مجلـة الإرشــاد النفســي

Journal of psychological Counseling

مجلة علمية دورية محكمة

تصدر عن مركز التوجيه والإرشاد النفسي

بكلية التربية – جامعة المنيا

Issn Print 2682-4566 Issn on-line 2735 - 301X

المجلد الثالث العدد الثالث يوليو ٢٠١٧

مجلس إدارة المجلة

رئيس مجلس الإدارة ورئيس تحرير المجلة

أ.د/ أحمد شحاتة محمد

(عميد الكلية)

نائب رئيس تحرير المجلة

أ.د/ اسهام أبو بكر عثمان

(وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة)

مدير تحرير المجلة

د/ فدوي أنور وجدي توفيق

(مدير مركز الخدمة العامة للتوجيه والإرشاد النفسي)

هيئة التحرير

أ.د/ صابر حجازي عبد المولي — أ.د/ إبراهيم على إبراهيم

أ.د/ مشيرة عبد الحميد اليوسفي — أ.م.د/ إسهام أبو بكر عثمان

سكرتير المجلة:

أ/ أحمد مصطفى محمد — مدير مكتب عميد كلية التربية – جامعة المنيا

محتويات العدد

م	عنوان البحث والاعداد	رقم الصفحة
١	الصمود النفسي لدى الأخصائيين النفسيين الاجتماعيين بالمنيا أ إسراء عبد النبي عبد الحميد قرواني	١ - ١٩
٢	العلاقة بين الكمالية العصابية والقلق النفسي لدى عينة من المراهقين أ/ بسمة صلاح محمد عيسى	٢٠ - ٥٧
٣	فعالية برنامج تدريبي متعدد الأنشطة للحد من صعوبات الإدراك البصري لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم د/ رانيا سعد بدران البعلي	٥٨ - ٩٢
٤	العجز المتعلم كمنبئ بأشكال العنف المدرسي لدي عينة من المراهقين بمدينه المنيا أ/ الشيماء رشاد الفولى محمد عبد الوهاب	٩٣ - ١٢٤
٥	القابليه للاستهواء كمنبيء للاتجاه نحو التطرف الفكرى لدى عينه من طلبة الجامعة " دراسة سيكوميتريه – كلينيكية " د/فدوى انوروجدى توفيق علي	١٢٥ - ١٨٢

الصمود النفسي لدى الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين بالمنيا

إعداد
إسراء عبد النبي عبد الحميد قرواني [١]

مستخلص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث من الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في الصمود النفسي بالمنيا، كذلك الكشف عن الفروق في الصمود وفقا لمتغير الخبرة. شارك بالدراسة الحالية عينة قوامها (ن=٦٠:٣٠ ذكوراً ،٣٠ إناثاً). وطُبّق عليهم مقياس الصمود النفسي(إعداد الباحثة)؛ وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس الصمود النفسي،ووجود فروق دالة عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات درجات الأخصائيين الأقل خبرة والأكثر خبرة على مقياس الصمود النفسي لدى عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية : الصمود النفسي– الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين

Abstract:

The study Aims to discovering the differences between males & females psychologists and social workers of the psychological resilience in Minia, as well as detecting differences in resilience according to the variable of experience. Participated the study the current sample (n=60:30 male, 30 female). They applied psychological resilience scale (designed by the researcher); The results of the study resulted in no statistical differences between males & females of psychological resilience, There were significant differences at the level of 0.01 between average of less experienced and most experienced specialists degrees on the psychological resilience scale in the study sample.

Key words :The psychological resilience - psychologists - social workers

[١] باحثة بقسم الصحة النفسية – كلية التربية – جامعة المنيا

أولا: مقدمة الدراسة:

إن ما يشهده العالم من تقدم ملحوظ في كافة المجالات بالإضافة إلى التطور التكنولوجي والمعرفي والتغيرات الاقتصادية كل هذا جعل الكثير من الأفراد يتعرضون إلى مشكلات وتحديات كبيرة وضغوطا متزايدة ومختلفة، تعوقهم في أداء المهام المختلفة في الحياة بالإضافة إلى إصابتهم بالعديد من الأمراض النفسية والجسمية. فأصبح من الضروري أن يتسلح العديد من الأفراد بالصمود النفسي لمواجهة ضغوط الحياة المختلفة. وقضية التعليم في مصر هي الركيزة الأساسية لتخطي العقبات ويقع على عاتق المنظومة التربوية والتعليمية اليوم، مهمة بناء مجتمع قائم على المعرفة، والعمل على تنشئة الأجيال بطريقة عصرية، ومساعدتهم على مواكبة الأحداث والتأقلم مع المستجدات والانطلاق بهم نحو آفاق المستقبل مع المحافظة على أصالة الموروث. ومن هنا جاء الاهتمام بشخصية المعلم فيتخذ المعلم الكفء مركزا رئيسيا باعتباره أهم العناصر المؤثرة في جودة وفاعلية التعليم،وتحقيق أهداف النظام التعليمي.

وتعتبر خدمات الإرشاد النفسي والاجتماعي من الضرورات التي أصبحت تفرضها طبيعة العصر الذي نعيش فيه، كالتعقيدات المتزايدة في حياتنا المعاصرة، والضغوطات الناتجة عن أعباء ومتطلبات حياة الإنسان المعاصر. لذا أصبح من الضروري توفر مثل هذه الخدمات في المدارس.

فالصمود ليس مجرد تحمل لمحن الحياة أو حتى التوافق معها فحسب؛ فالمصطلح يتضمن مفهوم الارتداد الخلفي من الصعوبات والتجارب السلبية، ويشير مصطلح سرعة التأثر إلى الأشخاص سريعي التأثر بالمحن والشدائد، أما الصمود فيشير إلى قدرة الفرد على استعادة توازنه بعد فقده القدرة على تحمل الصعاب والتحديات دون الاستسلام لها، ومن يتمتع بالصمود يكون لديه إحساس بتقدير الذات والثقة بها،فاعلية الذات،ولديه القدرة على حل المشكلات. (شاهين،٢٠١٣،٦١٧) فيعرفه كلا من (Newman,2005,227؛Bonanno,2004, 20) بالقدرة على التكيف واستعادة التوازن مرة أخرى بعد المحن والمواقف الصعبة والمحافظة على مستوى ملائم للصحة الجسمية والنفسية.

ونظراً لقلة الدراسات التي تناولت الصمود لدى المعلم بوجه عام والأخصائي بوجه خاص، فإضافة الصمود لدى الأخصائيين إلى هذه الهيئة من الدراسات يمكن أن توفر منظورا آخر يساعد على تحديد العوامل الوقائية على مختلف المستويات،مما يكشف عن الخصائص الشخصية التي يمكن أن تساعد الفرد على بناء القدرة على الصمود،وبالتالي تؤدي إلى التكيف الصحي مع ضغوط الحياة،ويمكن رفع الوعي بشأن التحديات والمكافآت من هذه المهنة.

ثانيا: مشكلة الدراسة:

يتطلب عمل الأخصائي خبرة واسعة وحكمة عميقة وصبرا لانهائيا، وتزداد صعوبة هذه المهمة عندما تمارس مع الأطفال والمراهقين، حيث إنهم قد يجدوا صعوبة في تقبل النصح والإرشاد ولذا وجب على الأخصائي التحلي بقدر كاف من الصمود النفسي. كما تتطلب أن يكون الشخص متزنا وقادرا على تحمل كافة المسئوليات التي تقع على عاتقه باعتباره عنصرا مهما في العملية التعليمية الذي يقع عليه عبء كبير في تفهم حالة التلميذ ومشاكله مع تقديم النصح والمساعدة في حل المشكلات التي تواجهه،فالأخصائي كغيره من الأفراد الذين يتعرضون لمشكلات نفسية نتيجة الصعوبات والضغوط التي يتعرضون لها، سواء داخل نطاق العمل أو خارجه مما يؤثر على تكيفهم الشخصي ويجعلهم يشعرون بالإحباط والقلق والتوتر وغيره من المشكلات النفسية، وكل هذه ظروف معيقة وتمثل تهديدا للنتائج المطلوبة منه، ولكي يواجه هذه العوائق عليه أن يستطيع التكيف الايجابي معها وأن يواجهها بايجابية.

فوجود الأخصائي في المدرسة يساعد الطلاب على حل مشكلاتهم والتغلب عليها ويعمل على تنمية مواهبهم وإشباع احتياجاتهم، ومساعدتهم على القيام بأدوارهم الاجتماعية بطريقة طبيعية وسليمة، فعلى المدرسة أن تعمل بشكل فعال ومستمر وبمنهجية لتوفير بيئة نفسية واجتماعية جديدة وخلق مناخ صحي وبيئة تعليمية مريحة للتلاميذ حتى يتسنى للطفل من أن ينمو اجتماعيا ووجدانيا وفكريا ومدرسيا،ولن يكون ذلك ممكنا إلا إذا تظافرت جهود العديد من المتدخلين منهم الأخصائي النفسي والاجتماعي.

وتوصل (Hively,2003) إلى أن القدرة على الصمود ترتبط ارتباطا إيجابيا بالقبول والانفتاح على التجربة كما وجد أن سنوات الخبرة ترتبط ارتباطا إيجابيا بالقدرة على الصمود فالأخصائيين الأكثر خبرة يتمتعون بصمود مرتفع، أما (Bodack,2015) العصبية، الانبساط، والضمير توقعت بشكل كبير القدرة على الصمود،وانه لا يوجد فرق دال إحصائيا بين الذكور والإناث من الأخصائيين في الصمود النفسي.

وبناءاً عليه تبرز مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

١. هل تختلف استجابات الأخصائيين والأخصائيات الاجتماعيين والنفسيين بمحافظة المنيا على مقياس الصمود النفسي ؟

٢. ما طبيعة الفروق في الصمود النفسي لدى عينة البحث وفقا لمتغير الخبرة ؟

ثالثا: أهداف الدراسة: يهدف البحث الحالي إلى:

١. الكشف عن الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الصمود النفسي لدى عينة البحث.

٢. الكشف عن الفروق في الصمود النفسي وفقا لمتغير الخبرة لدى عينة البحث.

رابعا: أهمية الدراسة:

يلعب الصمود النفسي دوراً هاماً في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجه الفرد في حياته، وهو من أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات، والتي يحقق وجودها لدى الفرد أهمية كبيرة في التعامل مع الظروف المحيطة أو التحكم فيها. فيمثل الصمود النفسي أحد أهم مفاهيم علم النفس الايجابي التي ينبغي الاهتمام بها في ظل عالم ملئ بالضغوط والتوترات التي تتطلب المرونة في مواجهتها والصمود أمامها. والأخصائي يعتبر أكثر عرضه للضغوط والتوترات فعليه أن يتسلح بالصمود النفسي، ومن هنا تظهر أهمية دراسة الصمود النفسي لدى الأخصائيين.

ويمكن أن تُعزى أهمية الدراسة إلى:-

١. مع ظهور اتجاهات جديدة في العصر الحالي مثل الاهتمام بعلم النفس الايجابي للوقاية من الآثار السلبية للضغوط ، أصبح للصمود النفسي أهمية خاصة لاعتباره قوة وجدانية تعين الفرد على الاستمرارية في النشاط الموجه والنظرة المستقبلية .

٢. قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في تصميم برامج إرشادية قائمة على الصمود النفسي لدى الأفراد المستهدفين لضغوط الحياة وبخاصة الأخصائيين والأخصائيات النفسيين والاجتماعيين.

٣. قد يفيد إعداد الباحثة لمقياس الصمود النفسي باحثين آخرين في دراسات تالية.

خامسا: مصطلحات الدراسة:

أ. **الصمود النفسي Psychological Resilience**

يعرف (عبد الجواد وعبد الفتاح،٢٠١٣ :٢٧٧) الصمود النفسي بقدرة الفرد على تجاوز المحن والشدائد والمواقف شديدة الصعوبة المستدامة ومواجهتها بفاعلية، وقدرته على استعادة توازن وتماسك الشخصية.

ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الصمود النفسي المستخدم في هذه الدراسة.

ب. **الأخصائيون النفسيون والاجتماعيون :** " وهم مجموعة من الأخصائيون النفسيون والاجتماعيون بمدارس وإدارات ومديريات محافظة المنيا".

سادسا: الإطار النظري:

أ. تعريف الصمود النفسي:

يعرف (Rutter:2007) الصمود بأنه مقاومة المواقف الضاغطة والخبرات القاسية، والنهوض بفاعلية والتغلب على المصائب والضغوط والأزمات الخطيرة. ويذكر (عبد الرازق،٢٠١٢ :٥٠٤) بأنه نمط من أنماط التوافق الإيجابي مع الضغوط الأكاديمية، وتتمثل في قدرة الشخص على التكيف بنجاح مع المحن التي يتعرض لها، وأن يتجاوز مرحلة الصمود والصلابة أمام تلك المحن إلى استخدام استراتيجيات إيجابية لمواجهتها. ويعرف كلا من (Newman,2005,227؛Bonanno,2004, 20) الصمود على أنه القدرة على التكيف واستعادة التوازن مرة أخرى بعد المحن والمواقف الصعبة والمحافظة على مستوى ملائم للصحة الجسمية والنفسية. ويتفق هذا مع تعريف (شاهين ،٢٠١٣ ،٦٣١) للصمود النفسي بأنه عملية ديناميكية تشير إلى قدرة الشخص على التعامل بفاعلية مع المحن والشدائد والسيطرة عليها. فضلا عن إمكانية استعادة الثقة والتعافي بعد التعرض للأحداث شديدة الوطأة.

ب. الخلفية التاريخية لدراسة الصمود النفسي :

تشير (صفاء الأعسر، ٢٠١٠) وريتشاردسون (Richardson ,2002) إلى أن دراسة الصمود مرت بثلاث مراحل

١. **المرحلة الأولى** استكشافية تجيب عن التساؤل: ما هي العوامل أو الخصائص الذاتية والبيئية التي ترتبط بالصمود. وقد نتج عن هذه المرحلة مادة علمية غزيرة وعريضة خاصة بالعوامل الشخصية والأسرية والمجتمعية والثقافية، وأرست بعض قواعد دراسة الصمود، وقدمت

المصطلحات الرئيسية التي تيسر التواصل بين الباحثين والممارسين على المستويين النظري والتطبيقي.

٢. **المرحلة الثانية** وتجيب عن التساؤل: كيف تعمل المتغيرات والعوامل الداخلية والخارجية، السلبية والإيجابية بما يؤدي إلى استعادة التوازن وتحقيق التوافق، أو إلى الانكسار وفقدان التوازن، وما بينهما من أطياف، وهنا ظهرت النظرية الايكولوجية التفاعلية التبادلية، حيث يعكس الصمود في هذه المرحلة العمليات أو الاستراتيجيات التي تغير من التفاعل المتبادل بين الفرد والبيئة بما تحمله من محن وصعاب وتحد من تأثيرها السلبي وتقوي التمكن من تحقيق النواتج الإيجابية.

٣. **المرحلة الثالثة** وتركز على توظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصمود،فتركز على برامج الإثراء والتدخل، وتناقش الفرق بين اضطراب المجتمع واضطراب الفرد، وتنطلق من أن كل فرد لديه قوى يمكن تعظيمها لبناء توجه عقلي يؤكد على الصمود ويقاوم الانكسار.

ج. النظريات والنماذج المفسرة للصمود النفسي:-

١- نموذج ماستين وكوتسورث (Masten & Coastworth,1998,212)

وفي هذا النموذج تم تقديم نموذج نمائي للصمود وتم تحديد مجموعة من الخصائص أطلق عليها "خصائص المرونة في المراهقة والشباب" كالآتي:

أ. على مستوى الفرد :أن يكون جذاب،اجتماعي كفء ،تقدير عالي للذات، موهوب.

ب. على مستوى الأسرة:يتمتع بعلاقات أسرية جيدة، ويلقى الدعم من الأفراد داخل العائلة.

ج. خارج نطاق الأسرة:لديه حضور اجتماعي قوي مع الآخرين ومع المنظمات الاجتماعية.

٢- نموذج ريتشارد سون (Richardson,2002,310-311)

يعتبر نموج ريتشارد سون من أهم النماذج التي حاولت الإسهام في تفسير عملية الصمود، فقد عرف الصمود النفسي على إنه القوة التي توجد داخل كل فرد والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والإيثار والحكمة وأن يكون على تناغم تام مع المصدر الروحي للقوة،ويكمن الفرض الأساسي لهذا النموذج في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي الذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة، حيث تؤثر الضغوط النفسية وأحداث الحياة الضاغطة والعاجلة في قدرتنا على التكيف، ومواجهة مثل هذه الأحداث تتأثر بصفات الصمود النفسي وإعادة التكامل مع الصمود السابق، وتلك الأحداث تؤثر في التوازن البيولوجي

النفسي الروحي في ظل وجود بعض عوامل الوقاية التي قد تؤدي إلى التمزق، فتبدأ عملية التكامل والتي تؤدي إلى أربع نتائج وهي:

أ. إعادة تكامل الصمود النفسي، حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن.

ب. إعادة التكامل مرة أخرى إلى التوازن، من خلال جهد يبذل لتجاوز التمزق.

ج. إعادة التكامل مع الفقد، مما يرسخ مستوى أدنى من التوازن.

د. إعادة التكامل المختل وظيفيا حيث تكون الاستراتيجيات سيئة التكيف (السلوكيات المدمرة للذات).

د. مكونات الصمود النفسي:حدد(Seligman et al,2005,227) سبعة أبعاد أو مكونات للصمود النفسي وهي كالآتي:

أ- تنظيم الانفعالات:أن يكون الشخص قادر على تمييز الانفعالات والتعبير عنها والتحكم فيها.

ب- التحكم في ضبط الاندفاع:القدرة على تحديد ومقاومة الاندفاع الذي قد يؤدي إلى نتائج عكسية في الموقف أو تحول دون تحقيق الهدف الطويل الأجل.

ت- التحليل السببي: القدرة على تمييز أسباب متعددة ودقيقة للمشكلات.

ث- التفاؤل الواقعي : التفكير بتفاؤل بقدر الإمكان في حدود الواقع.

ج- الكفاءة الذاتية :ثقة الفرد من قدرته على تحديد مهارات المواجهة وتطبيقها على المواقف المناسبة.

ح- التعاطف: القدرة على تحديد الحالات الوجدانية للآخرين والتواصل معهم.

خ- التواصل: ويعني الاستعداد للاتصال بالآخر كي يعمق علاقاته بالآخرين والحصول على المساندة في وقت الشدة مع الشعور بالسعادة من هذا التواصل.

في حين يرى(Wicks, 2005,15-16) وجود أربعة أبعاد للصمود النفسي ويندرج تحت كل منها عوامل اخرى كالآتي:

١. الرؤية الشخصية : وتضم (الغرض والمعنى،القيم والمبادئ، الأهداف)

٢. حل المشكلات: وتشتمل على (الاستجابة السريعة للخطر،البحث عن المعلومات، والمخاطرة الحاسمة).

٣. المساندة الاجتماعية:(تمييز الفرد عن الآخرين،تكوين العلاقات واستخدامها،الإيثار).

٤. ميكانيزمات دفاع الأنا(فصل الانفعال،إعادة البنية المعرفية،التوقع الإسقاطي الإيجابي).

هـ. سمات الأفراد ذوي الصمود النفسي:

يرى (Jew et al,1999,76-77) أن الأفراد الذين يمتازون بالصمود النفسي يمتلكون قدرات ومهارات خاصة تمكنهم من مواجهة الصعاب والأحداث الضاغطة بصورة جيدة، وذكر اثني عشر قدرة ومهارة من القدرات والمهارات التي يمتلكها ذوي الصمود النفسي وهي (الاستجابة السريعة للخطر، النضج المبكر، التسامي،البحث عن معلومات، تكوين علاقات طويلة الآجل ، التوقع الايجابي،القيام بمخاطر حاسمة،الإيمان بكون الشخص محبوبا ،الإيثار،التفاؤل والأمل)

وتلخص(جميل، ٢٠١٤، ٣٨-٤٢) سمات الشخصية الصامدة كالآتي:

١. الكفاءة الشخصية: ومن مهاراتها فعالية الذات،المثابرة،التفاؤل،الصلابة النفسية،تقدير الذات ،الشعور بالأمل في المستقبل، المرونة، الأخلاق، الاستقلالية، المواجهة، إدارة الوقت، المبادرة، الإيجابية نحو الذات.
٢. الكفاءة الاجتماعية: ومن مهاراتها روح الدعابة والمرح،التعاطف،التوكيدية، الإيثار.
٣. المساندة الاجتماعية:وتتمثل في تلقي الفرد المساندة من الآخرين.

القدرة على حل المشكلات:وتظهر في التخطيط المناسب ،التفكير الناقد والإبداعي للمشكلة،التحكم في الذات.

سابعا: الدراسات السابقة التي تناولت الصمود النفسي:

دراسة هيفيلي (hively,2003)

هدفت الدراسة إلى العلاقة بين الصمود والعوامل الخمسة للشخصية لدى الأخصائيين النفسيين بالمدرسة،ومعرفة تأثير الخبرة على الصمود، وتكونت عينة الدراسة من (١٦٤)من الأخصائيين بالمدارس تم اختيارهم عشوائيا من الرابطة الوطنية للأخصائيين(NASP)، وأسفرت النتائج عن أن القدرة على الصمود ترتبط ارتباطا إيجابيا بالقبول والانفتاح على التجربة وترتبط سلبيا بالعصابية، كما وجد أن سنوات الخبرة ترتبط ارتباطا إيجابيا بالقدرة على الصمود فالأخصائيين الأكثر خبرة يتمتعون بصمود مرتفع.

دراسة (شاهين، ٢٠١٣)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث من المراهقين ضعاف السمع في الصمود النفسي،وتنمية الصمود النفسي لديهم من خلال تنمية كل من الأمل والتفاؤل.وتضمنت عينة الدراسة عينتين فرعيتين:عينة تشخيصية (ن=٦٠ : ٣٠ إناثاً،٣٠ ذكورً) من المراهقين ضعاف السمع

متوسط أعمارهم (١٤.١٨)عاماً،وعينة تجريبية(ن=١٠ :٥ إناث،٥ ذكور) قُدم إليها البرنامج الإنمائي لتنمية الأمل والتفاؤل والصمود النفسي،كما طُبقت المقاييس التالية على كلتا العينتين:مقياس الأمل (إعداد الباحثة)، التفاؤل (إسماعيل ٢٠٠٨) والصمود النفسي للمراهقين (تعريب الباحثة).وكانت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس الصمود النفسي،وتوجد فروق دالة إحصائياً على القياسين القبلي والبعدي للعينة التجريبية على مقاييس(الأمل،التفاؤل،الصمود النفسي)تجاه القياس البعدي، وأخيراً لا توجد فروق بين القياسين البعدي والتتبعي للعينة التجريبية على مقاييس الدراسة.

دراسة بوداك(Bodack,2015)

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والعوامل الخمسة للشخصية لدى الأخصائيين النفسيين بالمدرسة، فضلا عن العلاقة بين الخصائص الديموغرافية للأخصائيين النفسيين في المدرسة وظروف العمل والقدرة على الصمود، وتكونت عينة الدراسة من ١٨١ أخصائي، وطبق عليهم مقياس الصمود النفسي (إعداد كونر دافيسون ٢٠٠٣) ومقياس العوامل الخمسة للشخصية (إعداد الباحث)، وأسفرت النتائج عن أن ثلاثة من العوامل الشخصية وهي العصابية، الانبساط، والضمير توقعت بشكل كبير القدرة على الصمود، في حين أن عاملي المرونة والانفتاح لم تصل إلى حد الدلالة، كما أن العوامل الديمغرافية لم تصل إلى حد الدلالة في التنبؤ بالقدرة على الصمود.

دراسة (الوكيل ،٢٠١٥)

وتهدف إلى دراسة طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي وبعض المتغيرات النفسية المتمثلة في (تقدير الذات،المساندة الاجتماعية،وجهة الضبط) وكذلك الكشف عن مدى التنبؤ بالصمود النفسي من خلال تقدير الذات والمساندة الاجتماعية ووجهة الضبط ومدى تأثير متغير الجنس والتخصص الأكاديمي (علمي/أدبي) على تلك المتغيرات. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين درجات الطلاب في كل من مقياس الصمود النفسي بأبعاده المختلفة ودرجاتهم على مقياس تقدير الذات، وأيضا علاقة موجبة دالة إحصائيا بين درجات الطلاب في كل من مقياس الصمود النفسي بأبعاده المختلفة ودرجاتهم في مقياس المساندة الاجتماعية، كما وجدت علاقة موجبة دالة إحصائيا بين الصمود النفسي بأبعاده المختلفة والوجهة الداخلية للضبط في حين توجد علاقة سالبة بين الصمود النفسي بأبعاده و الوجهة الخارجية للضبط وأمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال كل

من تقدير الذات ووجهة الضبط والمساندة الاجتماعية ،وأوضحت النتائج أيضا عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة

تعقيب على الدراسات السابقة:

بمراجعة الدراسات السابقة يمكن ملاحظة الآتي:

١- اختلفت الدراسات السابقة فيما بينها من حيث الهدف والعينة والنتائج؛ وذلك لاختلاف طبيعة الدراسة والمتغيرات التي تناولتها.

٢- يتضح من تعدد الدراسات التي تناولت الصمود النفسي انه لا توجد دراسة تناولت بالبحث متغير الدراسة الحالية لدى الأخصائيين (في حدود اطلاع الباحثة)، مما يعطي مبررا قويا لإجراء الباحثة للدراسة الحالية.

٣- بالرغم من تميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة واختلافها عنها في المتغيرات؛ إلا أن هذا لا يقلل من قيمة الدراسات السابقة فقد استفادت منها الباحثة في صياغة فرضيات الدراسة وبناء أداتها وأيضا تفسير نتائجها.

ثامنا: فروض الدراسة: في ضوء نتائج الدراسات السابقة وأدبيات البحث يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأخصائيين والأخصائيات على مقياس الصمود النفسي لدى عينة الدراسة من الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين.

٢- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الأخصائيين الأقل خبرة والأكثر خبرة على مقياس الصمود النفسي في اتجاه الأخصائيين الأكثر خبرة.

تاسعا: أدوات الدراسة: وقد تم استخدام مقياس الصمود النفسي (من إعداد الباحثة) والمقنن على عينة من المعلمين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين بالمنيا بلغ عددهم (١٨٩) فردا.

أ. **مقياس الصمود النفسي:** لإعداد مقياس الصمود النفسي قامت الباحثة بالتالي:

١. **خطوات بناء المقياس:** مر بناء المقياس بالخطوات التالية:

أ. قامت الباحثة بمراجعة ما أتيح لها من الأدب التربوي والسيكولوجي المرتبط بمتغير الدراسة والذي ساعد الباحثة في تكوين خلفية علمية لموضوع الدراسة، استخلاص مجالات ومكونات الظاهرة وتحديد التعريف الإجرائي.

ب. قامت الباحثة بالاطلاع على المقاييس والاختبارات السابقة :تم الاطلاع على بعض المقاييس السابقة التي تناولت الصمود النفسي بهدف الاستفادة منها في تحديد مفردات ومكونات المقياس، ومن المقاييس العربية التي تم الرجوع إليها مقياس (سرميني ٢٠١٤) ، مقياس(راضي ٢٠٠٨)،(شقورة ٢٠١٢).

ج. كما اطلعت الباحثة على مقياس الصمود النفسي(RS)وقد أعده (Wagnild&Young:1993) قيس الصمود باعتباره سمة شخصية ايجابية تعزز التوافق الشخصي، ويتكون من 25 بند تتدرج في سبع نقاط من(١-٧)،موزعة على خمسة أبعاد وهي(الاتزان،الاعتماد على الذات،المثابرة،معنى الحياة،المشاعر الايجابية)، وأُستخدم هذا المقياس مع كافة الفئات العمرية والمجموعات العرقية المختلفة. ومقياس(Connor&Davidson:2003) وهو يقيس الصمود باعتباره سمة وليس كعملية، وقد طبق على عينات عامة وعينات إكلينيكية ، ويتكون من 25 بند مصنف على خمس نقاط من (4-0)، موزعة على خمس أبعاد وهي(الكفاءة الشخصية،الثقة في الذات، المثابرة،،التقبل الإيجابي للتغيير،الضبط، التأثيرات الروحية والدينية). وكذلك مقياس الصمود النفسي من إعداد (Windle et al:2008) ويتكون من 19 بند موزعه على ثلاث عوامل وهي(كفاءة الشخصية، تقدير الذات،ضبط العلاقات بين الشخصية).

د. صياغة بنود المقياس: تم صياغة بنود المقياس بحيث تتناسب مع عينة الدراسة وقد تنوعت في الصياغة بين الإيجاب والسلب، وقد بلغ المقياس في صورته الأولية (٥١) عبارة، تركز على جوانب الصمود النفسي لدى المعلم، وتقع الإجابة على المقياس في خمس مستويات (دائما،غالبا،أحيانا،نادرا،أبدا)، طبقا لتدريج ليكرت بين(١:٥) على الترتيب إيجابي أم سلبي.

هـ. **الشروط السيكومترية للمقياس** :تم حساب صدق المقياس بالطرق التالية :-

١. **صدق المحكمين**:تم عرض المقياس في صورته الأولية على(ن=١١) من الخبراء الاختصاصين في مجال الصحة النفسية والتربية الخاصة،للحكم على مفردات المقياس من حيث الأسلوب والصياغة وقد أسفرت هذه الخطوة عن عدة ملاحظات تم الأخذ بآراء السادة المحكمين وتفعيلها، وفي ضوء ما تقدم يصبح المقياس صادقا من وجهة نظر المحكمين.

٢. **الصدق العاملي:** قبل إجراء التحليل العاملي تم حساب الاتساق الداخلي كخطوة استباقية للتحليل العاملي، باستخدام معاملات ارتباط بيرسون وذلك تمهيدا لحذف أي بند لم يصل ارتباطه بالدرجة الكلية إلى حد الدلالة الإحصائية عند مستوى (٠.٠١) أو (٠.٠٥).كما في جدول(١).

جدول (١):معاملات ارتباط البند بالدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي للعينة الكلية (ن=١٨٩)

رقم العبارة	مستوى الدلالة	رقم العبارة	مستوى الدلالة	رقم العبارة	مستوى الدلالة	رقم العبارة	مستوى الدلالة
١	٠.٣٠٧(**)	١٤	٠.٣٩٠(**)	٢٧	٠.٤٦٦(**)	٤٠	٠.٤٥٢(**)
٢	٠.٢٩٩(**)	١٥	٠.٤٣٢(**)	٢٨	٠.١٨٣(*)	٤١	٠.٢٥١(**)
٣	٠.٢٧١(**)	١٦	٠.٢٩٥(**)	٢٩	٠.٣٨١(**)	٤٢	٠.٢٢٧(**)
٤	٠.٤٠٥(**)	١٧	٠.٣٧٦(**)	٣٠	٠.٤٤٩(**)	٤٣	٠.٣٩٢(**)
٥	٠.٣٧٦(**)	١٨	٠.٣٧٦(**)	٣١	٠.٤٢١(**)	٤٤	٠.٢٤٠(**)
٦	٠.٣٥٠(**)	١٩	٠.٣٧٠(**)	٣٢	٠.٣٦٧(**)	٤٥	٠.٣٤٧(**)
٧	٠.٢٠٦(**)	٢٠	٠.٤٧٥(**)	٣٣	٠.٣٠١(**)	٤٦	٠.٣٦٩(**)
٨	٠.٣٢٩(**)	٢١	٠.٣٢٢(**)	٣٤	٠.٢٧١(**)	٤٧	٠.٣٨١(**)
٩	٠.٤٧٧(**)	٢٢	٠.٣٨٠(**)	٣٥	٠.٣٨٧(**)	٤٨	٠.٣٣٤(**)
١٠	٠.٣٩٥(**)	٢٣	٠.٣٧٠(**)	٣٦	٠.٣٣٦(**)	٤٩	٠.٣١٢(**)
١١	٠.٣٥٩(**)	٢٤	٠.٤٦٤(**)	٣٧	٠.٣٣٤(**)	٥٠	٠.٢٩٢(**)
١٢	٠.٤٦٠(**)	٢٥	٠.٣٧٢(**)	٣٨	٠.٤١٩(**)	٥١	٠.٠٣٩
١٣	٠.٣٩٤(**)	٢٦	٠.٣٥٥(**)	٣٩	٠.٤٤٨(**)		

** مستوى الدلالة ٠.٠١ * مستوى الدلالة ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق أن كل معاملات الارتباط بين بنود مقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية هي معاملات دالة إحصائيا ما عدا العبارة رقم (٥١) لم يصل ارتباطها بالدرجة الكلية إلى مستوى الدلالة الإحصائية لدى العينة الاستطلاعية لذا تقرر استبعاد هذه العبارة من المقياس ليصبح عدد عباراته (٥٠) وهي العبارات التي سيتم إجراء التحليل العاملي لها؛ لمعرفة هل يوجد عامل عام أم توجد عوامل نوعية تتفق وما ذكر في التراث البحثي النفسي، وذلك من خلال استخدام طريقة المكونات الأساسية، ثم تم تدوير العوامل المستخرجة تدويرا متعامدا بطريقة" الفاريمكس " Varimax واعتبرت الباحثة التشبع المقبول للبند هو (٠.٣) على الأقل، وقد أسفر التحليل العاملي لمقياس الصمود النفسي عن أربعة عوامل، ويمكن تفسير هذه العوامل على النحو التالي:

أ- تفسير العامل الأول: يتضمن العامل الأول بعد التدوير اثنا عشر مفردة تراوحت تشبعاتها بين ٠.٦٠١ وبين٠.٣١١ ، كما في جدول(٢)

م	رقم العبارة	التشبع	م	رقم العبارة	التشبع
١	٢٠	٠.٦٠١	٧	١٥	٠.٤٢٦

٢	١٧	٠.٥٦٧	٨	٤٧	٠.٤٠٩
٣	١٦	٠.٥٢٦	٩	٢١	٠.٤٠٣
٤	٢٤	٠.٥١٢	١٠	٧	٠.٤٠٠
٥	١٩	٠.٥٠٣	١١	٢٥	٠.٣٩٠
٦	٢٣	٠.٤٨٩	١٢	٥	٠.٣١١

يلاحظ من مكونات العامل الأول أن هناك ترابطاً وتداخلاً بين هذه المكونات وبقراءة المحتوي السيكولوجي لتلك العبارات نجد أنها تتضمن جميعاً معنى نفسي محدد يشير إلي قدرة المعلم على مقاومة تحديات الحياة ومشاكلها، مع المحاولة المستمرة للوصول إلى أهدافه رغم الصعوبات ، لذا يمكن تسمية العامل في ضوء ارتفاع تشبعاته **بالمثابرة.**

ب –تفسير العامل الثاني :يتضمن العامل الثاني بعد التدوير أربعة عشر مفردة تراوحت تشبعاتها بين٠.٦٧٣ ، وبين ٠.٣٠٨ ، كما في جدول(٣)

م	رقم المفردة	التشبع	م	رقم المفردة	التشبع
١	٤٦	٠.٦٧٣	٨	٣٦	٠.٣٩٥
٢	٤٨	٠.٥٩٣	٩	٣٢	٠.٣٩٣
٣	٣٥	٠.٥٣٣	١٠	٤٤	٠.٣٩٣
٤	٤١	٠.٤٩٣	١١	٤٢	٠.٣٧٦
٥	٤٠	٠.٤٥١	١٢	٤٣	٠.٣٥٢
٦	٤٥	٠.٤٣٨	١٣	٢٦	٠.٣٤٠
٧	٦	٠.٤١٤	١٤	١٣	٠.٣٠٨

يلاحظ من مكونات العامل الثاني أن هناك ترابطاً وتداخلاً بين هذه المكونات وبقراءة المحتوي السيكولوجي لتلك العبارات نجد أنها تتضمن جميعاً معنى نفسي محدد يشير إلي قدرة الفرد على الحفاظ على القيم والتقاليد فهو يتضمن عددا من العوامل وهي بمثابة نقاط قوى في شخصية المعلم وتتضمن الصبر و الإيمان بالقدر و الالتزام الديني والأخلاقي والأمل والتفاؤل، لذا يمكن تسمية العامل في ضوء ارتفاع تشبعاته **بالقيم الروحية والدينية.**

ج– تفسير العامل الثالث :يتضمن العامل الثالث بعد التدوير عشر مفردات تراوحت تشبعاتها بين٠.٦٤٥ وبين ٠.٣٦٠ ، كما في جدول(٤)

م	رقم المفردة	التشبع	م	رقم المفردة	التشبع
١	٣٨	٠.٦٤٥	٦	٣١	٠.٤٣٤
٢	٣٧	٠.٥٩٤	٧	٣٤	٠.٣٩٩
٣	٣٠	٠.٥٤٩	٨	١٤	٠.٣٧٦
٤	٢٩	٠.٥٠٥	٩	٣٩	٠.٣٦٢

٥	٣٣	٠.٤٣٧	١٠	٢٢	٠.٣٦٠

يلاحظ من مكونات العامل الثالث أن هناك ترابطاً وتداخلاً بين هذه المكونات وبقراءة المحتوي السيكولوجي لتلك العبارات نجد أنها تتضمن جميعاً معنى نفسي محدد يشير إلي القدرة على التصرف بحكمة في العلاقات الإنسانية كما إنها أساليب السلوك المقبول اجتماعيا والتي تمكن الفرد من التفاعل الفعّال ،كالتعاون، روح المبادرة وحسن التعامل، لذا يمكن تسمية العامل في ضوء ارتفاع تشبعاته **بالكفاءة الاجتماعية.**

د- تفسير العامل الرابع :يتضمن العامل الرابع بعد التدوير عشر مفردات تراوحت تشبعاتها بين٠.٥٨٤ وبين ٠.٣٦١ ، كما في جدول(٥)

م	رقم المفردة	التشبع	م	رقم المفردة	التشبع
١	٣	٠.٥٨٤	٦	٢٧	٠.٤٠٨
٢	٩	٠.٥٨٣	٧	٢	٠.٤٠٦
٣	١١	٠.٥٧٣	٨	١٠	٠.٣٨٥
٤	١٨	٠.٥١٧	٩	١٢	٠.٣٦١
٥	٨	٠.٤٩٢			

يلاحظ من مكونات العامل الرابع أن هناك ترابطاً وتداخلاً بين هذه المكونات وبقراءة المحتوي السيكولوجي لتلك العبارات نجد أنها تتضمن جميعاً معنى نفسي محدد يشير إلي قدرة المعلم على التكيف مع ضغوط ومتغيرات الحياة، مع إعادة توازنه النفسي مرة أخرى. لذا يمكن تسمية العامل في ضوء ارتفاع تشبعاته **بالمرونة.**

وبناءا على المحكات السابقة تم استخلاص أربعة عوامل لمقياس الصمود النفسي وهم المثابرة(١٢ بند)،القيم الروحية والدينية(١٤ بند)،الكفاءة الاجتماعية(١٠ بنود) والمرونة (٩ بنود).

جدول (٦) تشبعات أبعاد مقياس الصمود على عامل عام واحد (ن= ١٨٩)

الأبعاد	المثابرة	القيم الروحية والدينية	الكفاءة الاجتماعية	المرونة
القيم الروحية والدينية	٠.٣٤٧**			
الكفاءة الاجتماعية	٠.٤٤٠**	٠.٣٢٢**		
المرونة	٠.٣٣٠**	٠.٤٣٤**	٠.٣٤٣**	
الدرجة الكلية	٠.٧١٥**	٠.٧١٠**	٠.٧٢٤**	٠.٦٩٦**

يتضح من الجدول السابق أن العلاقات بين الأبعاد الفرعية للمقياس والعلاقة بينها وبين الدرجة الكلية للمقياس مقبولة وذات دلالة إحصائية، مما يؤكد صدق اتساقها الداخلي وتكون مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

د. **ثبات المقياس:**تم حساب ثبات المقياس بطريقتين هما"معامل ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية"، وبتطبيق مقياس الصمود النفسي على العينة التي بلغت (١٨٩) من المعلمين والأخصائيين؛ فإن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس المستخدم وكذلك للمقياس كله يمكن أن توضح بجدول (٧) التالي .

جدول (٧) قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس الصمود النفسي وأبعاده (ن= ١٨٩)

طريقة الثبات	المثابرة	القيم الروحية	الكفاءة الاجتماعية	المرونة	المقياس كله
معامل ألفا كرونباخ	٠.٧٣١	٠.٧١٠	٠.٦٩٨	٠.٦٨٩	٠.٨٥٠
التجزئة النصفية	٠.٧٥٧	٠.٦٥٩	٠.٦٧٥	٠.٦٧٨	٠.٧٨٦

*جميع معاملات الثبات دالة عند مستوى (٠.٠١)

وبالنظر إلى القيم الإحصائية الواردة في الجدول السابق يتضح أن معاملات الثبات للمقياس ككل ومكوناته الفرعية مرتفعة فقد تراوحت ما بين(٠.٨٥٠،٠.٦٨٩) بالنسبة لمعامل ألفا، كما تراوحت بين (٠.٧٦٨،٠.٦٥٩) بالنسبة لطريقة التجزئة النصفية مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات واستقرار مرتفع نسبيا.

هـ. **الصورة النهائية للمقياس:** يتكون المقياس في صورته النهائية من ٤٥ عبارة موزعة على أربعة عوامل فرعية تتعلق بالصمود النفسي بعضها إيجابي والآخر سلبي، يوجد أمام كل منها خمسة اختيارات هي(دائما ،غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) تحصل الدرجات الإيجابية منها على الدرجات (٥ ،٤، ٣، ٢، ١)على التوالي،أما العبارات السلبية فتتبع عكس هذا التدريج، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين ٤٥– ٢٢٥ درجة،تدل الدرجة المرتفعة على معدل مرتفع من الصمود النفسي والعكس صحيح، ولا يوجد هناك وقت محدد للإجابة على هذا المقياس.

عاشرا: إجراءات الدراسة:

أ. منهج الدراسة:استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي للكشف عن الحقائق المرتبطة بمتغيرات الدراسة بطريقة موضوعية بهدف التوصل إلى النتائج العلمية الدقيقة.كما تم استخدام اختبار ت T–Test على برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية والنفسية SPSS للتحقق من صحة فروض الدراسة.

ب. عينة الدراسة :تكونت من (٦٠) معلم من الأخصائيين والأخصائيات النفسيين والاجتماعيين بمدارس المنيا.

حادي عشر: نتائج الدراسة ومناقشتها:

أ. **نتائج الفرض الأول:** ونصه "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأخصائيين والأخصائيات على مقياس الصمود النفسي لدى عينة الدراسة**". ولاختبار صحة هذا الفرض استخدم اختبار(ت) لحساب دلالة الفروق بين المتوسطين،ويوضح جدول(٨)ذلك.

جدول (٨) :دلالة الفروق بين متوسطي درجات الأخصائيين والأخصائيات في الصمود النفسي (ن= ٦٠)

الأبعاد	ذكور ن=٣٠		إناث ن=٣٠		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
المثابرة	٤٩.٤٧	٤.٨٣	٤٩.٩٣	٥.٦٢	٠.٧٣١	غير دالة
القيم الروحية والدينية	٦٣.٧٧	٤.١٢	٦٣.٤٣	٤.٧٤	٠.٧٧٢	
الكفاءة الاجتماعية	٤١.٤٣	٣.٢٦	٤٢.٩٣	٥.٦٤	٠.٢٢٣	
المرونة	٣٧.١٣	٤.٥٢	٣٧.٣٠	٤.١٠	٠.٨٨٢	
الدرجة الكلية	١٩١.٨٣	١٣.٥٥	١٩٣.٦٠	١٨.١٣	٠.٦٧١	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأخصائيين والأخصائيات على مقياس الصمود النفسي ولا على أبعاده لدى عينة الدراسة.وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول.وقد ترجع هذه النتيجة إلى كثرة الصعوبات والمحن التي يتعرض لها الأخصائيين والأخصائيات عبر مراحل حياتهم المختلفة كما ترجع إلى تأثير العوامل الاجتماعية على كلا الجنسين والبيئة التي أصبحت لا تفرق بين الذكور والإناث وأيضا ازدياد الوعي في المجتمع كل هذا أدى إلى الاهتمام بالذكور والإناث على حد سواء.كل هذا انعكس إيجابا على الإناث وتكوين شخصياتهم فجعل لديهم مستوى عالي من الصمود كي يواجهن بها المحن والصعاب التي يتعرضن لها مما أدى إلى انخفاض الفارق بينهم وبين الذكور في مستوى الصمود النفسي.ويتفق هذا مع ما أسفرت عنه دراسة شاهين(٢٠١٣) ودراسة الوكيل (٢٠١٥).

ب. **نتائج الفرض الثاني:** ونصه " **توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات الأخصائيين الأقل خبرة والأكثر خبرة على مقياس الصمود النفسي في اتجاه الأخصائيين الأكثر خبرة** ". ولاختبار صحة هذا الفرض تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للعينة وذلك بالنسبة للدرجة الكلية للصمود النفسي واستخدام اختبار(ت) لحساب دلالة الفروق بين الارباعيين، والمبينة في جدول (٩).

جدول (٩):قيم(ت) لدرجات الأخصائيين الأقل خبرة والأكثر خبرة على مقياس الصمود النفسي (ن=٦٠)

العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
خبرة أكثر من عشر سنوات	٢٠٧.٤٨	٥.٧٧	٦٣.٣٢	٠.٠١
خبرة أقل من عشر سنوات	١٧٥.٦٢	١٢.٧١		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات درجات الأخصائيين الأقل خبرة والأكثر خبرة على مقياس الصمود النفسي، وبذلك تتحقق صحة الفرض الثاني.ويتفق هذا مع دراسة (hively,2003) والتي أسفرت عن أن سنوات الخبرة ترتبط ارتباطا إيجابيا بالقدرة على الصمود فالأخصائيين الأكثر خبرة يتمتعون بصمود مرتفع. فالصمود النفسي مضمون مركب من معان متعددة، تتفاعل مع بعضها في المواقف المختلفة مع ما يوجد في الفرد من إمكانيات موروثة ومكتسبة،مما يشكل الشخصية الصامدة التي تحقق عملية التوافق الإيجابي والتعامل مع ضغوط الحياة.

المراجع العربية والأجنبية:

الأعسر، صفاء. (٢٠١٠). الصمود من منظور علم النفس الايجابي .*المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية*،٢٠ (٦٦)، ٢٥-٢٩ .

الوكيل، هبة فوزي السيد .(٢٠١٥). بعض العوامل النفسية المنبئة بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة . *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية، جامعة المنوفية.

جميل، إيمان السعيد.(٢٠١٤).تنمية الذكاء الروحي والصمود النفسي لخفض هرمون الكورتيزول لدى طالبات الجامعة.*رسالة ماجستير* ،كلية البنات،جامعة عين شمس.

راضي، زينب نوفل. (٢٠٠٨).الصلابة النفسية لدى امهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، الجامعة الإسلامية –غزة.

شاهين، هيام صابر. (٢٠١٣).الأمل والتفاؤل مدخل لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من المراهقين ضعاف السمع،*مجلة العلوم التربوية والنفسية*،١٤ (٤) ،٦١٣-٦٥٣.

شقورة، يحي عمر. (٢٠١٢).لمرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة.*رسالة ماجستير*،كلية التربية ، جامعة الأزهر –غزة.

عبد الجواد، وفاء محمد وعبد الفتاح، عزة خليل. (٢٠١٣). الصمود النفسي وعلاقته بطيب الحياة لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٣٦، ٢٧٣-٣٣٢.

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

Bonanno ,G.(2004).Loss, trauma, and human resilience : Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?.*American psychologist*, 59(1), 20–28.

Brodeur,D. (2009). Assessment of Resilience and its Protective Factors in Outreach Volunteers. *Ph.D*, Antioch University New England.

Bodack, K. L. (2015). Relationships between personality and demographic factors with resilience in school psychologists . *Ph.D* , Indiana University.

Connor, K .&Davidson, J.(2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety* , 18(2) ,76-82 .

Hively, J. D. (2003). Resilience among school psychologists: Applying positive psychology to burnout prevention . *Ph.D* , California State University, Fresno.

Jew, C. &Green, K, &Kroger, J.(1999) . Development and validation of a measure of resilience. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 32(2) ,75-89 ·

Luthar, S.(2003) .*Resilience and vulnerability adaptation in the context of childhood adversities*. New York: Cambridge University Press.

Masten, A. & Coatswowth, D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children . *American Psychologist*, 52(2) ,205-220 .

Newman, B. (2005). APA's Resilience Initiative .*Professional Psychology:Research and Practice* ,36(3),227–229.

Richardson, G. (2002). The metatheory of resilience and resiliency . *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307–321.

Rutter, M. (2007). Resilience, competence and coping . *Child Abuse & Neglect* ,31(3) , 205–209 .

Seligman,M,E.&Chaplin,T,M.&Gillham,J,E.&Reivich,K. *From Helplessness to Optimism*. In Goldstien,S. &Brooks,R.(2005). Handbook of Resilience in children. New York: Mcv Graw – Hill.

Wagnild ,M.& Young, M.(1993). Development and psychometric evaluation of the resilience sale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.

Wicks, C (2005). Resilience: An Integrative framework for measurement. *Ph, D*. Thesis. Graduate School. Loma Linda University.

Windle, g. & Bennett, K. & Noyes, J.(2011). A methodological review of resilience measurement scales . *Health and Quality of Life Outcomes* ,9(8), 1-1