



## الصلابة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالمولد والمكفوفين بالإصابة

أ. هاجر جمال عبد الناصر اليمنى \*

د. سحر منصور القطاوى \*\* - د. أيمن حلمى عويضة \*\*\*

### المقدمة

حاسة البصر لها دور هام فى حياة الإنسان، فهى تقوم بنقل جوانب العالم الاجتماعى ومعالم الواقع الخارجى المحيط بالإنسان إلى العقل، بما فى ذلك من وقائع وأحداث ومعلومات وصور ومثيرات حسية بصرية تتعلق بالهياآت والأشكال وتفصيلها وخصائصها، ومن ثم الإحساس بها وتشكيل المدركات والمفاهيم البصرية التى تسهم فى ترسيخ أساس قوى للنمو العقلى المعرفى لدى الفرد، وتحقيق التفاعل بينه وبين بيئته التى يعيش فيها بمكوناتها المادية وغير المادية (القريطى، ٢٠٠٥).

وتعتبر الصلابة النفسية من أهم المتغيرات الإيجابية قوة وتأثيراً على الفرد فى مواجهة ضغوط الحياة وقوة تحمله، حيث إنها تعمل كمصدر واق ضد الصعاب، وإدراك الفرد أن لديه صلابة نفسية وتحد للظروف ومقاومة للأحداث قد تساعده على التنبؤ بمدى استمتاعه بالسعادة وأن للصلابة النفسية دور فى تخفيف أثر الضغوط وتساهم فى مساعدة الأفراد على الاستمرار وإعادة التوافق (الزواهرة، ٢٠١٤).

ويعتبر مفهوم السعادة النفسية المفهوم الرئيسى فى علم النفس الإيجابى لما له من مكانة بارزة فى تاريخ الفكر الإنسانى، وسعى الجميع فى الثقافات المختلفة إلى السعادة

\* باحثة بكلية التربية - قسم الصحة النفسية - جامعة السويس.

\*\* أستاذ مساعد بقسم الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة السويس.

\*\*\* مدرس الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة السويس.

بوصفها الهدف الأسمى للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية وتحقيق الذات والتفائل والرضا عن الحياة وجودة الحياة، وعلى الرغم من أن الهدف الأساسي لعلم النفس هو مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الصحية التي يشعر فيها بالسعادة، فقد تجاهل علماء النفس لفترة زمنية طويلة المشاعر الإيجابية للشخصية وظلت الانفعالات السلبية مثل الضغوط النفسية والقلق، والتشاؤم، والاكتئاب، الأكثر تناولاً واهتماماً في دراساتهم وبحوثهم (أبو هاشم، ٢٠١٠).

وللسعادة آثار عديدة إيجابية على سلوك الفرد، منها التفكير الإيجابي فالناس تفكر بطرق أكثر إيجابية عندما يكونون سعداء عكس حالتهم عند الحزن واليأس، كذلك يكون السعداء لديهم استعداد لحل مشكلاتهم بطرق أفضل، ومن ثم يكون لديهم ثقة بالنفس أكثر وتقديراً لذواتهم أكثر وأيضاً كفاءة اجتماعية أكبر، وهم أكثر استعداداً لتقديم المساندة الاجتماعية للآخرين (عثمان، ٢٠٠١).

### مشكلة البحث:

في ضوء قراءات الباحثة في أدبيات علم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة وجدت أن الكتابات والدراسات السابقة أجمعت على أن فقدان البصر في مرحلة الطفولة يعد حادثاً صدمياً شديداً الوطأة يعرض الفرد للاضطرابات الانفعالية والنفسية تتضح في صورة استجابات عدوانية أو اكتئابية تؤثر بشكل عام على الاتزان الانفعالي للفرد.

حيث أضافت دراسة (أرو هور، ٢٠٠٠) أن الكفيف تسيطر عليه مشاعر سلبية كالإحساس بالعجز نتيجة نقص القدرة على مجاراة المبصرين وانخفاض تقدير الذات والخوف والقلق وعدم الإحساس بالأمن النفسى إلى جانب عدم الرضا بالواقع مما يدفع الكفيف عامة إلى سوء التوافق النفسى.

فى حين تشير دراسة (شقيير، ٢٠٠٩) إلى أن الإعاقة البصرية تعبر عن وجود قصور لدى الفرد فى جانب معين، ووجود مواطن القوة لديه فى جوانب أخرى، لذا يجب توافر الظروف المناسبة والإمكانيات التى تساعد على استثمار طاقاته، فذلك يشعره بأهميته كبشر له حق الحياة (شقيير، ٢٠٠٩).

كما تشير بعض الدراسات إلى أن المكفوفين يريدون الاندماج فى عالم المبصرين فيعيشون صراعاً كبيراً داخلياً بين رغبتهم وعدم قدرتهم، لذا يشعرون بالقلق وفقدان الثقة بالنفس والانطواء والصراع النفسى والوحدة النفسية ومحاولة تحقيق النجاح فى ظل توقعات اجتماعية فاشلة (الدقوشى، ٢٠١٣).

وتتحدد مشكلة البحث فى التساؤل الرئيسى الآتى:

هل توجد علاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالمولد والمكفوفين بالإصابة؟

ويتفرع من هذا التساؤل الأسئلة الفرعية الآتية:

- ١- ما العلاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالمولد؟
- ٢- ما العلاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالإصابة؟
- ٣- هل يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى المكفوفين بالمولد؟
- ٤- هل يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى المكفوفين بالإصابة؟

**أهداف البحث:**

يهدف البحث إلى:

- ١- بناء مقياس الصلابة النفسية للطلاب المكفوفين.
- ٢- الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالمولد والمكفوفين بالإصابة.
- ٣- التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى المكفوفين بالمولد والمكفوفين بالإصابة.

### حدود البحث:

يحدد هذا البحث مجموعة من الحدود وهي كالآتي:

#### المحددات المكانية:

ويتمثل في مدارس النور للمكفوفين بمحافظة السويس والإسماعيلية والقاهرة.

#### المحددات الزمانية:

في العام ٢٠١٨/٢٠١٩ .

#### المحددات الموضوعية:

تحدد الدراسة في موضوعها الذي يتناول الصلابة النفسية والسعادة النفسية.

#### المحددات البشرية:

تتمثل في الطلاب المكفوفين بالمولد والمكفوفين بالإصابة.

#### مصطلحات البحث:

#### أولاً: الصلابة النفسية Psychological Hardiness:

"تعريف الصلابة النفسية" بأنها (مخيمر، ٢٠٠٢) "هي اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ويفسرها ويواجهها".

"التعريف الإجرائى للصلاية النفسية": "هى مجموع الدرجات التى يحصل عليها

أفراد العينة بالدراسة فى مقياس الصلاية النفسية المستخدم فى الدراسة".

## ثانياً: السعادة النفسية Psychological Happiness :-

### تعريف السعادة النفسية

هى "مجموعة من المؤشرات السلوكية تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام"، وحددتها (Singer & Ryff, 2008) فى ستة عوامل رئيسية هى:

١- الاستقلالية: Autonomy وتشير إلى قدرة الفرد على اتخاذ القرار، ومقاومة الضغوط الاجتماعية، وكيفية ضبط وتنظيم السلوك الشخصى أثناء التعامل مع الآخرين.

٢- التمكن البيئى: Mastery Environmental قدرة الفرد على تنظيم الظروف المحيطة والاستفادة بطريقة فعالة من هذه الظروف، وتوفير البيئة المناسبة، والتحكم فى كثير من الأنشطة، والمرونة الشخصية.

٣- التطور الشخصى: Growth Personal قدرة الفرد على تنمية ذاته وتطوير قدراته، وكفاءته الشخصية فى الجوانب المختلفة وزيادة فعاليته، والشعور بالتفاؤل.

٤- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: Others With Relations Positive قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من: الثقة المتبادلة، والصداقة، والتأثير، والتفهم، والود، والأخذ، والعطاء.

٥- الحياة الهادفة Life in Purpose قدرة الفرد على تحديد أهدافه فى حياته بواقعية، والإصرار على تحقيق أهدافه، وأن يكون له رؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة لتحقيق أهدافه فى الحياة.

٦- تقبل الذات: Acceptance – Self قدرة الفرد على تحقيق الذات، وتقبل المظاهر المختلفة للذات من جوانب إيجابية وأخرى سلبية، والاتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة الماضية.

"التعريف الإجرائي للسعادة النفسية: هو "مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في مقياس السعادة النفسية".

### ثالثاً: الطالب الكفيف The Blind Student

وقد تعددت التعاريف الخاصة بمصطلح الكفيف نظراً لتعدد العلوم والمهن التي تتعامل مع هذه الفئة، حيث سعت كل مهنة إلى تحديد مفهوم الكفيف حسب مجال اهتمامها ونطاق تخصصها العلمي.

فمن الناحية الطبية يعرف الكفيف على أنه الشخص الذي يعاني من قصور أو عجز في أى من المواقف الحسية وهي (البصر المركزي – البصر المحيطي – التكييف البصرى – البصر الثنائى – رؤية الألوان) وذلك نتيجة تشوه تشريحي أو إصابة بمرض أو جروح في العين (الحديدى، ١٩٩٨).

بينما يشير التعريف القانونى إلى أن الكفيف هو الشخص الذى لا تزيد حدة أبعاره عن (٢٠/٢٠) قدم من العين الأقوى بعد التصحيح (الداهرى، ٢٠٠٨).

ويعرف الكفيف من الجانب الاجتماعى على أنه الشخص الذى لا يستطيع أن يجد طريقه دون قيادة فى بيئة غير معروفة لديه، أو من كانت قدرته على الإبصار عديمة القيمة اقتصادياً، أو من كانت قدرته على الإبصار من الضعف، بحيث يعجز عن مزاولة عمله العادى (عثمان، ١٩٨١).

أما من المنظور التربوى فإن مصطلح الكيف يعنى الشخص الذى يتعلم من خلال طريقة برايل والوسائل اللسبية الأخرى لعدم قدرته على استخدام بصره فى الحصول على المعرفة وأداء الأنشطة التعليمية (Selvia & Yesseldyke, 2014).

## الإطار النظرى للبحث:

### أولاً: الصلابة النفسية

يعود هذا المفهوم إلى "كوبازا" (Kobaza, 1979)، حيث تعرفها بأنها "مجموعة من السمات التى تتمثل فى اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كى يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابى، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهى "الالتزام، التحكم، التحدى".

وتعرفها (البيرقدار، ٢٠١١) أنها "قدرة الفرد على وضع إستراتيجيات معينة فى المواقف التى يتعرض فيها للضغوط النفسية والتى تساعد فى حل المشكلات التى سببها هذه الضغوط".

وتعرفها (جريش، ٢٠١٢) أنها "الجرأة والشجاعة التى تمكن الفرد من تحدى الصدمات والتحكم فى المواقف الصعبة والالتزام مع النفس والآخرين، وذلك من خلال تفسير الحدث الضاغط وتقويمه والتخطيط للمرونة فى مواجهته مما يبعث على الثقة بالنفس والمرونة والإصرار والمثابرة فى تحقيق الأهداف ويحقق الصحة النفسية".

### أبعاد الصلابة النفسية:

توصلت "كوبازا" أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد وهى: (الالتزام، التحكم، التحدى)، ويتم شرحهم كالتالى:

## أولاً: الالتزام

الالتزام عكس الانسحاب، ويتضمن تفاعلاً مع الآخرين والأحداث والاستمرار بالنشاطات، ويمثل طريقاً للإرادة عند مواجهة المواقف المثيرة والمهمة (Maddi, 2004).

## ثانياً: التحكم

وهو قدرة الفرد على التأثير في النتائج من حوله ومهما كانت الظروف سيئة فلا ينساق للاستسلام وانعدام القوة: (Maddi, et. al., 2009).

## ثالثاً: التحدي

عرفه (جبر، ٢٠٠٥) بأنه قدرة الفرد على أداء دوره في الحياة بعزيمته ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية، وتغيير البيئة الاجتماعية، والطبيعية المحيطة بها.

## النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

### أولاً: نظرية (Kobasa, 1983)

لقد قدمت "كوبازا" نظرية رائعة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية واحتمالات الإصابة بالأمراض، واعتمدت في نظريتها على عدد من الأسس النظرية والتجريبية، تمثلت الأسس النظرية في آراء بعض الباحثين أمثال "قرانكل وماسلو وروجرز"، والتي أشارت إلى وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.

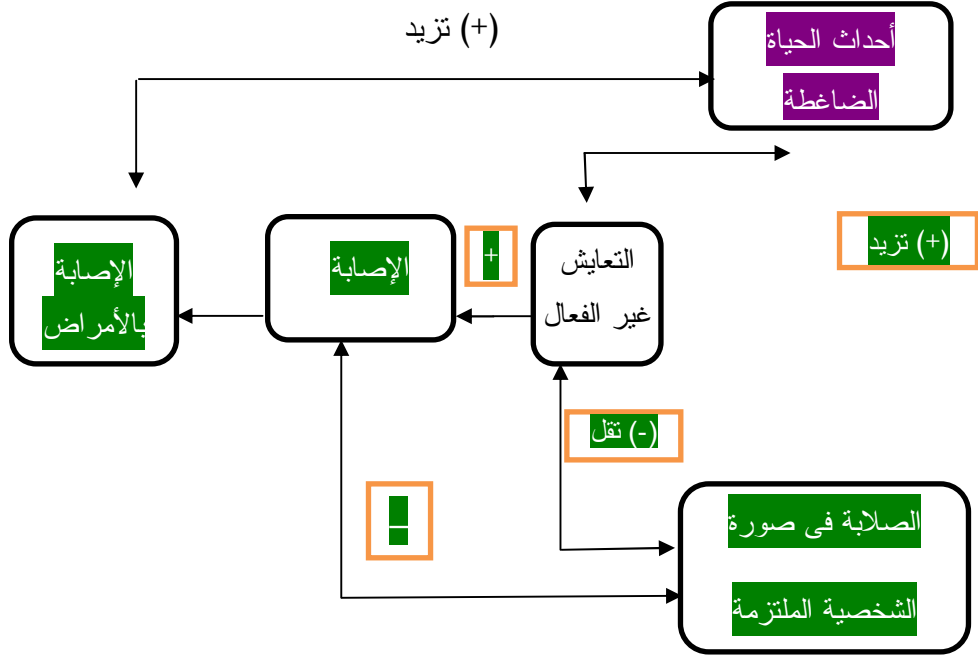


وطرحت "كوبازا" (Kobasa, Puccetti, 1983) الافتراض الأساسى لنظريتها والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرًا ضروريًا بل حتميًا لأبد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالى والاجتماعى، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد كالصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة (الالتزام - التحكم - التحدى) قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث.

وترى "كوبازا" أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر صمودًا، ونشاطًا، وضبطًا داخليًا، ومبادأةً واقتدارًا وقيادة، وأشد واقعية وإنجازًا وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث، وأكثر مقاومةً لأعباء الحياة المجهدة، كما أنهم يجدون أن تجاربهم ممتعة وذات معنى، عكس الأشخاص الأقل صلابة يشعرون بالتهديد المستمر، ويجدون أنفسهم والبيئة من حولهم لا معنى لهم، ولديهم شعور بالضعف فى مواجهة أحداث الحياة المتغيرة، ولذلك لا توجد لديهم اعتقادات راسخة بضرورة الارتقاء، فلديهم سلبية فى تفاعلهم مع البيئة، وتكون للظروف الشاقة أثر سلبى على الحالة الصحية لهؤلاء الأشخاص بسبب عجزهم عن تخفيف الأثر السيئ الناتج عن التعرض لهذه الأحداث.

وفيما يلى عرض لبعض الأشكال التى توضح تأثير الصلابة على الفرد، وتوضح

منظورًا جديدًا للمتغيرات البناءة فى علم النفس الحديث:



شكل (٢) يوضح التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية (Kobasa, Kohn & Maddi, 1982)

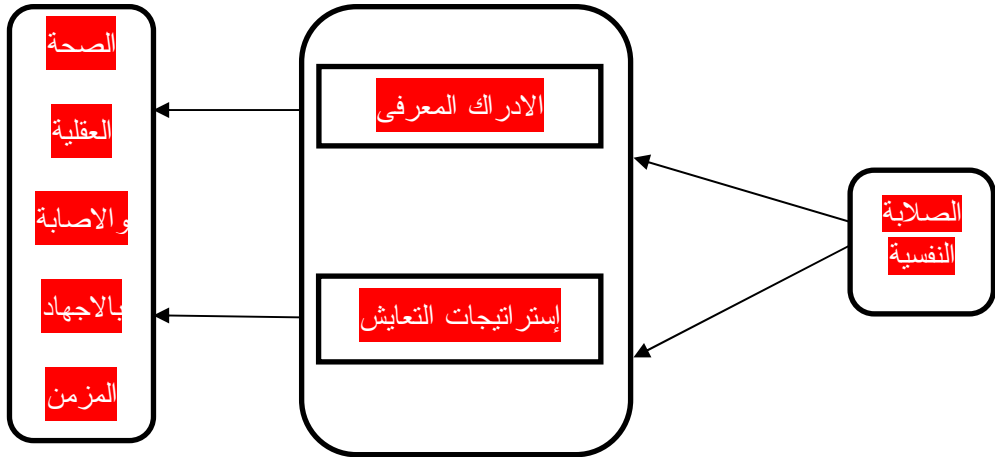
### ثانياً: نموذج فنك المعدل لنظرية "كوبازا":

في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات لقد ظهر نموذج (فنك، ١٩٩٢) وهو أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية "كوبازا" وحاول وضع تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف "بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى، وقام بقياس متغير الإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش

معها وقياس متغير الصلابة، وذلك على عينة قوامها (١٦٧) جنديًا إسرائيليًا، قبل الفترة التدريبية التى أعطاهما للمشاركين والتي بلغت ستة شهور. وقد توصل فى النهاية الى نتائج مهمة وهى:

ارتباط أبعاد الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فارتبط بعد الالتزام بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام إستراتيجيات التعايش الفعال خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال، كما ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعايش.

فطرح "فنك" نموذج وبيوضه الشكل التالى:



شكل (٤) نموذج فنك المعدل لنظرية "كوبازا" للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها

(Floriar, Mikulince Taubman, 1995)

### ثالثاً: نظرية مادي (١٩٨٥)

يؤكد مادي أن الإنسان فى كل مواقفه يختار الماضى المعروف، أو المستقبل المجهول فإن اختيار الإنسان المستقبل بما يحمله من آمال غير معروفة يصاحبه القلق،

لأن ما من سبيل للتأكد مما سيحدث عندما يجد الإنسان نفسه فى خضم بحر لم يبحر فيه أحد من قبل، وهذا القلق لا بد من احتمال له لأن تجنبه يعنى ضياع فرصة النمو، أما إذا اختار الإنسان الماضى المألوف بتجنبه القلق سقط فى الذنب الوجودى لإضاعة فرص النمو وإثرائه الحياة. (الهلول، ٢٠٠٧)

كما اعتمد على النموذج المعرفى للأزاروس والذى يرى أن أحداث الحياة الشاقة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثيرها السلبى على الاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث الضابط، ولها أهمية فى تحديد نمط تكيف الكائن الحى، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبى والجزم بضعفها وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد ومن ثم الشعور بالإحباط، متضمن الشعور بالخطر الذى يقرر الفرد وقوعه بالفعل (جبر، ٢٠٠٥).

### دور الصلابة النفسية فى تحقيق الصحة النفسية

للصلابة النفسية دور فعال فى تحسين الأداء والسلوك والروح المعنوية والصحة والتفاؤل وتوليد الأفكار الإيجابية التى تحفز إنجاز المهام، كما أنها تحفز الفرد وتوجهه نحو أهدافه، وتنمى من الدافعية للتعلم، فتكون انفعالاته أكثر إيجابية، وبذلك يكون لديه القدرة على التعلم والتمتع من الأشياء الجديدة، كما تولد لديه القدرة على النقد الموضوعى لما يدور حوله كما تشجع على النجاح الأكاديمى والإصرار على الدراسة وبذل المزيد من الجهد لإنجاز المهام التعليمية ليصبح المتعلم مؤهلاً لاستخدام مهاراته التى تعلمها من قبل، كما أن الصلابة النفسية تمثل حاجزاً نفسياً ضد الاكتئاب وأعراضه "كفقد الثقة بالنفس والشعور بالحزن". (Cole & Field & Harris, 2004)

## الصلابة النفسية لدى المكفوفين:

تمثل الإعاقة البصرية وما يترتب عليها من شعور الفرد بالعجز عبئاً على صاحبها، ونتيجة لهذا العجز يبدأ سمات شخصية غير سوية فى بيئته النفسية فى الظهور لديه، كالعزلة والانطواء والميول الانسحابية، ونتيجة شعوره بالخوف الدائم من الفشل فى تحقيق الهدف فإنه يحى حياة خالية من الهدف والمعنى، ويفقد طاقاته وإمكاناته، وعدم القدرة على مجابهة التحديات التى تواجهه، ويفقد القدرة على التحكم فى حياته، مما يترتب عليه تدن فى مستويات الصلابة النفسية لديه. فهناك ضرورة إلى التدخل العلاجى والإرشادى لتنمية الصلابة النفسية لدى ذوى الإعاقة البصرية، من خلال أحد الأساليب الحديثة نسبياً فى العلاج النفسى، وهو العلاج بالمعنى، والذى يتمركز حول ضرورة أن يكتشف الإنسان هدفاً ومعنى لحياته فيرفع من قيمتها، لذا يعتبر العلاج بالمعنى من أهم وأنسب الأساليب العلاجية لتنمية الصلابة النفسية، فإن المعنى الإيجابى للحياة تجعل الفرد المعاق بصرياً مخلصاً ملتزماً معتقداً فى خبرة الحياة، ويمتلك معنى واضحاً لحياته، وتعتبر الحياة بالنسبة له مثيرة جداً، وكل يوم فى جديد، وتظل النشاطات تتمتع بجاذبيتها كأول مرة، ويلزمه شعور بأنه وجد ما ظل يبحث عنه طيلة حياته، كما يستطيع أن يحدد الأشياء المفقودة من حياته بدقة ووضوح. كما يمتلك أهدافاً واضحة ويلتزم تجاهها ويكافح من أجل تحقيقها متحملاً ما قد يواجهه من صعاب فى حياته، وذلك ما يرفع من مستويات الصلابة النفسية لديه. (عبد الرازق، ٢٠١٥)

## ثانياً: السعادة النفسية

يعد مفهوم السعادة النفسية المفهوم الأساسى فى علم النفس الإيجابى لما له من مكانة بارزة فى تاريخ الفكر الإنسانى، وقد سعى الجميع فى الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها أسمى هدف للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الإيجابية، وتحقيق الذات والرضا عن الحياة وجودتها والتفائل (أبو هاشم، ٢٠١٠).

ويعرفها (الشهاوى) بـ "أنها انفعال وجدانى ذو ثبات نسبى يتمثل فى عدد من المشاعر الإيجابية السارة التى تتضمن الرضا عن الذات والاستمتاع بالحياة، والارتباط بالنواحي الروحانية والممارسات الدينية، والنظرة التفاؤلية، والسعى المتواصل لتحقيق الأهداف، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين والاستمرار فيها. (الشهاوى، ٢٠١٤)

وتعرفها (آمال جودة) بأنها "حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية يخبرها الإنسان ذاتياً، وتتضمن الشعور بالرضا والمتعة والتفاؤل والأمل والإحساس بالقدرة على التأثير فى الأحداث بشكل إيجابى". (جودة، ٢٠٠٧).

فالسعادة النفسية هى مجموعة من المؤشرات السلوكية التى تدل على رضا الفرد عن حياته بشكل عام، وحددتها "رايف" فى ستة عوامل رئيسية هى:

#### ١- الاستقلالية:

وتشير إلى قدرة الفرد على اتخاذ القرار واستقلاليته فى التفكير وتقييم نفسه والتصرف بطرق معينة وفقاً للمعايير الاجتماعية أى مدى قدرته على تحديد ذاته وثقته فى آرائه الخاصة، وعلى مقاومة الضغوط الاجتماعية، وضبط وتنظيم السلوك الشخصى الداخلى أثناء التفاعل مع الآخرين. أى مدى قدرته على اتخاذ قراراته بنفسه دون الاعتماد على الآخرين. ومدى قدرته على تقرير مصيره بنفسه واستقلاله بذاته.

#### ٢- التمكن البيئى:

وهو قدرة الفرد على التمكن من ومدى الاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة وتنظيمها، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية فى تغيير البيئة وفقاً لما يتوفر له من فرص وما يراه الفرد ويتناسب معه من خلال خبراته الماضية والحاضرة

فيعمل على الاستفادة من هذه الخبرات فى تحقيق أهدافه فى الحياة، والقدرة على إدارة البيئة حتى ولو كانت على درجة من التعقيد، والتحكم فيها ومدى الإحساس بالكفاية. لهذا يعد التمكّن البيئى من سمات الصحة النفسية والتي تتمثل فى خلق شخصيات ذات سياقات مناسبة والقدرة على التجديد والابتكار.

### ٣- التطور/ النمو الشخصى:

وهو قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته، وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية فى الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل. أى مدى قدرة الفرد على إدراك طاقاته والارتقاء بها لى تتقدم وتتسع باستمرار لى يكون منفتحاً ومستعداً لتلقى أى خبرات جديدة تضاف إلى رصيده من الخبرات التى تساهم فى مثل هذا التطور والنمو، بحيث يكون لديه الإحساس بالواقعية التى سيجد الفرد نفسه بعدها قد تطور بمرور الزمن. إذن تعتبر الحياة هنا بالنسبة للفرد عملية مستمرة من التعلم والتغير والنمو.

### ٤- العلاقات الإيجابية مع الآخرين:

وهى قدرة الفرد على تكوين صداقات وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من: الثقة المتبادلة، والود، والألفة والمحبة، والصداقة، والتعاطف القوى بينهم، والتأثير والدفء، والتفهم، والأخذ والعطاء. وغيرها من العلاقات الإنسانية، وهذه من أهم عناصر الصحة النفسية لأنها تعد معياراً للنضج والتوافق والقدرة على تحقيق الذات وتقاسم الوقت مع الآخرين.

### ٥- الحياة الهادفة:

وهى قدرة الفرد على تحديد أهدافه فى الحياة بشكل واقعى، وأن يكون له أهداف ورؤية توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع الإصرار والمثابرة على تحقيق أهدافه. أى أن الشخص الذى يتمتع بالصحة النفسية دائماً لديه أهداف وأفكار توفّر له معنى

واضحاً لحياته، فهو شخص يمتلك إيماناً قوياً بأن أفعاله في الماضي والحاضر كانت ذات مغزى تجعله مدركاً للغرض من حياته وتوجهه نحو مستقبله دائماً والتي يحاول من خلالها إيجاد المعنى لها. (جودت، ٢٠١٠)

#### ٦- تقبل الذات:

وتشير إلى الاتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة، وتقبل الفرد للمظاهر المختلفة لذاته بما فيها من جوانب إيجابية وأخرى سلبية، أى القدرة على تحقيق الذات، من خلال تكوين موقف إيجابي تجاه نفسه والاعتراف بقبول جوانب متعددة من النفس أى الشعور الإيجابي تجاه الحياة الماضية. (Ryff & Singer, 2008)

#### مؤشرات السعادة النفسية

تمكن (جونزاليز) من تحديد (٢٩) مؤشراً للسعادة النفسية لدى الأفراد، تم تصنيفهم فى (٨) عوامل رئيسية هى:

- ١- تقدير الذات.
- ٢- الرضا والاستمتاع بالوقت.
- ٣- الرضا عن التعليم.
- ٤- الضبط المدرك.
- ٥- المساندة الاجتماعية المدركة.
- ٦- القيم المادية.
- ٧- القيم الاجتماعية والقيم الشخصية.
- ٨- القيم المعرفية والعقلية.



## الدراسات السابقة

### أولاً: دراسات تناولت الصلابة النفسية لدى المكفوفين

١- دراسة (أدمو، ٢٠١٨) بعنوان (الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى المعاقين بصرياً باتحاد المكفوفين بولاية الخرطوم):

هدف هذا البحث إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى المعاقين بصرياً بولاية الخرطوم. وكذلك معرفة الفروق فى الصلابة النفسية تبعاً لمتغيرات النوع والعمر والمؤهل التعليمى. اشتملت عينة البحث على (١٠٠) فرد من المكفوفين بإتحاد المكفوفين ولاية الخرطوم، (٦٠) من الذكور و(٤٠) من الإناث. استخدمت الباحثة استمارة مقياس الصلابة النفسية من إعداد (ينكين وبيتر Yanken and Bietz) ومقياس قلق المستقبل من إعداد زينب محمود شقير، وكانت النتائج كالتى: تتسم الصلابة النفسية للمعاقين بصرياً بالارتفاع، كما يتسم قلق المستقبل لدى المعاقين بصرياً بالانخفاض، وتوجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الصلابة النفسية تعزى للنوع لصالح الذكور ولا توجد فروق فى الصلابة النفسية تبعاً للمؤهل التعليمى والعمر.

٢- دراسة (محبوب، ٢٠١٢) بعنوان (فعالية العلاج بالمعنى فى تنمية الصلابة النفسية والإحساس بجودة الحياة لدى عينة من المراهقات الكفيفات بمدينة مكة المكرمة):

تهدف الدراسة إلى تحديد مدى فاعلية البرنامج العلاجى فى تنمية الصلابة النفسية والإحساس بجودة الحياة لدى المراهقات الكفيفات وتكونت العينة من (١٠) أفراد فى المجموعة الضابطة و(١٠) أفراد فى المجموعة التجريبية واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية ومقياس جودة الحياة واستمارة البيانات الأولية واستمارة تقييم الهويات،

والبرنامج العلاجي، وتوصلت النتائج إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد المجموعتين التجريبيه والضابطة فى التطبيق القبلى والبعدى لأبعاد الصلابة النفسية وأبعاد جودة الحياة لصالح التطبيق البعدى.

## ثانياً: دراسات تناولت السعادة النفسية لدى المكفوفين:

١- دراسة (ياسين ومحمد، ٢٠١٧) بعنوان (الرحمة بالذات والسعادة محددات الذكاء الروحى لدى التلاميذ المكفوفين):

أهداف الدراسة: القدرة التنبؤية لكل من الرحمة بالذات والسعادة بالذكاء الروحى لدى التلاميذ المكفوفين. منهج الدراسة وإجراءات الدراسة: تضمنت عينة الدراسة ٩٠ تلميذاً وتلميذة (ن=٩٠، بواقع ٦٣ للذكور، ٢٧ للإناث) وتراوحت أعمارهم ما بين (١٠-١٤) عام. طبق عليهم مقياس الذكاء الروحى ومقياس الرحمة بالذات ومقياس السعادة، وقائمة المستوى الاقتصادى والاجتماعى، نتائج الدراسة: لا توجد فروق دالة إحصائية على مقياس كل من (الذكاء الروحى، الرحمة بالذات، السعادة) تعزى لمتغيرات النوع، العمر، المستوى الاقتصادى والاجتماعى)، كما تبين قدرة مقياسى الرحمة بالذات والسعادة التنبؤ بالذكاء الروحى.

٢- دراسة (الشهاوى، ٢٠١٤) بعنوان: (برنامج إرشادى متكامل لتنمية الشعور بالسعادة لدى بعض المراهقين المكفوفين):

تهدف إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادى تكاملى لتنمية الشعور بالسعادة لدى بعض المراهقين المكفوفين والتعرف على مدى استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادى. وقد تم إعداد استمارة جمع بيانات أولية عن الطالب الكفيف، واستمارة بحث المستوى الاجتماعى الاقتصادى للأسرة، ومقياس الشعور بالسعادة لدى المراهقين المكفوفين،

والبرنامج الإشارى المستخدم لتنمية الشعور بالسعادة لدى المراهقين المكفوفين. وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) مراهقاً كفيفاً تمتد أعمارهم من (١٤-١٨) سنة، وقد أكدت نتائج الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دالة (٠,٠١) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى على مقياس الشعور بالسعادة بعد تطبيق البرنامج الإرشادى لصالح المجموعة التجريبية. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دالة (٠,٠١) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياس القبلى والبعدى على جميع أبعاد مقياس الشعور بالسعادة والدرجة الكلية لدى المراهقين المكفوفين لصالح القياس البعدى. كما أكدت نتائج الدراسة كذلك على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياس البعدى والتتبعى على جميع أبعاد مقياس الشعور بالسعادة، والدرجة الكلية لدى المراهقين المكفوفين مما يدل على استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادى فى تنمية الشعور بالسعادة لدى أفراد المجموعة التجريبية.

### ثالثاً: دراسات تناولت الصلابة النفسية والسعادة النفسية

١- دراسة (Neda & Nabi, 2015) بعنوان (العلاقة بين الصلابة النفسية والمرونة والأمل للسعادة النفسية لدى طلبة التمريض من جامعة رازى بكرمان فى الأكاديمية عام ٢٠١٤/٢٠١٥):

كان الهدف من هذه الدراسة هو التحقق من العلاقة بين الصلابة النفسية ومرونتهم والأمل فى تحقيق السعادة النفسية لطلاب التمريض فى جامعة رازى فى كرمان، وكان عدد العينة ١٢٦ وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس المرونة إعداد (كونور ودافيدسون، ٢٠٠٣) واستبيان السعادة النفسية إعداد (ريف، ١٩٨٩)، أظهرت النتائج أن ١٦ فى المئة من التباين فى المتغيرات النفسية يمكن تفسيرها من خلال

مزيج خطي من المثابرة، والمرونة والأمل حوالى ١٣,٨٪ من التباين يحدده متغيرين المتانة النفسية والمرونة الجدة والأمل على حد سواء حوالى ١٠,٨٪ من التباين فى الرفاه النفسى للنتبؤ فإن متغيرات الأمل والمرونة على حد سواء جيدة المعنى، على التوالى، مع مستوى كبير من المرونة و ٠,٠٣٩ للأمل و ٠,٠١٤ للمرونة هى معادلة الانحدار المتغيرة.

## ٢- دراسة (Vicki, Clinton & et. al., 2009) بعنوان: (العلاقة بين كل من الصلابة والمساندة الاجتماعية وشدة المرض والسعادة النفسية لدى النساء المصابة بالتهاب المفاصل):

هدفت الدراسة لمعرفة العلاقة بين الصلابة والمساندة الاجتماعية وشدة المرض والسعادة لدى عينة البحث (١٢٢) من النساء المصابين بالتهاب المفاصل الروماتويدي وتشير النتائج إلى أن الرضا عن الدعم الاجتماعى والصلابة هى بالفعل مؤشرات هامة للسعادة النفسية لدى النساء المصابات بالتهاب المفاصل الروماتويدي، بغض النظر عن شدة المرض.

### ومن ثم صاغت الباحثة فروض البحث كالاتى:

١. توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالمولد.
٢. توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالإصابة.
٣. يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى المكفوفين بالمولد.
٤. يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى المكفوفين بالإصابة.

## مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية من الطلاب المكفوفين بمحافظة السويس والإسماعيلية والقاهرة، فتكونت العينة من (١٠٨) طلاب أكفاء من المراحل الإعدادية والثانوية، منهم (٣٠) طالبًا للدراسة الاستطلاعية و(٧٨) طالبًا للعينة الأساسية بواقع (٤٩) طالبًا من المكفوفين بالمولد و(٢٩) طالبًا من المكفوفين بالإصابة.

أدوات الدراسة:

### ١- مقياس السعادة النفسية (إعداد: الشهاوى، ٢٠١٤):

هدف المقياس:

يهدف مقياس السعادة النفسية (الشهاوى، ٢٠١١) إلى قياس الشعور بالسعادة لدى المراهقين المكفوفين.

اختارت الباحثة مقياس السعادة النفسية على عينة الدراسة من الطلاب المكفوفين لعدة اعتبارات تتمثل فى النقاط التالية:

١- يُعد المقياس من أحدث مقاييس السعادة النفسية التى تم تطبيقها وتقنينها على الطلاب المراهقين المكفوفين، إذ تراعى عبارات المقياس شكل وطبيعة هذا الشعور لدى المراهقين المكفوفين فى البيئة المصرية.

٢- يجمع المقياس بين أربعة أبعاد أساسية مهمة لتحديد الشعور بالسعادة النفسية لدى الطالب الكفيف وهى (الرضا عن الحياة - التفاؤل - الهدف من الحياة - العلاقات الإيجابية مع الآخرين).

٣- تتميز عبارات المقياس بالسهولة والوضوح والتى تتناسب مع المستوى العقلى للطلاب المكفوفين بالمرحلة الإعدادية والثانوية.

**مكونات المقياس:**

قام (الشهاوى، ٢٠١٤) بصياغة المقياس فى صورته الأولى بصياغة العبارات المكونة لكل بعد من الأبعاد السابقة وراعى الباحث أن تتناسب العبارات مع المرحلة العمرية المدروسة، وقد بلغ إجمالى عدد هذه العبارات (٦٤) عبارة بواقع (١٨) عبارة للبعد الأول الرضا عن الحياة و (١٢) عبارة للبعد الثانى التفاؤل و(١٧) عبارة للبعد الثالث الهدف من الحياة و(١٧) عبارة للبعد الرابع العلاقات الإيجابية مع الآخرين، لكل بعد يجيب المبحوث عليه من خلال مؤشرات قياسية متدرجة ثلاثية المدى وهى (دائمًا - أحيانًا - أبدًا)، بحيث تعطى دائمًا (ثلاث درجات) وأحيانًا (درجتين) وأبدا (درجة واحدة)، وذلك بالنسبة للعبارات الإيجابية والعكس بالنسبة للعبارات السلبية.

**صدق وثبات المقياس:****(أ) صدق المحتوى:**

- قام بالاطلاع على مجموعة من المقاييس والاختبارات المقننة والتى تقيس الشعور بالسعادة أو أحد مكوناته، وذلك للاستفادة منها فى إعداد المقياس، ومن أهم المقاييس التى اطلع عليها الشهاوى:

- ١- مقياس السعادة النفسية إعداد (رايف وسينجر، ٢٠٠٨).
- ٢- مقياس السعادة النفسية إعداد (سبرينجر وهاوسر، ٢٠٠٦).
- ٣- مقياس حب الحياة إعداد (أحمد عبد الخالق، ٢٠٠٧).
- ٤- مقياس الرضا عن الحياة إعداد (مجدى الدسوقي، ١٩٩٩).
- ٥- قائمة المصادر المدركة للسعادة إعداد (عادل هريدى وطريف فرج، ٢٠٠٢).

وأيضاً قام (الشهاوى، ٢٠١٤) بدراسة استطلاعية (استبيان مفتوح) خاص بالطلاب المكفوفين، بهدف الاستفادة منه فى صياغة بنود المقياس، وقد تضمن الاستبيان توجيه سؤالين على النحو التالى: ما الذى يتبادر إلى ذهنك عندما تسمع كلمة السعادة؟ وما الأشياء التى تؤدى إلى الشعور بالسعادة؟ وقد تم تطبيقها على عينة قوامها (٢٠) طالباً من المكفوفين بمدرسة طه حسين الثانوية بالزيتون، وتم استجابات الطلاب المكفوفين وفى ضوء المقاييس والأطر النظرية والدراسات التى تم الاطلاع عليها تم صياغة عبارات المقياس فى صورته الأولية والتى تكونت من (٦٤) عبارة.

### (ب) الصدق الظاهرى:

قام الشهاوى بعرض المقياس فى صورته الأولية والتى تحتوى على (٦٤) عبارة على مجموعة من الأساتذة المتخصصين فى مجال علم النفس والصحة النفسية بلغ عددهم (١٠) محكمين للتحقق من صدق المضمون للمقياس، ولتحديد مدى وضوح العبارات، ومناسبة الفقرات للبعد الذى تنتمى إليه فى ضوء تعريف البعد الإجرائى، وقد قام بالإبقاء على العبارات التى اتفق عليها (٨٠%) من المحكمين من حيث صلاحيتها وملاءمتها لقياس الظاهرة التى وضعت لقياسها، وكانت نسب اتفاق السادة المحكمين على عبارات المقياس تراوحت بين (٨٠% : ١٠٠%)، وهى نسب عالية ومقبولة مما تدعو إلى الثقة فى النتائج التى يمكن التوصل إليه من خلال تطبيق المقياس على عينة الدراسة، باستثناء العبارات رقم (٦، ١٣، ١٨، ٢٣، ٢٨، ٣٥، ٤١، ٥٦، ٦٠) التى بلغت نسبة الاتفاق عليها أقل من (٨٠%)، وهى نسبة ضعيفة دعت الباحث إلى استبعاد هذه العبارات المحددة ليصبح عدد عبارات المقياس (٥٥) عبارة.

### (ج) التجانس الداخلى:

تم إيجاد التجانس الداخلى للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه

واتضح من النتائج أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، وبالتالي يمكن الاطمئنان إلى صدق المقياس.

### ثبات المقياس:

قام الشهاوى بحساب معامل الثبات للمقياس، وذلك باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، ويتضح من النتائج أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الشعور بالسعادة والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة حيث تراوحت بين (0,911 - 0,980) وهي قيمة مقبولة إحصائياً، مما يعطى مؤشراً على ثبات المقياس.

### ثبات المقياس فى الدراسة الحالية:

اكتفت الباحثة الحالية بالخصائص السيكومترية للمقياس لمؤلفه، وقامت فقط بحساب ثبات المقياس، وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية، حيث قامت بحساب ثبات درجات المقياس بطريقة معامل ثبات ألفا - كرونباخ.

والجدول يوضح قيم معاملات الثبات بطريقة معامل ثبات ألفا كرونباخ

جدول (1) معاملات الثبات لأبعاد مقياس السعادة النفسية والدرجة الكلية للمقياس ن = 30

م	البعد	معامل الثبات ألفا كرونباخ
١	الرضا عن الحياة	٠,٧٨١
٢	التفاؤل	٠,٧٩٠
٣	الهدف من الحياة	٠,٨٧٨
٤	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	٠,٨٩٦
٥	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩١١



يتضح من نتائج جدول (١) أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الشعور بالسعادة والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة حيث تراوحت بين (٧٨١، - ٩١١)، وهى قيمة مقبولة إحصائياً، مما يعطى مؤشرا على ثبات المقياس والنتائج التى يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس فى الدراسة الحالية.

## ٢- مقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحثة)

### خطوات إعداد المقياس:

اتبعت الباحثة الخطوات التالية فى إعداد المقياس:

- استقراء التراث السيكلوجى والاطلاع على البحوث النفسية والدراسات العربية والأجنبية المتنوعة ذات الصلة بموضوع الصلابة النفسية، للوصول إلى صياغة منطقية وعلمية واضحة لأبعاد وعبارات المقياس.
- الاطلاع على مجموعة من المقاييس والاختبارات المقننة والتي تقيس الصلابة النفسية، وذلك للاستفادة منها فى إعداد المقياس، ومن أهم المقاييس التى أطلعت عليها الباحثة:

- ١- مقياس الصلابة النفسية إعداد جبر محمد جبر (٢٠٠٥).
- ٢- مقياس الصلابة النفسية إعداد نبيل دخان وبشير الحجار (٢٠٠٦).
- ٣- مقياس الصلابة النفسية إعداد محمد محمد عودة (٢٠١٠).
- ٤- مقياس الصلابة النفسية إعداد خالد عبد الرحمن الشميرى (٢٠١٠).
- ٥- مقياس الصلابة النفسية إعداد تنهيد عادل فاضل البيرقدار (٢٠١١).
- ٦- مقياس الصلابة النفسية إعداد آمال عبد السميع بأظة (٢٠١١).
- ٧- مقياس الصلابة النفسية إعداد عماد محمد أحمد إبراهيم مخيمر (٢٠١٢).

٨- مقياس الصلابة النفسية إعداد تامر إسماعيل محمود رزيق (٢٠١٤).

٩- مقياس الصلابة النفسية إعداد فوقية حسن رضوان (٢٠١٥).

قامت الباحثة بعرض العبارات على بعض الطلبة المكفوفين فى المرحلة الإعدادية والثانوية لاختيار الألفاظ وتكوين العبارات السهلة والبسيطة والتي يتم استيعابها من قبل الطلبة وكانت الباحثة حريصة على تنقية الألفاظ غير الجارحة لمشاعر الطلبة المكفوفين وخاصة أنهم فى مرحلة المراهقة.

### مكونات المقياس:

ينكون المقياس من (٤٩) عبارة تدرج تحت خمسة أبعاد وضعت بهدف قياس الصلابة النفسية لدى عينة من الطلاب المكفوفين موضع اهتمام الدراسة. وقد تضمن المقياس خمسة أبعاد هي:

#### ١- الالتزام ويعرف إجرائياً بأنه:

اتجاه الفرد نحو التمسك بقيمه ومبادئه فى الحياة واعتقاده بقيمة العمل الذى يؤديه، وتحمله المسؤولية تجاه نفسه وأصدقائه وأقاربه والمجتمع.

#### ٢- التحكم ويعرف إجرائياً بأنه:

قدرة الفرد على فهم ذاته واتخاذ القرار واعتقاد الفرد بإمكانية تحكمه فى المواقف الضاغطة التى يتعرض لها والتخطيط الجيد لمستقبله.

#### ٣- التحدى ويعرف إجرائياً بأنه:

قدرة الفرد على تحدى الصعوبات والظروف التى تقف عائقاً أمام تحقيق أهدافه، وأن يكون لديه روح المنافسة والمغامرة لتخطى المواقف الضاغطة التى يتعرض لها بفاعلية وإحراز نواتج حياتية إيجابية بالرغم من مثل هذا التعرض.

#### ٤- المرونة وتعرف إجرائيا بأنها:

قدرة تمكن الفرد من رؤية الأمور من زوايا مختلفة وتمكنه من التوافق الإيجابي مع المواقف التي يتعرض لها في حياته، والعمل على تطوير ذاته بتخليه عن الأفكار المجردة الخاطئة، والتعبير عن مشاعره والتواصل الجيد مع الآخرين.

#### ٥- الصبر ويعرف إجرائيا بأنه:

قدرة الفرد على تحمل الابتلاء وتقبله بنفس مطمئنة، وراضية بقضاء الله وقدره، وقدرته على التروى فى جمع ثمار نتائج كفاحه.

وقد قامت الباحثة بصياغة العبارات التي تمثل كل بعد من أبعاد المقياس بألفاظ سهلة وبسيطة وليست غامضة كما حرصت الباحثة على اختيار الكلمات الملائمة غير الجارحة لمشاعر الطلاب المكفوفين (عينة الدراسة) التي تشعرهم بتعمد ذكر الإعاقة البصرية لديهم.

وتوزعت هذه العبارات على خمسة أبعاد وفق الجدول التالي:

#### جدول (٢)

توزيع العبارات على أبعاد مقياس الصلابة النفسية

م	البعد	أرقام العبارات	عدد العبارات
١	لالتزام	١، ٦، ١٠، ١٥، ٢٠، ٢٥، ٣٠، ٣٥، ٤٠، ٤٥	١٠
٢	التحكم	٢، ١١، ١٦، ٢١، ٢٦، ٣١، ٣٦، ٤١، ٤٦	٩
٣	التحدى	٣، ٧، ١٢، ١٧، ٢٢، ٢٧، ٣٢، ٣٧، ٤٢، ٤٧	١٠

م	البعد	أرقام العبارات	عدد العبارات
٤	المرونة	٤٨، ٤٣، ٣٨، ٣٣، ٢٨، ٢٣، ١٨، ١٣، ٨، ٤	١٠
٥	الصبر	٤٩، ٤٤، ٣٩، ٣٤، ٢٩، ٢٤، ١٩، ١٤، ٩، ٥	١٠
			٤٩

### طريقة تصحيح المقياس

تكون مقياس الصلابة النفسية من (٤٩) عبارة، وقد تم تكليف المفحوص بعد سماع العبارة أن يختار إجابة واحدة من البدائل الثلاثة (نعم - أحياناً - لا) بحيث تكون درجات العبارات الإيجابية:- نعم (ثلاث درجات) وأحياناً (درجتين) ولا (درجة واحدة) والعكس بالنسبة للعبارات السلبية وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس من (٤٩ - ١٤٧) درجة، والدرجة المرتفعة تشير إلى مستوى مرتفع من الصلابة النفسية، والدرجة المنخفضة تشير إلى مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

### صدق وثبات المقياس:

#### أولاً: الصدق:

#### أ) صدق المحكمين

قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولى، والتي تحتوى على (٥٠) عبارة لـ (٥) أبعاد لكل بعد (١٠) عبارات على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية والتربية الخاصة بلغ عددهم (١١)، لتحديد مدى وضوح العبارات ومدى صحة الصياغة اللغوية للعبارات ومناسبة الفقرات للبعد الذي تنتمي إليه

فى ضوء تعريف البعد الإجرائى، وقد قام المحكمين بالاطلاع على المقياس وإبداء جملة من التعليقات والملاحظات عليه. وقامت الباحثة بتعديل صياغة العبارات وحذف العبارة رقم (٧) لعدم اتفاق المحكمين عليها.

### (ب) صدق المهك

قامت الباحثة بتطبيق المقياس الحالى ومقياس الصلابة النفسية إعداد (بأظفة، ٢٠١١) على عينة قدرها (٣٠) طالبًا من الطلاب المكفوفين بالمرحلة الإعدادية والمرحلة الثانوية، وحساب معامل الارتباط بينهما، وقد تبين من النتائج تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الصدق التلازمى، حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون بين درجات المقياسين (٠,٨٩٩) وهى قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهذا يدل على صلاحية وموثوقية المقياس كأداة يعتمد عليها لقياس الصلابة.

### ثانياً: الثبات

#### (أ) معامل ثبات ألفا:

قامت الباحثة بحساب معامل الثبات للمقياس وذلك باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، والجدول التالى يوضح هذه المعاملات.

جدول (٣) معاملات الثبات لأبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس  $n = 30$

م	البعد	معامل ثبات ألفا كرونباخ
١	الالتزام	٠,٧٩٢
٢	التحكم	٠,٦٥٠
٣	التحدى	٠,٧٣١
٤	المرونة	٠,٧٢٩
٥	الصبر	٠,٦٧١
٦	الدرجة الكلية	٠,٨٥٩

يتضح من نتائج جدول (٣) أن قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس مرتفعة حيث تراوحت بين (٠,٦٥٠ - ٠,٨٥٩) وهي قيمة مقبولة إحصائياً، مما يعطى مؤشراً على ثبات المقياس والنتائج التي يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

### (ب) ثبات إعادة الاختبار

قامت الباحثة بعد تطبيق المقياس على عينة التقنين إعادة تطبيقه مرة أخرى بعد فترة زمنية تتعدى الـ (١٥) يوماً، ورصدت الباحثة درجات المفوضين وحساب معامل الارتباط بين درجات كل بعد في التطبيق الأول والثاني وبين الدرجة الكلية للتطبيق الأول والثاني، ويوضح الجدول التالي ثبات إعادة الاختبار.

### جدول (٤)

ثبات إعادة الاختبار ن = ٣٠

م	البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	الالتزام	٠,٨٦٨	٠,٠١
٢	التحكم	٠,٧٠٨	٠,٠١
٣	التحدى	٠,٨٨٣	٠,٠١
٤	المرونة	٠,٨٩٢	٠,٠١
٥	الصبر	٠,٨٣١	٠,٠١
٦	الدرجة الكلية	٠,٩٢١	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن كل القيم دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠,٠١) وهذا يعنى ثبات المقياس.

### ثالثًا: الاتساق الداخلى:

استكمالاً لإجراءات الصدق والثبات تم التحقق من الاتساق الداخلى للمقياس بعد تطبيقه على عينة التقنين، قامت الباحثة باستخدام معاملات ارتباط بيرسون لحساب الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية، وكذلك بين كل عبارة والبعد الذى تنتمى إليه، وذلك كما هو موضح فى الجدولين التاليين:

#### جدول (٥)

حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ن = ٣٠

م	البعد	معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس	مستوى الدلالة
١	الالتزام	٠,٧٨٣	٠,٠١
٢	التحكم	٠,٦٣٣	٠,٠١
٣	التحدى	٠,٧٤٨	٠,٠١
٤	المرونة	٠,٨٥١	٠,٠١
٥	الصبر	٠,٦٤٤	٠,٠١

توضح بيانات الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس قد جاءت جميعها دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠,٠١) ويؤكد ذلك على تجانس عبارات المقياس وإمكانية تطبيقه.

جدول (٦) حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس ن = ٣٠

الالتزام		التحكم		التحدى		المرونة		الصبر	
رقم العبارة	ارتباطها بالبعد	رقم العبارة	ارتباطها بالبعد	رقم العبارة	ارتباطها بالبعد	رقم العبارة	ارتباطها بالبعد	رقم العبارة	ارتباطها بالبعد
١	*٠,٤٢٠	٢	**٠,٥٩٣	٣	**٠,٥١٣	٤	*٠,٤٤٠	٥	**٠,٥٦٧
٦	**٠,٥٥٧	١١	*٠,٤٥٤	٧	**٠,٦٦٢	٨	**٠,٥٣٧	٩	**٠,٥٠٣
١٠	**٠,٦٢٩	١٦	**٠,٤٧١	١٢	*٠,٤٥٤	١٣	*٠,٤٣٤	١٤	**٠,٥٧١
١٥	*٠,٤٢٧	٢١	**٠,٦٤٨	١٧	**٠,٦١١	١٨	*٠,٤٢٠	١٩	**٠,٥١٨
٢٠	**٠,٤٩٥	٢٦	**٠,٥٥٧	٢٢	**٠,٥٠٤	٢٣	**٠,٥٠٢	٢٤	**٠,٦٨٣
٢٥	*٠,٤٠٨	٣١	**٠,٥٨٨	٢٧	*٠,٤٢٣	٢٨	**٠,٦٨٤	٢٩	**٠,٤٨٥
٣٠	*٠,٤٤٠	٣٦	**٠,٦٤٥	٣٢	**٠,٥٠٧	٣٣	**٠,٦١٣	٣٤	*٠,٤٢٧
٣٥	**٠,٦١٩	٤١	**٠,٤١٧	٣٧	**٠,٦٤٩	٣٨	**٠,٥٢٨	٣٩	*٠,٤٠٧
٤٠	**٠,٥٠٥	٤٦	*٠,٤٢٠	٤٢	*٠,٤٠٦	٤٣	**٠,٤٧١	٤٤	*٠,٤٥٤
٤٥	**٠,٥٠٨			٤٧	**٠,٥٤٤	٤٨	*٠,٤٠٨	٤٩	*٠,٤٣٠

\*\* دالة إحصائيًا عن مستوى الدلالة (٠,٠١) \*دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥)



يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند المستوى (٠,٠١) و(٠,٠٥) وهذا يدل على الاتساق الداخلى بين العبارات والبعد الذى تنتمى إليه، ومن ثم صحة المقياس.

### عرض نتائج البحث:

## الفرض الأول: توجد علاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالمولد

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون لفحص العلاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالمولد.

### جدول (٧)

دلالة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى

المكفوفين بالمولد ن = ٤٩

السعادة النفسية	الصلابة النفسية	
	١	الصلابة النفسية
١	**،٧٠٠	السعادة النفسية

\*\* دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)

\* دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى المكفوفين بالمولد.

## الفرض الثانى: توجد علاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالإصابة

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون لفحص العلاقة بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالإصابة.

### جدول (٨)

دلالة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالمولد ن = ٢٩

السعادة النفسية	الصلابة النفسية	
	١	الصلابة النفسية
١	٤١١،*	السعادة النفسية

\*\* دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)

\* دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق

توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين الصلابة النفسية والسعادة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالإصابة.

## الفرض الثالث: يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالمولد

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل الانحدار المتعدد بين الدرجة الكلية لكل من مقياس الصلابة النفسية ومقياس السعادة النفسية للطلاب المكفوفين بالمولد.

## جدول (٩)

تحليل تباين انحدار الدرجة الكلية للسعادة النفسية والدرجة الكلية للصلاية النفسية

للطلاب المكفوفين بالمولد ن = ٤٩

المتغير المستقل	المعاملات (غير الموحدة)	الخطأ المعيارى	قيمة ت	الدلالة	قيمة R2
الثابت	-٩,٩١٢	١٨,٢٦٠	-٠,٥٤٣	٠,٥٩٠	
الدرجة الكلية للصلاية النفسية	٠,٨٠٨	٠,١٥٣	٥٠,٢٩٠	٠,٠٠٠	٠,٦٢٣

ينضح من الجدول (٣) أنه "يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلاية النفسية

لدى الطلاب المكفوفين بالمولد" وبالتالي يمكن صياغة المعادلة

**الفرض الرابع: يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلاية**

**النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالإصابة**

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل الانحدار المتعدد بين الدرجة الكلية

لكل من مقياس الصلاية النفسية ومقياس السعادة النفسية للطلاب المكفوفين بالمولد.

## جدول (٤)

تحليل تباين انحدار الدرجة الكلية للسعادة النفسية والدرجة الكلية للصلابة النفسية  
للطلاب المكفوفين بالإصابة ن = ٢٩

المتغير المستقل	المعاملات (غير الموحدة)	الخطأ المعياري	قيمة ت	الدلالة	قيمة R2
الثابت	٣٠,١٨٦	٢٦,٤٦١	١,١٤١	٠,٢٦٤	٠,٤١٨
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	٠,١٧٦	٠,١٩٩	٠,٣٨٧	٠,٣٨٧	

ويتضح من الجدول السابق "أنه لا يمكن التنبؤ بالسعادة النفسية من خلال الصلابة النفسية لدى الطلاب المكفوفين بالإصابة" وبالتالي لا يمكن صياغة معادلة.

## توصيات الباحثة

بعد استعراض الإطار النظري والدراسات السابقة والمعالجة الإحصائية لمتغيرات ونتائج فروض الدراسة فقد وصلت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات المتعلقة بموضوع هذه الدراسة وهي:

- ١- ترسيخ مفهوم الصلابة النفسية وأبعادها في نفوس الطلاب المكفوفين من خلال برامج وندوات نفسية ومتابعة ذلك.
- ٢- الاهتمام بورش عمل تثقيفية لدعم الطلاب المكفوفين لمعرفة قيمة الحياة، وأن المستقبل يستحق الكفاح وتوعيتهم بأهمية الطموح ووضع هدف وبت روح التفاؤل وحب الحياة للوصول الى مستقبل وحياة أفضل.

- ٣- الاهتمام بالأنشطة المتنوعة التى يحتاجها الطلاب المكفوفون داخل وخارج المدرسة لشغل وقت فراغهم ودمجهم اجتماعيا وتحسين علاقاتهم بمن حولهم.
- ٤- توعية الأسرة بأهمية دورها الفعال تجاه الطالب الكفيف وخاصة فى فترة المراهقة التى تحتاج إلى دعم مستمر منهم وأن يشعروه بجو من الحب والثقة.

## المراجع

- أبوهاشم، السيد (٢٠١٠). النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية جامعة بنها.
- آدمو، هالة كمال أدم (٢٠١٨). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى المعاقين بصرياً باتحاد المكفوفين بولاية الخرطوم. رسالة ماجستير، كلية الآداب.
- باظة، أمال عبد السميع (٢٠١١). مقياس الصلابة الشخصية، القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- البيرقدار، تنهيد عادل فاضل (٢٠١١): الضغط النفسى وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية، جامعة الموصل، المجلد ١١، العدد الأول.
- جبر، جبر محمد (٢٠٠٥). مدى فعالية ثلاثة أساليب للتوجيه والإرشاد النفسى لتنمية مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى المكفوفين. مؤتمر الإرشاد الاجتماعى والنفسى ودوره فى العملية التعليمية. الجزء الثانى، فى الفترة من ٢٦ - ٢٨ جمادى الآخر، سوريا، المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية.

- جودة، أمال عبد القادر (٢٠٠٧). الذكاء الانفعالى وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد ٢١، العدد ٣.
- جريش، إيمان عطية حسين منصور (٢٠١٢). فاعلية كل من الإرشاد المعرفى السلوكى والإرشاد بالمعنى فى خفض حدة اليأس وتنمية الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراه. كلية التربية بالإسماعيلية، جامعة قناة السويس.
- الحديدى، منى صبحى (١٩٩٨). مقدمة فى الإعاقة البصرية، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر.
- الداهرى، صالح (٢٠٠٨). علم النفس، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع.
- دخان، نبيل. الحجار، بشير (٢٠٠٦): الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية (مجلة بحوث إنسانية) مجلد ١٤ عدد ٢ يونيو ٢٠٠٦.
- الدقوشى، حليلة سعد فرج محمد (٢٠١٣). دور الدمج الأكاديمى فى تحسين بعض مؤشرات الصحة النفسية لدى المعاقين بصرياً فى ليبيا، كلية الآداب علم النفس، جامعة عمر المختار، ليبيا.
- رزيق، تامر إسماعيل محمود (٢٠١٤). فاعلية إستراتيجيات التمكين فى تنمية الصلابة النفسية والافتدار المهنى لدى عينة من طلبة كلية الشرطة، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.

- الزواهره، محمد خلف (٢٠١٥). العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٣(١٠).
- شقير، زينب (٢٠٠٩). نداء من الابن المعاق، جامعة أسيوط، المكتبة الثقافية المركزية.
- الشهاوى، محمود ربيع إسماعيل (٢٠١٤). الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالسعادة لدى المراهقين المكفوفين، مجلة القراءة والمعرفة مصر.
- الشميرى، خالد عبد الرحمن (٢٠١٠). الضغط النفسى وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية، المجلد ١١، العدد ١، جامعة الموصل.
- عثمان، أحمد عبد الرحمن (٢٠٠١). المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد ٣٧.
- عثمان، عبد الفتاح (١٩٨١). الرعاية الاجتماعية والنفسية للمعوقين، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.



- عبد الرازق، شيماء عبد الحكم روى (٢٠١٥). فعالية العلاج بالمعنى فى تنمية الصلابة النفسية لدى ذوى الإعاقة البصرية. رسالة دكتوراه. كلية التربية - جامعة الفيوم.
- عودة، محمد (٢٠١٠). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية.
- القريطى، عبد المطلب أمين (٢٠٠٥). سيكولوجية ذوى الاحتياجات الخاصة وتربيتهم، القاهرة، دار الفكر العربى.
- مخيمر، عماد محمد (٢٠١٢). استبيان الصلابة النفسية، القاهرة، مكتبة الأنجلو.
- مخيمر، عماد محمد (٢٠٠٢). مقياس الصلابة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محبوب، حنان محمد أمين عبد الرازق (٢٠١٢). فعالية العلاج بالمعنى فى تنمية الصلابة النفسية والإحساس بجودة الحياة لدى عينة من المراهقات الكفيفات بمدينة مكة المكرمة. رسالة دكتوراه. جامعة أم القرى.
- الهلول، إسماعيل (٢٠٠٧): الآثار النفسية والاجتماعية والقيمية الناتجة عن تأخير صرف رواتب معلمى الحكومة مقارنة بمعلمى الوكالة، مجلة الجامعة الإسلامية.
- ياسين، حمدى محمد ومحمد، نورهان طارق (٢٠١٧). الرحمة بالذات والس-عادة محددات الذكاء الروحى لدى التلاميذ المكفوفين.

- Aro H Huure (2000): The Psychosocial well-bing of finish Adolescents with visual Impairments versus those with chronic conditions and those with No Disabilities. Journal of visual Impairment of Blindness.
- Cole, M.S. field, H.S. Harris, S.G.(2004). Student learning motivation and psychological hardiness : Interactive effects on students reactions to amanagement class. Academy of management learning and Education.
- Funk,S.C. (1992). Hardiness: A Review of theory and Research, Health psychology 1 (11).
- Gonzalez ,M, Casas, F &Coneders , G (2006) . Complexity Approach To Psychological Well- Being In Adolescence : Major Strengths and Methodological Issues , Social Indicators , 80.
- Kobaza, S. C, Maddi, S.R, &, Kohn, S(1982): “Hardiness and health: aprospective study”, Journal of Personality and Social Psychology.

- Kobaza,S.C.,Puccetti,M.(1983): personality and social resources in stress resistance, Journal of personality and social psychology vol.45.
- kobasa. S.C (1979). “stressful the Events Personality and health : An Inquiry in Hardiness “ journal of personality and social Psychology.
- Maddi,S.R., Harvey,R.H., Khobasha,D.H., Fazel,M.& Resurreccion,N. (2009). The personality construct of hardiness, IV: Expressed inpositive cognitions and emotions concerning oneself and develop mentaly relevant activites, Journal of Humanistic psychology, 49.
- maddi, S.R. (2004). Hardiness An Operationalization of Existential Courage, Journal of Humanistiepsy Chology.
- Neda,Nabi mahani (2015) :” Relationship between psychological hardiness, their resiliency and hope to psychological well-being of nursing students of kormam -Razi university in the academic year 2014-2015.

- 
- Ruff, c& Singer (2008). Know thyself and Become what you Are : A Eudemonic Approach To Psychological Well-Being, Journal of Happiness Studies,9.
- Salvia,J. &Ysseldyke,J. (2004). Assessment in special and inclusive Education, New york, Houghton Mifflin company.
- Vickie & clinton (2009): “Relationship among hardiness, social support, severity of illness and psychological well-being in women with rheumatoid arthritis.