

دلالات الصدق والثبات لقياس الصمود النفسي لمعلمي المرحلة الابتدائية

إعداد

هبة عبد النبي أحمد حمودة

أخصائية نفسيه بمدرسة الأمل للصم وضعاف السمع

أ.م.د. أمل أنور عبد العزيز

أ.د. نجاة زكي موسى

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ

مستخلص: يهدف هذا البحث إلى إعداد مقياس الصمود النفسي للمعلمين والتحقق من خصائصه السيكومترية ومعرفة البناء العاملي له، و تكون المقياس من (٤٣) مفردة خماسية التدرج مُقسّمين على أربعة أبعاد: (الكفاءة الذاتية، والمرونة وحل المشكلات، وإدارة الانفعالات، و التفاؤل). وللتحقق من خصائص المقياس السيكومترية تم التطبيق على عينة مكونة من ١٦٥ معلم ومعلمه بالمنيا وتم حساب الاتساق الداخلي ، واستخدام التحليل العاملي لحساب صدق البناء، وأسفرت نتائجه عن أربعة عوامل للصمود النفسي من عينة الدراسة وهي: التفاؤل وقد بلغ جذره الكامن (١٠,٥٢٤)، ونسبة تباينه (٢٢,٣٩٢)، والمرونة وحل المشكلات وقد بلغ جذره الكامن (٣,١٢٦) ونسبة تباينه (٢٩,٠٤٣) و إدارة الانفعالات وقد بلغ جذره الكامن (١,٩٠٤)، ونسبة تباينه (٣٣,٠٩٣) والكفاءة الذاتية وقد بلغ جذره الكامن (١,٧٥٣) ونسبة تباينه (٣٦,٨٢٣)، وكان مُعامل ثبات ألفا للأبعاد كالتالي: المرونة وحل المشكلات (٠,٨٤٨)، وإدارة الانفعالات (٠,٧٠٩)، والتفاؤل (٠,٨٦٦)، والكفاءة الذاتية (٠,٦٨٢)، ومُعامل الثبات الكلي للمقياس (٠,٨٦٩) وهي تُعبر عن مُعامل ثبات مرتفع ويتضح مما سبق أن المقياس يصلح استخدامه مع المعلمين ويُمكن استخدامه في البحوث والدراسات العربية الخاصة بالمُعلمين في البيئة المصرية والعربية والثقة في النتائج التي يُمكن التوصل إليها من خلال استخدامه.

Indications of the validity and reliability of the Psychological Resilience scale for teachers of the primary stage

Heba Abdel Nabi Ahmed Hammouda

Dr . Najat Zaki Musa Prof

Professor of Educational Psychology
Faculty of Education -Minia University

Dr. Amal Anwar Abdel Aziz

Assistant Professor of Psychology

Abstract: This research aims to prepare a psychological resilience scale for teachers and verify its characteristics Psychometric and knowledge of its factorial structure, and the scale consisted of (34) five-graded singles divided into four dimensions :(self-efficacy, flexibility and problem solving, emotion management and optimism). To verify the properties of the psychometric scale, a sample of 165 was applied. Teacher and teacher in Minya The internal consistency was calculated, and factor analysis was used to calculate the sincerity of construction, and its results resulted in four factors of psychological resilience from the study sample They are: optimism has reached its latent root (10,524), its variation ratio (22,392), flexibility and solution Problems Its latent root has reached (3,126), its variation ratio is (29,043), its latent root is (1,904), its variation ratio is (33,093), and self-efficacy has reached its root Latent (1,753) and its variance ratio (36,823), and the alpha stability coefficient for dimensions is as follows: Flexibility and problem solving (848,), impulse management (709,), optimism (866,), self-efficacy (682,), and the overall stability coefficient of the scale (869,) which expresses a high stability coefficient and it is clear from the above that the scale is suitable for use with teachers and can be used in Arab research and studies for teachers in the Egyptian and Arab environment and confidence in the results that can be reached through its use.

١-مقدمة :

تتميز الحياة بكثرة التغيرات والتحويلات التي تشكل ضغوطاً على الإنسان فمثلاً تتغير الظروف داخل الأسرة وتتغير ظروف العمل وتتعدّد الظروف الاقتصادية وتتوتر العلاقات الاجتماعية وتصاب صحة الإنسان أو أحد أفراد أسرته بالمرض ويلجأ الإنسان إلى الاستجابة لتلك التغيرات والضغوط : فيعدل سلوكه وتختلف استجابات الأفراد إزاء هذه الضغوط والتحديات بحسب قدرتهم على التكيف والانسجام مع هذه التغيرات والاستفادة بكل ما لديهم من مهارات وخبرات سابقة لمحاولة تغيير المواقف الصعبة التي يتم التعرض لها أو محاولة التكيف معها.

لذلك يهتم البحث الراهن بمفهوم الصمود النفسي من منظور علم النفس التربوي الذي يهتم بكافة جوانب الفرد ولأن مُعلمي المرحلة الابتدائية هم الأساس في تربية النشء وإعدادهم للتوافق مع المجتمع والتفاعل معه ويقدر الاهتمام بهذه المرحلة يصبح الفرد قادراً على الإسهام في تقدم المجتمع والنهوض به و جاء الاهتمام في هذا البحث للفت الانتباه لضرورة أن يتحلى مُعلمي هذه المرحلة بالصمود النفسي أمام ما يواجههم من أزمات ومشكلات من الممكن أن تؤثر على حياتهم وحياة تلاميذهم ومحاولة التكيف معها.

٢- الإطار النظري للبحث:

عرفه (Snape & Miller,2008,224) بأنه عملية تعكس التكيف الإيجابي رغم خبرات المحنة والشدة التي يتعرض لها الفرد ، ويوجد في هذا السياق متغيران أساسيان هما: التعرض للمحنة ، أو التهديد الشديد ، وتحقيق التكيف الإيجابي رغم المحنة ، أو التهديد الشديد.

أن الصمود كمصطلح في علم النفس يشير إلى القدرة (Masten, 2009, 28) ويرى الايجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية التي تمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد ومتكيف، كما أوضح أنه هو القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصدمات، والقدرة على توظيف هذه المحن والصدمات لتحقيق النمو والتكامل وهو بالتالي مفهوم دينامي يحمل في معناه الثبات، كما يحمل أيضاً في معناه الحركة.

ويُعد الصمود النفسي مفهوماً حديثاً نسبياً حظي باهتمام الباحثين كتطور لدراسات علم النفس الايجابي وكان التركيز في دراسته على دور عوامل الحماية والوقاية في إدارة المحن والأزمات، وقد احتل مركز الصدارة في مجال ما يسمى ببحوث المخاطر، وتؤكد الشواهد على انه دينامي وقابل للإنماء والتطور والإثراء. (محمد رزق البحيري، ٢٠١٠، ٤٨٠).

وتذكر صفاء يوسف الأعر (٢٠١٠، ٣٧) أن الصمود النفسي هو القدرة على التوقع والتحمل والتعافي من الضغوط والصدمات الخارجية سواء أن كانت جسدية أو عاطفية أو اقتصادية، أو كانت مرتبطة بالكوارث والنزعات بطرق تقى من خسارة الهوية الأساسية والحفاظ على الوظائف الأساسية، وتلقي بعض المتغيرات الضوء على التكيف باتجاه التغيير، بدلاً من مقاومة التغيير، باعتباره السمة المميزة للصمود.

كما يشير إليه محمد رزق البحيري (٢٠١١ : ٤٨٧) على أنه العمليات التي تشير عادة إلى السمات النفسية التي تصف سلوك الفرد كالمرونة والمثابرة والتحلي بالصبر والإيمان والصلابة النفسية والتوقعات المستقبلية الايجابية

وتكوين علاقات اجتماعية التي تغير من التفاعل المتبادل بين البيئة بما تحمله من أزمات ومحن وتهديدات وشدائد ومخاطر وصددمات واستجابات الفرد السلوكية لها بهدف استعادة التوازن والتأقلم والتوافق وإدارة الأزمات التي يدعمها خبرات وتجارب الفرد وإدراكه للمساندة الاجتماعية وهي قابلة للانتماء والإثراء وتختلف درجاتها من موقف لآخر.

وبين محمد مصطفى عبد الرازق (٢٠١٢: ٥٠٤) تجاهه ناحية الصمود على أنه العمليات التي تغير من التفاعل المتبادل بين البيئة بما تحمله من أزمات ومحن وتهديدات ومخاطر، واستجابات الفرد السلوكية لها، بهدف استعادة التوازن والتأقلم والتوافق وإدارة هذه الأزمات، ويدعمها خبرات وتجارب الفرد وإدراكه للمساندة، وهي قابلة للانتماء والإثراء وتختلف درجاتها من وقت لآخر.

وترى عائشة دبحان قصاب العازمي (٢٠١٧: ١٥٧) الصمود على أنه منتج أو مخرج لمحصلة الجوانب الإيجابية للفرد والبيئة المحيطة وليس سمة يتسم بها فرد عن آخر، ويقاس الصمود بمدى تحقيق الفرد لنواتج إيجابية مصاحبة أو لاحقة للتعرض للمحن أو الصعوبات.

بينما تُعرفه آية محمد عبداللطيف (٢٠١٩: ٣٥٢) بأنه قدرة الفرد للحفاظ على هدوئه عند التعرض للشدائد وضغوط الحياة، والمواجهة الإيجابية لتلك الضغوط، والتمتع بالكفاءة الشخصية والاجتماعية لمحاولة تخطيها، وتفاؤله وقدرته على المثابرة للعودة إلى حالة اتزانه.

ويتضح من تعريفات الصمود ما يلي:

- الصمود النفسي يساعد الفرد على مقاومة الضغوطات والتحديات .
- الصمود النفسي يساعد الفرد على التكيف الإيجابي مع الضغوطات.-
- الصمود النفسي يساعد الفرد على المثابرة في الحياة. -

الصمود النفسي يساعد الفرد على التعافي من الصدمات.-
الصمود النفسي يساعد الفرد على أداء وظائفه بشكل جيد.-
-الهدف من الصمود النفسي مساعدة الفرد على استعادة التوازن والتكيف الإيجابي وتحقيق النجاح في العمل رغم الصعوبات.
كما يظهر الاختلاف في تناول تعريف الصمود النفسي فهناك من يعتبره قدرة مثل (Conner&Davidson,2003) و (Masten,2009) و (صفاة يوسف الأعرس،٢٠١٠) و (آية محمد عبداللطيف،٢٠١٩) وهناك من تناوله على أنه عملية مثل (محمد رزق البحيري،٢٠١١) و (محمد مصطفى عبد الرازق،٢٠١٢) و (Snape&Miller,2008) بينما تُعرفه (عائشة ديحان قصاب،٢٠١٧) على أنه منتج .

أبعاد الصمود النفسي وفقاً لعدد أبعادها كما ذُكرت في بعض الدراسات:

قد ذكر كل من أحمد محمود موسى، محمد عبد العظيم خلف (٢٠١٧ : ٤٨) أن الأفراد الصامدين يتميزون بمجموعة من الخصائص منها: الشعور بالتقدير، وامتلاك الأهداف الواقعية، وتوقعات الذات، واعتقاد الفرد في قدرته على حل المشكلات، واتخاذ القرارات، وإدراك الفرد وقوته، والكفاءة الاجتماعية، والاعتماد على الاستراتيجيات الفعالة للمواجهة (Sheridan,2011:232-233).

ويذكر (Brooks&Goldstien,2004,47) أن الأدبيات والدراسات السابقة توصلت إلى وجود ثلاثة مكونات أساسية للصمود وهي: **التعاطف** : ويمثل القدرة على التفاعل مع مشاعر واتجاهات وأفكار الآخرين، مما يسهل

التواصل والتعاون والاحترام بين الأفراد ، **والتواصل**: وهو الذي يُمكن الفرد من التعبير بوضوح عن أفكاره ومشاعره وتحديد أهدافه وقيمه الأساسية ، وحل المشكلات التي تواجهه ، **والتقبل** : ويتمثل في تقبل الفرد لذاته وللآخرين وذلك عن طريق تحديد افتراضات وأهداف واقعية ، وفهم الفرد لمشاعره ، وتعبيره عنها بصورة سليمة ، وتحديد جوانب القوة والفعالية في شخصيته مما يساعد على استخدامها الاستخدام الأمثل

ويشير محمد سعد حامد (٢٠١٠: ١٤) إلى أن بعض الباحثين حددوا مكونات الصمود على الوجه التالي : **الكفاءة الشخصية** وهي التي تتمثل في قدرة الفرد على التخطيط السليم ، والإبداع في حل المشكلات واتخاذ القرار والضبط الانفعالي ومواجهة الضغوط ، والتكيف مع التغير؛ والشعور بالجدارة والاستحقاق، وإدارة الوقت والتوجه المستقبلي الإيجابي، **والكفاءة الاجتماعية والأسرية** التي تعبر عن النجاح في تكوين واستمرار علاقات دائمة مع الآخرين تتسم بروح التعاون، والتعاطف ، والإيثار، والتوافق الأسري ، وروح الدعابة ، ومدى الإحساس به ، والتي تساعد في مواجهة الضغوط ، **والبنية القيمية والدينية**: التي تشمل : الإحساس بالمعنى ، والغرض في الحياة ، والتسامح ، والتفاؤل ، والأمل، والامتنان، والتدين ، والالتزام الأخلاقي والقيمي وتشير إيناس سيد على جوهر (٢٠١٤: ٣١٥) إلى ثلاثة أبعاد للصمود وهي:

الكفاءة الشخصية: وهي ردود فعل الفرد تؤهله لحل المشاكل ومواجهة أحداث الحياة بشكل فعال، **المساندة الاجتماعية**: وهي إدراك الفرد لما يمكنه من بناء علاقات ناجحة تقوم على التعاون والتعاطف والإيثار، **القيم الروحية**: هي شغف الفرد بتطبيق القيم الدينية والرغبة في العيش والتسامح والتفاؤل الكامنة فيها.

بينما حدد(78 : Conner & Davidson 2003) أربعة أبعاد للصمود النفسي:(الصلابة - التفاؤل- وفرة كفاية الموارد - الهدف المراد تحقيقه) ترجمة المقياس للغة العربية كلاً من فائق فاروق عبد الفتاح وشيري سعد حليم(عام ٢٠١٤)

كما أشارت سحر فاروق علام(٢٠١٣: ١٣٥) في دراستها إلى خمسة أبعاد للصمود النفسي (الكفاءة الشخصية-الكفاءة الاجتماعية- التوقعات المستقبلية- مصادر الدعم الاجتماعي- أساليب المواجهة).

وتوصلت (إيمان مصطفى سرميني، ٢٠١٣) إلى ستة أبعاد للصمود النفسي(الكفاءة الشخصية- حل المشكلات- المرونة- إدارة العواطف-التفاؤل- العلاقات الاجتماعية-الإيمان).

بينما حدد محمد مصطفى عبد الرازق (٢٠١٢: ٥٠٤) سبعة أبعاد للصمود النفسي وهي:(الكفاءة الشخصية- حل المشكلات- المرونة - المثابرة- القدرة على تحقيق الأهداف - التفاعل الاجتماعي - القيم الروحية).

مما سبق يتضح وجود وجهات نظر مختلفة في رؤية عدد أبعاد الصمود النفسي كما يوضحها جدول(١).

جدول رقم (١)

يوضح أبعاد الصمود النفسي كما ورد بالأدبيات والدراسات السابقة:-

الأبعاد الدراسات	الكفاءة الشخصية	الكفاءة الاجتماعية	الروحية	المشكلات	التفاؤل	المرونة	إدارة الانفعالات
محمد سعد حامد(٢٠١٠)	√	√			√		
محمد مصطفى عبد الرازق (٢٠١٢)	√	التفاعل الاجتماعي	√	√		√	

		التوقعات المستقبلية			√	√	سحر فاروق علام(٢٠١٣)
				√	المساندة الاجتماعية	√	إيناس سيد جوهر(٢٠١٤)
		√					Conner & Davidson(2003)
إدارة العوظف	√	√	√		العلاقات الاجتماعية	√	إيمان مصطفى سرميني(٢٠١٣)
	√	√	التحليل السببي			√	معاذ أحمد محمد قايد مقران (٢٠١٣-٢٠١٤)

وهذا التباين والاختلاف في ما توصل إليه الباحثون بشأن مفهوم الصمود النفسي وأبعاده دعى الباحثة إلى إجراء هذا البحث وإعداد مقياس للصمود النفسي مكون من ستة أبعاد تم استخلاصها من مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة في هذا الشأن.

- أبعاد الصمود النفسي داخل البحث:

وجاءت مكونات الصمود النفسي في هذا البحث مكونة من ستة أبعاد وفق التعريف الإجرائي للصمود وهو : مقدرة المعلم على التصدي والتكيف والتعايش مع الضغوط المختلفة كالجسدية والاجتماعية بأنواعها، والوقوف بثبات أمام الكوارث والصراعات المرتبطة بها بأسلوب يساعده على التعامل مع حل المشكلات بمرونة والأمل في تحقيق الأهداف والتحكم في الانفعالات السلبية والتكيف مع التغيير بدلاً من مقاومته، وتحدد الأبعاد في الآتي:-

١- الكفاءة الشخصية:- هي استجابة المعلم للتحديات والصعوبات التي تواجهه في الحياة والتي تعكس الثقة بالنفس وال ضبط والالتزام وفاعلية الذات.

- ٢- حل المشكلات :- قدرة المعلم على جمع المعلومات وتنظيمها وتحليل المواقف بهدف اتخاذ الإجراءات لمواجهة تحديات الحياة.
- ٣- المرونة:- استجابة المعلم تجاه متغيرات الحياة والتي تتصف بخصائص قبول التغيير، والميل إلى التعددية ، والاستخدام الأمثل للروتين ، وقبول آراء الآخرين، والخروج عن المألوف والتكيف مع الجديد.
- ٤- العلاقات الاجتماعية:- التواصل المتبادل بين الأفراد المدعوم بحس التفاعل والتعاون بما يحفظ استمرارية الحميمة .
- ٥- التفاؤل:- يشير إلى توقع الفرد الإيجابي الواقعي لنتائج سعي الفرد في مجالات الحياة وما يصاحب ذلك من زيادة الأمل في تحقيق الأهداف.
- ٦- إدارة الانفعالات:- قدرة المعلم على التعامل مع الانفعالات والتحكم في الانفعالات السلبية كضبط الغضب ومواجهة القلق وغيره من الانفعالات السلبية وتنظيم أفكاره وتوجيهها بما يحقق أهدافه.

٣- مشكلة البحث:

- ١- ما مكونات مقياس الصمود النفسي؟
- ٢- ما مدى توافر صدق المحتوى للمقياس؟
- ٣- ما مدى توافر الثبات لمقياس الصمود النفسي؟

٤- أهداف البحث:-

- ١- بناء مقياس للصمود النفسي يضم الأبعاد التي استخلصت من الأدبيات والدراسات السابقة.
- ٢- التأكد من دلالات صدق محتوى المقياس.

٣- التأكد من دلالات ثبات المقياس.

٥- أهمية البحث:-

تتمثل أهمية البحث في النقاط التالية:

- ١- إلقاء الضوء على متغير الصمود النفسي وأبعاده في مجال عم النفس التربوي لما له من أهمية في حياة الإنسان عموماً والمعلم خاصة.
- ٢- إثراء المكتبة السيكولوجية العربية بأداة قياس للصمود النفسي يشمل عدة أبعاد مهمة في حياة معلم المرحلة الابتدائية وتتمتع بخصائص سيكومترية جيدة.
- ٣- أهمية المتغيرات الثلاثة (الصمود النفسي، والتسامح، والرضا الوظيفي) في البحث للمعلمين.

٥- مصطلحات البحث:-

- ١- **الصمود النفسي:** عرفته (صفاء الأعسر, ٢٠١٠ : ٣٧) الصمود النفسي بأنه القدرة على التوقع والتحمل والتعافي من الضغوط والصدمات الخارجية سواء كانت جسدية أو عاطفية أو اقتصادية ، أو كانت مرتبطة بالكوارث والنزعات بطرق تقى من خسارة الهوية الأساسية والحفاظ على الوظائف الأساسية ، وتلقي بعض المتغيرات الضوء على التكيف باتجاه التغيير ، بدلاً من مقاومة التغيير، باعتباره السمة المميزة للصمود.

٦- حدود البحث:-

- أ- الحدود الزمنية: تتمثل في الفترة الزمنية التي تم تطبيق أدوات البحث خلالها، فقد تم التطبيق في الفصل الدراسي الثاني لعام ٢٠٢٠-٢٠٢١.
- ب- تتمثل في العينة التي تم تطبيق أدوات البحث عليهم التي تبلغ (١٦٥) معلم ومعلمه من معلمي المرحلة الابتدائية بإدارة مغاغة التعليمية-حيث الذكور

(٤٦) و الإناث (١١٩) وذلك لطبيعة العمل بالمرحلة الابتدائية .

نتائج البحث:-

❖ نتيجة السؤال الأول والذي ينص على: ما مكونات الصمود النفسي؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم بناء مقياس الصمود النفسي بإتباع الخطوات الآتية:

من خلال المراجعة والإطلاع على مجموعة من الأبحاث والدراسات السابقة التي حددت مكونات الصمود النفسي تمت صياغة مفردات المقياس في ضوء النموذج الوقائي (Luthar,1996) ونظرية علم النفس البنائي.

وتمت الاستفادة من بعض المقاييس المعدة مسبقاً في الصمود النفسي سواء عربية أو أجنبية في إعداد الصورة الأولية لمقياس الصمود النفسي ومن هذه المقاييس (Gailm.Wagnild,1993) (Sandra's Roman,2004) ، ، (Connor ،-Davidosn,2003) (Lind's Ryan,2009) محمد مصطفى عبدالرازق،٢٠١٢)، (إيمان مصطفى سرميني،٢٠١٣) ، (معاذ أحمد محمد،٢٠١٤).

- تمت صياغة عدد من المفردات وتم تصنيفها في ستة أبعاد للصمود النفسي وهي: (الكفاءة الذاتية - حل المشكلات - المرونة - العلاقات الاجتماعية - التفاؤل - إدارة الانفعالات).

- حيثُ يتكون المقياس في صورته الأولية من ٦٦ مفردة تم تصنيفها في ستة أبعاد وتم حذف (١٢) مفردة وفقاً لآراء السادة المحكمين والتي قلت نسبة اتفاق على صلاحيتها عن ٧٠ % وبذلك بلغ عدد مفردات المقياس (٥٤) مفردة

والملاحق رقم (٢) يوضح الصورة الأولية للمقياس بعد حذف مفردات وفقاً لآراء المحكمين.

-تمت الاستجابة لبنود المقياس وفق تدرج ليكرت الخماسي (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً) ويطلب من المعلم إن يقرأ كل عبارة جيداً ويضع علامة (٧) أسفل الاختيار الذي يناسبه وتشمل عبارات موجبة وأخرى سالبة ويكون

تقدير العبارات الموجبة كالآتي:- دائماً=٥ غالباً=٤ أحياناً=٣

نادراً = ٢ أبداً = ١

والعبارات السالبة تصحح عكس العبارات الموجبة، والدرجة الكلية هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها المعلم في المقياس ككل وأعلى درجة (٥٤×٥)=٢٧٠ وأقل درجة يحصل عليها المعلم هي (٥٤×١)=٥٤ والدرجة المرتفعة تدل على أن المعلم مرتفع الصمود النفسي والدرجة المنخفضة تدل على انخفاض الصمود النفسي لديه.

- تمت صياغة تعليمات مقياس الصمود النفسي على الصفحة الأولى من المقياس في ضوء عباراته وقد اشتملت على الهدف من المقياس وإرشاد المعلم لطريقة الإجابة (أن يضع علامة واحدة أمام كل عبارة وألا يترك أي عبارة دون الإجابة عنها وأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة)، ومقياس الصمود النفسي غير موقوت بزمن محدد ولكنه يستغرق من المعلم حوالي (٢٠) دقيقة تقريباً للإجابة عنه.

وقد حرصت الباحثة على اتباع الطريقة العلمية والمنهجية لبناء أداة القياس من حيث مراجعة الأطر النظرية والمقاييس المتاحة وتحديد هدف المقياس، واستخلاص وتحديد تعريف مفاهيمي وإجرائي لأبعاد المقياس وصياغة عدد كاف من المفردات أقر المحكمين أنها جيدة الصياغة لقياس هذه التعريفات ،

وتحديد طريقة القياس والتقدير والتي صممت على طريقة ليكرت الخماسية، وكيفية تصحيح وتعليمات التطبيق الواجب معرفتها ومراعاتها عند التطبيق.

نتيجة السؤال الثاني: والذي ينص على ما مدى توافق صدق المحتوى

للمقياس؟

وللإجابة على هذا السؤال تم عرض المقياس في صورته الأولية (٦٦ مفردة) على مجموعة من المحكمين عددهم (٩) ذلك لإبداء الرأي حول مدى تمثيل المفردة لمفهوم البعد التي تقيسه وصحتها لغوياً مع إمكانية إضافة أي تعديل على المفردات وذلك في ضوء نسب اتفاق المحكمين.

وقد أشار المحكمين إلى بعض الملاحظات التي أخذتها الباحثة بعين الاعتبار عند إعداد الصورة النهائية للمقياس حيث تم تعديل صياغة بعض المفردات كما في ملحق (٢).

- كما في ضوء آراء المحكمين تم حذف المفردات التي قلت نسبة الاتفاق على صلاحيتها عن (٧٠%) وكان عدد هذه المفردات (١٢) مفردة وبذلك أصبح الصورة التي استقر عليها التحكيم (٥٤) مفردة مقسمين على ستة أبعاد.

- تم توزيع المفردات الموجبة والسالبة في كل بُعد كالتالي:

(الكفاءة الذاتية) المفردات موجبة (١-٣-٤-٥-٦-٧-٨-١٠) والسالبة (٢-١٠).

(حل المشكلات) المفردات الموجبة (١٢-١٣-١٥-١٧-١٨-١٩) والسالبة (١١-١٤-١٦).

(المرونة) المفردات الموجبة (٢٠-٢٢-٢٤-٢٥-٢٦) والسالبة (٢١-٢٣-

(٢٧).

(العلاقات الاجتماعية) المفردات الموجبة (٢٨-٢٩-٣١-٣٢-٣٥-٣٦-٣٧)

والسالبة (٣٠-٣٣-٣٤).

(التقاول) المفردات الموجبة (٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٢-٤٣-٤٤-٤٥) ولا توجد

عبارات سالبة، و(إدارة الانفعالات) المفردات به سالبة وهي (٤٦-٤٨-٤٩-

(٥٢).

جدول (٢) الصورة المعدلة وفقاً لآراء المحكمين.

م	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	يمكنني معالجة سوء التفاهم بيني وبين أحد من زملائي.					
٢	أشعر بالخوف من مواجهة مناقشات العمل.					
٣	عند التخطيط لدرس صعب في المنهج أصر على إنجاز جميع المهام الأكاديمية الصعبة.					
٤	أقبل ذاتي كما هي في كل الظروف.					
٥	تتوافر لدي القدرة على توصيل المعلومات للتلاميذ.					
٦	التعامل مع الضغوط يزيد من عزيمتي.					
٧	أضع أهدافاً صعبة لأعمالي.					
٨	تزيدني التجارب السلبية صموداً.					
٩	أفضل في التعامل مع بعض العقبات التي تواجهني.					
١٠	لدي القدرة على التعامل بكفاءة مع مستجدات الحياة.					
١١	أواجه صعاباً عند التعرض لمشكلة في المدرسة.					
١٢	اعتمد على مصادر عديدة للحصول على المعلومات .					
١٣	أعرف أين أحصل على المساعدة لحل مشكلة ما.					
١٤	توقعي لحل مشكلات مستقبلية يشعرني بالتوتر.					

				استعيد اتزاني بعد مواجهة الأزمات.	١٥
				أتردد في اتخاذ القرار في مواقف كثيرة.	١٦
				أعمل على تعديل نقاط الضعف لدي.	١٧
				أتمكن من حل المشكلات بأسلوب منظم.	١٨
				أجد حلولاً لما يواجهني من مشكلات.	١٩
				استطيع التعامل مع أي تعديل في خطط المناهج.	٢٠
				أجد صعوبة في التكيف عند الانتقال إلى مدرسة جديدة .	٢١
				اكتسب خبرات من الصعوبات التي تواجهني في الحياة.	٢٢
				أرتبك عند البدء في تقديم نشاط جديد للتلاميذ.	٢٣
				استطيع استعادة توازني عند التعرض لمواقف صعبة (محزنة).	٢٤
				استمتع بأداء الأعمال الجديدة داخل المدرسة.	٢٥
				استطيع التعامل مع زملائي ممن يخالفوني الرأي.	٢٦
				أجد صعوبة في تقبل نقد الآخرين.	٢٧
				اترك انطباعاً جيداً عند تعاملي مع الزملاء للمرة الأولى.	٢٨
				أتشاور مع من حولي في المشكلات التي تواجهنا.	٢٩
				أفتقد تدعيم الآخرين في حياتي العملية.	٣٠
				أساعد تلاميذي في حل مشكلاتهم.	٣١
				تتميز علاقاتي في العمل بالود والثقة المتبادلة.	٣٢
				يقتصر تعاملي على البعض في محيط العمل.	٣٣
				أشعر بعدم الارتياح عندما أعبر عن مشاعري للآخرين.	٣٤

					٣٥	أشارك زملائي في مناسبتهم الخاصة.
					٣٦	لدي رغبة في تكوين علاقات اجتماعية مع زملائي.
					٣٧	أساعد الآخرين دون انتظار المقابل.
					٣٨	يصفني زملائي بأنني متفائل.
					٣٩	لدي أهداف واضحة للمستقبل.
					٤٠	أتوقع لنفسي مستقبل مهني مشرف .
					٤١	الابتنسامة لا تفارق وجهي.
					٤٢	أتوقع أن القادم أفضل.
					٤٣	أتفاعل رغم الأحداث السيئة التي أمر بها.
					٤٤	حياتي لها معنى.
					٤٥	كل مشكلة ولها حل .
					٤٦	تؤثر الأخبار السيئة على عملي.
					٤٧	أتحلى بضبط النفس عند التعامل مع التلاميذ المشاغبين.
					٤٨	أبكي أمام الآخرين إذا واجهت مشكلة ما .
					٤٩	أصاب بالإحباط عند فشلي.
					٥٠	أتعامل مع أشخاص لا أتقبلهم.
					٥١	يمكنني التحكم في انفعالاتي.
					٥٢	ينتابني شعور بالتوتر عند التحدث للآخرين.
					٥٣	استعيد توازني بعد مروري بأحداث سلبية.
					٥٤	أبرر أسباب غضبي للآخرين.

- صدق المفردات: -

ويوضح الجدول (٣)

معاملات ارتباط مفردات مقياس الصمود النفسي بالبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف قيمة المفردة ن=١٦٥

الارتباط المفردة بالدرجة الكلية	معامل الارتباط المفردة بالبعد الذي تنتمي إليه	٦	الأبعاد	الارتباط المفردة بالدرجة الكلية	معامل الارتباط المفردة بالبعد الذي تنتمي إليه	٦	الأبعاد
** ,٢٣٥	** ,٢٥٢	١١	حل المشكلات	** ,٥١٨	** ,٥٦٨	١	الكفاءة الذاتية
** ,٤١٠	** ,٥٧٥	١٢		** ,٠٢٩	** ,٢٠٥	٢	
** ,٤١١	** ,٥٨٢	١٣		** ,٣٩٠	** ,٢١٠	٤	
** ,١٩٢	** ,٣٥٨	١٤		** ,٣٧٠	** ,٤٤٥	٤	
** ,٤٤٠	** ,٥٤٠	١٥		** ,٥٢٧	** ,٥٠٦	٥	
** ,٢٧٢	** ,٣٥١	١٦		** ,٣١٨	** ,٤٧٦	٦	
** ,٤٣٠	** ,٦١٩	١٧		* ,١٥٧	** ,٤٤١	٧	
** ,٤٤١	** ,٦١١	١٨		** ,٤٨٧	** ,٦٠٢	٨	
** ,٤٦٢	** ,٥٤٩	١٩		,٠٥٣	** ,٢٥٨	٩	
				** ,٣٠٩	** ,٣٨٨	١٠	
* ,٢٩٩	** ,٤١٧	٢٨	العلاقات الاجتماعية	** ,٥٠٩	** ,٥٠٤	٢٠	المرونة
** ,٢٧٥	** ,٥٢٠	٢٩		** ,٢١٧	** ,٥٤٥	٢١	
,٠٦٨	** ,٢١٢	٣٠		** ,٥٣٨	** ,٤٨٢	٢٢	
** ,٥٥١	** ,٥٩٤	٣١		* ,١٥٨	** ,٤٢٨	٢٣	
** ,٣٣٨	** ,٤٣٢	٣٢		** ,٤٤٠	** ,٤٥١	٢٤	
,٠٣٥	** ,٢٥٢	٣٣		** ,٤٨٦	** ,٤٨٦	٢٥	
** ,١٩٨	** ,٢٩١	٣٤		** ,٢٧٥	** ,٣٨٩	٢٦	
** ,٤٣٠	** ,٥٠٩	٣٥		,١١٨	** ,٤٥٧	٢٧	
** ,٥٢٤	** ,٥٦٢	٣٦					
** ,٥١٤	** ,٥٦٦	٣٧					

التفاوت	٣٨	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	٤٣	٤٤	٤٥
	** ,٦٨١	** ,٧١٣	** ,٧٣٥	** ,٦٦١	** ,٧٧٣	** ,٧٦٧	** ,٧١٢	** ,٥٣٢
	** ,٤٨٩	** ,٤٧٤	** ,٤٧٠	** ,٤٩٢	** ,٥٨٥	** ,٥٣٨	** ,٤٩٩	** ,٣٦٨
إدارة الانفعالات	٤٦	٤٧	٤٨	٤٩	٥٠	٥١	٥٢	٥٣
	** ,٤٩٩	** ,٣٤٨	** ,٥٥٠	** ,٥٢٠	** ,٥٠٢	** ,٣٤٤	** ,٥٣٨	** ,٢٨٨
	* ,١٥٤	** ,٤٦٧	* ,١٦٣	, ١٠٩	** ,٢٧٢	** ,٣٢٤	, ٠٩١	** ,٤٢١
								** ,٢٣٧
								** ,٤٦٥

*دال عند مستوى (,٠٥)

**دال عند مستوى (,٠١)

ويتضح من الجدول السابق رقم (٤) أن قيم معاملات الارتباطات للمفردات دالة إحصائياً عند (,٠١) وعبارة (,٧ ، ٤٦) دالين عند (,٠٥) ما عدا (٢-٩-٢٧-٣٠-٣٣-٤٩-٥٢) غير دالة إحصائياً، وقد تم استبعادهم من الصورة النهائية للمقياس، وبذلك أصبح عدد مفردات المقياس في صورته النهائية (٤٧) مفردة ، وجميعها دالة عند مستوى (,٠١) ، (,٠٥) ، كما يوضحها الجدول .

باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي : والتدوير من الدرجة الثانية تم حذف بعض العبارات بمقياس الصمود النفسي (٤-٣٢-٥١-٥٤) وذلك لعدم تشبعهم على أي عامل وأسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن وجود أربعة عوامل تم تفسيرها في ضوء العبارة المتشعبة عليها. وأصبحت الأربعة عوامل هي (التفاؤل - المرونة وحل المشكلات - إدارة الإنفعالات- الكفاءة الذاتية).

جدول رقم (٤)

مصفوفة العوامل الناتجة من التحليل العاملي بعد التدوير المائل لمقياس الصمود النفسي وتشبع المفردات على المقياس.

م	المفردات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع
٤٣	أتفاعل رغم الأحداث السيئة التي أمر بها.	٠,٧٤٩			
٣٩	لدي أهداف واضحة للمستقبل.	٠,٧٣٤			
٣٨	يصفني زملائي بأنني متفائل.	٠,٦٤٨			

٤٢	أتوقع أن القادم أفضل.	٠,٦٤٧
٤٥	كل مشكلة ولها حل.	٠,٦٠٧
٤١	الابتسامة لا تفارق وجهي.	٠,٥٩٦
٤٠	أتوقع لنفسى مستقبل مهني مشرف.	٠,٥٤٥
٢٨	اترك انطباعاتاً جيداً عند تعاملي مع زملاء للمرة الأولى.	٠,٥٤٢
٤٤	حياتي لها معنى.	٠,٥٢٧
٣٧	أساعد الآخرين دون انتظار المقابل .	٠,٤٥٢
١٣	أعرف أين أحصل على المساعدة لحل مشكلة ما	٠,٤١٥
١٠	لدي القدرة على التعامل بكفاءة مع مستجدات الحياة.	٠,٣٩١
١٥	استعيد اتزانى بعد مواجهة الأزمات.	٠,٣٢٠
٢٢	اكتسب خبرات من الصعوبات التي تواجهني في الحياة.	٠,٦٢٧
١٧	أعمل على تعديل نقاط الضعف لدي.	٠,٦٠٧
١٢	اعتمد على مصادر عديدة للحصول على المعلومات.	٠,٥٨٦
٢٩	أتشاور مع من حولي في المشكلات التي تواجهنا.	٠,٥٧٣
٣٥	أشارك زملائي في مناسباتهم الخاصة.	٠,٥٧٠
٢٥	استمتع بأداء الأعمال الجديدة داخل المدرسة.	٠,٥٣٠
١٩	أجد حلولاً لما يواجهني من مشكلات.	٠,٥٠٤
١٨	أتمكن من حل المشكلات بأسلوب منظم.	٠,٤٨٨
٢٠	استطيع التعامل مع أي تعديل في خطط المناهج.	٠,٤٧٠
٣٦	لدي رغبة في تكوين علاقات اجتماعية مع زملائي.	٠,٤٦٢
٥٣	استعيد توازني بعد مروري بأحداث سلبية.	٠,٤٥١
٢٦	استطيع التعامل مع زملائي ممن يخالفوني الرأي.	٠,٤٤٥
٢٤	استطيع استعادة توازني عند التعرض لمواقف صعبة.	٠,٤٤٢
٣١	أساعد تلاميذي في حل مشكلاتهم.	٠,٣٥٦
٢١	أجد صعوبة في التكيف عند الانتقال على مدرسة جديدة.	٠,٧٠٠
١٦	أتردد في اتخاذ القرار في مواقف كثيرة.	٠,٦٩٦
٢٣	أرتبك عند البدء في تقديم نشاط جديد للتلاميذ.	٠,٦٥٧
٤٨	أبكي أمام الآخرين إذا واجهت مشكلة ما.	٠,٥٣٧
١٤	توقعي لحل مشكلات مستقبلية يشعرني بالتوتر.	٠,٥٢٥
٤٦	تؤثر الأخبار السيئة على عملي.	٠,٤٩٥
١١	أواجه صعوباتاً عند التعرض لمشكلة في المدرسة.	٠,٤٨٤

٣٤	أشعر بعدم الارتياح عندما أعبر عن مشاعري للآخرين.				٠,٤٦٠
٥٠	أتعامل مع أشخاص لا أقبليهم.				٠,٣١٠
٧	أضع أهدافاً صعبة لأعمالي.				٠,٦٦١
٣	عند التخطيط لدرس صعب في المنهج أصر على إنجاز جميع المهام الأكاديمية الصعبة.				٠,٦٠٧
٦	التعامل مع الضغوط يزيد من عزيمتي.				٠,٦٠٠
٤٧	أتحلى بضبط النفس عند التعامل مع التلاميذ المشاغبين.				٠,٥٤٠
٨	تزيدني التجارب السلبية صموداً.				٠,٤٩٨
١	يمكنني معالجة سوء التفاهم بيني وبين أحد الزملاء.				٠,٣٥٨
٥	تتوافر لدي القدرة على توصيل المعلومات للتلاميذ.				٠,٣٢٧
الجذر الكامن					
		١٠,٥٢٤	٣,١٢٦	١,٩٠٤	١,٧٥٣
التباين					
		٢٢,٣٩٢	٦,٦٥١	٤,٠٥١	٣,٧٢٩
التباين التراكمي					
		٢٢,٣٩٢	٢٩,٠٤٣	٣٣,٠٩٣	٣٦,٨٢٣

ويتضح من الجدول (٤) السابق : أن نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الصمود النفسي أسفرت عن (٤) عوامل فسروا معاً (٣٦,٨٢٣) من التباين الكلي للمقياس ، وهذه العوامل هي:

العامل الأول: و تشبع عليه (١٣) مفردة ،وحيث أن هذه المفردات تشير إلى توقع الفرد الإيجابي الواقعي لنتائج سعي المعلم في مجالات الحياة وما يصاحب ذلك من زيادة الأمل في تحقيق الأهداف . لذا أطلقت الباحثة على هذا العامل بُعد (التفاؤل) وتراوحت تشبعات المفردات ما بين (٣٢٠، إلى ٧٤٩)، وجذره الكامن (١٠,٥٢٤) . وقد ظهر هذا العامل في دراسات (محمد سعد حامد، ٢٠١٠) و(إيمان مصطفى سرميني، ٢٠١٣) و(مُعَاذ محمد قايد، ٢٠١٤) و(Conner&Davidson,2003) ، و ظهر تحت مسمى التوقعات المستقبلية في دراسة (إيناس سيد جوهر، ٢٠١٤) .

العامل الثاني: وتشبع عليه (١٤) مفردة وحيث أن هذه المفردات وتشير إلى استجابة المعلم تجاه متغيرات الحياة والميل إلى التعددية ، والاستخدام الأمثل للروتين ، وقبول آراء الآخرين ، والتكيف مع الجديد وقدرته على جمع المعلومات وتنظيمها وتحليل المواقف بهدف اتخاذ الإجراءات لمواجهة تحديات الحياة. لذا أطلقت الباحثة على هذا العامل بُعد (المرونة وحل المشكلات) وتراوحت تشبعاتهم ما بين (٣٥٦، إلى ٦٢٧،) وجذره الكامن (٣،١٢٦). وقد ظهر هذا العامل تحت مسمى المرونة في دراسات كل من (مصطفى محمد عبدالرازق، ٢٠١٢) و(إيمان مصطفى سرميني، ٢٠١٣) و(مُعَاذ أحمد محمد، ٢٠١٤) ، وظهر في نفس الدراسات تحت مسمى حل المشكلات ، وبمسمى التحليل السببي في دراسة(مُعَاذ أحمد محمد، ٢٠١٤).

العامل الثالث: و تشبع عليه (٩) مفردات و حيث أن هذه المفردات تشير إلى قدرة المعلم على التفاعل مع الانفعالات والتحكم في الانفعالات السلبية كضبط الغضب ومواجهة القلق وغيره من الانفعالات السلبية وتنظيم أفكاره وتوجيهها بما يحقق أهدافه . لذا أطلقت الباحثة على هذا البُعد (إدارة الانفعالات) وتراوحت تشبعات المفردات ما بين

(٣١٠، إلى ٧٠٠،) وجذره الكامن (١،٩٠٤). وظهر في دراسة (إيمان مصطفى سرميني، ٢٠١٣) تحت مسمى إدارة العواطف.

العامل الرابع و تشبع عليه (٧) مفردات وحيث أن هذه المفردات تشير إلى استجابة المعلم للتحديات والصعوبات التي تواجهه في الحياة والتي تعكس الثقة بالنفس وال ضبط والالتزام وفاعلية الذات، لذا أطلقت الباحثة على هذا

البُعد (الكفاءة الذاتية) وتراوحت تشبعت المفردات ما بين (٣٢٧, إلى ٦٦١), وجذره الكامن (١,٧٥٣) وقد ظهر هذا العامل في دراسات كل من (Conner&Davidson,2003) و (محمد سعد حامد، ٢٠١٠) و (محمد مصطفى عبدالرازق، ٢٠١٢) و (سحر فاروق علام، ٢٠١٣) وإيمان مصطفى سرميني، ٢٠١٣) و (إيناس سيد جوهر، ٢٠١٤) و (مُعَاذ أحمد محمد، ٢٠١٤) تحت مسمى الكفاءة الشخصية.

ومما سبق يتضح أن مقياس الصمود النفسي يتمتع بدرجة عالية من البناء العاملي، و يمكن القول أن البنية العاملية لمقياس الصمود النفسي تتكون من أربعة وهي (التقاؤل - المرونة وحل المشكلات - إدارة الانفعالات- الكفاءة الذاتية)، حيث أنه قد تم دمج بُعدين وهما (المرونة - حل المشكلات) لتشبع المفردات عليهما معاً، وتم حذف بُعد العلاقات الاجتماعية وذلك لعدم تشبع مفرداته عليه بينما تشبعت مفرداته في أبعاد أخرى مثل (٢٨-٣٧) في بُعد التقاؤل، (٢٩-٣٥-٣٦-٣١) في بُعد المرونة، (٣٤) في بُعد إدارة الانفعالات ، وبذلك أصبحت البنية العاملية لمقياس الصمود النفسي تتكون من أربعة عوامل

السؤال الثالث : ما مدى توافق الثبات لمقياس الصمود النفسي؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ لدرجات معلمي العينة في المقياس ككل وأيضاً أبعاده الفرعية ويوضح جدول رقم (٦) معاملات الثبات

جدول رقم (٥)

معاملات ثبات الأداء على مقياس الصمود النفسي بطريقة ألفا كرونباخ (ن=١٦٥)

الأبعاد	معامل الثبات
المرونة وحل المشكلات	٨٤٨,
إدارة الانفعالات	٧٠٩,

٨٦٦,	التفاؤل
٦٨٢,	الكفاءة الذاتية
٨٦٩,	الثبات الكلي للمقياس

ويتضح من جدول (٥) أن قيم معاملات الثبات للأبعاد انحصرت ما بين (682, و 866,) وهذه جميعها تعبر عن معاملات ثبات جيدة وأيضاً معامل الثبات المقياس ككل (869,) وهي تعبر عن معامل ثبات مناسب ويتضح من ذلك أن مقياس الصمود النفسي يتمتع بمستوى عال من الاستقرار والثبات.

التوصيات وهي: - بناء مقياس للصمود النفسي يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة تتمثل في مؤشرات جيدة للخصائص السيكومترية للمقياس ومعاملات صدق وثبات جيدة.

- التحقق من صدق وثبات المقياس على عينات أخرى من فئات المعلمين في المراحل المختلفة.

- التحقق من صدق وثبات المقياس على مُعلمي المرحلة الابتدائية في إدارات تعليمية مُختلفة في البيئة المصرية.

المراجع:

- آية محمد عبد اللطيف (٢٠١٩): الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي لدى المراهقين. دراسات تربوية واجتماعية، (٢٥)، (١١)، ٣٤٥-٣٧٥.
- أحمد محمود موسى ومحمد عبد العظيم خلف (٢٠١٧): الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم. المجلة المصرية للدراسات النفسية، (٢٧)، (٩٤)، ٣٩-٧١.
- إيمان مصطفى سرميني (٢٠١٤) : تنمية مهارات الصداقة والصمود النفسي لخفض أعراض الاكتئاب لدي طلبة الجامعة. دكتوراه ، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية ، جامعة عين شمس.
- إيناس سيد علي (٢٠١٤) : الصمود النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدي عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة . مجلة كلية التربية ببنها، (٩٧)، ٢٩٥-٣٣٤.
- سحر فاروق علام (٢٠١٣) : الصمود النفسي وعلاقته بالتماسك الأسري لدي عينة من طالبات كلية البنات جامعة عين شمس. مجلة الإرشاد النفسي، العدد (٣٦) ١١٠-١٥٤.
- صفاء الأعر (٢٠١٠) : الصمود من منظور علم النفس الإيجابي. المجلة المصرية للدراسات النفسية.
- عائشة ديحان قصاب (٢٠١٧): التفكير الإيجابي وعلاقته بالصمود النفسي وقلق الاختبار لدى طالبات كليات التربية الأساسية بالكويت. المجلة المصرية للدراسات النفسية، (٢٧)، (٩٤)، ١٥٥-١٩٦.
- فاتن فاروق عبد الفتاح و شيري مسعد حليم (٢٠١٤): الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالحكمة وفاعلية الذات لديهم. مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، (١٥).
- محمد رزق البحيري (٢٠١١): تباين الصمود النفسي بتباين بعض المتغيرات لدى عينة من الأيتام بطيئي التعلم. المجلة المصرية للدراسات النفسية، (٢١)، (٧٠)، ٤٧٩-٥٣٦.

محمد سعد حامد(٢٠١٠): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية المرونة الإيجابية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب .رسالة دكتوراه.

محمد مصطفى عبد الرازق(٢٠١٢): الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقلياً.مجلة الإرشاد النفسي،(٣٢)،٤٩٩-٥٧٩.

معاذ أحمد محمد (٢٠١٤) : فاعلية برنامج معرفي سلوكي في الصمود النفسي لتخفيف الاكتئاب لدي المراهقين اليمنيين . رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة المنوفية.

Brooks & Goldstein's(2004). The power of Resilience: Achieving Balance, Confidence, and Personal strength in your life.

Gail M.Wadgnild,Phd,RN Heather M.Young.PHD,RN(1993).Development and Psycho metric Evaluation of Resilience scale. Journal of Nursing Measurement 1(2),165-178.

Kathryn M,Connor, M.D, and Jonathan R.T.Davidson,M.D(2003).Development Of New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale(CD-Risc)Depression and Anxiety(18),76-82.

Masten(2009) Lessons From Research On Resilience In Human Development.

-Sandra Roman oertwig (2004). teacher resilience and Jobsites faction . A dissertation proposal submitted to the faculty of the university of North Carolina at Chapel Hill in partialful fill ment of the requirements for Education in the school of Education.

ملاحق البحث

ملحق (١)

أسماء السادة المحكمين وفقاً للترتيب الأبجدي

م	الاسم	الدرجة الوظيفية والتخصص
١	د/ أحمد بكر قطب	مدرس علم النفس التربوي بكلية التربية- جامعة المنيا
٢	د.أ/أنور رياض عبد الرحيم	أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ بكلية التربية - جامعة المنيا
٣	أ.د/ رأفت عطية باخوم	أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ بكلية التربية - جامعة المنيا
٤	د/عبد العزيز محمد حسب الله	مدرس علم النفس التربوي بكلية التربية- جامعة المنيا
٥	د/محمد عبد العزيز نور الدين	مدرس علم النفس التربوي بكلية التربية- جامعة المنيا
٦	أ.د/مديحة عثمان	أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ بكلية التربية - جامعة المنيا
٧	أ.د/نجدي ونيس حبشي	أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ بكلية التربية - جامعة المنيا
٨	د/ هالة كمال الدين حسن	مدرس علم النفس التربوي بكلية التربية- جامعة المنيا
٩	د/ هويدا محمد صابر	مدرس علم النفس التربوي بكلية التربية- جامعة المنيا

ملحق رقم (٢) المفردات قبل وبعد التعديل

م	المفردة قبل التعديل	المفردة بعد التعديل
---	---------------------	---------------------

١	يمكنني السيطرة على سوء التفاهم بيني وبين أحد زملائي.	يمكنني معالجة سوء التفاهم بيني وبين أحد من زملائي.
٢	أقبل ذاتي كما هي عندما أقيمها بعد المرور بتجارب سلبية.	أقبل ذاتي كما هي في كل الظروف.
٣	أثق في قدرتي على توصيل المعلومات للتلاميذ.	تتوافر لدي القدرة على توصيل المعلومات للتلاميذ.
٤	لا يمكنني التعامل مع جميع العقبات التي تواجهني.	أفضل في التعامل مع بعض العقبات التي تواجهني.
٥	توقعي لمشكلات مستقبلية تشعرني بالتوتر.	توقعي لحل مشكلات مستقبلية يشعرني بالتوتر.
٦	أعمل على تعديل نقاط الضعف لدي.	أعمل على تعديل نقاط الضعف البناء.
٧	استطيع إيجاد الحلول المناسبة لأي مشكلة تواجهني.	أجد حلاً لما يواجهني من مشكلات.
٨	استطيع استعادة توازني بسرعة عند الحزن الشديد لفقدان عزيز.	استطيع استعادة توازني عند التعرض لمواقف صعبة (محزنة).
٩	تتميز علاقاتي في العمل مع الجميع بالود والثقة المتبادلة.	تتميز علاقاتي في العمل بالود والثقة المتبادلة.
١٠	أجامل زملائي في مناسبتهم الخاصة.	أشارك زملائي في مناسبتهم الخاصة.

١١	ليست لدي رغبة في تكوين علاقات اجتماعية مع زملائي.	لدي رغبة في تكوين علاقات اجتماعية مع زملائي.
١٢	أشعر أن لحياتي معنى.	حياتي لها معنى.
١٣	أتذكر دائماً أن كل مشكلة ولها حل .	كل مشكلة ولها حل .
١٤	يؤثر على سلوكي داخل الفصل سماع خبر سيئ بالمدرسة.	تؤثر الأخبار السيئة على عملي.
١٥	لدي القدرة على إدارة الفصل مع وجود تلاميذ مشاغبين	أتحلى بضبط النفس عند التعامل مع التلاميذ المشاغبين.
١٦	ينتابني شعور بالتوتر عندما يطلب مني التحدث أمام مجموعة كبيرة من الناس.	ينتابني شعور بالتوتر عند التحدث للآخرين.
١٧	أسعى لتفسير أسباب غضبي	أبرر أسباب غضبي للآخرين.