



البحث الثالث

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

إعداد: -

أ.د/ أيمن مصطفى عبد القادر

أستاذ المناهج وطرق التدريس
القائم بعمل عميد كلية التربية
جامعة مطروح

أ.د/ حسن سعد عابدين

أستاذ علم النفس التربوي
ووكيل كلية التربية لشئون التعليم
والطلاب جامعة الإسكندرية.

أ/ سمر عادل محمد السيد

باحثة ماجستير- الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة مطروح

١٤٤٥هـ - ٢٠٢٤م

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

مستخلص البحث

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية بأبعادها الفرعية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، وأيضًا التعرف على الاختلافات والفروق بينهم في متغيري البحث (الصلابة النفسية - تقدير الذات) تبعًا للنوع والفرقة والتخصص. وتكونت مجموعة البحث (المشاركين في البحث) من (١٥٠) طالبًا وطالبةً من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة تعليم أساسي بكلية التربية- جامعة مطروح ومن التخصصات العلمية والأدبية، بواقع (٦٥) طالبًا، و(٨٥) طالبةً، ووفقًا للفرقة الدراسية: (٨٠) طالبًا وطالبةً بالفرقة الأولى، و(٧٠) طالبًا وطالبةً بالفرقة الرابعة، ووفقًا للتخصص: (٩٠) طالبًا وطالبةً من التخصصات الأدبية، و(٦٠) طالبًا وطالبةً من التخصصات العلمية، تمتد أعمارهم الزمنية ما بين (١٨ - ٢٢) سنة، بمتوسط (١٩,٨٩) وانحراف معياري (١,٦٠). ولتحقيق ذلك اعتمد البحث على المنهج الوصفي (الارتباطي) وأستخدم مقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثين ومقياس تقدير الذات إعداد مجدي الدسوقي (٢٠٠٤)، ولقد أشارت نتائج البحث إلى: وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، (٠,٠٥) بين درجات طلاب الجامعة (المشاركين في البحث) على مقياس الصلابة النفسية كدرجة كلية وأبعادها الفرعية من ناحية وبين درجاتهم على مقياس تقدير الذات من ناحية أخرى، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا في كل من الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية وتقدير الذات تعزي لمتغيرات النوع والفرقة الدراسية والتخصص. وقد انتهت الدراسة بتقديم عدد من التوصيات لدراسة الصلابة النفسية مع متغيرات أخرى، وكذلك لتحسين الجوانب النفسية والاجتماعية والشخصية لدى طلاب الجامعة وضرورة تقديم دورات وبرامج لتنمية هذه الجوانب، وتوجيه أنظار الوالدين والأساتذة إلى ضرورة رعايتهم من حيث تكوين وتشكيل وتحسين مختلف جوانب شخصياتهم.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية - تقدير الذات - طلاب الجامعة.

Psychological hardiness and its relationship with self- esteem among university students according to some demographic variables

Abstract:

The research aimed to detect the nature of correlational relationship between psychological hardiness and its dimensions, and self- esteem among university students, and also identify the differences in these variables according to gender, study year, and specialty, the participants consist of (150) students from first and forth study yea in Faculty of Education Matrouh University, from scientific and art specialties, (65) males, and (85) females, according to study year: (80) from first year students, and (70) from forth year students, and according to specialty: (90) from art specialties students, and (60) from scientific specialties students, age between (18 – 22) years, M. (19.89) and S.D.(1.60). To achieve this, the research depended on the descriptive (Correlational) method and used the scale of psychological hardiness prepared by Researchers, and scale of self – esteem prepared by Magdy Al-Desoky (2004).The results of current research mentioned to there was significant positive relationship at (0.01), (0.05) between psychological hardiness as total score and sub-dimensions, and self- esteem among university students, also there were no significant differences in each of psychological hardiness, its sub-dimensions, and self – esteem due to variables of gender, study year, and academic specialty. The Finding of study presenting number recommendations for studying psychological hardiness with other variables, also improving psychological, social, and personal aspects for university students, necessary presenting programs to develop these aspects, and orienting looks of parents and staff to necessary caring these students from formatting, shaping and improving different aspects of their personalities.

key words: Psychological Hardiness – Self - Esteem – University Students.

مقدمة البحث:

يسعى الإنسان إلى أن يكون متمتعاً بالصحة النفسية، ومن أجل هذه الغاية يبذل كل ما في وسعه، ورغم ذلك يتأثر بالمجتمع وظروفه الاجتماعية والنفسية والاقتصادية، وترتبط الصحة النفسية بعدة جوانب ومحاور مثل الاتزان انفعالي، التوافق الشخصي، القيم الدينية، الصلابة النفسية ومعاملة الوالدين والإرادة، وهذه الجوانب متعددة وليست لها ثبات دائم، وليست على نفس الدرجة والمستوى لنفس الأفراد والمستوى المطلوب للاستدلال على صحة الفرد النفسية من خلال مقدرة الطالب على حسم الصراعات النفسية وسيطرته على القلق، وهذه المظاهر السلبية لن تختفي بشكل تام ولكنها تقل، وستظل بمستوى غير مؤثر في حياة الطلاب.

ويرجع مفهوم الصلابة النفسية Psychological Hardiness إلى العالمة (Kobasa)، حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات، والتي استهدفت معرفه المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط، وعرفت "كوباسا" الصلابة النفسية بأنها "مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصد او كواق لأحداث الحياة الشاقة، وأنها تمثل اعتقاداً أو اتجاهاً عاماً لدى الفرد في قدرته على استغلال كافه مصادره وإمكاناته النفسية والبيئية المتاحة؛ كي يدرك أحداث الحياه الشاقة إدراكاً غير مشوه، ويفسرها بمنطقية وموضوعية والتعايش معها على نحو إيجابي، وأنها تتضمن ثلاثة أبعاد رئيسة هي الالتزام والتحكم والتحدى (في: فوقية رضوان، ايريني غبريال، ٢٠١٧، ٣١٠). وأشار (Ghasemi and Kajbaf (2019 إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون بالصلابة النفسية لديهم قدرة على مواجهة الإجهاد، كما أنهم يميلون إلى تجنب العزلة والاعترا، كما يميل هؤلاء الأفراد إلى تجنب الضعف والتخاذل من حدة الضغوط الحياتية وتكرارها، وعدم تكيف الفرد معها يؤثر سلبياً في صحته الجسمية وفي سلوكه، وشخصيته.

وأوضحت رجاء مريم (٢٠١٦) أن مفهوم الصلابة النفسية يعود إلى علم النفس الوجودي الذي يؤمن بقدرة الفرد على إيجاد الهدف والمعزى من حياته، ويتجلى مفهوم الصلابة من خلال مظاهر الشخصية وأساليبها في معاشه الواقع، والتي تلعب دوراً وسيطاً بين الضغط والصحة، إذ تتحدد بموجبها الطريقة التي يدرك ويفسر من خلالها الأفراد الضغوط الحياتية على أنها فرصاً للنمو والتطور.

كما إن التركيز على دراسة المتغيرات النفسية الإيجابية التي تساعد الفرد على مقاومة الضغوط المحيطة مثل الصلابة النفسية؛ والتي بدورها تساعد الفرد على تفسير الأمور الضاغطة وقدرته على فهمها، وكيفية مواجهة الأحداث بمرونة، حيث أشار (Crosson (2015, 48 إلى أن الصلابة النفسية تعد بمثابة

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

آلية وقاية عن طريق تقليل الآثار السلبية للضغوط، فالأفراد ذوو الصلابة النفسية يرون أن للحياة معنى وهدف ويبدو التزامهم من خلال البيئة والعمل بدلاً من المشاركة السلبية في أحداث الحياة. وترى أمال باظه (٢٠١١) أن الصلابة النفسية تؤدي الدور الوسيط بين تقييم الفرد للتجارب الضاغطة في حياته وبين استعداده ومواجهته لها، وتؤدي إلى خفض حدة الضغوط النفسية، كما تساعد الصلابة النفسية على التعامل مع تلك الضغوط بفاعلية.

وقد أوضحت العديد من الدراسات مثل دراسة زينب الخفاجي (٢٠١٣)، دراسة الصديق المريمي (٢٠١٥)، ودراسة (Bheenaveni 2016) أن الصلابة النفسية تساعد في الحد من الضغوط النفسية المسببة للاحتراق النفسي لدى الأفراد في مختلف المواقع والمهن؛ كونها تكسبهم القدرة على الثبات وموازنة الأمور والشعور بالقدرة على الإنجاز والسيطرة على الأحداث الضاغطة.

ويعد تقدير الذات Self – Esteem من الموضوعات والدراسات التي مازالت تحتل أهمية خاصة في البحوث النفسية والشخصية، فهذا المفهوم يعتبر من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان، كما يعتبر أحد الأبعاد المهمة للشخصية، حيث لا يمكن تحقيق الفهم الواضح للشخصية أو السلوك الإنساني بشكل عام دون أن نشمل ضمن متغيراتها الوسيطة مفهوم تقدير الذات، حيث يرى البعض أن تقدير الذات يدخل في كل السمات والجوانب الوجدانية للفرد، كما يعتبر البعض الآخر أن تقدير الذات الإيجابي عنصر مهم وأساسي لدرجة أن كل بناءات الشخصية تلعب دوراً تنظيمه، فالدافع الأساسي للإنسان هو تقدير الذات وتحقيقها وتحسينها (الحميدي الضيدان، ٢٠٠٤).

ويعد تقدير الذات أيضاً سمة شخصية ثابتة نسبياً قابلة للبناء والتغيير المستمر وعادة تتشكل من خلال الخبرات الحياتية بدون وعي من الفرد لاسيما في مرحلة الطفولة. ويتطور تقدير الذات من خلال عملية عقلية تتمثل في تقييم الفرد لنفسه ومن خلال عملية وجدانية تتمثل في إحساسه بأهميته وجدارته، وهذا التقدير يسهم في تنمية السلوكيات الإيجابية وأيضاً يسهم في خفض السلوكيات السلبية لدى الفرد (نوار الحربي، ٢٠١٣).

كما يعتبر تقدير الذات من أهم حاجات الفرد النفسية، وقد صنّفه "Maslow" في نظريته سلم الحاجات ضمن الحاجات الفردية المعنية العليا (الحاجات الاجتماعية) بعد الحاجات الأساسية وحاجة الانتماء، كما أوضح "Maslow" تأثير درجة تقدير الشخص لذاته على مختلف جوانب ومجالات حياته، حيث يؤدي إشباع الحاجة إلى تقدير الذات إلى ثقة الفرد بذاته وشعوره بقيمة نفسه ويؤثر إيجاباً على مستوى أدائه ويزيد من نشاطه (محمد الحراشنة، ٢٠١٢).

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

ويعد تقدير الذات هدفاً تربوياً تحرص التربية الحديثة على تحقيقه في الناشئة، كونه دعامة أساسية للشخصية على مستوى رصيدها المعرفي وكيانها الوجداني ونشاطها السلوكي، فنوع التقدير إيجابياً أو سلباً للذات يؤثر على حاضرها ومستقبلها واختياراتها وقراراتها ونجاحها أو فشلها، فإذا كان إيجابياً فإن ذلك يتيح للفرد إمكانية القيام بردود أفعال ملائمة والشعور بالتوافق والسعادة، ومن ثم القدرة على مواجهة الضغوط وصعوبات الحياة والأحداث غير المتوقعة، بينما إذا كان سلبياً فسوف يؤدي ذلك إلى الإحساس بالدونية وفقدان الثقة بالنفس والشعور بالمعاناة؛ مما يعيق توافقها مع الأشخاص ومع الأحداث، ويؤثر بالسلب على صحتها النفسية (الزبير مهداد، ٢٠١٥).

وأشارت بعض الدراسات السابقة التي تناولت دراسة تقدير الذات لدى طلاب الجامعة مثل دراسة أحمد شافعي (٢٠٠٧)، ودراسة أيمن عبد العزيز وفضل الشيخ (٢٠١٥)، ودراسة زينب أولاد هدار، جميلة سليمان (٢٠١٦) إلى ارتفاع مستوى تقدير الذات يساهم في التفوق الدراسي ويزيد من مستوى الطموح، كما يساعد في خفض اضطرابات الهوية.

ومما سبق يتضح أنه رغم الاهتمام بدراسة الصلابة النفسية وتقدير الذات، إلا أن هناك قلة في الدراسات والبحوث، وخاصة الدراسات العربية - في حدود علم الباحثين - والتي تناولت دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وتقدير الذات، ومن هنا كانت الحاجة الماسة للقيام بإعداد ذلك البحث والذي يهدف إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية بأبعادها الفرعية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.

مشكلة البحث

نبعت مشكلة الدراسة من خلال ما أشارت إليه بعض الدراسات السابقة مثل دراسة سعد البيومي، صبري عبد العال (٢٠١٦)، دراسة دلال الردعان (٢٠١٨)، ودراسة ثريا سراج (٢٠١٨) أن الصلابة النفسية تساعد طلاب الجامعة على تجنب العديد من المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية لدى طلاب الجامعة مثل القلق والعدوانية والانطواء والاكتئاب والتأثر بالأحداث الضاغطة، والنظرة المتدنية للذات، كذلك ينتج عن ضعف الصلابة النفسية خبرات ومواقف انفعالية سلبية مثل التوتر والشعور بالذنب والخوف من المواقف.

كما انبثقت مشكلة الدراسة من خلال ما أشارت إليه كل من دراسة عايذة صالح وعبد العظيم المصدر (٢٠١٣)، ودراسة عزة محمد (٢٠١٨) من أهمية الصلابة النفسية والتي تُعد مؤشراً مهماً على دلالة الصحة النفسية، وعلاقتها بطريقة مواجهة الفرد لضغوط الحياة التي يتعرض لها وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، وأن مفهوم الصلابة النفسية يجب أن تسعى التربية الحديثة إلى تحقيقه من خلال التنشئة الاجتماعية والتي لها دور كبير في تحسين الصلابة النفسية للفرد منذ نشأته الأولى.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

ومن خلال الاطلاع على بعض الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية وأبعادها مثل دراسة Hayes (2015)، دراسة صبحي الكفوري (٢٠١٩)، ودراسة سلمان السبيعي (٢٠١٩)، والتي أشارت في مجملها إلى أن تحسين الصلابة النفسية يعتبر أمراً في غاية الأهمية، حيث يؤدي إلى ارتفاع مستوى الثقة بالنفس، وتحسين قدرة الطلاب على مواجهة الضغوط والألم.

وأشارت بعض الدراسات مثل دراسة (Abdellatif and Zaki (2021 إلى عدم وجود فروق دالة في الصلابة النفسية تعزي لمتغير النوع.

وبينت دراسة فتحية ديب (٢٠١٤) أن تقدير الذات يعد أحد العوامل المهمة والأساسية التي تؤدي دوراً حاسماً في التأثير على السلوك، كما يعتبر عاملاً من عوامل الصحة العقلية؛ حيث يساعد على تخطي الصعاب ومواجهة الضغوط، فضلاً عن أنه يعد مكوناً مهماً في شخصية الفرد، فهو يؤثر على سلوكه وعلى أحاسيسه وعلى قدراته على التكيف، كما تعتبر الحاجة إلى التقدير الإيجابي للذات أحد الحاجات الحيوية للفرد، وأي قصور في هذه الحاجة يترتب عليه العديد من المشكلات النفسية.

كما أشارت بعض الدراسات - رغم قلتها - التي تناولت بحث الفروق في تقدير الذات لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والفرقة أو المستوى الدراسي مثل دراسة عماد حراشة (٢٠٠٦) إلى وجود فروق دالة فيه، بينما أشارت البعض الآخر منها مثل دراسة أحمد عربيات وعماد الزغول (٢٠٠٨) إلى عدم وجود فروق دالة فيه.

ونظراً لقلة الدراسات - في حدود إطلاع الباحثين - وخاصة الدراسات العربية التي تناولت دراسة طبيعة العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية بأبعادها الفرعية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، فإن هناك حاجة ماسة للقيام بإجراء البحث الحالي والذي يهدف إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية **ويُمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في الأسئلة التالية:**

١- ما العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية وبين تقدير الذات لدى طلاب الجامعة.
٢- هل تختلف الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية لدى طلاب الجامعة باختلاف النوع والفرقة الدراسية والتخصص؟

- هل يختلف تقدير الذات لدى طلاب الجامعة باختلاف النوع والفرقة الدراسية والتخصص؟

أهداف البحث

- ١- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية بأبعادها الفرعية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.
- ٢- تعرف الاختلافات والفروق في الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية (الالتزام - التحكم - التحدي) لدى طلاب الجامعة وفقاً للنوع والفرقة الدراسية والتخصص.
- ٣- تعرف الاختلافات والفروق في تقدير الذات لدى طلاب الجامعة وفقاً للنوع والفرقة الدراسية والتخصص.

أهمية البحث:

أ- الأهمية النظرية

- إثراء المكتبة النفسية بمتغيرات مهمة وأساسية وهي الصلابة النفسية وأبعادها وتقدير الذات وزيادة المعلومات التي تتعلق بها بما يمد العون والمساعدة للوالدين والأسرة والأساتذة في كيفية التعامل مع طلاب الجامعة.
- كما يهتم البحث الحالي بفئة طلاب الجامعة - وهي مرحلة ذات طبيعة خاصة، حيث أنهم كمرهقين في أمس الحاجة إلى دراسة مشكلاتهم واحتياجاتهم النفسية والاجتماعية والمعرفية وما يتعلق بتقديرهم لذواتهم وصلابتهم النفسية.

ب- الأهمية التطبيقية

- ترجع أهمية البحث إلى توجيه النظر للمربين والأساتذة والوالدين إلى الاهتمام بالجوانب النفسية والاجتماعية والمعرفية لديهم، كي تتحسن صلابتهم النفسية وتقديرهم لذواتهم؛ حتى يستطيعوا التوافق مع أنفسهم ومع الآخرين.
- محاولة الاستفادة من نتائج البحث في توجيه الوالدين والأساتذة والباحثين إلى ضرورة دراسة النواحي النفسية والاجتماعية كالصلابة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.
- كما أن البحث الحالي يُحاول بناء مقياس جديد لمتغير الصلابة النفسية؛ مما يساهم في استفادة الباحثين مستقبلاً منه في دراسات جديدة مستقبلية عاها الفرعية من ناحية وبين تقدير الذات من ناحية أخرى لدى طلاب الجامعة.

مصطلحات البحث

١- الصلابة النفسية Psychological Hardiness

تُعرف في البحث الحالي على أنها: "القدرة على ضبط النفس والمقاومة والصمود والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة وحل المشكلات"، وتُقدر إجرائيًا من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثين، وتتضمن الصلابة النفسية الأبعاد التالية: الالتزام، التحكم، والتحدي.

٢- تقدير الذات Self- Esteem

تبنى البحث الحالي تعريف مجدي الدسوقي (٢٠٠٤) والذي أشار إلى أن تقدير الذات هو تقدير عام يضعه الفرد لنفسه وبنفسه، متضمنًا الإيجابيات التي تدعوه لاحترام ذاته والسلبيات التي لا تقلل من شأنه بين الآخرين، وكلما ارتفع تقدير الفرد لذاته كلما كان الفرد ناجحًا اجتماعيًا، أما إذا انخفض تقديره لذاته فإنه يكون أقل نجاحًا من الناحية الاجتماعية". ويُقاس إجرائيًا من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس تقدير الذات إعداد مجدي الدسوقي (٢٠٠٤).

حدود الدراسة:

- ١- حدود مكانية: وتتمثل في كلية التربية جامعة مطروح.
- ٢- حدود زمنية: تم تطبيق أدوات ومقاييس البحث الحالي خلال شهر مايو ٢٠٢٣م.
- ٣- حدود البشرية: وتتمثل في: طلاب كلية التربية جامعة مطروح، طلبة وطالبات ومن الفرقتين الأولى والرابعة ومن التخصصات العلمية والأدبية (تعليم أساسي)، حيث امتدت أعمارهم الزمنية ما بين (١٨ - ٢٢) سنة.

محددات الدراسة:

المحددات المنهجية:

- أ- منهج الدراسة: اعتمد البحث الحالي على استخدام المنهج الوصفي (الارتباطي).
- ب- عينة الدراسة: وتكونت من (١٥٠) طالبًا وطالبة من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة تعليم أساسي بكلية التربية- جامعة مطروح ومن التخصصات العلمية والأدبية، تمتد أعمارهم الزمنية ما بين (١٨ - ٢٢) سنة، بمتوسط (١٩,٨٩) وانحراف معياري (١,٦٠).
- ج- أدوات الدراسة: استخدم البحث الحالي الأدوات والمقاييس التالية:
 - ١- مقياس الصلابة النفسية لطلاب الجامعة إعداد الباحثين.
 - ٤- مقياس تقدير الذات إعداد مجدي الدسوقي (٢٠٠٤).

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الصلابة النفسية: Psychological Hardiness

مفهوم الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية هي القدرة على التكيف بسهولة للمتغيرات غير المتوقعة وارتباط الإحساس بالفرص في الحياة اليومية وبالضبط أو التحكم الشخصي لما يحدث في حياة الفرد، وتعمل الصلابة على كبح تأثيرات الموقف الضاغط من جمع المعلومات والأفعال الحاسمة والتعلم من الخبرة (APA, 2009, 20) وأشار محمد أبو حلاوة (٢٠١٠) إلى أن الصلابة النفسية هي القدرة على المحافظة على حالة من التأثير الفعال والإيجابية والثبات الانفعالي والتماسك في الظروف الصعبة والمتحديّة، مع الشعور بحالة من الاطمئنان والاستبشار والتفاؤل.

كما أشار نجيب القرعان (٢٠١٤، ١٤) إلى أن الصلابة النفسية هي مجموعة من السمات الإيجابية للفرد، والتي تتمثل في مجموعة من الأبعاد المتمثلة في الالتزام والتحكم، والتحدي؛ والتي يمكن بتدعيمها باعتقاد أو اتجاه عام لديه بكفاءته وقدرته على استغلال مصادره وإمكاناته النفسية والبيئية المتاحة كافة؛ كي يدرك الأحداث الحياتية الصعبة إدراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرهما بواقعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي.

والصلابة النفسية تشير إلى اعتقاد الفرد بأن لديه القدرة على مواجهة الضغوط النفسية، مع الالتزام بقيمه وأخلاقه، والتحكم بقدرته على تفسير مجريات الأمور، والتكيف مع الصدمات والصعوبات والمشكلات الحياتية وبذل المزيد من الجهد لتخطي الصعاب، وتحقيق أهدافه بكفاءته (ناهد نصر، ٢٠١٨، ١٥٣). وأشارت دراسة أنجيلا المعمري (٢٠١٩) إلى أنه كلما ارتفعت درجة الطالب على مقياس الصلابة النفسية، كلما كان أكثر صلابة نفسية في مواجهة الضغوط الحياتية.

وفي ضوء ما سبق عرفها الباحثون في البحث الحالي بأنها: "القدرة على ضبط النفس والمقاومة والصمود والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة وحل المشكلات".

أبعاد الصلابة النفسية:

اختلف العلماء في تحديد أبعاد الصلابة النفسية في حين أن "Kobasa" توصلت إلى أن الصلابة النفسية تعد مكوناً عاماً في الشخصية يتفرع إلى ثلاثة أبعاد، هي: الالتزام والتحكم، والتحدي. وفيما يلي توضيح لهذه الأبعاد: (Kobasa 1979)

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

وأوضحت "كوباسا" أن الالتزام الشخصي يتكون من الأبعاد التالية:

أولاً: الالتزام Commitment

١- الالتزام تجاه الذات: ويشير إلى اتجاه الفرد نحو معرفه ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو تميزه عن الآخرين.

٢- الالتزام تجاه العمل: ويشير إلى اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في انجاز عمله، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه.

وأضاف عبد الرحمن أبو ندى (٢٠٠٧) إلى أن أنواع الالتزام هي: الالتزام الديني: ويشير إلى التزام المسلم بعبقيدة الإيمان الصحيح، وظهور ذلك على سلوكه، والالتزام الأخلاقي: ويشير إلى اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقاته الشخصية والاجتماعية، والالتزام القانوني: ويشير إلى التزام الفرد بالقوانين العامة واحترامها.

ويشير الالتزام إلى الشعور بالتفاني من أجل الذات، مما ينتج عنه الانخراط أو الاندماج النشط والهادف في الحياة اليومية (Ndlovu & Ferreira, 2019, 598).

ثانياً: التحكم Control:

أشار نجيب القرعان (٢٠١٤، ١٨) إلى أن ميل الفرد للتحكم يجعل منه يشعر ويتصرف كما لو كان يملك النفوذ والسيطرة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة عوضاً عن العجز في مواجهتها، وبالتالي دمجها في خطه حياته قبل وقوعها، حيث يكون الفرد قادراً على توقع حدوث المواقف الصعبة بناءً على استقرائه للواقع، ووضع الخطط المناسبة لمواجهتها والتقليل من آثار وقت حدوثها، مستثمراً كل ما يتوفر لديه من إمكانيات مادية ومعنوية واستراتيجيات عقلية ومسيطرراً على نفسه ومتحكماً في انفعالاته.

ويشير التحكم إلى اعتقاد الأفراد أنه بإمكانهم التأثير على تجارب وأحداث الحياة، حيث يسعى الأفراد الذين يتحكمون بقوة إلى التأثير على النتائج بدلاً من أن يقفوا عاجزين وسلبيين، ويعزز التحكم من دافع الفرد على الاندماج والانخراط في مواجهة قوية لأنها من شأنها التأثير عليهم بأن يروا الضغوط قابلة للتحدي (Barton & Homish, 2020, 512).

وأشارت دراسة عزة الرفاعي (٢٠٠٣) إلى أربع صور للتحكم هي:

١- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة: ويشير إلى القدرة على اتخاذ القرار والتعامل مع المواقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه.

٢- التحكم المعرفي "المعلومات": وهو استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الاحداث الضاغطة.

٣- التحكم السلوكي: ويشير إلى القدرة على المواجهة الفعالة، وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

٤- التحكم الاسترجاعي: ويشير إلى معتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، بحيث يؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف ورؤيته على أنه موقف ذو معني وقابل للتداول والسيطرة عليه.

ثالثاً: التحدي Challenge:

يشير هذا البعد إلى اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي، بل حتمي لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهدياً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية.

وأشار عماد مخيمر (١٩٩٧) إلى أن التحدي هو اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهدياً؛ مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية. كما أشار Eroz and Onat (2018, 82) إلى أن التحدي يمثل سلوك الفرد الإيجابي تجاه التغيير واعتقاده بأنه يمكنه الاستفادة من الفشل تماماً كما يمكنه الاستفادة من النجاح.

ووفقاً للتعريف الإجرائي الذي صاغه الباحثون لمفهوم الصلابة النفسية في البحث الحالي، فإن أبعاد الصلابة النفسية، هي:

١- **البعد الأول: الالتزام:** وهو مدى إجبار الطالب لنفسه على الوفاء الإيجابي إزاء الآخرين وأهدافه وقيمه وأداء بما يشبه التعاقد مع الذات على وجوب التحقيق الفعلي واللفظي لما هو مطلوب منه، وكذلك تبني عدد من القيم والأهداف والتي يتعامل مع الآخرين في ضوءها.

٢- **البعد الثاني: التحكم:** وهو القدرة على اتخاذ القرارات والمواجهة الفاعلة للضغوط وتحمل المسؤولية الشخصية عن أحداث الحياة، والقدرة على الاختيار من بين بدائل أو اختيارات عديدة من الحلول للمشكلات.

٣- **البعد الثالث: التحدي:** وهو القدرة على الاستمرار في الحياة رغم أي أحداث وتغيرات طارئة، وقدرته على التعامل مع الأزمات والضغوط، والمبادأة في استكشاف إمكانيات البيئة وما لديه من إمكانيات نفسية واجتماعية تمكنه من التعامل مع الأحداث الضاغطة بتحدٍ.

ونظراً لأهمية متغير الصلابة النفسية لطلاب الجامعة، فقد تناولته بعض الدراسات في علاقته بمتغيرات أخرى، مثل دراسة أحمد المنشاوي (٢٠١٧)، ودراسة (Abdellatif and Abdel-Gawad (2020)، ودراسة حنان زيدان (٢٠٢٠)، ودراسة (Yavuz and Dilmac (2020)، ودراسة (Abdellatif and Zaki (2021) والتي أشارت في مجملها إلى وجود علاقة موجبة ودالة بين الصلابة النفسية وكل من المهارات الاجتماعية والتفكير عالي الرتب وعادات العقل ومهارات حل المشكلة والأمن النفسي وكسر الحواجز النفسية والبحث عن المعنى والرفاهية الروحية لدى طلاب الجامعة.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

كما تناولت بعض الدراسات بحث الفروق في متغير الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة تبعًا لمتغيرات النوع والتخصص والفرقة الدراسية، حيث أشارت دراسة أحمد المنشاوي (٢٠١٧) وجود فروق دالة في الصلابة النفسية تعزي لمتغير النوع، بينما أشارت كل من دراسة (Abdellatif and Abdel-Gawad (2020)، ودراسة (Abdellatif and Zaki (2021) إلى عدم وجود فروق دالة في الصلابة النفسية تعزي لمتغير النوع

ثانيًا: تقدير الذات: Self – Eseem

مفهوم تقدير الذات:

لقد تعددت وتنوعت التعاريف التي تناولت مفهوم تقدير الذات، حيث تم تعريفه على أنه مكون تقويمي اتجاهي للذات، وحكم وجداني مبني على مفهوم الذات والذي يشتمل على مشاعر القيمة والقبول ويتطور ويستمر نتيجة للوعي بالكفاءة والرفاهية (Guindon, 2002, 207).

كما تم تعريفه على أنه تقييم الفرد لنفسه في حدود طريقة إدراكه لآراء الآخرين فيه، فتقدير الذات يشير إلى التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه وبالآخرين المهمين حوله من وجهة نظره هو (محمد غيث، ٢٠٠٦). وعرفه كل من Garaigordobil and Bernaras (2009, 149) بأنه بناء معقد ومتعدد الأبعاد يشتمل النظر إلى الذات على أنها تستطيع التغلب على تحديات الحياة، وأنها تستحق النجاح والسعادة، كما أنها مجموع المشاعر التي يُكونها الفرد عن ذاته بما في ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها تستند إلى أن الذات جديرة بالمحبة، وجديرة بالأهمية.

كما عرفه كل من Richter and Ridout (2011, 328) على أنه خاصية إنسانية أساسية ترتبط بالوعي بكل من الذات والانفعالات والمعارف والسلوكيات، وينعم بالحياة وبالصحة العامة وبالعوامل الاقتصادية والاجتماعية، وأيضًا هو اتجاه الفرد أو التوجه الانفعالي العام تجاه ذاته.

كما تم تعريفه بأنه هو حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه ومعتقداته عنها، وهكذا يكون بمثابة خبرة ذاتية ينقلها إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة (نادية المعمرية، ٢٠١١).

وعرفه علاء النجار (٢٠١٣، ٢٥٥) بأنه تقييم عام يصف الفرد لذاته فيما يتعلق بأهميتها وقيمتها، ويتضمن إيجابياتها وسلبياتها، وأيضًا معرفة الفرد لحدود إمكاناته ورضاه عنها وثقته بنفسه. كما عرفته سماح السعيد (٢٠١٤، ٥٣) بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه، ويتضمن مدى اعتقاد الفرد لذاته على المستوى العام أو النوعي الذي يرتبط بجوانب محددة للشخصية حيث قدراته وكفاءته الشخصية وأهميته واحترامه لذاته.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

مما سبق عرضه من تعريفات الباحثين لتقدير الذات، يتضح أن تقدير الذات يُقصد به تقييم الفرد لذاته ويعكس مدى تقديره لها، كما أنه مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات الإيجابية والسلبية للفرد حول ذاته، كما يعني به حكم الفرد على كفاءته الشخصية وجدارتها وثقته فيها.

وقد تبني الباحثون في البحث الحالي تعريف مجدي الدسوقي (٢٠٠٤، ١٠) والذي أشار إلى أن تقدير الذات هو تقدير عام يضعه الفرد لنفسه وبنفسه متضمناً الإيجابيات التي تدعوه لاحترام ذاته والسلبيات التي لا تقلل من شأنه بين الآخرين، وكلما ارتفع تقدير الفرد لذاته كلما كان الفرد ناجحاً اجتماعياً، أما إذا انخفض تقديره لذاته فإنه يكون أقل نجاحاً من الناحية الاجتماعية".

أهمية تقدير الذات:

أشارت فتحية ديب (٢٠١٤) إلى أن تقدير الذات يعد أحد العوامل المهمة والأساسية التي تلعب دوراً حاسماً في التأثير على السلوك، كما يعتبر عاملاً من عوامل الصحة العقلية؛ حيث يساعد على تخطي الصعاب ومواجهة الضغوط، فضلاً عن أنه يعد مكوناً مهماً في شخصية الفرد، فهو يؤثر على سلوكه وعلى أحاسيسه وعلى قدراته على التكيف، كما تعتبر الحاجة إلى التقدير الإيجابي للذات أحد الحاجات الحيوية للفرد، وأي قصور في هذه الحاجة يترتب عليه العديد من المشكلات النفسية.

كما يعد تقدير الذات هدفاً تربوياً تحرص التربية الحديثة على تحقيقه في الناشئة، كونه دعامة أساسية للشخصية على مستوى رصيدها المعرفي وكيانها الوجداني ونشاطها السلوكي، فنوع التقدير إيجابياً أو سلباً للذات يؤثر على حاضرها ومستقبلها واختياراتها وقراراتها ونجاحها أو فشلها، فإذا كان إيجابياً فإن ذلك يتيح للفرد إمكانية القيام بردود أفعال ملائمة والشعور بالتوافق والسعادة، ومن ثم القدرة على مواجهة الضغوط وصعوبات الحياة والأحداث غير المتوقعة، بينما إذا كان سلبياً فسوف يؤدي ذلك إلى الإحساس بالدونية وفقدان الثقة بالنفس والشعور بالمعاناة؛ مما يعيق توافقها مع الأشخاص ومع الأحداث، ويؤثر بالسلب على صحتها النفسية (الزبير مهداد، ٢٠١٥).

ونظراً لأهمية متغير تقدير الذات لطلاب الجامعة، فقد تناولته بعض الدراسات في علاقته بمتغيرات أخرى، مثل دراسة أحمد شافعي (٢٠٠٧)، دراسة نبيلة خلال وسعيد رياش (٢٠١٣)، دراسة أيمن عبد العزيز وفضل الشيخ (٢٠١٥)، ودراسة زينب أولاد هدار، جميلة سليمان (٢٠١٦) والتي أشارت في مجملها إلى وجود علاقة موجبة ودالة بين تقدير الذات وكل من التفوق الدراسي والانبساطية ومستوى الطموح لدى طلاب الجامعة.

كما تناولت بعض الدراسات بحث الفروق في متغير تقدير الذات لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والفرقة الدراسية، حيث أشارت دراسة عماد حراشنة (٢٠٠٦) إلى وجود فروق دالة في تقدير

الذات تعزي لمتغيري النوع والفرقة الدراسية، كما أشارت دراسة أحمد شافعي (٢٠٠٧) إلى وجود فروق دالة في تقدير الذات تعزي لمتغير التخصص، بينما أشارت أحمد عربيات وعماد الزغول (٢٠٠٨) إلى وجود فروق دالة في مستوى تقدير الذات يعزي للمستوى الدراسي أو الفرقة الدراسية، في حين لم تظهر أية فروق دالة فيه تعزي لمتغيري النوع والتخصص الأكاديمي، كما أشارت كل من دراسة أيمن عبد العزيز وفضل الشيخ (٢٠١٥)، ودراسة زينب أولاد هدار، جميلة سليمان (٢٠١٦) إلى عدم وجود فروق دالة في مستوى تقدير الذات تعزي لمتغير النوع.

فروض البحث

- ١- توجد علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية كدرجة كلية وأبعادها الفرعية وبين تقدير الذات لدى طلاب كلية التربية - جامعة مطروح.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب كلية التربية - جامعة مطروح في الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية باختلاف كل من النوع والفرقة الدراسية والتخصص.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب كلية التربية - جامعة مطروح في تقدير الذات باختلاف كل من النوع والفرقة الدراسية والتخصص.

إجراءات البحث

- دراسة نظرية لمتغيري البحث، وهما: الصلابة النفسية، وتقدير الذات.
- استعراض الدراسات السابقة ذات الصلة بمتغيري البحث، ومن ثم صياغة فروض البحث.
- تحديد أدوات البحث وتشمل: مقياس الصلابة النفسية لطلاب الجامعة إعداد الباحثين، ومقياس تقدير الذات إعداد مجدي الدسوقي (٢٠٠٤).
- اختيار مجموعة البحث (المشاركين في البحث)، وتشمل: -
 - ١- مجموعة حساب الخصائص السيكومترية، وتكونت من (٨٠) طالبًا وطالبةً من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة بكلية التربية جامعة مطروح ومن التخصصات العلمية والأدبية.
 - ٢- مجموعة البحث الأساسية أو المشاركون في البحث: وتكونت من (١٥٠) طالبًا وطالبةً من طلاب الفرقتين الأولى والرابعة تعليم أساسي بكلية التربية- جامعة مطروح ومن التخصصات العلمية والأدبية، بواقع (٦٥) طالبًا، و(٨٥) طالبةً، ووفقًا للفرقة الدراسية: (٨٠) طالبًا وطالبةً بالفرقة الأولى، و(٧٠) طالبًا وطالبةً بالفرقة الرابعة، ووفقًا للتخصص: (٩٠) طالبًا وطالبةً من التخصصات الأدبية، و(٦٠) طالبًا وطالبةً من التخصصات

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

العلمية، تمتد أعمارهم الزمنية ما بين (١٨ - ٢٢) سنة، بمتوسط (١٩,٨٩) وانحراف معياري (١,٦٠)، وهذا ما يوضحه جدول (١):

جدول (١) توزيع عينة الدراسة (المشاركين) من حيث الفرقة الدراسية والنوع والتخصص

التخصص		النوع		الفرقة الدراسية	
أدبي	علمي	طالبات	طلبة	رابعة	أولى
٩٠	٦٠	٨٥	٦٥	٧٠	٨٠

- تطبيق كل من مقياس الصلابة النفسية ومقياس تقدير الذات على المشاركين في البحث.
- التحليل الإحصائي للبيانات التي تم الحصول عليها باستخدام برنامج SPSS V25.
- مناقشة والنتائج ومناقشتها، وتقديم التوصيات والبحوث المقترحة في ضوء نتائج البحث.

وفيما يلي وصف الأدوات والمقاييس المستخدمة:

١- مقياس الصلابة النفسية لطلاب الجامعة (إعداد الباحثين):

هدف المقياس: هدف هذا المقياس إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية وأبعادها: الالتزام، التحكم، والتحدى لدى طلاب كلية التربية - جامعة مطروح.

خطوات بناء المقياس:

- تم إعداد وبناء مقياس الصلابة النفسية وأبعادها بعد أن قام الباحثون بالاطلاع على الكتابات الأدبية في مجال الصلابة النفسية، وكذلك مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية، وكذلك الاطلاع على عدد من مقاييس الصلابة النفسية لطلاب الجامعة والتي أدرجت ضمن الدراسات الحديثة، مثل مقياس الصلابة المختصر إعداد (Bartone (1995، استبيان عماد مخيمر (٢٠١٢)، ومقياس نور الياسين (٢٠١٥)، ومقياس أمل السعدي، سميرة شند، هبة محمود (٢٠١٥).
- وقد تم عرض المقياس على أحد عشر محكمًا من المتخصصين في مجالي الصحة النفسية وعلم النفس التربوي؛ لمراجعة صياغة المفردات وانتمائها لأبعاد المقياس، وملائمتها لخصائص مجموعة البحث الأساسية (المشاركين في البحث)، وقد أجروا بعض التعديلات على بعض مفردات المقياس. وجدول (٢) يوضح نسب اتفاق المحكمين على مفردات المقياس:

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

جدول (٢) نسب اتفاق السادة المحكمين على مفردات مقياس الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة (ن = ١١)

نسبة الاتفاق	عدد مرات الاختلاف	عدد مرات الاتفاق	رقم المفردة	نسبة الاتفاق	عدد مرات الاختلاف	عدد مرات الاتفاق	رقم المفردة	نسبة الاتفاق	عدد مرات الاختلاف	عدد مرات الاتفاق	رقم المفردة
%١٠٠	-	١١	٢١	%١٠٠	-	١١	١١	%٩٠,٩١	١	١٠	١
%٨١,٨١	٢	٩	٢٢	%٩٠,٩١	١	١٠	١٢	%١٠٠	-	١١	٢
%١٠٠	-	١١	٢٣	%١٠٠	-	١١	١٣	%١٠٠	-	١١	٣
%٩٠,٩١	١	١٠	٢٤	%٩٠,٩١	١	١٠	١٤	%٩٠,٩١	١	١٠	٤
%١٠٠	-	١١	٢٥	%١٠٠	-	١١	١٥	%٨١,٨١	٢	٩	٥
%١٠٠	-	١١	٢٦	%١٠٠	-	١١	١٦	%١٠٠	-	١١	٦
%٩٠,٩١	١	١٠	٢٧	%١٠٠	-	١١	١٧	%٩٠,٩١	١	١٠	٧
%٩٠,٩١	١	١٠	٢٨	%١٠٠	-	١١	١٨	%١٠٠	-	١١	٨
%١٠٠	-	١١	٢٩	%٩٠,٩١	١	١٠	١٩	%٩٠,٩١	١	١٠	٩
%١٠٠	-	١١	٣٠	%٩٠,٩١	١	١٠	٢٠	%٩٠,٩١	١	١٠	١٠

يتضح من جدول (٢) أن نسب اتفاق المحكمين على مفردات المقياس تراوحت بين (%٨١,٨١ - %١٠٠)، وتراوحت قيم معاملات صدق لوش للمفردات ما بين (٠,٦٤ - ١).

وصف المقياس: اشتمل مقياس الصلابة النفسية على (٣٠) مفردة موزعة على ثلاثة أبعاد: البعد الأول (الالتزام) واشتمل على (١٠) مفردات، والبعد الثاني (التحكم) واشتمل على (١٠) مفردات، والبعد الثالث (التحدي) واشتمل على (١٠) مفردات.

تطبيق المقياس وطريقة تصحيح أو تقدير درجاته: قام الباحثون بتحديد الإجابة التي يختارها الطالب أو الطالبة إما ب (دائماً) أو (غالباً)، أو (أحياناً) أو (نادراً)، فالإجابة ب (دائماً) يتم تقديرها ب (٤) درجات، بينما يتم تقدير الإجابة ب (غالباً) ب (٣) درجات، أما الإجابة ب (أحياناً) فيتم تقديرها ب (درجتين)، في حين يتم تقدير الإجابة ب (نادراً) ب (درجة واحدة)، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (١٢٠) درجة، والدرجة الصغرى (٣٠) درجة.

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس

- **حساب صدق مقياس الصلابة النفسية:** قام الباحثون بحساب صدق المقياس من خلال الصدق التلازمي (صدق المحك الخارجي)، حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات المقياس ودرجات مقياس الصلابة

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

النفسية إعداد أمل السعدي، سميرة شند، هبة محمود (٢٠١٥)، وقد بلغ معامل الارتباط (معامل الصدق) (٠,٨٥)، وهي قيمة مرتفعة؛ مما يدل على صدق المقياس.

- حساب ثبات مقياس الصلابة النفسية: قام الباحثون بحساب ثبات المقياس وأبعاده باستخدام أسلوب معامل ألفا كرونباخ وأيضًا باستخدام طريقة التجزئة النصفية (سبيرمان - براون)، وقد بلغت قيمة معامل ثبات المقياس ككل بهاتين الطريقتين على الترتيب (٠,٨١)، (٠,٨٠)، وهي قيم مرتفعة؛ مما يدل على ثبات المقياس، وجدول (٣) يوضح معاملات ثبات أبعاد المقياس باستخدام أسلوب معامل ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان - براون):

جدول (٣) معاملات ثبات أبعاد مقياس الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (سبيرمان - براون) (ن = ٨٠)

البعد	الأول: الالتزام	الثاني: التحكم	الثالث: التحدي
معامل ثبات ألفا كرونباخ	٠,٧٩	٠,٧٧	٠,٧٦
طريقة التجزئة النصفية (سبيرمان - براون)	٠,٧٧	٠,٧٥	٠,٧٣

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات ثبات لأبعاد المقياس ما بين (٠,٧٧ - ٠,٨١)، وهي قيم مرتفعة؛ مما يدل على ثبات المقياس، وصلاحيته استخدامه مع مجموعة المشاركين في البحث الحالي.

- حساب الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية:

قام الباحثون بحساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجات مفردات المقياس ودرجات أبعاده وكذلك بين درجات مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وأيضًا حساب معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، والجدولان (٤)، (٥) يوضحان ذلك: أولاً: حساب معاملات الارتباط بين درجات مفردات المقياس ودرجات الأبعاد التي تنتمي إليها، وهذا ما يوضحه جدول (٤):

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجات مفردات المقياس والأبعاد التي تنتمي إليها (ن = ٨٠)

رقم المفردة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المقياس	رقم المفردة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المقياس
١	٠,٧٢	٠,٧٠	٩	٠,٧٧	٠,٧٨	١٧	٠,٧٢	٠,٧١	٢٥	٠,٧٦	٠,٧٤
٢	٠,٧١	٠,٧٢	١٠	٠,٧٤	٠,٧٢	١٨	٠,٧١	٠,٧٣	٢٦	٠,٧٧	٠,٧٥
٣	٠,٧٦	٠,٧٣	١١	٠,٧٥	٠,٧٣	١٩	٠,٧٥	٠,٧٦	٢٧	٠,٧٤	٠,٧٥
٤	٠,٧٤	٠,٧١	١٢	٠,٧٢	٠,٧٣	٢٠	٠,٧٦	٠,٧٣	٢٨	٠,٧١	٠,٧٠
٥	٠,٧٣	٠,٧٤	١٣	٠,٧٤	٠,٧٥	٢١	٠,٧٢	٠,٧٠	٢٩	٠,٧٤	٠,٧٣
٦	٠,٧٥	٠,٧٢	١٤	٠,٧١	٠,٧٢	٢٢	٠,٧٤	٠,٧٥	٣٠	٠,٧٥	٠,٧٣
٧	٠,٧٦	٠,٧٤	١٥	٠,٧٥	٠,٧٢	٢٣	٠,٧٤	٠,٧٢			
٨	٠,٧٣	٠,٧١	١٦	٠,٧٣	٠,٧٠	٢٤	٠,٧١	٠,٧٢			

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط لمفردات البعد الأول (الالتزام) تراوحت ما بين (٠,٧٠ - ٠,٧٨)، وتراوحت معاملات الارتباط لمفردات البعد الثاني (التحكم) ما بين (٠,٧١ - ٠,٧٦)، وتراوحت معاملات الارتباط لمفردات البعد الثالث (التحدي) ما بين (٠,٧١ - ٠,٧٧)، وهي قيم مرتفعة؛ ما يدل على اتساق مفردات المقياس مع الأبعاد التي تنتمي إليها. كما يتضح أن معاملات الارتباط بين درجات مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٧٠ - ٠,٧٨)، وهي قيم مرتفعة؛ مما يدل على اتساق مفردات المقياس مع المقياس ككل.

ثانيًا: حساب معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وهذا ما يوضحه جدول (٥):

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٨٠)

البعد	الأول: الالتزام	الثاني: التحكم	الثالث: التحدي
معامل الارتباط	٠,٨٣	٠,٨٠	٠,٨١

يتضح من جدول (٥) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٨٠ - ٠,٨٣)، وهي قيم مرتفعة؛ ما يدل على اتساق وتماسك المقياس.

٢- مقياس تقدير الذات إعداد مجدي الدسوقي (٢٠٠٤)

هدف المقياس: هدف هذا المقياس إلى قياس المشاكل المتعلقة بتقدير الفرد لذاته، وقد استخدمه الباحث الحالي لقياس تقدير الذات لدى طلاب الجامعة.

حساب الخصائص السيكومترية للمقياس

- **حساب صدق المقياس:** قام معد المقياس بحساب الصدق التلازمي للمقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها طلاب وطالبات الجامعة (ن = ٥٠) على هذا المقياس، ودرجاتهم على اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين إعداد عادل عبد الله محمد (١٩٩١)، فتم التوصل إلى معامل ارتباط قدره (٠.٩٢)، وهي قيمة مرتفعة؛ مما يشير إلى صدق تلازمي مرتفع للمقياس. كما قام معد المقياس بحساب الصدق التمييزي للمقياس، حيث تم تطبيق ذلك المقياس على مجموعة من طلاب وطالبات الجامعة (ن = ٢٠٠)، وتم حساب النسبة الحرجة لدرجات أعلى ٢٧٪، ودرجات أدنى من ٢٧٪، فجاءت قيمة النسبة الحرجة (٢٣.١٨)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد ذوي التقدير المرتفع للذات، والأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات.

- **حساب ثبات المقياس:** قام معدو المقياس بحساب ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق: حيث تم تطبيق المقياس ثم أعيد تطبيقه مرة أخرى بفاصل زمني قدرة شهر على عدد (٦٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، وتم حساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها هؤلاء الطلاب في التطبيقين الأول والثاني، وكان معامل ارتباط طلاب و طالبات الجامعة هو (٠.٨٧)، وهي قيمة مرتفعة، كما قام معد المقياس بحساب ثبات المقياس باستخدام أسلوب معامل ألفا-كرونباخ: وذلك بعد تطبيقه على (٦٠) طالبًا وطالبة من طلاب الجامعة، وقد بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس (٠.٨٤)، وهي قيمة مرتفعة؛ مما يعني أن المقياس يتمتع بقدرة مرتفع ومقبول من الثبات.

كما قام الباحثون في البحث الحالي بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، وذلك بعد تطبيقه على (٨٠) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة مطروح (مجموعة حساب الخصائص السيكومترية)، وقد بلغت قيمة معامل ثبات المقياس ككل (٠.٨٨)، وهي قيمة مرتفعة؛ مما يدل على ثبات المقياس، وصلاحيته للاستخدام مع المشاركين في البحث الحالي.

نتائج البحث:

١- توجد علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية كدرجة كلية وأبعادها الفرعية من ناحية وبين تقدير الذات لدى طلاب كلية التربية جامعة مطروح، وذلك عند مستوى دلالة (٠,٠١)؛ مما يعني قبول الفرض الأول، وهذا ما يوضحه جدول (٦):

جدول (٦) نتائج استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الارتباط بين الصلابة النفسية وأبعادها وتقدير الذات لدى طلاب كلية التربية جامعة مطروح (المشاركين في البحث) (ن = ١٥٠)

الصلابة النفسية				المتغير
الدرجة الكلية	التحدي	التحكم	الالتزام	
**٠,٢٨	*٠,٢٠	**٠,٢٦	*٠,١٧	تقدير الذات

* دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ** دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)

يتضح من جدول (٦): وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، ومستوى (٠,٠٥) بين الصلابة النفسية كدرجة كلية وأبعادها الفرعية من ناحية وتقدير الذات من ناحية أخرى لدى المشاركين في البحث.

اتفقت هذه النتيجة مع نتائج كل من دراسة أحمد المنشاوي (٢٠١٧)، ودراسة Abdellatif and Abdel-Gawad (2020)، ودراسة حنان زيدان (٢٠٢٠)، ودراسة (Yavuz and Dilmac (2020)، ودراسة Abdellatif and Zaki (2021) والتي أشارت في مجملها إلى وجود علاقة موجبة ودالة بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات الإيجابية مثل الأمن النفسي والرفاهية والبحث عن المعنى وكسر الحواجز النفسية ومهارات حل المشكلة والمهارات الاجتماعية لدى طلاب الجامعة. كما اتفقت تلك النتيجة مع نتائج بعض الدراسات مثل دراسة أحمد شافعي (٢٠٠٧)، دراسة نبيلة خلال وسعيد رياش (٢٠١٣)، دراسة أيمن عبد العزيز وفضل الشيخ (٢٠١٥)، ودراسة زينب أولاد هدار، جميلة سليمان (٢٠١٦) والتي أشارت في مجملها إلى وجود علاقة موجبة ودالة بين تقدير الذات وبعض المتغيرات مثل مستوى الطموح والانبساطية والتفوق الدراسي لدى طلاب الجامعة.

ويُفسر الباحثون وجود علاقة موجبة ودالة بين الصلابة النفسية وأبعادها: الالتزام، التحكم، والتحدي، وتقدير الذات لدى المشاركين في البحث من طلاب الجامعة إلى أن الطالب الجامعي حينما يستطيع الوفاء الإيجابي تجاه غيره وأهدافه وقيمه، وقدرته على التعامل مع الآخرين في ضوء تبنيه لعدد من القيم والأهداف، واستطاعته لاتخاذ القرارات ومواجهة الضغوط بفاعلية وتحمله المسؤولية في مواجهة أحداث الحياة، فهذا من

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

شأنه أن يرتبط بشعور الطالب بأن الآخرين يحبوه ويرغبون في التعامل والتفاعل معه، وإحساسه بأن الآخرين يكونوا سعداء بوجوده بينهم وكذلك يرغبون في الحديث معه، بالإضافة إلى ثقته بنفسه وشعوره بأنه يترك انطباعاً جيداً لدى غيره، فضلاً عن إحساسه وشعوره بأنه شخص مقبول من الآخرين؛ لذا وُجدت علاقة ارتباطية موجبة وجوهية بين الصلابة النفسية وأبعادها من جانب وتقدير الذات من جانب آخر لدى المشاركين في البحث.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب كلية التربية - جامعة مطروح في الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية باختلاف كل من النوع والفرقة الدراسية والتخصص؛ مما يعني قبول الفرض الثاني، وهذا ما يوضحه جدول (٧):

جدول (٧) نتائج استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق في الصلابة النفسية وأبعادها بين طلاب كلية التربية جامعة مطروح (المشاركين في البحث) وفقاً لكل من النوع (طلبة/ طالبات) والفرقة الدراسية (أولى/ رابعة) والتخصص (علمي/ أدبي) (ن=١٥٠)

المتغير	النوع				الفرقة الدراسية				التخصص					
	طلبة ن=٦٥		طالبات ن=٨٥		أولى ن=٨٠		رابعة ن=٧٠		علمي ن=٦٠		أدبي ن=٩٠			
	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م		
البعد الأول: الالتزام	٢٦,٨٠	٢,٩٢	٢٦,١١	٢,٩٢	٢٦,٣٦	٢,٩٨	٢٦,٤٦	٢,٨٩	٢٠,٢٠	٢٥,٩٨	٢,٨	٢٦,٦	٢,٩٩	١,٤٥
	غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة	
البعد الثاني: التحكم	٢٧,١٨	١,٤٢	٢٦,٧٨	٢,٠٧	٢٦,٨٤	١,٩٣	٢٧,٠٩	١,٧١	٠,٨٣	٢٦,٩٧	١,٩	٢٦,٩	١,٧٤	٠,٠٧
	غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة	
البعد الثالث: التحدي	٢٦,٠٦	٢,٤٢	٢٥,٥٩	٢,٠١	٢٥,٨٩	٢,٣١	٢٥,٦٩	٢,٠٧	٠,٥٦	٢٥,٨٥	٢,٢	٢٥,٧	٢,١٨	٠,٢٦
	غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة	
الصلابة النفسية كدرجة كلية	٨٠,٠٥	٥,١٥	٧٨,٤٧	٤,٨١	٧٩,٠٩	٥,٦٥	٧٩,٢٣	٤,١٩	٠,١٧	٧٨,٨٠	٥,٠	٧٩,٣	٤,٩٦	٠,٧١
	غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة		غير دالة	

يتضح من جدول (٧): عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المشاركين في البحث (طلاب كلية التربية جامعة مطروح) في أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية تعزي لمتغيرات النوع والفرقة الدراسية والتخصص.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

ويُعزي الباحثون هذه النتيجة إلى أن طلاب الجامعة سواء الطلبة او الطالبات او من الفرق الأدنى أو من الفرق الدراسية الأعلى ومن التخصصات العلمية أو الأدبية (المشاركين في البحث) لديهم نفس المستوى والدرجة من القدرة على ضبط النفس والمقاومة والصمود والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة وحل المشكلات، ولا يختلفون عن بعضهم البعض في قدرتهم على الوفاء بما يُطلب منهم وتبنيهم للقيم وقدرتهم على التعامل مع غيرهم وفق تلك القيم والأهداف، وأيضًا في قدرتهم على اتخاذ القرارات ومواجهة الضغوط بفاعلية وتحملهم المسؤولية الشخصية في مواجهة أحداث الحياة؛ لذا لم تظهر فروق دالة وجوهية في الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية (الالتزام - التحكم - التحدي) لدى طلاب كلية التربية جامعة مطروح (المشاركين في البحث) باختلاف النوع والفرقة الدراسية والتخصص.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب كلية التربية - جامعة مطروح في تقدير الذات باختلاف كل من النوع والفرقة الدراسية والتخصص؛ مما يعني قبول الفرض الثالث، وهذا ما يوضحه جدول (٨):

جدول (٨) نتائج استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق في تقدير الذات بين طلاب كلية التربية جامعة مطروح (المشاركين في يتضح من جدول (٨):

المتغير	النوع				الفرقة الدراسية				التخصص			
	طلبة ن=٦٥		طالبات ن=٨٥		أولى ن=٨٠		رابعة ن=٧٠		علمي ن=٦٠		أدبي ن=٩٠	
	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م
تقدير الذات	٦,٤٦	٩٤,٤٧	٦,١٣	٩٤,٦٠	٦,٥٥	٩٤,٣٣	٥,٩	٩٤,٣٣	٦,٠	٩٣,٨	٦,٤٠	٩٤,٨٧
قيمة (ت)	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١
غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة	غير دالة

عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المشاركين في البحث (طلاب كلية التربية جامعة مطروح) في تقدير الذات تعزي لمتغيرات النوع والفرقة الدراسية والتخصص.

ويُعزي الباحثون هذه النتيجة إلى أن طلاب الجامعة سواء الطلبة او الطالبات او من الفرق الأدنى أو من الفرق الدراسية الأعلى ومن التخصصات العلمية أو الأدبية (المشاركين في البحث) لديهم نفس المستوى والدرجة من الشعور والإحساس بأنهم محبوبون من الآخرين، ورغبة الآخرين في التعامل معهم وشعورهم السعادة والسرور بوجودهم بينهم، فضلاً عن ثقتهم بأنفسهم، وأيضًا لا يختلفون في شعورهم بأنهم مقبولون من الآخرين؛ لذا لم تظهر فروق دالة وجوهية في تقدير الذات لدى طلاب كلية التربية جامعة مطروح (المشاركين في البحث) باختلاف النوع والفرقة الدراسية والتخصص.

توصيات ومقترحات البحث:

- فيما يلي بعض التوصيات التي خلص إليها الباحثون من خلال نتائج البحث الحالي، وهي:
- 1- ينبغي الاهتمام تحسين الجوانب النفسية والاجتماعية والشخصية لدى طلاب الجامعة مثل تقدير الذات والصلابة النفسية وفاعلية الذات وغيرها من المتغيرات والسمات الإيجابية.
 - 2- ضرورة تقديم دورات وبرامج إرشادية وتدريبية لتنمية وتحسين الجوانب النفسية والاجتماعية والشخصية لدى طلاب الجامعة؛ مما ينعكس بدوره على تنمية وتحسين توافقهم الشخصي والاجتماعي والنفسي.
 - 3- توجيه أنظار الوالدين والأساتذة إلى ضرورة رعاية الشباب الجامعي من حيث تكوين وتشكيل وتحسين مختلف جوانب شخصياتهم.

بحوث مقترحة ودراسات مستقبلية:

- 1- دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وبعض متغيرات الشخصية لدى طلاب الجامعة.
- 2- دراسة الدور الوسيط لتقدير الذات في العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وسمات الشخصية لدى طلاب الجامعة.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أحمد شافعي (٢٠٠٧). تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسياً بمملكة البحرين. مجلة كلية الآداب جامعة الزقازيق، ٤٣، ٣٣٣ - ٣٧٠.
- أحمد عربيات، عماد الزغول (٢٠٠٨). الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٩ (١)، ٣٧ - ٥٣.
- أحمد محمد المنشاوي (٢٠١٧). المهارات الإجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة المنصورة.
- أمال عبد السميع باظه (٢٠١١). مقياس الصلابة النفسية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أمل عبد الله السعدي، سميرة محمد شند، هبة سامي محمود (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٤٤، ٤٤٥ - ٤٦٢.
- أنجيلا سلطان المعمري (٢٠١٩). جودة الحياة وعلاقتها بالصلابة النفسية: بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة الجامعة. المجلة العلمية لكلية الآداب، جامعة أسيوط، ١٢ (٦٩)، ٢١١ - ٢٣٠.
- أيمن عبد العزيز، فضل الشيخ (٢٠١٥). تقدير الذات لدى طلبة جامعة الخرطوم وعلاقته بسمات الشخصية. مجلة كلية الآداب، جامعة الخرطوم، ٣٤، ١٨١ - ١٩٦.
- ثريا محمد سراج (٢٠١٨). الاستقواء التكنولوجي وعلاقته بالصلابة النفسية وقيم المواطنة لدى طلاب الجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٨ (١٠١)، ٣١٧ - ٣٨٠.
- الحميدي الضيدان (٢٠٠٤). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- حنان السيد زيدان (٢٠٢٠). العلاقة بين الأمن النفسي والصلابة النفسية والحواجز النفسية لدى طلاب الجامعة. دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ٣٠ (٤)، ٧٣٥ - ٧٨٤.
- دلال الردعان (٢٠١٨). العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية والشعور بالأمن النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة جامعة الكويت. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٦٩ (١)، ١٨٨ - ٢٢٨.
- رجاء محمود مريم (٢٠١٦). الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك سعود. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب بالسعودية، ٧٤ (٧٤)، ٣٥٣ - ٣٨٤.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

الزبير مهداد (٢٠١٥). الأهمية التربوية لتقدير الذات. مجلة الوعي الإسلامي، ٥٢ (٦٠٢)، ٦٨ - ٧١.
زينب أولاد هدار، جميلة سليمان (٢٠١٦). تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلبة الجامعة
بغرداية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، مؤسسة كنوز الحكمة
للنشر والتوزيع، ٢، ٨ - ٢٤.

زينب حياوي الخفاجي (٢٠١٣). الذكاء الوجداني والصلابة النفسية وعلاقتهم بالإرهاك النفسي للمعلمين في
بعض مدارس البصرة. مجلة علم النفس. مصر، السنة ٢٦، (٩٦)، ٨٠ - ١٠٥.

سعد رياض البيومي، صبري محمد عبد العال (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية
وكسر الحواجز النفسية لدى طلاب الجامعة. مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة
القاهرة، ٢٤ (٣)، ٤٧ - ٩٥.

سلمان السبيعي (٢٠١٩). الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن بالمملكة
العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية، جامعة المنوفية، ٣٤ (١)، ٤٦ - ٦٧.
سماح عبد الرحمن السعيد (٢٠١٤). أثر برنامج قائم على نظرية المعالجة المعرفية في تنمية بعض مهارات
التفكير وتقدير الذات والعزو لدى المتفوقين عقليًا ذوي صعوبات التعلم. رسالة دكتوراه غير منشورة،
معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

صبحي عبد الفتاح الكفوري (٢٠١٩). فعالية برنامج تدريبي قائم على مهارات التفكير الإيجابي لتحسين
الصلابة النفسية لدى المراهقين المساء معاملتهم في الطفولة. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ،
١٩ (١)، ١٢٩ - ١٥٤.

الصدیق محمد المریمی (٢٠١٥). الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بجامعة
الزاوية. عالم التربية، المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية، السنة ١٦، (٥٠)،
٣١ - ١.

عابدة شعبان صالح، عبد العظيم المصدر (٢٠١٣). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي
لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة. مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، (٢٩)،
ج ١، ٤١ - ٧٦.

عبد الرحمن أبو ندى (٢٠٠٧). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. رسالة
ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة.

عزة الرفاعي (٢٠٠٣). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها.
رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة حلوان بالقاهرة.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

عزة محمد (٢٠١٨). الصلابة النفسية والتعاطف واستراتيجية المواجهة ومحددات أساسية للتوافق الزوجي لدى طالبات الجامعة. رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

علاء السعيد النجار (٢٠١٣). النموذج البنائي للعلاقة بين كل من الذكاء الوجداني وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢٤ (٩٤)، ٢٥١ - ٢٨٥.

عماد حراشنة (٢٠٠٦). مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

عماد محمد مخيمر (١٩٩٧). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقات بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٧ (١٧)، ١٠٣ - ١٣٨.

عماد محمد مخيمر (٢٠١٢). استبيان الصلابة النفسية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
فتحية ديب (٢٠١٤). أهمية تقدير الذات في حياة الفرد. مجلة العلوم الإنسانية بجامعة قاصدي مرباح، ١٧، ٣٢ - ٥٧.

فوقية عبد الحميد رضوان، ايريني سمير غبريال (٢٠١٧). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والصلابة النفسية لدى طلاب شعبة التربية الخاصة. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٣ (١)، ٣١١ - ٣٤٠.

محمد الحراشنة (٢٠١٢). تقدير الذات وعلاقته بمستوى التقدير الأكاديمي. الإمارات العربية المتحدة: أكاديمية العلوم الشرطية بالشارقة.

محمد السعيد أبو حلاوة (٢٠١٠). التفاوض والصلابة والمرونة النفسية إطار عام لبرنامج الإرشاد النفسي. ورقة عمل مقدمة الى المؤتمر العلمي الثامن كلية التربية جامعة الزقازيق من ٢١-٢٢/٤.

محمد غيث (٢٠٠٦). قاموس علم الاجتماع، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
نادية المعمرية (٢٠١١). المعلم ودوره في دعم تقدير الذات. مجلة التطوير التربوي، سلطنة عمان، ٦٢، ٩-١٠.

ناهد السيد نصر (٢٠١٨). فعالية برنامج إرشادي انتقائي لتحسين الصلابة النفسية لخفض الضغوط المهنية لدى معلمات التعليم الثانوي الأزهرى. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٢ (٣)، ١٤٥ - ٢٠٧.
نبيلة خلال، سعيد رياش (٢٠١٣). تقدير الذات وعلاقته باضطراب الهوية عند الشباب الجزائري. مجلة عالم التربية، ٤٤، ٢٩٧ - ٣١٦.

الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"
أ.د/ حسن عابدين أ.د/ أيمن عبد القادر أ/ سمر السيد

نجيب خليل القرعان (٢٠١٤). العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في قضاء بئر السبع. رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان بالأردن. نوار الحربي (٢٠١٣). فاعلية برنامج تدريبي قائم على مهارات التفكير في تنمية مهارات التفكير الناقد وتقدير الذات لدى طالبات المرحلة الجامعية بجامعة أم القرى. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٤ (٤١)، ١١٣ - ١٤٨.

نور محمد الياسين (٢٠١٥). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية لدى طلبة جامعة اليرموك. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Abdellatif, M.S. & Zaki, M.A. (2021). Problem- solving skills as a mediator variable in the relationship between habits of mind and psychological hardiness of university students. *International Journal of Higher Education*, 10 (3), 88- 99.
- American Psychological Association (2009). *APA Concise Dictionary of Psychology*, Washington, DC: American Psychological Association.
- Bartone, P.T. (1995). A short hardiness scale. Paper Presented at Meeting of the American Psychological Society, New York, U.S.A.
- Barton, P.T. & Homish, G.G. (2020). Influence of hardiness, avoidance coping, and combat exposure on depression in returning War veterans: A moderated-mediation study. *Journal of Affective Disorders*, 265, 511- 518.
- Crosson, J.B. (2015). *Moderating effect of psychological hardiness on the relationship between occupational stress and self- efficacy among Georgia School Psychologists*. Walden Dissertations and Doctoral Studies Collection, Walden University.
- Eroz, S.S. & Onat, E. (2018). Psychological hardiness: A survey in hospitality management. *Research Journal of Business and Management*, 5 (1), 81- 89.
- Garaigordobil, M., & Bernaras, E. (2009). Self- concept, self- esteem, personality traits and psychopathological symptoms in adolescents and without visual impairment. *The Spanish Journal of Psychology*, 12 (1), 149 – 160.
- Ghasemi, Z. & Kajbaf, M.B. (2019). The relationship of mindfulness, psychological hardiness and spirituality with depression in mothers. *Journal of Social Behavior and Community Health*, 3 (1), 287- 297.

- Guindon, M. (2002). Toward accountability in the use of the self- esteem construct. *Journal of Counseling & Development*, 80, 204 – 214.
- Hayes, J. (2015). Mental toughness and coping strategies in collegiate skiers. *Skyline-The Big Sky Undergraduate Journal*, 3(1), 1- 3.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(2), 168-177.
- Ndlovu, V. & Ferreira, N. (2019). Students' psychological hardiness in relation to career adaptability. *Journal of Psychology in Africa*, 29 (6), 598- 604.
- Richter, A., & Ridout, N. (2011). Self- esteem moderate's affective reactions to briefly presented emotional faces: Brief report. *J. of Research in Personality*, doi: 10.1016/j.jr8.
- Yavuz, B. & Dilmac, B. (2020). The relationship between psychological hardiness and mindfulness in university students: The role of spiritual well-being. *Spiritual Psychology and Counseling*, 5 (3), 257- 271.