (Mazlo) وروجرز (Rojars)والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال امكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة(Ivancevich, 1987, 102)؛.فيما قدمت كوبازا الصلابة النفسية على أنها مُتغير من متغيرات الوقاية والمُقاومه للآثار السلبية للضغوط والأزمات والإحباطات،وقد أشارت ألى أن الإنسان لديه الامكانيه لمواجهة الظروف الصعبة والأحداث الضاغطه إذا ما توفرت فيه زُمله من الخصائص النفسية والمعرفية مثل الالتزام والتحكُم والتحدي،وما يتفرع عنها من خصائص مثل وجود المعنى، والشعور بالمسؤولية، وتقدير إمكانات المواجهه، والقدرة على التحكم في الذات، وهو ما يُشكل في مجموعهِ سمة الصلابة النفسية، مما يلاحظ جليًا أنها قد تأثرت برواد التوجُه الانساني أمثال ماسلو وروجرز وغيرهم،والذين يؤكدون أن الدراسه في مجال الضغوط يجب أن تتحول لتُركز على الاشخاص الأسوياء الذين يشعرون

بقيمتهم ويحققون ذواتهم، كما تأثرت كوبازا بالمدرسة الوجوديه خاصة اعمال)فرانكل، (Frankel)التي أشار فيها إلى أن وجود معنى أو هدف في حياة الفرد يجعله يتحمل الإحباطات والضغوط فالحياة معاناه والأهم ان نجد معنى لهذه المعاناه ولذلك فقد تضمنت الصلابة النفسية بعض الأبعاد الأساسية المُشبعه بالمعنى مثل التزام الفرد تجاه نفسه واهدافه وقيمه والاخرين من حوله واستفادت كوبازا أيضاً من المنظور المعرفي(ل) لازروس، (Lazarus)الذي طرح فيه مسألة التقييم المعرفي Cognitive Appraisal والذي يشمل تقييم الفرد لخصائصه النفسية والتي بدورها تُؤثر في تقييمه المعرفي للحدث الضاغط ذاته ، وما ينطوي عليه من تحدي أو تهديد لأمنه وصحته النفسيه ،وما يستتبع ذلك من أساليب مواجهه أو مقاومه لهذه الضغوط. وتبعاً لذلك فقد تضمنت الصلابة النفسية عند كوبازا بُعد التحكُم Control ، وبُعد التحديChallenge، حيث يشير التحكم إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له التحكم فيما يلقاه من أحداث ،وهو نابع من تقييمه المعرفي لخصائصه الذاتية،كما أن التحدي يحيل الى أساليب المواجهه الفعاله لمختلف الضغوط التي يتلقاها الفرد(عماد مخيمر،2002، 5).

نموذج لازورس(Lazarous)

يعد نموذج لازروس من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاثة عوامل رئيسة وهي:

1) البيئة الداخلية للفرد .
2) الأسلوب الإدراكي المعرفي .
3) الشعور بالتهديد والإحباط.

ذكر لازورس (Lazours) أن حدوث خبرة الضغوط يُحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للموقف، واعتباره خطرًا قابل للتعايش معه ،ويشمل الادراك الثانوي ، وكذلك تقديم الفرد لقدرته الخاصة، وتحديد مدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة. فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي يُجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر

يُشعره بالتهديد، ويُؤدي الشعور بالتهديد بدوره الى الشعور بالإحباط متضمنًا الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يُقرر الفرد وقوعه بالفعل (زينب راضي، 2008، 36).

ومما سبق يتضح أن الصلابة النفسية تمثل حائط صد للفرد يُعينه على التوافق البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، وتخلق نمطًا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تُقاوم الضغوط وتُخفف من آثارها السلبية، ليصل إلى مرحلة التوافُق، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل والتفاؤل، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثالًا للاستحسان.

فروض البحث:

1–توجد فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً للمستوى التعليمي.

2– توجد فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لعدد الأبناء.

3–توجد فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لمدة وفاة أو سجن الزوج .

4– توجد فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين" وفقاً لعمر الأم.

منهج البحث وإجراءاته:

المنهج: استخدم الباحثون المنهج الوصفى بتصميمه المُقارن وهو الأنسب للدراسة الحالية وأهدافها وتساؤلاتها.

مجتمع البحث: الأرامل وزوجات السجناء اللائي تكفلهُن الجمعيات الخيرية بمحافظة الفيوم.

العينة: تضمنت العينة نوعان هما العينة الإستطلاعية والأخرى العينة الأساسية وفيما يلي وصف للعينة المُستخدمة في البحث:

أ–**العينة الاستطلاعية:** تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (218) من المرأة المعيلة بواقع 100 زوجة سجين و118 أرملة، وبلغ متوسط أعمارهن (39,5)عاماً ، وانحراف

معياري (7,06) ، وتم تطبيق أدوات لبحث على هذه العينة الاستطلاعية بهدف التحقق من صدق وثبات الأدوات وصلاحيتها للتطبيق لجمع البيانات فى البحث الحالى .

ب–العينة الأساسية: تم تطبيق مقياس (الصلابة النفسية) إعداد الباحثين على عينة قوامها (215) من المرأة المعيلة بواقع 100زوجة سجين و115 أرملة، ويبلغ متوسط اعمارهم (39.57)، وانحراف معياري (7.03) بمحافظة الفيوم.

ج– الخصائص الديموجرافية لعينة الدراسة:

جدول (1)

الخصائص الديموجرافية لعينة الدراسة

عدد المرأة المعيلة	عمر الأم	المستوى التعليمي للأم	عدد الأبناء	مدة وفاة أو سجن الزوج
–100 زوجة سجين 118 أرملة	–129 إمرأة أقل من 40 سنه أم – 89 إمرأة فوق 40 سنة – متوسط أعمارهم (39.5) ،وانحراف معياري (7.06) .	–102 إمرأة تعليم فوق المتوسط (الجامعي) –63 إمرأة تعليم متوسط –53 أمرأة امية	–111 إمرأة لديهم من 1: 3 أبناء يتراوح عددهم –107 إمرأة لديهم 4 أبناء فما فوق	– من سنة ل3 لدى 58 أم –من 4 ل7 سنين لدى 96 أم – فوق7 سنين لدى64 أم.

من الجدول السابق يتبين عدد من الخصائص يمكن توضيحها على النحو التالي:

1– **عمر الأم:** تراوحت أعمار أغلب أفراد عينة الدراسة 40سنة فأقل لدى (129) أم ، بينما فوق 40 سنة يتراوح عددهم(89) أم، ويبلغ متوسط أعمارهم (39.5) ،وانحراف معياري (7.06) .

2–المستوى التعليمي للأم: تراوحت ما بين مستوى التعليم فوق المتوسط عددهم (102) وتحت المتوسط عددهم (53) والمتوسط عددهم(63).

3– **عدد الأبناء:** من لديهم من 1: 3 أبناء يتراوح عددهم(111) أُم ، ومن لديه 4 فما فوق يتراوح عددهم (107)أُم.

4– **مدة وفاة أو سجن الزوج:** تراوحت مدة الوفاة أو السجن من عام لثلاثة أعوام لدى (58) أُم ، ومن 4 ل7 أعوام لدى (96) أُم ، وفوق7 أعوام لدى)64) أُم .

أداة البحث:

مقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحثون)

أَعَّدَ الباحثون هذا المقياس بِغَرَض توفير أداة سيكومترية لقياس الصلابة النفسية (للأرملة وزوجة السجين)، وذلك لعدم تَوافُر مقياس يتناسب مع هدف وعينة الدراسة وخصائصها، وكذلك المرحلة العُمرية لها ، كما أنَّ بعض المقاييس تناولت عينة غير (الأرامل وزوجات السجناء) : كما في دراسة خالد عبد الله العبدلي (٢٠١٢)، ومنها ما تم تطبيقه على الأرامل ولكنه في بيئة مختلفة كما في دراسة اسماعيل عيد إسماعيل الهلول(2013) والذي طُبق على المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج، ومنه ما طُبق على المعيلات المصريات ولكنه تناول المطلقات والزوجه الثانيه كما في دراسة سناء حسن (2013) بينما لم يتوفر مقياس للصلابة النفسية تناول عينة الدراسة الحاليه (الأرامل وزوجات السجناء) وذلك في حدود إطلاع الباحثين.

خطوات إعداد المقياس:

1– تم الاطلاع على عدد من المقاييس السابقة التي اهتمت بقياس الصلابة النفسية وتبين أنها مقاييس لقياس الصلابة النفسية كسمة عامة وليست موجهة لقياس الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة ومن هنا إرتأى الباحثون ضرورة إعداد مقياس لقياس الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة في ضوء الأبعاد الثلاثة للصلابة وفقاً لنظرية كوبازا.

2– تَمَّ تعريف السِمة مَوضِع القياس؛ حيثُ عُرِّفت **الصلابة النفسية:** بأنها مجموعة من السمات التي تُميز"الأرملة،وزوجة السجين" والتي تجعلها أكثر صلابة ومقاومة

لضغوطات الحياة، وأكثر تحديًا وتذليلًا للعقبات، وأكثر مثابرة في استغلال إمكانياتها الذاتية والبيئية المتاحه، مما يشكل لديها إدراكًا للأحداث الحياتية الصعبة بشكل سوي وغير مشوه، وتفسير الأحداث بواقعية ومنطقية، والتعايش معها على نحو إيجابي.

3– تَمَّ تحديد الأبعاد المُعَّبِرة عن الصلابة النفسية وقد حُدِّدت في إطار الإطلاع على أدبيات البحث مِثل دراسات كوبازا (Kobasa, 1979) في الصلابة النفسية والتي كانت من أوائل من وضع الأساس لمصطلح الصلابة النفسية ومحدداته الثلاثة والتي تُعرف ب(3cs) وهي :الالتزام والتحكُم والتحدي.

البُعد الأول: الالتزام::ويُقصد به إدراك المرأة المعيلة"الأرملة وزوجة السجين" لقيمها وأهدافها ومن ثم سعيها لتحقيقها وكذلك تقديرها لإمكانياتها الكامنه مما يدفعها لصنع قراراتها بنفسها، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، **ويتكون من 14 عباة وهي:**(1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14).

البُعد الثاني: التحُكم: ويُقّصَد به مدى قدرة المرأة المعيلة على التحكم فيما يواجهها من أحداث ضاغطه،وقدرتها على التأثير في ظروف الحياة المتنوعة بدلا من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة ضغوطات ومستجدات الحياة، ويتكون من10 عبارات وهي:(15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24).

البُعد الثالث: التحدي: ويُقصَد به اعتقاد المرأة المعيلة(الأرملة،وزوجة السجين) أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياتها هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدًا مما يساعدها على المبادأة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعدها على مواجهة الضغوط، **ويتكون من 8 عبارات وهي: (25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32).**

4– تمَّتّ صياغة بنود المقياس لكل بُعد على حدة، وقد بلغ عدد بنود المقياس ككل في صورته الأولية (32) بندًا.

الكفاءة السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

أولاً: الصدق: حصل الباحثون على صدق مقياس الصلابة النفسية من خلال استخدام عدة طرق من الصدق وذلك على النحو التالي:

1- صدق المحكمين:

بعد صياغة (32) عبارة لمقياس الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة، تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين بلغ عددهم (10) من أعضاء هيئة التدريس والمتخصصين في مجالي الصحة النفسية وعلم النفس التربوي بكليات التربية والآداب والتربية للطفولة المبكرة جامعة الفيوم، وبعد الانتهاء من تسجيل واستقصاء آراء المحكمين حول مدى مناسبة الأدوات لتحقيق هدف الدراسة ومدى ملائمة المقياس للعينة الموجهة إليها والحكم على مدى صلاحية العبارات لقياس ما وضعت من أجله في ضوء التعريف الذي تم تحديده للصلابة النفسية، وكذلك سلامة الصياغة اللغوية والعلمية لكل عبارة من عبارت المقياس،وتم تفريغ الآراء الخاصة بكل عبارة، وذلك بعد أن اخذت في الإعتبار جميع الملاحظات الأخرى الخاصة بالمقياس بصفة عامة، ثم تم حساب النسبة المئوية للإتفاق على كل عبارة، وتم الإبقاء على المفردات التي حصلت على نسبة إتفاق 80 % فأكثر، وتم حذف ما دون ذلك، وقد بلغ عدد مفردات المقياس في صورته النهائية (28) عبارة وهذا مايوضحه الجدول التالي:

جدول (2)

النسب المئوية لاتفاق المحكمين على عبارات مقياس

العبارة	نسبة الاتفاق	العبارة	نسبة الاتفاق	العبارة	نسبة الاتفاق
1	%90	12	%100	23	%90
2	%90	13	%50	24	%80
3	%80	14	%80	25	%100
4	%80	15	%100	26	%80
5	%100	16	%100	27	%100
6	%100	17	%90	28	%80

7	%100	18	%90	29	%90
8	%50	19	%80	30	%90
9	%80	20	%80	31	%50
10	%80	21	%90	32	%100
11	%90	22	%60		

تم الإبقاء على العبارات التي حازت على نسبة اتفاق 80% فما فوق، وتم حذف (4) عبارات من عبارات المقياس وهم (8 ،13،22،31)، وتم تعديل بعض العبارات الأخرى التي لم تحظ صياغتها بقبولهم وفقًا لآرائهم حيث تم تعديل صياغتها بشكل يناسب العينة وطبيعة المقياس التي وضعت لقياسه وهي العبارات التالية(3، 4، 9، 14، 20، 24 ،26، 28).

جدول (3)

تعديل مضمون بعض العبارات بمقياس الصلابة النفسية وفقاً لآراء السادة المحكمين

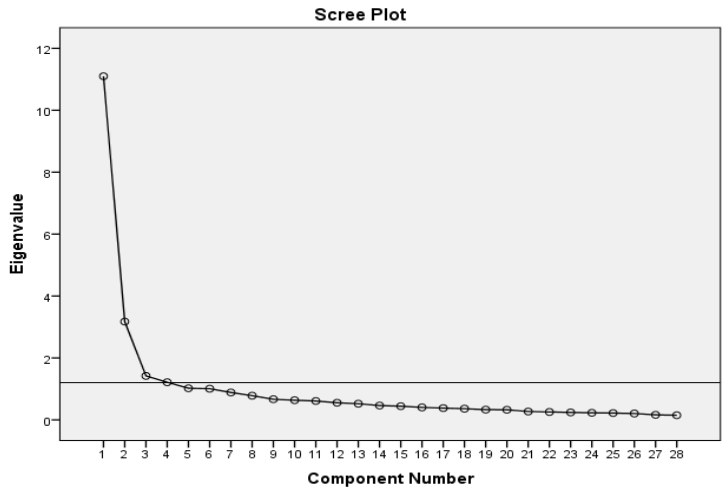
م	مضمون العبارة قبل التعديل	مضمون العبارة بعد التعديل
1	استمر في التقدم رغم قسوة الظروف من حولي	أهتم بأسرتي رغم قسوة الظروف من حولي
2	أشعر باليأس وفقدان الأمل لقسوة الظروف	ظروفي الصعبة تفقدني الأمل بالمستقبل
3	بإمكاني القيام بدور الاب والأم دون تقصير	لدي القدرة على رعاية ابنائي رعاية جيدة
4	لا أعرف كيف أتأقلم مع ظروف حياتي	لدى القدرة علي التوافق مع أحداث الحياة
5	اري ان المشاكل التي اتعرض لها تكسبني المزيد من الخبرات	أكتسب خبرات من المشكلات التي أواجهها
6	الحياة المثيرة والتي لا تخلو من تغييرات هي التي يجب ان نعيشها	لدي القدرى على التعامل مع تغيرات الحياة
7	استسلم سريعا بعد اول محاولة لي في حل اي مشكله	أشعر بالإحباط عندما أفشل في حل المشكلة من أول مرة
8	المعاناة في حياتي تجعلني أحقق كثيراً من الإنجازات	الضغوط الحياتيه تدفعني للانجازات

2- الصدق العاملي:

حصل الباحثون على الصدق العاملي باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي Explatory Factor Analysis حيث أُجرى التحليل العاملي للتحقق من الصدق العاملي لمقياس الصلابة النفسية على عينة مكونة من(218) إمرأة معيلة بواقع (100 زوجة سجين،118أرملة) بطريقة المكونات الأساسية لهوتلنج Principal Component Analysis، وقد رُوجعت معاملات الارتباط بمصفوفة الارتباط Correlation Matrix للتأكد أن معظم معاملات الارتباط البينية تزيد عن 0.30

كمرحلة أولى لصلاحية التحليل، ووُجِد أن أكثر من ثلاث معاملات ارتباط تزيد قيمتها عن 0.30, علاوة على أنه رُوجعت القيم القطرية للمصفوفة الارتباط (Ant–Image) وذلك للتأكد أن كل مُفردة من مفردات المقياس الفرعية له لا تقل قيمة Measure of Sampling Adequacy(MSA) عن 0.50، كما روجعت القيم الخاصة باختبار Kaiser–Meyer–Olkin KMO=0.919 للتأكد من أن قيمة MSA (اختبار كفاية العينة) للاختبار لاتقل عن 0.60 وتم التأكد من قيمة اختبار النطاقBartlett's Test of Sphericity أنه دال إحصائيًا عند مستوى دلالة أقل من0.01 وروجعت كذلك قيم معاملات الشيوع بقيمة لا تقل 0.5 لجميع المفردات وروجعت كذلك قيم معاملات التشبع وذلك للتأكد من أن كل مفردة تشبعت على عامل فقط وحدد معيار التشبع الجوهري للبند بالعوامل أو المكونات وفق محك جيلفورد (أكبر من أو يساوي0.5) ونتيجة هذه الخطوات تم حذف 7 مفردات (1–2–21–12–13– 17 –28).

وللحصول على تكوين عاملي يمكن تفسيره تم تدوير العوامل تدويرًا متعامدًا باستخدام طريقة .Varimax وتم التوصل إلى ثلاث عوامل تُفسر نسبة تباين تراكمية مقداره (61.56%) من التباين الكلي للمفردات وشكل(4–1) يوضح المخطط البيانى، وتراوحت قيمة الجذر الكامن للعوامل (4.5– 4.02) وتم تصنيف العوامل الثلاثة باعتبارها عوامل من الدرجة الأولى(الجذر الكامن أكبر من الواحد الصحيح) حسب معيار جيتمان. وجدول(4–2) يوضح الثلاث عوامل التى كشف عنها التحليل العاملى وقيم التشبعات على هذه العوامل وقيمة الجذر الكامن لكل عامل ونسب التباين.



شكل(1) مخطط الجذور الكامنة

جدول(4)

قيم التشبعات على العوامل الثلاثة لمقياس الصلابة النفسية (ن=218)

رقم المفردة	تشبعات العامل الأول	رقم المفردة	تشبعات العامل الثانى	رقم المفردة	تشبعات العامل الثالث
22	.752	3	.824	19	.858
6	.748	11	.788	16	.780
24	.708	9	.706	4	.734
15	.618	23	.689	26	.709
7	.604	5	.604	27	.701
25	.588	10	.576	18	.611
14	.586	20	.544	8	.501
الجذر الكامن	**4.50**		**4.40**		**4.02**
نسبة التباين	**%21.44**		**%20.95**		**%19.15**
التباين الكلى	**%61.56**				

يتضح من الجدول السابق أن العامل الأول قد تشبع عليه (7) مفردات ويقيس بُعد **التحدى**، والعامل الثانى تشبع عليه (7) بنود ويقيس بعد **الالتزام** ، والعامل الثالث تشبع عليه (7) مفردات ويقيس بعد**التحكم** ومن ثم أكد التحليل العاملى الاستكشافى على الصدق البنائى لمقياس الصلابة النفسية.

ثانياً: ثبات المقياس:

تم الحصول عليه باستخدام طريقتين هما طريقة ألفا لكرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بطريقة جتمان وهذا مما يوضحه الجدول التالي:

جدول (5)

معاملات الثبات للأبعاد والمقياس ككل بطريقتي ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية

م	الأبعاد	ثبات ألفا	ثبات التجزئة النصفية بعد التصحيح بطريقة جتمان
1	التحدي	0.876	0.822
2	الالتزام	0.896	0.883
3	التحكم	0.836	0.852
4	الدرجة الكلية للمقياس	0 ,911	0.899

يتضح مما سبق أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مرتفعة سواء بطريقة ألفا لكرونباخ أو بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بطريقة جتمان نظراً لعدم تساوي تباين نصفي المقياس.

الصورة النهائية للمقياس:

أصبح المقياس فى صورته النهائية مكوناً من 21 مفردة مُوزعه على 3 عوامل **يصحح المقياس بحيث تعطى** (5) درجات للإجابة دائمًا، و(4) درجات للإجابة غالبًا، و(3) درجات للإجابة أحيانًا، ودرجتين للإجابة نادرًا، ودرجة واحدة للإجابة أبدًا وتعكس الاجابة للمفردات السالبة فتصبح الدرجة العظمى وتدل على ارتفاع مستوى الصلابة النفسية 105 والدنيا 21وتدل على انخفاض مستوى الصلابة النفسية.

الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة:

اعتمدت الدراسة على استخدام الأساليب الاحصائية التالية

1–التكرارات والنسب المئوية

2–المتوسطات والانحرافات المعيارية

3–معاملات الارتباط لقياس التشبعات في التحليل العاملي.

4–اختبار ت لقياس دلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين

5–اختبار تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد لقياس دلالة الفروق بين أكثر من مجموعتين.

عاشراً: نتائج الدراسة ومناقشتها :

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المرأة المعيلة "الأرملة وزوجة السجين"على مقياس الصلابة النفسية تعزى إلى "المستوي التعليمي للأم . وللتحقق من هذا الفرض تم الحصول على دلالة الفروق باستخدام تحليل التباين الأحادي** (One Way ANOVA) للمتغير المستقل للمستوى التعليمى للأم، والمتغير التابع الصلابة النفسية وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول (6)

دلالة الفروق في الصلابة النفسية تبعاً للمستوى التعليمي للمرأة المعيلة

البيان		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
التحدى	بين المجموعات	1123.31	2.00	561.65	30.00	.000
	داخل المجموعات	3969.18	212.00	18.72		
	المجموع	5092.48	214.00			
الالتزام	بين المجموعات	999.38	2.00	499.69	34.01	.000
	داخل المجموعات	3115.11	212.00	14.69		
	المجموع	4114.49	214.00			
التحكم	بين المجموعات	130.75	2.00	65.37	2.97	.050
	داخل المجموعات	4666.97	212.00	22.01		
	المجموع	4797.72	214.00			
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	بين المجموعات	5841.43	2.00	2920.71	28.40	.000
	داخل المجموعات	21802.50	212.00	102.84		
	المجموع	27643.93	214.00			

دلت نتائج الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الأمهات وفقاً للمستوى التعليمى فى الصلابة النفسية ككل وأبعادها الالتزام والتحكم والتحدى وبهذا تحققت نتائج الفرض الأول كليةً، وللتحقق من اتجاه الفروق واجراء مقارنات بعدية متعددة من أجل تحديد الفروق بين المتوسطات في مستويات التعليم فقد تم استخدام اختبار (LSD test) ونتائج الجدول التالي تبين ذلك.

جدول (7)

نتائج اختبار(*LSD test*) بين متوسطات مستويات التعليم للأم بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية

المخططات	المجموعات	المتوسط	أمي	متوسط
التحدى	تعليم فوق متوسط	25.71	**5.28	**3.69
	امي	20.43	-----	1.59
	متوسط	22.02		-------
الالتزام	تعليم فوق متوسط	30.47	**5.09	**3.22
	امي	25.38	----	*1.87
	متوسط	27.25		-------
التحكم	تعليم فوق متوسط	23.24	1.9*	1.01
	امي	21.34	------	0.89
	متوسط	22.23		-------
الصلابة النفسية ككل	تعليم فوق متوسط	79.41	**12.26	**7.91
	امي	67.15	----	**4.35
	متوسط	71.50		----

**دالة عند مستوى 0.01 * دالة عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول السابق:

1.توجد فروق دالة إحصائياً بين الأمهات ذوي مستوي التعليم فوق متوسط ومتوسط فى التحدي والالتزام والصلابة النفسية ككل في اتجاه الأمهات ذوي مستوى التعليم فوق متوسط.

2.توجد فروق دالة إحصائياً بين الأمهات ذوي مستوى التعليم فوق متوسط والأمية فى التحدى والالتزام والتحكم والصلابة النفسية في اتجاه لصالح الأمهات ذوي مستوى التعليم فوق متوسط.

3.توجد فروق دالة إحصائياً بين الأمهات ذوي مستوى التعليم متوسط والأمية فى الالتزام والصلابة النفسية ككل في اتجاه الأمهات ذوى مستوى التعليم متوسط.

ويرى الباحثون أن ارتفاع المستوى التعليمي للفرد بصفةٍ عامةٍ يُكسبه قدرة ومهارة تمكنه من المواتجهة والتصدي لجميع المتغيرات والأحداث التي تمر به، كما أن ارتفاع المستوى التعليمي يمكن أصحاب المشكلات ومن يتعرضون لأحداث الحياة الضاغطة من السيطرة والتغلب على تلك الأحداث والمتغيرات السلبية التي

تواجههة بفضل ارتفاع القدرة على التفكير والبحث والاستكشاف، ومثل هذه الفرص أو المهارات الثقافية قد لا تتوفر لمنخفضي التعليم، وهذا ما ينطبق على المرأة المعيلة؛ لأن ارتفاع مستوى التعليم لدى المرأة المعيلة قد يمكنها من التحلي باستراتيجيات المواجهة والتصدي والبحث والتفكير والاطلاع على تجارب وخبرات الأخريات من المتعلمات.

وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة جمال شفيق(٢٠١١) ودراسة أماني الشيراوي(2012) وكذلك دراسة منيرة حمادة (2016) حيث أشارت نتائج تلك الدراسات إلى وجود فروق في مستويات الصلابة النفسية للأرامل تِبعًا لمتغير المستوى التعليمي للأم في اتجاه ذوات التعليم الجامعي والثانوي مقارنةً بذوات التعليم الابتدائي، كما اتفقت نتائج الفرض مع دراسة Angel M. (2008) والتى أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصلابة النفسية تعزى إلى مستوى التعليم في اتجاه المُتعلمين، وبهذا يتضح دور التعليم كمتغير مؤثر في رفع مستوى الصلابة النفسية لدى المعيلات ومواجهتهن لضغوطات الحياة.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص على هذا الفرض من فروض الدراسة على أنه "توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة الأرملة وزوجة السجين"وفقًا لعدد الأبناء" وللتحقق من صحة الفرض؛ قام الباحثون بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين **متوسطي درجات عينة الدراسة فى الصلابة النفسية وفقاً لعدد الأبناء(من1 إلى3، 4 فأكثر)** كما يلي:

جدول (8)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات عينة الدراسة فى الصلابة النفسية وفقاً لعدد الأبناء

م	الأبعاد	عدد الأبناء	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
1	التحدى	من1 إلى3	111	23.21	5.15	0.526	0.60
		4 فأكثر	104	23.56	4.59		
2	الالتزام	من1 إلى3	111	27.78	4.57	1.85	0.066
		4 فأكثر	104	28.88	4.13		
3	التحكم	من1 إلى3	111	21.96	4.91	1.68	0.093
		4 فأكثر	104	23.05	4.49		
4	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	من1 إلى3	111	72.95	11.75	1.64	0.102
		4 فأكثر	104	75.49	10.84		

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق بين الأمهات المعيلة فى الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية **وفقاً لعدد الأبناء** وبهذا لم يتحقق صحة الفرض الثاني ويتم قبول الفرض الصفري البديل الذي يُفيد **بعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة وفقاً لعدد الأبناء**، مما يوضح أن المرأة المعيلة تتمتع بالصلابة النفسية مهما بلغ عدد الأبناء.

وقد اتسقت نتائج الفرض الثاني مع ما أشار إليه سيد الوكيل (2022) في استعراضه لمفهوم الصلابة النفسية والذي أوضح أنها مجموعة من السمات والمهارات الشخصية والاستراتيجيات الإيجابية التي تُمكن الفرد من المواجهة والتصدي للمحن والشدائد والأزمات بالشكل الذي يعكس القدرة على التوافق والتعافي والتعايش مع الظروف الحياتية المُتغيرة والتمتع بالسعادة النفسية.

كما أتفقت نتائج الفرض الحالي مع دراسة أماني الشيرواي (2012) والتي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الصلابة النفسية للمرأة المعيلة(الأرملة) تُعزى لمُتغير عدد الأبناء.

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه " توجد فروق فى الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة " الأرملة وزوجة السجين تُعزى إلى مُدة الإعالة" وللتحقق من هذا الفرض؛ قام الباحثون بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين **متوسطي درجات عينة الدراسة فى الصلابة النفسية** وفقا لمدة الإعالة كما يوضحة الجدول التالي:

جدول (9)

دلالة الفروق فى الصلابة النفسية تبعاً لمدة الوفاة أو السجن باستخدام تحليل التباين الأحادي

البيان		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
التحدى	بين المجموعات	128.56	2.00	64.28	2.75	.067
	داخل المجموعات	4963.92	212.00	23.41		
	المجموع	5092.48	214.00			
الالتزام	بين المجموعات	73.82	2.00	36.91	1.94	.147
	داخل المجموعات	4040.67	212.00	19.06		
	المجموع	4114.49	214.00			
التحكم	بين المجموعات	12.87	2.00	6.44	0.29	.752
	داخل المجموعات	4784.85	212.00	22.57		
	المجموع	4797.72	214.00			
الصلابة النفسية ككل	بين المجموعات	510.05	2.00	255.03	1.99	.139
	داخل المجموعات	27133.87	212.00	127.99		
	المجموع	27643.93	214.00			

يتضح من الجدول إنه لا توجد فروق فى الصلابة النفسية تبعاً لمدة الوفاه أو السجن وبذلك لم يتحقق صحة الفرض الثالث وعليه يتم قبول الفرض الصفري والذي ينص على عدم وجود فروق دالة احصائياً في الصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة تبعاً لمدة الوفاة أو السجن، **مما يوضح أن المرأة المعيلة تتمتع بالصلابة النفسية مهما**

بلغ مدة الترمل أو مدة السجن وهذا ما أكدته نتائج دراسة أماني الشيرواي (2012) والتى أشارت إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً في مستويات الصلابة النفسية للأرملة تُعزى لمتغير مُدة الترمل.

كما تتفق نتائج الفرض الثاني والثالث مع تفسيرات كوبازا للصلابة النفسية التي أوردها كل من(صلاح مخيمر، 1996، 273)،(لؤلؤه حمادة، وحسن عبد اللطيف، 2002، 236)والتي أشارت الى وجود نمط من أنماط الشخصية يتسم بالقوة والمثابرة وقوة الاحتمال، والذي يستطيع صاحبها تحمل الآثار السلبية التي تُحدثها أحداث الحياة الضاغطة وتستطيع مواجهتها بصورة إيجابية ومنطقية تتسم مع طبيعة تلك الأحداث، هذا السبب الذي يوضح أن الصلابة النفسية المترفعه تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد، فالصلابة تعمل على التعديل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة ، مما تدفع الفرد إلى تبني أساليب مواجهة نشطة والتى تمُد صاحبها بالشجاعة والدافعية.

نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه" **توجد فروق بين الأمهات المعيلة فى الصلابة النفسية تعزى الى"عمر الأم**" وللتحقق من صحة الفرض قام الباحثين بحساب قيمة (ت) للمقارنة بين **متوسطي درجات عينة الدراسة فى الصلابة النفسية وفقاً لعمر الأم(أقل من 40 عاماً، 40عاماً فأكثر)** كما يلي:

جدول (10)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات عينة الدراسة فى الصلابة النفسية وفقاً لعمر الأم

م	الأبعاد	عمر الأم	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
1	التحدى	**أقل من 40**	129	23.01	5.12	1.36	0.17
		40 فأكثر	86	23.93	4.47		
2	الالتزام	**أقل من 40**	129	27.80	4.57	2.13	0.05
		40 فأكثر	86	29.09	4.00		
3	التحكم	**أقل من 40**	129	21.94	5.05	2.10	0.05
		40 فأكثر	86	23.31	4.11		
4	الصلابة النفسية ككل	**أقل من 40**	129	72.74	11.87	2.29	0.05
		40 فأكثر	86	76.34	10.26		

يتضح من الجدول السابق أنه توجد فروق بين الأمهات المعيلة فى الصلابة النفسية وأبعادها الالتزام والتحكم وفقاً لمتغير عمر الأم في اتجاه الأمهات اللاتي أعمارهن 40 عاماً فأكثر؛ بينما لاتوجد فروق بينهن فى بعد التحدى، **مما يوضح أن المرأة المعيلة تتمتع بالصلابة النفسية في بعدي الالتزام والتحكم لصالح** الأمهات اللائي أعمارهن 40 عاماً فأكثر بينما لا توجد بينهن فروق في بعد التحدي، ويرى الباحثون أن الفترات العمرية الأكثر نضجاً وتقدماً تحمل في طياتها العديد من السمات ومظاهر التحدي والاصرار والصمود والصلابة وبالتالي فإن مظاهر الصلابة تبدوا أكثر في الفترات العمرية بفعل عوامل الخبرة والنضج التي يكتسبها الفرد وهو ما يزيد الفرد صلابةً.

ووفقاً لما أشارت إليه كوبازا من أن الصلابة النفسية تُعد مُتغير اًمن مُتغيرات الوقاية والمُقاومه للآثار السلبية للضغوط والأزمات والإحباطات، وقد أشارت إلى أن الإنسان لديه الامكانيه لمواجهة الظروف الصعبة والأحداث الضاغطه إذا ما توفرت

فيه زُمله من الخصائص النفسية والمعرفية مثل الالتزام والتحكُم والتحدي،وما يتفرع عنها من خصائص مثل وجود المعنى، والشعور بالمسؤولية، وتقدير إمكانات المواجهه، والقدرة على التحكم في الذات، وهو ما يُشكل في مجموعهِ سمة الصلابة النفسية، وهذا ما يمكن اكتسابه لفعل عوامل الخبرة والتطور العمري.

وقد اتفقت هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة جمال شفيق(٢٠١١) التى أشارت إلى وجود فروق في مستويات الصلابة النفسية للأمهات تُعزى لمتغير السن.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يمكن صياغة بعض التوصيات كما يأتي:

1–رفع مستوى الوعى النفسي والاجتماعي والتعليمي بين الزوجات المعيلات لأهميته في رفع مستوى الصلابة النفسية لديهن.

2–تكثيف البرامج الإعلامية الموجهة للمعيلات والتى تبحث فى تنمية مهارتهن للتحسين من مستوى تأدية مسؤولياتهن بشكل ايجابي وخاصة لدى المعيلات الأصغر سنًا.

3–تثقيف المعيلات بدور الصلابة النفسية في التحسين من مستوى الاستقرار النفسي لديهن والعمل بطاقة ايجابية تجاه المواقف الضاغطة.

4–إجراء دراسات حول الصلابة النفسية لدى فئات أخرى من الزوجات المعيلات مثل (كالمطلقات والمهجورات وزوجات العاطلين عن العمل) وعلاقتها بالمتغيرات الديموجرافية .

5–يوصى بعمل برامج توعوية أو إرشادية أو علاجية لرفع مستوى الصلابة النفسية لدى الزوجات المعيلات مما يساعد في رفع مستوى التوافق النفسي لدى أبنائهن.

6–ويوصي الباحثون بإجراء دراسات إكلينيكية متعمقة حول ديناميات شخصية المرأة المعيلة.

7–كما يوصي الباحثون بإجراء دراسات حول العوامل الديموجرافية المنبئة بالصلابة النفسية لدى المرأة المعيلة.

المراجع:

أحمد بن سعد.(2012). *الصلابة النفسية: المفهوم والمتعلقات*. الجزائر: دار النهضة.

أماني عبد الرحمن الشيراوي. (2012). أسلوب مواجهة الأرملة للضغوطات النفسية اليومية وعلاقته بالصلابة النفسية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، جامعة البحرين – مركز النشر العلمي، 13(1)، 11–41.

جمال شفيق أحمد وفؤاده محمد هدية وهناء عبد المعتمد أبو العنين. (٢٠١١). الصلابة النفسية للوالدين وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الأطفال . *مجلة دراسات الطفولة*، كلية الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، 51(14)،239–270.

حنان حنا عزيز. (2017). إدارة ربة الأسرة المعيلة للأزمات الاقتصادية والاجتماعية وعلاقة ذلك بالأمن النفسي لأبنائها. *مجلة بحوث التربية النوعية*، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، 45(3)، 100–150.

داليا صبري يوسف. (٢٠٠6). المعوقات التي تعوق الجمعيات الأهلية للنهوض بالمرأة المعيلة عن تحقيق أهدافها ودور طريقة تنظيم المجتمع في مواجهتها. *رسالة ماجستير غير منشورة* ، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

رضا عمر .(2011). دراسة مقارنة لبعض متغيرات الشخصية في علاقتها بالصلابة النفسية لدي المرأة المعيلة. *رسالة ماجستير غير منشورة*. كلية التربية، جامعة طنطا.

زينب نوفل راضي. (٢٠٠٨). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. *رسالة ماجستير غير منشورة*، الجامعة الإسلامية، غزة.

سامية عبد الرحمن همام. (٢٠٠٣). فاعلية نموذج الحياة في علاج المشكلات الاجتماعية للمرأة المعيلة. المؤتمر العلمي السادس عشر لكلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلون، 44، 50–140.

سناء حسن عماشة. (٢٠١٣). إسهامات المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالصلابة النفسية لدى المعيلات والمتزوجات وغير المتزوجات من طالبات الجامعة: دراسة ارتباطية مقارنة. *مجلة كلية التربية*، كلية التربية، جامعة طنطا، (51)، 685 – 740.

سيد أحمد الوكيل.(2010) الاتجاهات الوالدية في التنشئة كما يُدركها الأبناء وعلاقتها بمفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي، الرياض، كلية الملك فهد الأمنية، *مجلة البحوث الأمنية، 19(46)*، 188–240.

سيد أحمد الوكيل.(2015)علم النفس الإيجابي وتطبيقاته الإكلينيكية والاجتماعية والجنائية، جمعية جودة الحياة المصرية: *مجلة السلوك البيئي،3(1)*،379–424

سيد أحمد الوكيل. (2022) الدور الوسيط والمُعدل للصمود النفسي في العلاقة بين اضطراب كرب ما بعد الصدمة ونمو ما بعد الصدمة لدى مرضى الأمراض المزمنة، *مجلة الإرشاد النفسي، 69(1)*، 379–480

صادق ناصر العباس. (2011). فقدان الأب وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة. *رسالة ماجستير (غير منشورة)*، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود. الرياض.

صلاح مخيمر.(1996). *المدخل الى الصحة النفسية*. القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

عماد محمد مخيمر. (١٩٩٦). إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. *مجلة دراسات نفسية*، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية، 6 (٢)، 275 – 299.

عماد محمد مخيمر. (٢٠٠٢). استبيان الحاسبة النفسية. القاهرة : مكتبة الأنجلو.

كرستين شكري شفيق. (2020). منغصات الحياة اليومية لدى المراة المعيلة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *مجلة الآداب والعلوم الانسانية*، كلية الآداب، جامعة المنيا،91 (4)، 566 – 595.

لؤلؤه حمادة، وحسن عبد اللطيف. (٢٠٠٢). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، ١٢(٢)، ٢٣٠.

مجدي محمود فهيم .(2007). بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية. *مجلة البحوث النفسية والتربوية*، كلية التربية، جامعة المنوفية، 22(2)، 68 – 111 .

محمد السعيد أبو حلاوة. (٢٠١٠). حالة التدفق المفهوم والأبعاد والقياس. بحث مقدم ضمن فعاليات المؤتمر الإقليمي السابع: علم النفس والطب النفسي معا من أجل حياة أفضل، كلية الآداب، جامعة طنطا، 25–27.

محمد محمد عودة. (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، علم النفس، فلسطين.

مدحت صادق عباس. (2010). الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية. *مجلة كلية التربية، 26(1)*، ١٦٨–٢٣٣.

منيرة محمود حمادة. (2016). الخبرات الصادمة لدى أمهات الأيتام وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الأم والطفل: دراسة ميدانية للأم والطفل اليتيم

في محافظة غزة. *رسالة ماجيستير غير منشورة* . كلية التربية ، الجامعة الإسلامية، غزة.

نبيل كامل دخان، بشير إبراهيم الحجار. (2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم. *مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الإنسانية*، 14 (٢)،369–398.

نعيم عبد الوهاب شلبي.(٢٠٠٣). ممارسة المدخل الأيكولوجي في خدمة الفرد لمواجهة مشكلات المرأة المعيلة:دراسة تجريبية مطبقة على مرتادي جمعية تنمية المشروعات الصغيرة والمتوسطة بمحافظة بورسعيد.مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية،(١٤)،55–130.

هيام بشير حسين. (٢٠١٧). الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، كلية التربية للطفولة المبكرة،جامعة المنصورة،3(3)،45–61.

Angel M. (2008). Study of relationship of stress burnout, hardiness and social support and urban, secondary school teachers, Dissertation, Abstract International, P91.

Kinyoung T.(2000).S ons and daughters statue in house hold families ,ms, utan- state university.

Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, *37(1)*, 1.

Kobasa, S. C. (1982). Commitment and coping in stress resistance among lawyers. *Journal of Personality and social Psychology*, *42(4)*, 707.

Kobasa, S. C., & Puccetti, M. C. (1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of personality and social psychology, 45(4),* 839.

Matteson, M. T., & Ivancevich, J. M. (1987). Controlling work stress: *Effective human resource and management strategies. Jossey-Bass*.

Neverdon-Merritt, M. (1996). The socialization of the urban, black, male delinquent in a low-income, single parent, *female-headed household*. University of Maryland, Baltimore.

White, D. W., Absher, R. K., & Huggins, K. A. (2011). The effects of hardiness and cultural distance on sociocultural adaptation in an expatriate sales manager population. *Journal of Personal Selling & Sales Management*, 31(3), 325-337.