الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم النفس

الرقم التسلسلي:...../2019.

الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج

دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي (الثالثة ليسانس والثانية ماستر) بجامعة المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

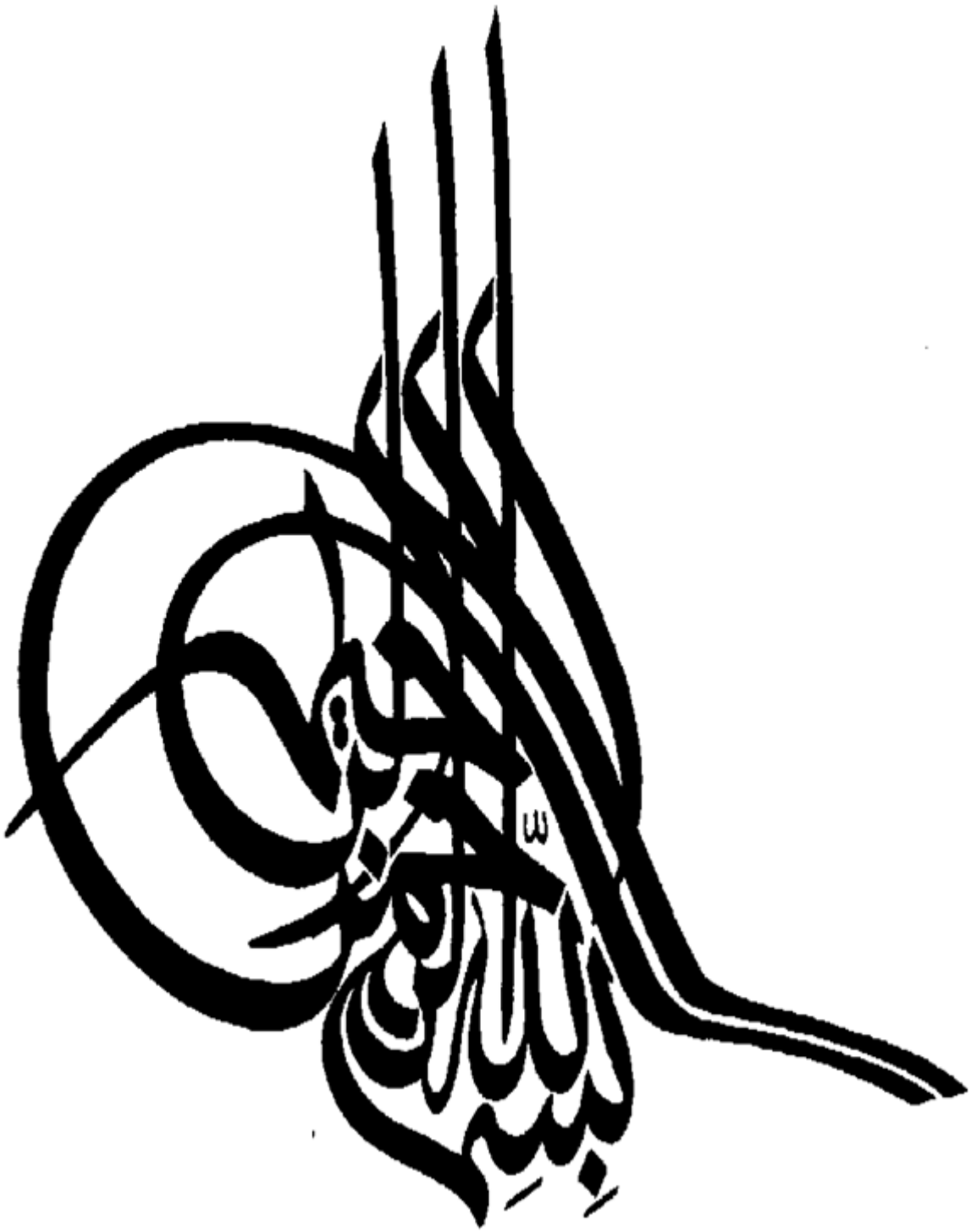
إعداد الطالبة:

– شريف زهرة

تحت إشراف:

أ/د–بوضياف نوال

السنة الدراسية:2019/2018


بسم الله الرحمن الرحيم

** شكر وتقدير **

نحمد الله تعالى ونشكره على منحنا إيانا الصبر وسعة البال،

حتى تمكنا من إنجاز هذا العمل

ونتقدم بعميق شكري وخالص تقديري إلى من كانت سندا

لي في إعداد هذا البحث

الأستاذة المشرفة " بوضياف نوال"

كما أتقدم بالشكر والعرفان إلى كل من ساهم بنصائحه لي في إتمام هذا البحث.

كما لا يفوتني الشكر الى

كافة جميع الأساتذة في جامعة محمد بوضياف عامة

وخاصة قسم علم النفس العيادي.

الله ولي التوفيق

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى طلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر)، والكشف عن الفروق في الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر)، وكذا الكشف عن الفروق في الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج تخصص علم النفس العيادي (ليسانس ماستر)، تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الصمود النفسي من إعداد الباحث: باسل محمد عبد الله عاشور 2017م، ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الباحث نورس شاكر هادى 2008، طبقت على عينة مكونة من (50) طالب وطالبة وأشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

1. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات المرونة ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس/ ماستر) بجامعة المسلية.
2. لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات حل المشكلات ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس/ ماستر) جامعة المسيلة.
3. لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الكفاءة الشخصية ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس/ ماستر) بجامعة المسيلة.
4. توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الصمود النفسي ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس/ ماستر) بجامعة المسيلة.
5. توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس/ ماستر) تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بجامعة المسيلة.
6. لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس/ ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي.
7. لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات دراجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير الجنس.
8. لاتوجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي- التوجه نحو الحياة – طلبة علم النفس.

Summary

The present study aimed at finding out the relationship between psychological resilience and life orientation and the students who graduated from the Department of Psychology, specialized in clinical psychology (License -master), and the detection of differences in psychological resilience and orientation towards life and the students of graduation graduation Department of Science Self-specialization of clinical psychology (License -master) depending on the gender variable and the level of study and to achieve the objectives of the study and then the application of the measure of psychological resilience and prepared by the researcher Basil Mohammed Abdullah Ashour 2017, and the measure of direction towards life by researcher Nawras Shaker Hadi 2008 applied to A sample of 50 students indicated the results of the study To:

1 - There is a significant correlation between the mean elasticity and the average degree of orientation towards life of students who graduated from the Department of Psychology specialization of clinical psychology (License - Master) at the University of M'sila.

2- There is no statistically significant correlation between the average degree of problem solving and the average degree of orientation toward life among the students who graduated from the Department of Psychology, specialization of clinical psychology (License - Master) at the University of M'sila.

3- There is no statistically significant relationship between the average of personal efficiency and the average degree of orientation toward life among the students who graduated. The Department of Psychology specialization of clinical psychology (License - Master)at university of M'sila.

4-There is a statistically significant correlation between the average of the degree of psychological stability and the average degree of orientation toward life among the student who graduated from the department of psychology, specialized in clinical psychology (license- Master) at the University of M'sila.

5- There are statistically significant differences between the averages of the degree of psychological stability and the student of the graduate students Department of psychology specialization clinical psychology (License – Master) depending on the gender variable for the benefit of males at the University of M'sila.

There are no statistically significant differences between the psychometric scores of the student who graduated from the Department of psychology specialization of clinical psychology (License- Master) depending on the variable of the study.

6- There are no statistically significant differences between the average degree of orientation towards life among students who graduated from the Department of psychology specialization of clinical psychology (License – Master) depending on the gender variable.

7- There are statistically significant differences between the average degree of orientation towards life of student who graduated from the Department of psychology specialization of clinical psychology (License- Master) depending on the variable of the study.

8- There are statistically significant differences between the average scores of the degree of psychological resilience of students who graduated from the Department of psychology specialization clinical psychology (License – Master) .

Key words: Psychological resilience – Life orientation – Psychology students.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

شكر وتقدير	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول والأشكال	
ملخص الدراسة بالعربية	
ملخص الدراسة بالأجنبية	
مقدمة	أ– ب
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
1. اشكالية الدراسة وتساؤلاتها	4
2. فرضيات الدراسة	7
3. أهمية الدراسة	8
4. أهداف الدراسة	8
5. تحديد المفاهيم الاجرائية للدراسة	8
6. الدراسات السابقة.	9
خلاصة	17
الفصل الثاني : الصمود النفسي	
تمهيد:	19
1. التسلسل التاريخي للصمود النفسي.	20
2. مفهوم الصمود النفسي.	22
3. بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي	26
4. مبادئ الصمود النفسي.	26
5. سمات الصمود النفسي.	26
6. أنماط الصمود النفسي.	27
7. أبعاد الصمود النفسي.	28
8. متطلبات الصمود النفسي	29
9. مكونات الصمود النفسي	29
10. دورة الصمود النفسي	31
11. ثمرات الصمود النفسي	32

12. بعض النظريات المفسرة للصمود النفسي	33
13. خلاصة	40
الفصل الثالث: التوجه نحو الحياة	
تمهيد:	42
1.مفهوم التوجه نحو الحياة.	42
2.بعض المفاهيم المتعلقة بالتوجه نحو الحياة	43
3.مظاهر التوجه نحو الحياة.	44
4.التوجه نحو الحياة من منظور اسلامي	45
5.مصادر التوجه نحو الحياة.	46
6.العوامل المؤثرة في التوجه نحو الحياة.	47
7.أبعاد التوجه نحو الحياة.	49
8.بعض النظريات المفسرة للتوجه نحو الحياة.	50
خلاصة	56
الفصل الرابع: اجراءات الدراسة الميدانية	
تمهيد:	58
1. الدراسة الاستطلاعية.	58
2. منهج الدراسة .	59
3. مجتمع الدراسة .	59
4. عينة الدراسة.	59
5– عينة الدراسة الأساسية.	60
6. أدوات الدراسة ومحدداتها السيكومترية.	61
7. الاساليب الاحصائية.	62
خلاصة.	63
الفصل الخامس: مناقشة وتحليل نتائج الدراسة	
تمهيد	65
عرض وتحليل نتائج الدراسة	65
مناقشة نتائج الدراسة	73
خاتمة	80

اقتراحات	81
قائمة المصادر والمراجع	83
الملاحق	

فهرس الجداول

الصفحة	مضمــــــــــــــــــــــــــــــونه	الجدول
60	يوضح خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس	1
61	يوضح خصائص عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي.	2
65	يوضح قيمة معامل الارتباط بين الكفاءة الشخصية والتوجه نحو الحياة.	3
66	يوضح قيمة معامل الارتباط بين حل المشكلات والتوجه نحو الحياة.	4
67	يوضح قيمة معامل الارتباط بين المرونة والتوجه نحو الحياة.	5
67	يوضح مصفوفة معامل الارتباط بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة.	6
68	يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الجنسين في أبعاد الصمود النفسي والدرجة الكلية.	7
70	يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات طلبة علم النفس العيادي (ثالثة ليسانس/ ثانية ماستر) في أبعاد الصمود النفسي والدرجة الكلية.	8
72	يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الجنسين في الدرجة الكلية للتوجه نحو الحياة.	9
72	يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات المستويين (ليسانس/ماستر) في الدرجة الكلية للتوجه نحو الحياة.	10

فهرس الأشكال

الشكل	مضمـــــــــــــــــــــــــــــــونه	الصفحة
1	متطلبات الصمود	29
2	يوضح دورة الصمود النفسي حسب (Pearsall2003)	31
3	يوضح مستوى الصمود، محمد عصام الطلاع.	32
4	يوضح نموذج رتيشاردسون للصمود النفسي	36
5	يوضح أهم المفاهيم حسب النسق الفكري لسيلجمان	53
6	يمثل خصائص عينة الدراسة حسب الجنس.	60

مقدمة

مقدمة:

تعد الجامعة مؤسسة علمية تربوية ذات مستوى رفيع تتركز مهامها الرئيسية في إعداد الملكات المؤهلة لتبوء مراكز قيادية مختلفة في المجتمع وإعداد البحوث الأساسية والتطبيقية التي تطلبها عملية التقدم العلمي، والتكنولوجي في المجتمع الموجود فيه وخدمته من خلال أنشطة علمية متعددة ومختلفة لتكون على اتصال مستمر به ويستحسن من خلال قيادتها للنهضة العلمية وتوسيع أنفاق المعرفة ونشرها والتصدي للمشكلات التي تواجه المجتمع ووضع الحلول الناجحة لها فدورها لا يقتصر على مواجهة التحديات الأنية بل يمتد إلى الاشراق والتنبؤ بتلك التحديات المستقبلية ووضع الخطوات والاجراءات اللازمة لتصدي لها وترى (ايمان صادق، 2010، ص244) أن المرحلة الجامعية متميزة في حياة الشباب فعليها تتضح الأفكار وتنفتح الذهنية للمستقبل فهي بيدها أدوات التطور والرقي لذلك فإن الاهتمام بمشكلاتهم يعد من الضروريات لإزالة معوقات التنمية والتقدم الحضاري فهي من أكثر المراحل تعرضا للضغوط النفسية والصراعات مما يؤثر في بناء شخصياتهم وحفظ توازنها، من خلال هذا فالصمود النفسي الذي يبرز لدى الطالب من خلاله هدفه وتوجهه نحو الحياة وعلى ضوء هذا فالصمود النفسي يمثل جوهر علم النفس الايجابي وأساليب مواجهة الضغوط فهو يعتبر من أهم الوسائل التي تيسر الإنسان للتكيف مع الظروف المحيطة والمواقف الضاغطة فهو يساهم لحد كبير في تحقيق أهداف الأفراد والسعي من أجل تطوير ذواتهم.

كما يعد التوجه نحو الحياة أيضا من أهم متغيرات علم النفس الايجابي فهو وسيلة يتعرف فيها الإنسان على حياته وأنه شخص ذو قيمة وقيمة وهو المجال الذي يعبر فيه عن قدراته ومواهبه وللتوجه نحو الحياة دور بعيدا لمدى في حياة الفرد النفسية وفي سلوكياته وعلاقته وفيما يقوم به من خطط في المستقبل القريب والبعيد.

لقد تعددت الدراسات التي اهتمت بمتغيري الدراسة والمتمثلة في الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة غير أن الدراسات التي حاولت الربط بينهما قليلة على حد علم الطالبة الباحثة فقد واجهت صعوبات عديدة لإنجاز هذه الدراسة والوصول إلى أهدافها منها قلة المراجع والدراسات التي اهتمت بهذا الموضوع خاصة فيما تعلق بالتوجه نحو الحياة لدى عينة الدراسة ففي الدراسة الحالية حاولنا التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة وقد قسمت هذه الدراسة إلى جانبين: الجانب النظري ويتضمن ثلاثة فصول وهي:

- الفصل الأول: خصص هذا الفصل لتحديد مشكلة الدراسة بعرض الاشكالية التي دعمت بنتائج الدراسات السابقة ثم صياغة فرضيات الدراسة، ثم تحديد الأهداف المتوخاة من هذه الدراسة وأهميتها وكذلك تحديد مفاهيم الدراسة اجرائيا وختم هذا الفصل بتحديد الدراسات السابقة التي تناولت الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة انتهاء تعقيب على دراسات سابقة.

– الفصل الثاني: وقد خصص للصمود النفسي وقد تم التطرق فيه إلى التطور التاريخي الصمود النفسي ومفهوم الصمود النفسي بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي مبادئ الصمود النفسي، وسمات، وأنماط، وأبعاد الصمود النفسي ومتطلبات وثمرات وبعض النظريات المفسر للصمود النفسي انتهاءا بخلاصة الفصل.

– الفصل الثالث: وقد خصص للتوجه نحو الحياة وقد تم التطرق فيه إلى مفهوم التوجه نحو الحياة وبعض النظريات المفسرة للتوجه نحو الحياة ومظاهر التوجه نحو الحياة، العوامل المؤثرة في التوجه نحو الحياة، مصادر التوجه نحو الحياة، أبعاد التوجه نحو الحياة عوامل تساعد في زيادة التوجه نحو الحياة وانتهاءا بخلاصة الفصل.

الجانب التطبيقي: حيث تم تقسيمه إلى فصلين.

الفصل الرابع: خصص لإجراءات الدراسة الميدانية حيث تم التطرق فيه إلى الدراسة الاستطلاعية، والمنهج، وحدود الدراسة، ومجتمع الدراسة، عينة الدراسة، وأدواتها، وخصائصها السيكومترية، وصف الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الخامس: خصص لعرض، وتحليل ومناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، وانتهاءا باستنتاج عام والتوصيات، والاقتراحات، وتحديد قائمة المصادر، والمراجع والملاحق.

.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1. اشكالية الدراسة وتساؤلاتها
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. تحديد المفاهيم الاجرائية للدراسة
6. الدراسات السابقة.

خلاصة

11-الإشكالية:

تعتبر الجامعة مؤسسة من مؤسسات النسق الاجتماعي والتي تسعى الى تكوين الفرد وتطوير قدراته واستعداداته ليتولى في المستقبل أحد المناصب الهامة فهي تهيئ الفرد لمستقبله ومن ثم بناء مجتمع مثقف وحضاري، ويعد هذا من أهم وظائف التعليم الجامعي، والتي يتمثل بعضها في تنمية قدرات الطلاب واتاحة فرص العمل لهم حيث تمثل المرحلة الجامعية نقطة تحول مهمة في حياة الطلبة فهي تساهم في بناء شخصيتهم في مختلف الجوانب وهنا لا تعى البيئة المحيطة للتنشئة الاجتماعية التي تؤثر على الطلبة في الحياة التي يعيشونها تتميز بنوع من التداخل لتصبح أكثر مشقة وصعوبة حيث برزت في الآونة الأخيرة عدة مفاهيم عدة مفاهيم حديثة في مجل علم النفس الايجابي الذي يدرس مواضيع متعددة وفي هذا المجال تؤكد لنا(حفصة جرادى، 2016، ص16) أن علم النفس الايجابي يدرس عدة مواضيع منها الصلابة النفسية جودت الحياة، الطموح، المساندة الاجتماعية....

وترى(صفاء الأعسر،2005، ص5) أن مواضيع علم النفس الايجابي ترتكز على اثراء القوى الإنسانية فالإنسان يحمل بداخله القوة والضعف وبهما تتحد حياته

ويتفق هذا مع رأي (مصطفى خليل محمود، 2013،ص8) أن من القوى الإنسانية الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة اللذان يعدان من المفاهيم الايجابية فالصمود النفسي للفرد يساعد على تخطيها، وتجاوزها لكي يصل الى أهدافه فالفرد الصامد يظهر توافق ايجابي عن المحن ويمكن الفرد من استعادة توازنه ويمنحه القدرة على الخروج من الصعاب ويدير هذه المحن بكفاءة فهو من هذا المنطلق ينظر للحياة نظرة تفاؤلية، فالصمود النفسي هو قدرة الفرد على جل المشكلات بكل فاعلية ومرونة فالفرد المرن يكون متكيفا مع هذه المشكلات ومع أحداث الحياة ويكون واثقا بأن له القدرة على الصمود، فالثقة هي مصدر القوة لدى الفرد وتبرز من خلال صموده بين التعرض لمواقف صادمة فهو يسهل على الفرد الانتقال إلى مرحلة جديدة من التعايش الايجابي مع ظروف الحياة، ومصاعبها بكل دافعية، وثقة، وحب، وأمل وتفاؤل فهو ينظر للحياة نظرة تفاؤلية، وفي هذا المجال يشير(بشير معمرية،2012، ص86) ان اصدق ما تُعبر به عن إدراكنا لمعنى الحياة وامتلاكنا له هو ان يكون لنا في الحياة هدف وان تؤدي فيها رسالة وفي نفس السياق يرى(شارلون بوهر 1962 نقلا عن بشير معمرية2012،ص88) أن الإنسان يعيش بالغرضية(Intentionality) ومعنى الغرضية هي أن يعطى للإنسان معنى وان يتبع فيها قيما، واكثر من هذا كله ان الكائن الحي يوجد في تكوينه اتجاه فطري نحو الإبداع ونحو القيم وهذا ما يتوافق مع مفهوم التوجه نحو الحياة، فالتوجه نحو الحياة مفهوم متداخل ومركب من تفاؤل، أمل، سعادة، جودة الحياة، الرضا عن الحياة، إلا انه اشمل فهو يحوي في مضمونه كل المفاهيم السابقة، ولعل ابرزها التفاؤل، والرضا عن الحياة، لأنهما يشتركان في التوجه الإيجابي ويعتبران من سماته وأيضا من المؤشرات الدالة عليه وهنا يرى (رايفRYFF2006

نقلا عن زهير عبد الحميد 2016، ص289) ان التوجه نحو الحياة يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته ويشكل عام سعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة ذات قيمة، ومعنى بالنسبة له واستقلالية في تحديد جهة حياته، ومسارها واقامة علاقات اجتماعية ايجابية مع الآخرين كما يرتبط التوجه نحو الحياة بكل من الاحساس العام بالسعادة والسكينة، والطمأنينة النفسية

وفي هذا الصدد عقدت عدة مؤتمرات حول علم النفس الايجابي منها المؤتمر الدولي الثالث 2018/12/11 حول علم النفس الايجابي واقع وآفاق تحت شعار"نحو نظرة مستقبلية هادفة" بحيث هدف المؤتمر إلى توجيه الأنظار إلى أهمية علم النفس الايجابي، وذلك بالتعريف به من حيث الأطر النظرية، والمفاهيمية، والتعرف على بعض مواضيع البحث في علم النفس الايجابي، واختتم المؤتمر الدولي في يومه الثاني بعدة توصيات نذكر منها:

السهر على تكوين مختصين مؤهلين في علم النفس الايجابي، توعيه وتحفيز بأهمية التطليق مبادئ علم النفس الايجابي في مختلف الأوساط الاجتماعية والاقتصادية والثقافية، تفعيل دول وسائل الإعلام في نشر ثقافة علم النفس الايجابي وفتح مسار تكويني في الماستر تخصص علم النفس الايجابي

وأيضا مؤتمر الدولي الثاني من 5-6مارس 2019 حول علم النفس السرطاني: تناول حديث للأمراض السرطانية من حيث البحث والتكفل، ومن بين محاوره العوامل الإنقادية في أمراض السرطان منها التساؤل، التشاؤم، الصلابة، الجلد، التوجه نحو الحياة والمستقبل

وكذلك مؤتمر علمي بجامعة بنها 17و18يوليو 2011 حول الصحة النفسية " نحو حياة أفضل للجميع" (العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة) ومن بين محاوره تطبيقات في الصحة النفسية ، الصحة النفسية ومشكلات من الحياة واختتم المؤتمر بعدة توصيات نذكر منها:

إزكاء الوعي لدى الجماهير بأهمية الصحة النفسية كبعد مهم من أبعاد الشخصية، ووضع سياسات تهدف الى حماية وتحسين الصحة النفسية لكافة المجتمع ، دعم النظرة الجديدة لعلم النفس الايجابي، وذلك بالاهتمام بالأمل، والسعادة ....

وفي السياق نفسه نجد عدة دراسات اهتمت بالصمود النفسي منها دراسة (الطلاع 2016) التي هدفت للتعرف على مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ومن بين نتائجها أن طلبة الجامعة الإسلامية لديهم صمود نفسي مرتفع، وأيضا دراسات اهتمت بالتوجه نحو الحياة كدراسة (ريا الدوري وإيمان صادق عبد الكريم 2010) هدفت إلى استقصاء العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات كلية التربية حيث أظهرت النتائج أن مستوى التوجه نحو الحياة لدى الطالبات أعلى من متوسط المجتمع

وبالنظر للصمود النفسي وللتوجه نحو الحياة كأحد متغيرات علم النفس الايجابي الاساسية والمهمة للأفراد وخاصة طلبة الجامعة والتي تعد من المراحل التي تحدد حياة الفرد والتي تحدد شكل حياته وتوجهاته المستقبلية مع ندرت الدراسات في حملة اعتراضية حدود علم الطالبة والتي تناولت حقول أخرى في علم النفس العام والصحة النفسية على غرار علم النفس الايجابي، فإن البحث الحالي يحاول الكشف عن:

التساؤل العام: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس- ماستر؟ بجامعة المسيلة.

وتفرع عنها التساؤلات التالية:

1. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الكفاءة الشخصية ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي ليسانس- ماستر؟ بجامعة المسيلة.
2. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط حل المشكلات ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة تخصص علم النفس العيادي ليسانس- ماستر؟ بجامعة المسيلة.
3. هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المرونة ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي ليسانس- ماستر؟ بجامعة المسيلة.
4. هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير الجنس؟ بجامعة المسيلة.
5. هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي؟ بجامعة المسيلة.
6. هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير الجنس؟ بجامعة المسيلة.
7. هل توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي؟ بجامعة المسيلة.

الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس- ماستر2 بجامعة المسيلة

الفرضيات الجزئية:

1. توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الكفاءة الشخصية ومتوسطة درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس، تخصص علم النفس العيادي لسانس – ماستر" بجامعة المسيلة.
2. توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط حل المشكلات ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي ليسانس – ماستر بجامعة المسيلة.
3. توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المرونة ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي لسانس- ماستر بجامعة المسيلة.
4. لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس- ماستر) تبعا لمتغير الجنس بجامعة المسيلة.
5. لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي بجامعة المسيلة.
6. لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي بجامعة المسيلة.
7. لا توحد فروق داله إحصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي لسانس ماستر تبعا لمتغير الجنس بجامعة المسيلة

أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة الحالية أهميتها من خلال طبيعة الموضوع الذي تناوله من جهة، ومن نوع المشكلة التي تتقصى فيها من جهة أخرى، وبالتالي تكمن أهمية الدراسة في:

- تناولها لمتغير الصمود النفسي الذي لاقا اهتماما كبيرا من قبل الباحثين، لأنه يعتبر جزءا أساسيا في بناء شخصية متوازنة وصامدة.

بالإضافة إلى تناول موضوع التوجه نحو الحياة الذي يعتبر مهم فهو علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة.

– كما تكمن أهمية الدراسة في كونها تهدف إلى استكمال الدراسات السابقة في مجتمعنا ودراسة جانب حساس في حياة الفرد أو الطالب فالطالب تواجهه مشكلات، ويمر بمحن ومصاعب يؤدي حلها الى الصمود، فهوعامل مساعد للطالب لتقرير مصيره وتوجهه نحو الحياة، فكل ما يتعلق بالصمود النفسي والتوجه نحوالحياة هو مهم بالنسبة لطالب.

– إعداد فرد صامد قادر على مواجهة تحديات ومصاعب الحياة، وتقرير مصيره، وتوجهه نحو الحياة بطريقة ايجابية.

– يمكن أن تسهم هذه الدراسة مع دراسات أخرى مشابهة في تطوير برامج أو تدريب الطالب على الصمود ضد المحن والتوجه نحو الحياة بالمعنى الصحيح.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية لتحقيق الآتي:–الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدي الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي، والكشف عن العلاقة بين ابعاد الصمود (النفسي – الكفاءة الشخصية –حل المشكلات – المرونة والتوجه نحو الحياه.)

– الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم نفس عيادي تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي.

– الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم نفس عيادي تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي.

تحديد المفاهيم الاجرائية:

– **الصمود النفسي**: هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال استجابته على مقياس الصمود النفسي المستخدم في الدراسة الحالية لصاحبة باسل محمد عبد الله عاشور 2017).

– التوجه نحو الحياة: هو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال استجابته على مقياس التوجه نحو الحياة المستخدم في الدراسة الحالية لصاحبة (نورس شاكر هادي) 2008.

الطلبة: هم كل الطلبة من (ذكر وأنثى) الملتحقين بجامعة محمد بوضياف المسيلة قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (السنة الثالثة ليسانس– السنة الثانية ماستر) السنة الدراسية (2018/ 2019).

الدراسات السابقة:

إن البحث في الأدب النظري المتعلق بمتغيرات الدراسة في مضمونها الايجابي والمتعلق بمتغيرات علم النفس الايجابي، لم تغير الطالبة في مسيرتها البحثية على دراسة مطابقة للدراسة الحالية، وعلى ضوء هذا يمكننا أن نستعرض الدراسات السابقة حسب متغيرات الدراسة

1. دراسات تناولت الصمود النفسي:

دراسة حسين عرفات أبو مشايخ (2018):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلي المعاقين عقليا والتعرف إلى الفروق في كل من الكفاءة الذاتية والصمود النفسي والتي تعزى إلى متغيرات التالية: النوع المستوى الاقتصادي، المحافظة وتكون مجتمع الدراسة من (307) من الآباء والأمهات المعاقين عقليا واستخدمت الباحثة مقياس الصمود النفسي ومقياس الكفاءة الذاتية من تصميم الباحث حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وكانت نتائج الدراسة كالتالي:

لا توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي لدى معيلي ذوي الاحتياجات الخاصة في قطاع غزة تبعا لمتغير الجنس.

وكذلك دراسة يسرى راضي إبراهيم الافندي (2018)

هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وعلاقته بكل من التوافق الزواجي والرضا عن الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بمحافظة فيوم، وتكون مجتمع الدراسة من 110 امهات الاطفال دوي الاحتياجات الخاصةبمحافظه فيوم، وتمثلت أداة الدراسة في مقاييس: مقياس الصمود النفسي: كونرديفيدسونconnordavidson2003 تعريب الباحثة ومقياس التوافق الزواجي من إعداد: (ظريف شوقي محمد محسن 1999) ومقياس الرضا عن الحياة إعداد نجد الدسوقي، وتم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن وقد كانت النتائج كما يلي:

- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الصمود النفسي تعزى إلى متغير مستوى التعليم لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

وايضا دراسة محمد عبد الله عاشور 2017

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة، الجامعة الاسلامية غزة.

وتحقيق أهداف الدراسة ثم استخدام أداتين هما: مقياس الصمود النفسي ومقياس الاتزان الانفعالي من إعداد الباحث طبقت على عينة قوامها (147) ممرضا وممرضة، كما استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، أسفرت نتائج الدراسة ما يلي:

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة $0.05 \geq a$في درجة الصمود تبعا لمتغيرات الحبس ومكان العمل.

وأيضا دراسة ... ابراهيم خليل (2017): التي هدفت للتعرف على الصمود النفسي لدى الطلبة تعزى للمتغيرات التالية: الجنس، التخصص، المستوى الدراسي، المرحلة الدراسية.

جامعة بغداد، حيث تكونت عينة الدراسة من (240) طالبا وطالبة وطبقت على العينة مقياس الصمود النفسي من إعداد الباحثة حيث أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- توجد فروق في الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير الجنس لصالح الذكور.
- وجود فروق في الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير المرحلة الدراسية لصالح المرحلة الرابعة.

ودراسة عصام الطلاع (2016): التي هدفت إلى التعرف على مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة كذلك معرفة العلاقة بين الذكاء الروحي والصمود النفسي والكشف عن الفروق عن مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لديهم تبعا لمتغيرات الجنس، التخصص المستوى الدراسي ومعرفة إلى أي مدى يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال الذكاء الروحي.

وتكون مجتمع الدراسة من (466) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة الإسلامية بغزة اختبروا بطريقة العينة الطبقية العشوائية كما استخدم الباحث مقياسين (مقياس الذكاء الروحي من إعداده ومقياس الصمود النفسي من إعداد كونور دفيدسون ترجمة الباحث حيث استخدم المنهج الوصفي كما كانت نتائج الدراسة كما يلي:

لا توجد فروق في مستوى الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس والمستوى التعليمي.

كذلك دراسة الوكيل هبة فوزي (2015):

هدفت لكشف عن بعض العوامل المبنية بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة جامعة المنوفية– كلية التربية كذلك دراسة طبيعة العلاقة بين الصمود ومدى تأثير متغير الجنس والتخصص الأكاديمي (علمي/ أدبي) على تلك المتغيرات، وتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث ببناء مقياس الصمود النفسي لطلاب الجامعة ومقياس تقدير الذات ومقياس وجهة الضبط (أعده بني هاشم، 2012).

وتم تطبيقه على عينة قوامها (313) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثانية بكلية الرتبة جامعة المنوفية وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلاب المجموعتين الذكور والإناث في الصمود النفسي.

وأيضا دراسة فاتن فاروق عبد الفتاح وبشرى سعد حليم (2014) التي هدفت لكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وكل من الحكمة وفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة حيث تكونت الدراسة من 540 طالبا وطالبة بالفرقتين الأولى والرابعة بكلية التربية بجامعة الزقازيق ولتحقيق أهداف الدراسة قام بترجمته الباحثين، وكقياس

الحكمة من إعداد (Brown 8 Greene 2006) قام بترجمة الباحثين ومقياس فاعلية الذات من إعداد عطاف محمود أبو غالي 2012 ثم استخدم المنهج الوصفي الارتباطي وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- عدم وجود فرق دال احصائيا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في الصمود النفسي.
- عدم وجود فرق دال احصائيا بين متوسطي درجات الفرقة الأولى والفرقة الرابعة في الصمود النفسي.

كما قامت دراسة شيماء عزت باشا وايمان نصري شنودة (2014): بدراسة والتي هدفت لكشف عن العلاقة بين التفكير الانتحاري وكل من ادراك الضغوط والصمود والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة حيث تكونت عينة الدراسة من (293) طالبا واشتملت أدوات الدراسة على مقياس ادراك الضغوط الحياتية من إعداد الباحثين.

ومقياس الصمود من إعداد واجليند (wagnld. 2009) (تعريب الباحثين) ومقياس تصور الانتحار من إعداد (فايد 1998) ومقياس لمساندة الاجتماعية من إعداد زيمت وكانتي (zimet&canty, 2000) تعريب أبو هاشم (2010) وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطي درجات طلاب الجامعة ذكورا وإناثا في الصمود لصالح الإناث.

2.الدراسات التي تناولت التوجه نحو الحياة:

دراسة اسلام عطا سعادة سعادات (2016): التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والتوجه نحو الحياة لدى النساء اللواتي هدمت بيوتهن في العدوان الاسرائيلي على غزة 2014، حيث تكون مجتمع الدراسة (359) سيدة وطبق على العينة مقياس الكفاءة الاجتماعية، ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الباحثة واستخدم المنهج الوصفي التحليلي ارتباطي، وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

وجود فروق جوهرية ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الحياة لدى النساء المهدمة بيوتهن تعزى لمتغير المستوى التعليمي (ابتدائي، اعدادي، ثانوي، جامعي، دراسات عليا) لصالح المستوى التعليمي الثانوي والجامعي.

وكذلك دراسة أمل بنت سافر المطيري (2013):

هدفت الدراسة لكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من السجينات بمدينة جدة جامعة الملك عبد العزيز وتكونت عينة الدراسة من 150 سجين بسجن بريمان واستخدم الباحث المقاييس التالية: مقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير 2005، مقياس التوجه نحو الحياة إعداد شايروكارفر1985 تعريب الأنصاري، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن حيث أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

لا توجد فروق دالة احصائيا في التوجه نحو الحياة لدى السجينات وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

وأيضا دراسة عايدة شعبان صالح (2013): التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالسعادة والتوجه نحو الحياة لدى المعاقين حركيا المتضررين من العدوان على غزة وهدفت إلى معرفة إذا ما كان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس السعادة والتوجه نحو الحياة تعزى لمتغير (الحالة الاقتصادية، العمر، الجنس، درجة الاعاقة)، حيث تكون مجتمع الدراسة من 122 طالبا وطالبة من المعاقين حركية الملتحقين ببرنامج التعليم المستمر بالجامعة الإسلامية، طبقت على العينة مقياس السعادة ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الباحثة، وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب، على مقياس التوجه نحو الحياة تعزى لمتغير الجنس ذكر/ أنثى.

كذلك دراسة إيمان عبد الكريم وريا الدورى (2010): التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات للمرحلتين الأولى والرابعة حيث بلغ عدد أفراد العينة 319 طالبة من المرحلتين طبقت على العينة المقاييس التالية: مقياس التفاؤل وإعداد الباحثة، ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد شاير وكارفر (1985) قام بترجمة الأنصارى1998.

أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود فروق دالة في التوجه نحو الحياة ولصالح طالبات المرحلة الرابعة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال ما ورد في الدراسات السابقة التي تناولت الصمود النفسي لدى الطلبة وكذلك التوجه نحو الحياة من حيث الأهداف، والعينة، والمنهج، وأهم النتائج فسنعرض مناقشة هذه النتائج كما يلي:

– من حيث الهدف: تنوعت الدراسات السابقة من حيث الهدف فكانت دراسة (الطلاع 2016) تهدف إلى التعرف على مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي للطلبة والكشف عن الفروق في مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لديهم، في حين دراسة هدفت (حسين عرفات 2018) بالكشف عن مستوى الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلي المعاقين عقليا والتعرف على الفروق في كل من الكفاءة الذاتية والصمود النفسي، وهدفت دراسة (الوكيل هبة 2015) لكشف عن بعض العوامل النفسية المنبئة بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة.

ودراسة (عاشور 2017) هدفت لكشف عن الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية:

في حين هدفت دراسة ابراهيم الأفندي(2010) لكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وعلاقته بكل من التوافق الزواجي والرضا عن الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

ودراسة عفراء (2017) هدفت للتعرف على الصمود لدى الطلبة وفق بعض المتغيرات.

ودراسة شيماء عزت باشا (2014) هدفت لكشف عن العلاقة بين التفكير الانتحاري وكل من ادراك الضغوط والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.

ودراسة فاتن فاروق (2014) هدفت لكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وكل من الحكمة وفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.

وهدفت دراسة عايد صالح شعبان (2013) لمعرفة العلاقة بين الشعور بالسعادة والتوجه نحو الحياة لدى المعاقين حركيا المتضررين من العدوان على غزة ومعرفة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب على مقياسي السعادة والتوجه نحو الحياة.

في حين هدفت دراسة (اسلام عطا سعاده سعدات 2016) لكشف عن العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والتوجه نحو الحياة لدى النساء التي هدمت بيوتهن في العدوان الإسرائيلي على غزة.

ودراسة (ريا الدوري 2010) هدفت لمعرفة العلاقة بين التفاؤل والتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية للبنات.

ودراسة (المطيري 2013) هدفت لمعرفة العلاقة بين قلق المستقبل والتوجه نحو الحياة لدى عينة من السجينات بمدينة جدة.

بينما الدراسة الحالية هدفت لكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص عيادي (لسانس/ ماستر) بجامعة مسلية.

من حيث العينة: فيما يتعلق بالعينات التي اعتمدت في الدراسات السابقة فهي تختلف من حيث عينتها وحجمها فقد كانت أغلبها طلبة كدراسة كل من (عفراء إبراهيم خليل 2017)، ودراسة (محمد عصام محمد الطلاع 2016)، ودراسة (الوكيل هبة قوري 2015)، ودراسة (ريا الدوري 2010) تمثلت عينتها في طلبة الجامعة، أما دراسة (أبو مشايخ 2018) فتمثلت في المعاقين عقليا، ودراسة (صالح 2013) المعاقين حركيا، ودراسة (الأفندي 2018) أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ودراسة (عاشور 2017) ممرضي العناية الفائقة، ودراسة (سعدات 2016) النساء اللواتي هدمت بيوتهن في العدوان الاسرائيلي على غزة، ودراسة (المطيري 2013) السجينات بمدينة جدة بينما تمثلت عينة الدراسة الحالية في طلبة علم النفس العيادي المقبلين على التخرج بجامعة المسيلة.

من حيث المنهج:

يتضح أن معظم الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي مثل: (باسل محمد عبد الله عاشور (2017)، (الأفندي 2018)، أبو مشايخ (2018)، (الطلاع 2016)، (سعدات2016)، (شيماء عزت باشا 2014)، (فاتن فاروق عبد الفتاح 2014)، المطيرى2013)، ... حيث تشابهت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي.

من حيث الأدوات: يتبين من الدراسات السابقة أن عدد الباحثين قام بإعداد أدوات لقياس الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة مثل: (أبو مشايخ 2018)، (عاشور 2017)، (سعدات 2016)، (ريا الدوري 2010)، أما البعض الآخر استخدم مقاييس جاهزة من إعداد باحثين آخرين كما في دراسة (الأفندي 2018)، (عفراء 2017)، (الطلاع 2016)، (الوكيل 2015)، (فاتن فاروق 2014)، (شيماء عزت 2014)، (المطيرى2013)، (صالح2013) وفي الدراسة الحالية تم استخدام مقياس الصمود النفسي جاهز من إعداد (عبد الله عاشور 2017) ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد (نورس شاكر هادي 2008).

من حيث المتغيرات:

يتبين من الدراسات السابقة أن عدد من الباحثين اعتمد على متغيري الجنس والمستوى التعليمي مثل: (دراسة الأفندي 2018)، دراسة (فاتن فاروق 2014)، (دراسة الطلاع 2016)، (ريا الدوري 2010)، (سعدات 2016)، (المطيري 2013).

وعددا من الباحثين اعتمد على متغير الجنس مثل: (أبو مشايخ 2018)، (عفراء 2017)، (الطلاع (2016)، (عاشور 2017)، (الوكيل 2015)، (فاتن فاروق 2014)، (شيماء عزت2014)، (صالح 2013).

وفي الدراسة الحالية تم الاعتماد على متغير الجنس والمستوى التعليمي.

من حيث النتائج: أشارت نتائج الدراسات التي اهتمت بالصمود النفسي إلى ما يلي:

- أكدت بعض الدراسات أنه لا توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس مثل: (دراسة أبو مشايخ 2018)، (عاشور 2017) (الطلاع 2016)، (الوكيل 2015)، (فاتن فاروق 2014).
- وكذلك أكدت بعض الدراسات أنه توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس. كدراسة (شيماء عزت باشا 2014) ولصالح الإناث، (عفراء 2017) لصالح الذكور.

وكذلك أكدت بعض الدراسات أنه لا توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي: مثل (عفراء 2017)، (فاتن فاروق 2014)، (الطلاع 2017).

وكذلك أكدت بعض دراسات أنه توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي مثل دراسة (الأفندي 2018) لصالح المرحلة الرابعة، أما الدراسة الحالية فأكدت أنه يوجد فروق في الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور وعدم وجود فروق في الصمود النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي.

أشارت النتائج التي اهتمت التوجه نحو الحياة إلى ما يلي:

أكدت دراسة (صالح 2013) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلاب على مقياس التوجه نحو الحياة تعزى لمتغير الجنس ذكر- أنثى.

وأكدت دراسة (المطيري 2013) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في التوجه نحو الحياة وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

وأكدت دراسة (سعادات 2016) ودراسة (ريا الدوري 2010) على وجود فروق في التوجه نحو الحياة ولصالح المرحلة الرابعة.

أما نتائج الدراسة الحالية فأكدت على عدم وجود فروق في التوجه نحو الحياة تبعا لمتغير الجنس والمستوى التعليمي لدى طلبة علم النفس العيادي المقبلين على التخرج.

تحديد مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

وقد تمت الاستفادة من الدراسات السابقة في اثراء الجانب النظري والتعرف على أدبيات الدراسة الحالية، وتحديد مشكلات الدراسة وصياغة تساؤلاتها كما تم تحديد أداة القياس المناسبة للبحث وكذلك اختيار المنهج المناسب للبحث الحالي وتمت الاستفادة من نتائج هذه الدراسات في جانب تفسير ومناقشة النتائج، حيث أنها تعتبر المحك الذي يثبت نتائج الدراسة الحالية ويدعمها.

خلاصة:

من خلال تطرقنا لهذا الفصل والذي يبرز فيه الاطار العام للدراسة من حيث تحديده لمشكلة الدراسة المتعلقة بمعرفة العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لطلبة علم النفس العيادي المقبلين على التخرج فهي دراسة تستوجب البحث والتقصي من خلال ما يعانيه الطالب من مشكلات وصعاب، وكيفية التكيف معها بالصمود والذي يوجههم نحو مستقبل أفضل وتحقيق أهدافهم وذلك بالاستناد إلى الواقع المعاش والخلفية النظرية للصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى عينة الدراسة، وعليه فقد تمت صياغة الفرضيات المعتمدة في الدراسة الحالية، وبعد الدراسة الواعية للدراسات السابقة، والتعليق عليها وتحديد مدى استفادة الدراسة الحالية منها لتحديد النتيجة المتوصل اليها من عرض الدراسات السابقة، فقد أغنت هذه الدراسات الطالبة الباحثة من حيث تقديم الخلفية النظرية الواسعة التي تضمنت جوانب كثيرة من الصمود النفسي وهذا ما سنحاول التطرق اليه في الفصل الثاني من الدراسة النظرية.

.

الفصل الثاني

الصمود النفسي

تمهيد

1. التسلسل التاريخي للصمود النفسي.
2. مفهوم الصمود النفسي.
3. بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي
4. مبادئ الصمود النفسي.
5. سمات الصمود النفسي.
6. أنماط الصمود النفسي.
7. أبعاد الصمود النفسي.
8. مكونات الصمود النفسي.
9. ثمرات الصمود النفسي.
10. بعض النظريات المغيرة للصمود النفسي.

خلاصة.

تمهيد:

إن دراسة الصمود النفسي تعد حديثة في علم النفس الايجابي ظهرت للحاجة الملحة لدراستها، حيث يعد موضوع الصمود النفسي من الموضوعات التي شغلت بال علماء النفس في العشرين سنة الأخيرة، وقد تم تناول بالدراسة والتحليل ودورة حياة الأفراد وذلك لأهميته في تحقيق الصحة النفسية والنظرة الايجابية للحياة ....، وفي هذا الفصل نتناول التعاريف المختلفة التي تطرقت له والتسلسل التاريخي لهذا المفهوم كذلك يعرض هذا الفصل إلى مبادئ وسمات وأنماط وأبعاد ومكونات الصمود النفسي وسماته والنظريات المفسرة له.

1.التسلسل التاريخي للصمود النفسي:

يمثل الصمود لبنة في منظومة علم النفس الايجابي، ذلك المنحى الذي يعظم القوى الإنسانية ويسعى لاكتشافها وتنميتها – فالصمود هو القدرة التي تسمح للإنسان أن يتجاوز التحديات وينهض بما تعرض له من عثرات لتحقيق النمو والكفاءة.

بدأت دراسة الصمود النفسي منذ خمسين عاما، وفي هذا الوقت كان عدد الباحثين محدودا ومجال الدراسة محدودا أيضا حيث كان المجال لا يعكس البحث عن الظاهرة الفعلية وإنما الميكانيزمات النمائية الموقفية التي تنظمها العمليات الواقعة، لم يكن لاهتماما موجها نحو العوامل التي تعزل أو تحمي وإنما كيف تؤثر هذه العوامل وكانت دراسة الصمود النفسي تركز على المعرضين للخطر وبصفة خاصة من استطاع منهم التغلب على التحديات والمصاعب العاطفية و النمائية والاقتصادية والبيئية التي واجهته في رحلة العمر.

لقد اتسع مجال دراسة الصمود النفسي في العشرين سنة الأخيرة ويرجع ذلك إلى الحاجة الملحة لدراستها وهناك أسباب عدة لذلك: مع التقدم التكنولوجي زادت عدد المشكلات وزاد عدد الشباب الذين يواجهونها وبالتالي أصبح هناك مزيد من الشباب المعرض للخطر، تزايد الاهتمام بها ليس فقط بالتعرف على عوامل الخطر وعوامل الحماية وكيف تعمل وإنما بتوظيف هذه المعرفة في التدخل الإكلينكي ليس فقط لتحقيق نتائج ايجابية للمعرضين للخطر وانما للشباب بصفة عامة حتى نبني توجها عقليا للصمود النفسي لدى الشباب.

ترجع أهمية التوجه العقلي إلى رؤية مؤداها أنه لا يوجد أحد لديه مناعة ضد الضغوط في بيئتنا المليئة بالتوترات.

إن الصمود النفسي في المجال الاكلينكي يتطلب محكين أساسين هما التهديد، التوصل لتقديم النتائج الايجابي أو النتائج الجيد في مواجهة المحنة.

حيث ظهرت دراسة الصمود النفسي منذ عشرين عاما حين لاحظ بعض الباحثين الرواد ظاهرة التوافق الايجابي بين مجموعات من الأطفال المعرضين للخطر والمهددين بالمرض النفسي.

وقد قاد هؤلاء الرواد ثورة في التفكير في علاج المرض النفسي، إذ كان الاهتمام الأساسي في البحث الاكلينكي على الأطفال المعرضين للخطر والاصابة بالمرض النفسي هو ملاحظة اثر المحن والأزمات، أو ما أفضت اليه عمليات الخطر بما يفسر أسباب المرض، وكانت جهود البحث موجهة لفهم المرض والقصور، وليس لكيفية حل المشكلات أو تجاوزها، وكان التحليل النفسي هو النموذج الطبي السائد في ذلك الوقت في تفسير الاضطرابات، ولكن الرواد في دراسة الصمود النفسي تبينوا أن النماذج التي توضع أساسا كي تتنبأ بالمرض كانت

محدودة الفائدة ومحدودة الرؤية، ولا تسمح إلا بقدر محدود لفهم النتائج الايجابية التي حققها بعض الاطفال ممن تعرضوا للخطر هذه المعلومة كانت حاسمة بالنسبة للتدخل لتحسين النتائج المعاكسة التي تمثل في النمو الجيد لدى الأطفال المعرضين للخطر أحد الاسهامات العظيمة لهؤلاء الرواد كان ادراكهم لأهمية فهم المسارات النمائية الايجابية في اطار الأزمات حيث لها أهمية أساسية في منع حدوث المشكلات أو علاجها خاصة بالنسبة للأطفال المعرضين لخطر الاصابة بالأمراض النفسية.

لقد تقدمت دراسة الصمود النفسي عبر ثلاث موجات خلال العقود الثلاثة: حسب ما حددتها (صفاء الأعسر 2011، ص9-71)

الموجة الأولى: الصمود النفسي الفردي والعوامل الفاعلة فيه.

تضمنت دراسات الصمود مناحي تضم التركيز على الأفراد والتركيز على المتغيرات وتعدد المناحي التي تركز على الأفراد الذين يتصفون بالصمود النفسي وتسعى لدراسة أوجه الاختلاف بينهم وبين غيرهم ممن يواجهون نفس المحن والمخاطر ولكنهم لم يصمدوا أمامها أما المعنى الذي يركز على المتغيرات فهو بدرس الارتباط بين الخصائص الشخصية والخصائص البيئية التي أسهمت في تحقيق النتائج الايجابية على الرغم من التعرض للمحن، وحين بدأ الباحثون في الاهتمام بالعمليات التي تفسر لماذا يتكرر ظهور هذه المتغيرات، بدأت الموجة الثانية.

الموجة الثانية: غرس الصمود النفسي داخل النظم النمائية والايكولوجية مع التركيز على العمليات التأكيد على دور العلاقات والنظم خارج الأسرة، وإلى محاولات للاهتمام بالعمليات البيولوجية الاجتماعية والثقافية، ودمجها في دراسات الصمود.

يمثل المنحى الايكولوجي التفاعلي في دراسة الصمود النفسي علامة لنقلة حاسمة في دراسة الصمود النفسي من التركيز التقليدي على دراسة الفرد إلى التركيز المنفتح على شبكة التفاعل مع الأسرة والمجتمع.

تؤكد الموجة الثانية على أهمية دراسة الأنماط التبادلية للتفاعل التي تشكل النمو عبر الزمن.

- **الموجة الثانية: التدخل من أجل تعزيز الصمود النفسي:**

تركز على التدخل من أجل تحسين الصمود النفسي، تمثل نقطة تلتقي عندها الأهداف والنماذج ومناهج من العلوم الوقائية ودراسات الصمود النفي الطبيعية أو التلقائية.

- تأخذ جوف الموجة الثالثة صورة دراسات تجريبية لاختبار نظرية الصمود النفسي.
- أيضا الدراسات التدخلية المتعددة الأوجه التي صممت لمنع السلوكيات الخطرة والانحراف وغيرها من المشكلات الأطفال أو الحد منها مثل مشروع سبيل النمو الاجتماعي.

- التدخل تغيير حياة طفل معرض لخطر الاظطراب النفسي، أو لغيره من المشكلات (علمية واقية.
- التدخل بنجاح في حياة المستهدفين للخطر.

الصمود النفسي من وجهة نظر الإسلام:

إن مفهوم الصمود النفسي واسع بحيث يعبر عنه في القرآن بالصبر والذي قبل عنه أنه ذكر في مائة موضع في القرآن والآيات في الأمر بالصبر وبيان فضله كثيرة ومعروفة قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرة 153).

في القرآن تدعيم لمفهوم الصمود الذي هو القدرة فإن تجاوز المحن والشدائد ومواجهتها واستعادة توازنه وهذا ما يوضحه سبحانه وتعالى في الآية الكريمة قال تعالى: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴾ (البقرة:155).

بحيث فيه بيان على الصبر عن البلاء والرضا بالقضاء والقدر خيره وشره استجابة لرب السماء.

وأيضا فضل الصبر على الأذى ومقابلة الإساءة والجهل بالإحسان والحلم والصفح لقوله تعالى: ﴿وَعِبَادُ الرَّحْمَٰنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا﴾ الفرقان63.

وفي هذا السياق قوله صلى الله عليه وسلم: « اللهم اغفر لقومي، فإنهم لا يعلمون" متفق عليه .

ويوصينا عليه السلام بالصبر والصمود في المحن والشدائد قال عليه السلام "انما الصبر عند الصدمة الأولى»متفق عليه.

تعقيب:

بعد النظر إلى التسلسل التاريخي للصمود النفسي نجد أنه لبنة علم النفس الايجابي فقد بدأت دراسة منذ 50 عاما ومازالت جهود العلماء متواصلة في البحث والاستكشاف عن الصمود النفسي، وما يمكننا قوله في الأخير أن الموجات الثلاثة لدراسة الصمود النفسي كانت مترابطة ومتكاملة فيما بينها بحيث كل مرحلة تكمل التي سبقتها بدأ من الصمود النفسي الفردي والعوامل الفاعلة فيه مرورا بغرس الصمود النفسي داخل النظم الثمانية والايكولوجي وصولا إلى التدخل من أجل تعزيز الصمود وهنا بدأت الدراسات التجريبية والتحليلية.

وكذا ما يظهره الإسلام من اهتمام بالصمود النفسي.

2.مفهوم الصمود النفسي:

إن مفهوم الصمود النفسي مفهوم متعدد الأوجه والتعريفات حيث اشترك في تعريفه عدة علماء من علماء علم النفس الايجابي فمنهم من قال بأنه قدرة وآخرون أكدوا على أنه سمة في الشخصية ومن هذا نعرض ما يلي:

تعريف الصمود في اللغة: المعجم في الوسيط:

صمدًا، وصمودا: ثبت واستمر ومنه قول الامام عليّ: (صَمدًا، صمدا حتّى يتجلى لكم عمود الحق): ثباتا (ابراهيم أنيس، عبد الحليم منصر، عطية الصوالحي، محمد خلق الله أحمد، 2004، 522).

ويعرف جوهر (2014) نقلا عن الطلاع،2016،ص45: الصمود النفسي بأنه مجموعة من السمات الايجابية في الشخصية والتي تساعد الفرد في مقاومته للضغوط من ناحية واستخدام الأساليب الأكثر فعالية عند مواجهة الضغوط من جهة أخرى، فأصحاب الشخصية الصامدة هم هؤلاء الأفراد الذين يتعرضون لدرجة عالية من الضغوط، ولا يظهرون ما يشير إلى التأثر بها لأنهم أكبر قدرة على التكيف معها ويستخدمون استراتيجيات المواجهة التي ترتكز على المشكلة.

وعرفه (ماتياس شمالي،2012، ص7):

القدرة على الصمود في الاتحاد الدولي لجمعيات الطبيب الأحمر والهلال الأحمر من منضور نفسي هو عملية التكيف ومجموعة المهارات، والقدرات، والسلوك، والأفعال الرامية إلى التعامل مع الشدائد.

كما عرفته (شيماء وايمان،2017، ص 563):

والصمود النفسي هو القدرة على التعامل بكفاءة رغم التعرض للشدائد ويتضمن الخصائص الواقية لتقدير الذات وفعالية الذات، والشعور بالأمن، والأمل، كما يعكس الأداء الذي يسهم في التكيف، والمواجهة وفعالية الذات، والشعور بالأمن، والأمل كما يعكس الأداء الذي يسهم في التكيف والمواجهة الناجحة.

ويعرفه (أبو حلاوة، 2013، ص 09):

على أنه القدرة على المحافظة على حالة ايجابية، والتأثير الفعال والتماسك، والثبات الانفعالي في الظروف الصعبة أو المتحدية مع الشعور بحالة من الاستبشار، والتفاؤل، والاطمئنان إلى المستقبل.

من خلال هاته التعاريف نستطيع القول على أن الصمود النفسي هو مجموعة السمات الايجابية في الشخصية والتي يتم ترجمتها في شكل أداء، وسلوك، وأفعال التي تسهم في التكيف والمواجهة الايجابية.

كما يعرفه (بوبعاية، باش، 2018، ص 321):

الصمود النفسي هو قدرة الفرد على تحمل أعباء الحياة ومصاعبها والتعاطي مع مشكلاتها الاقتصادية والاجتماعية والسياسية وذلك من خلال التحلي بمجموعة من السمات الشخصية التي تترجم سلوكيات تؤهل الفرد للصمود أمامها كالصبر والتحدي والقدرة على الضبط، والتحكم بالذات، والبيئة من حوله.

وعرفت الموسوعة البريطانية (EncyclaBritannica- edia ,2004) نقلا عن (غيث2017، ص 20) أن الصمود القدرة على الصمود ومقاومة الصدمات دون انكسار أو تشوه:

- الصمود النفسي عملية ديناميكية تسير إلى قدرة الشخص على التعامل بفاعلية مع المحن والشدائد: (محمد، 2010، ص606)
- وعرفه جولد ستين وبروكس2010(نقلا عن عبد الله شراب، ص 15): الصمود النفسي بأنه قدرة الفرد على التعامل بكفاءة مع الضغوط والكروب ومواجهة التحديات اليومية، والأخطاء والصدمات والمحن وأن يضع لنفسه أهدافا واقعية واضحة وأن يحل المشكلات وأن يتفاعل بيسر مع الآخر وأن يعامل نفسه والآخر باحترام ورفعة.
- كما يعرفه (عاشور 2017، ص10): الصمود النفسي بقوة الحياة التي تعزز التجدد والتجديد والقدرة على مواجهة الشدائد والأمل واعطاء معنى للحياة، فنحن نجد الأشخاص ذوي الصمود التكيفي الصحي، والايجابي لديهم قدرة على مواجهة مخاوفهم كما أن لديهم مشاعر، واتجاه ايجابي نحو الحياة وامتلاك مهارة إعادة التقييم المعرفي، وإعادة الصياغة والقبول الايجابي للآخر، فهم أكفاء اجتماعيا، ولهم من يساندهم ولديهم الهدف في الحياة يسعون لتحقيقه ويوصله أخلاقية من الاحساس بالمعنى والقيم الروحية.

من خلال هذه التعاريف نستطيع القول أن الصمود النفسي هو قدرة الفرد لتحمل والتعامل مع أعباء الحياة ومواجهة الشدائد.

كما تعرف (إيمان محمد مصطفى 2017، ص 107، 108) نقلا عن (لسينج ونانيو Sing&, Nanyu,2010) الصمود النفسي هو كفاءة الفرد في النهوض السريع من عثرته واستعادة التوازن النفسي والتفاؤل بعد التعرض للمحن والصدمات.

ويعرف بروكس وجولد تستين (Brooks&Galdsten, 2008) الصمود النفسي على أنه استعادة الفرد لتوازنه وخروجه من الصعاب، وإدارته لمواقف المشقة بكفاءة وتحمله الضغوط المادية والنفسية دون تعرضه لخلل في الوظائف أو عجز في الأداء.

الصمود النفسي كما غرفة عليوة (2017) نقلا عن (أبو مشايخ 2018، ص 25) هو" قدرة الطالب على التكيف الايجابي في مواجهة الأزمات والضغوط النفسية التي تقابله واستعادة توازنه لتحقيق أهدافه من خلال امتلاكه مهارات الكفاءة الذاتية والإجماعية، والوجدانية، والمرونة، وحل المشكلات والمثابرة وتحقيق الهدف.

تعتبر صفاء الأعسر (2010) نقلا عن (واعر نجوى، 2017، ص 2): مفهوم الصمود أحد البناءات الكبرى في علم النفس الايجابي وهو بناء وافد من علم المواد، ويصف المواد التي تستعيد خواصها بعد التعرض للطرق أو التمدد والانكماش وغيرها من المؤثرات الخارجية وهي نفس المعنى الذي يحمله الصمود في علم النفس إذ يعني القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب بل وقد يوظف هذه المحن، والصعاب لتحقيق النمو والتكامل وهو بالتالي مفهوم (دينامليي وديناليكتيكي) يحمل في معناه الشباب كما يحمل الحركة (أبو حلاوة، 2013، ص ص19، 20).

- والصمود (Resilience) عند ماستن (2009) Masten يعني القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب، بل قد يوظف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل وهو بالتالي مفهوم ديناميكي يحمل في معناه الثبات كما يحمل أيضا الحركة.

عرفت صفاء الأعسر (2010، ص 13) نقلا عن (أبو حلاوة 2013، ص9).

إن الصمود النفسي هو منتج أو مخرج وليس سمة فهو مخرج للتفاعل بين عوامل الخطر المتمثلة فيما تحمله العوامل الشخصية أو البيئية للفرد وعوامل الوقاية أو العوامل التعويضية المتمثلة فيما تحمله العوامل الشخصية أو البيئية للفرد ويتم التفاعل من خلال الاستراتيجيات الوسيطية أو المعدلة.

وأكثر تعريفات الصمود النفسي شهرة هو تعريف لوثر وآخرون (2000luther, et al) نقلا عن (غيث 2017، ص 21).

التي ينظر فيها إلى الصمود النفسي على أنه عملية دينامية تشتمل التكيف الايجابي في ضل الشدائد الكبيرة ويتضمن هذا التعريف عاملين هما:

أ. تعرض الفرد للتهديد حقيقي أو محنة شديدة.

ب. تحقيق الفرد تكيف ايجابي على الرغم من التأثيرات السلبية لهذه المحن على عملية النمو النفسي.

من خلال هاته التعاريف نستخلص أن الصمود النفسي يحمل في مفهومه عوامل الخطر أو التهديد وهي الأحداث الضاغطة التي يتكيف معها الفرد ايجابيا وذلك بفضل عوامل الوقاية التي تقيم وتواجه هذه الأحداث.

من خلال التعريفات السابقة نستنتج أن كل التعريفات أجمعت بان الصمود النفسي هو:

القدرة على التكيف ومواجهة المحن.

- هو القدرة على إعادة التوازن.
- القدرة على التكيف المرن مع المطالب المتغيرة للخبرات الضاغطة.

3.بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي:

1.3.المرونه النفسية: يعرف (AdgerNeil) نقلا عن (وازي طاوس،2018،ص 83) أنه القدرة على التكيف والاستمرار.

2.3.الصلابة النفسية: تعرفها(نوال زرواق،2013) نقلا عن(حفصة جرادي،2016،ص27) هي اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية، والبيئة المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة والشاقة ادراكا غير منحرف.

3.3.الدافع: يعرفه(محمود السيد،2009،ص36) حالة داخلية تنتج عن حاجة، والتي تنشط وتستثير السلوك والذي عادة ما يتجه نحو تحقيق تلك الحاجة النشطة.

- ويراه (أحمد عبد العزيز، 1988،ص28) أنه عامل داخلي يستثير سلوك الانسان ويوجهه ويحقق التكامل فيه.

4.مبادئ الصمود النفسي: أشار محمد 2010 نقلا عن (محمد الطلاع، 2016، ص609– 610):

(أشار Cavey1990) إلى أن هناك مجموعة من المبادئ الداعمة التي تعمل على تعزيز الصمود هي:

- النشاط والفاعلية: تتضمن قدرة الفرد على تحمل بمسؤولية أفعاله.
- أن يبدأ يومه بتفهم عميق لما يدور حوله، والذي يتضمن القليم والأولويات قبل اختيار الأهداف.
- التعامل مع الأهم قبل المهم: من خلال تنظيم الوقت وادارته وحسن استماره.
- توظيف العقل لتحصل على ما تريده من مكاسب: عن طريق البحث المناهج المتبادلة.
- أن يفهم الفرد أن يكون مفهوما هي تعني احترام الفرد لآراء الآخرين ومحاولة فهم وجهة نظرهم.
- التعاون من خلال العمل بروح الفريق الذي تسوده قيم واحدة.

سمات الأفراد الصامدين نفسيا:

ويذكر محمد 2010: نقلا عن (Van alen et al 2006) عددا من السمات التي يتصف بها الأفراد ذوى الصمود النفسي وهي كالآتي:

- إقامة علاقات جيدة مع الآخرين.
- امتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة.
- ارتفاع مستوى تقدير الذات وفاعلية الذات.
- الاحساس بالهدف من الحياة.
- التدين والشعور بالانتماء.

- المساهمات في الحياة.
- امتلاك أساليب لمواجهة الضغوط متوافقة مع طبيعة الفرد والموقف.
- الانفعال الايجابي وروح الدعاية.
- امتلاك المهارات الفاعلة في حل المشكلات.
- الايمان بأن الضغوط يمكن أن تزيد الفرد قوة.
- المرونة.
- تقبل المشاعر السلبية ومحاولة تخطي الخبرات السلبية.
- التعامل الصحيح مع الضغوط واعتبارها تحديات ينبغي مواجهتها.

وهو ما ينطبق مع ما أشار اليه كارل ريف C.D.Ryff 1989 إلى الوجود الأفضل. نقلا عن (بشير معمرية، 2012، ص46- 49)

6.أنماط الصمود:

لقد استخلص (الطلاع 2016، ص 50- 51): أربعة أنماط وندرجها في النقاط التالية:

1.6.النمط التنظيمي DispositianalPattren: وهذه تشمل لتلك الجوانب الفردية التي ترتقي بتنظيم الصمود في مواجهة الضغوط الحياة، ويمكن أن تتضمن الاحساس بالسيطرة والارتكاز على الذات (Self – reliance) الإحساس بالقيمة الذاتية الأساسية، الصحة الجسمية الجيدة والمظهر الجسمي الجيد.

2.6.النمط الارتباطي Relatianal Pattern: وهو المتعلق بأدوار الفرد في المجتمع وعلاقته بالآخرين، هذه الأدوار والعلاقات يمكن أن تتراوح من علاقات وثيقة إلى حميمية، إلى تلك التي تشمل نظام المجتمع الأوسع.

3.6.النمط الموقفي SituatianalPattern: وهو يحدد تلك الجوانب المشاركة في الربط ما بين الفرد والموقف الضاغط، وهذه يمكن أن تتضمن قدرة الفرد على المشكلات، القدرة على تقييم المواقف والاستجابات، الاستعداد لاتخاذ الأفعال والتدابير في مواجهة الموقف.

4.6.النمط الفلسفي: Philaxphical pattern: وهو يشير إلى نظرة الفرد لنموذج الحياة وهذه تتضمن معتقدان متنوعة يمكنها أن ترقى بالصمود مثل الايمان بأن المعنى الايجابي يمكن أن نجده في كل الخبرات التي نمر بها، الايمان بأن النمو الذاتي مهم، وعلى ذلك فإن الشكل الذمي يتخذه صمود الفرد يتنوع طبعا للتنوع البيتي والثقافي للأفراد، إضافة إلى التنوع في المعطيات الشخصية للأفراد الصامدين من خصائص جسمانية أو شخصية أو ذهنية أو معرفية.

7.أبعاد الصمود النفسي:

لقد تعددت أبعاد الصمود النفسي وذلك حسب وجهة نظر كل باحث حيث نجد ان باسل محمد عبد الله عاشور 2017 اعتمد في مقياسه الصمود النفسي اعتمد (03) أبعاد للصمود النفسي وهي الكفاءة الشخصية، حل المشكلات، المرونة نجد:

1.7.الكفاءة الشخصية: يذكر باندورا (Banduara) نقلا عن (حوراء عباس 2016، ص351) إن معتقدات الكفاءة الشخصية تلعب دورا في التنظيم للدافعية للإنجاز ويقول أن الأشخاص يحفزون أنفسهم ويقومون بتشكيل المعتقدات حول ما يستطيعون القيام به ويضعون أهدافا لأنفسهم ويخططون مسارات العمل المصمم لتحقيق مستقبل ذو قيمة جيدة.

– وعليه فالكفاءة الشخصية حسب (فاطمة الجهورية 2018، ص 170) تحدد المعتقدات الطالب حول قدرته على التفوق الدراسي.

2.7.حل المشكلات: ترى (حنين محمود محمد 2017، ص19– 12) أن أسلوب حل المشكلات يحتاج إلى مهارات محددة تساعد الفر على مواجهة الضغوط للحياة وايجاد الحلول واتخاذ القرارات المناسبة وبناءا على ذلك فإن حل المشكلات سلوك معرفي يحاول الفرد فيه ايجاد طرق عامة للتعامل مع المشكلات والتوجه نحو المشكلة يكون ايجابيا وسلبية فالتوجه الايجابي له علاقة بالتوافق أما السلبي فله علاقة بالقلق والاكتئاب فقدرة الفرد على حل المشكلات تقاس بحسب المعلومات والاعتقادات والاتجاهات والمهارات التي يستعين بها الفرد لتجاوز المشكلة.

3.7.**المرونة:** حسب (أبو حلاوة 2008 نقلا عن مازن فواز 2013، ص 25) فإن الشخصية المرنة لها القدرة على التعامل مع ظروف الحياة الايجابي والحوار والتفاعل مع الآخرين.

– ويضيف (مازن فواز 2013 ص20) أن مرونة الأنا واضحة المعالم كونها اطار مفيد يكشف عن الشخصية لمعرفة، وكشف طبيعة المهارات، والاتجاهات والقدرات الخاصة لدى الأفراد وهي التي تقى بصفة خاصة الشباب على مواجهة تحديات الحياة ومواجهة مخاطرها مما يكون لديهم نموا وتطورا شخصيا.

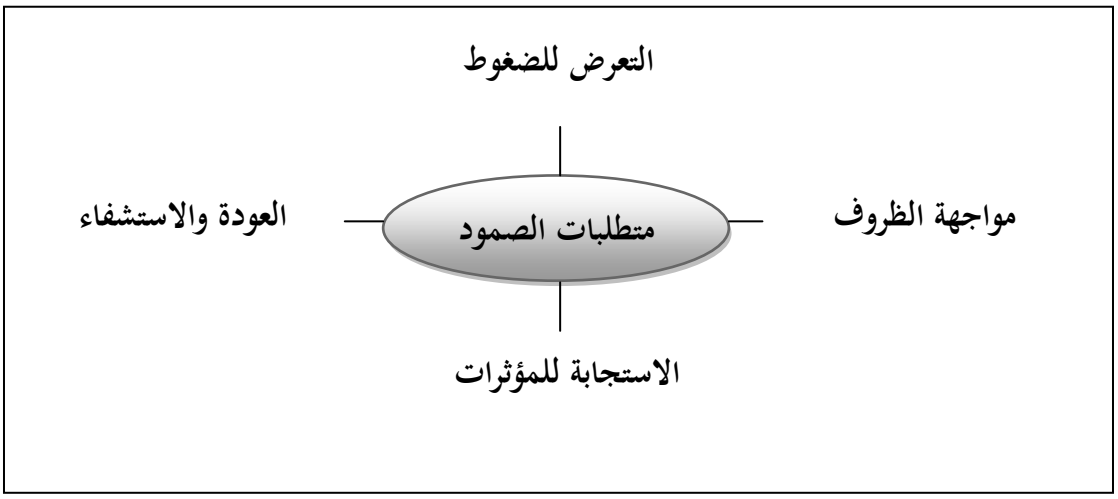
تعقيب على أبعاد الصمود النفسي:

لقد استخلص الباحث هذه الأبعاد التي يمكن اعتبارها مستوحات من المهارات الشخصية للأفراد فهي تلم نوعا ما بكيفيه مجابهة المحن من كفاءة شخصية، والايمان بالقدرة الشخصية التي تمكن الأفراد من التغلب على المحن فالثقة بالنفس تهدم الصعاب، ومرورا ببعد حل المشكلات فهو أساس الصمود النفسي فهو مهارة شخصية تعتمد على التفكير المنطقي لأحداث الحياة وصولا إلى بعد المرونة وهي تأقلم الفرد مع هذه الأحداث.

8.متطلبات الصمود: بتجرء متطلبات الصمود النفسي كما في النقاط التالية:

- مخاطرة للضغوط والنزوح نحو مواجهة الظروف البيئية والاجتماعية والنفسية.
- التعرض للضغوط ذات الخطورة العالية وذات الأهمية.
- الاستجابة للمؤشرات الداخلية والخارجية.
- العودة لمستويات الخط القاعدي للوظائف النفسية والأعراض المرتبطة بها.

وعليه يمكننا أن ندرج المتطلبات السابقة في الشكل رقم: (01)



المصدر: (رشيد حسين 2018، ص292)

9.مكونات الصمود النفسي:

يوضح جولد ستن ثلاث مكونات أساسية للصمود النفسي وذلك نقلا عن (رشيد حسين 2018، ص 292، 293)

1.9.التعاطف: هو قدرة الفرد على التفاعل مع مشاكل الآخرين مما يسهل الاحترام بين الأفراد.

2.9.التواصل: يساعد الفرد من التعبير عن أفكاره ومشاعره وتحديد أهدافه وقيمه الأساسية ويحل، مشكلاته.

– يلعب التواصل دورا محوريا في التمتع بأسلوب حياة مرنة فالأفراد الذين يمتلكون مهارات التواصل الجيد يمكنهم التعبير عن أفكارهم في مشاعرهم بوضوح، ودبلوماسية، وأن يستمعوا جيدا لما يقوله الآخرون، وأن يضعوا افتراضات وأهدافا وقيما واضحة انه يمكنهم حل المشكلات والنزاعات بفاعلية.

3.9.التقبل: وهو تقبل الفرد لذاته والآخرين وذلك عن طريق تحديد أهداف، ودافعية، وفهم الفرد لمشاعره، وتعبيره عنها بصورة سليمة وتحديد نقاط القوة لاستخدامه الاستخدام الأمثل.

وأيضا يشير (Davidsanet , al, 2005) نقلا عن بشير معمورية2012 ص15: إلى أن الصمود متغير نفسي متعدد الأبعاد يتضمن متغيرات أساسية منها ما هو مزاجي، ومنها ما هو معرفي يمكن اجمالها على النحو التالي:

- **المزاج الايجابي**: فهو من المكونات الأساسية للصمود النفسي لمستويات المرتفعة من الانفعالات الايجابية مما يساعد الفرد في الارتداء مرة أخرى من الخبرات الصامدة.

اعتبار الذات والإحساس بها من خلال النظرة الايجابية للذات، والإحساس بالمقدرة على الفعل والشجاعة، وهو ما ذكرته ماري جهودا من لا عمليات التي تسهم في الصحة النفسية، وهو تقبل الفرد لذاته Acceptance et censef.

- القدرة على تقبل المشاعر السلبية والتعامل معها.
- المرونة.
- التواصل الجيد والقدرة على التفاعل الايجابي مع الآخرين.

يشير صالح عايدة ايضا إلى أن الصمود النفسي يتكون من ثلاثة مكونات رئيسية أولية وهي:

تفادة وجود الصمود Resilience

عملية الصمود ResiliencePreces

الصمود الفطري ResilienceInnate

حيث تعين كفاءة الصمود السمات النفسية لصمود الفرد.

أما عملية الصمود فتصف كيف يتكيف الفرد مع الأحداث الصادمة بينهما يصف الصمود الفطري هوية العوامل الدافعية التي ربما تؤثر على استجابات الفرد تجاه المواقف والتحديات.

10.دورة الصمود النفسي

نقلا عن : (أزهار عبد المعطي 2017، ص25) وتصف المراحل التي يمر بها الفرد عندما يتعرض للمحن والأزمات كما يلي:

1.10.مرحلة التدهور Deteriarating:

وهي تبدأ بمشاعر الغضب والاحباط وتنمو هذه المشاعر مع الفرد وتظهر في القاء اللوم على الآخرين والتقليل من قيمة الذات وقد تطول أو تقصر هذه الفترة ويرجع ذلك إلى مكونات الشخصية والخبرات السابقة للفرد:

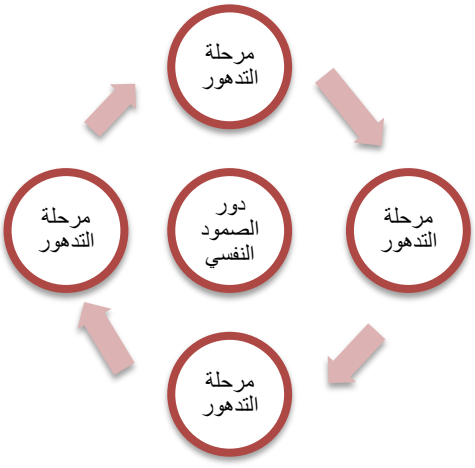
2.10.مرحلة التكيف Adaption: وهي في الفترة والمرحلة قدرة الفرد مرة أخرى عكس مسار التدهور والاحتلال بقدر يسمح له بالتكيف من خلال اتخاذ بعض التدابير والاجراءات للتعامل مع عوامل الخطر.

3.10.مرحلة التغاضي Recavering : وتعد هذه المرحلة استمرارا لمرحلة التكيف ويحاول الفرد فيها أي يصل إلى مستوى الأداء النفسي كما كان عليه من قبل التعرض للمحنة.

4.10.مرحلة النمو Growing: وفي هذه المرحلة بتنفيذ الفرد ويتعلم من الشدائد والمحن التي تعرض لها ويصل بهذا التعلم إلى مستوى مرتفع من الأداء النفسي يفوق أداءه من قبل التعرض للمحنة وهو ما يسمى باستعادة التوازن الفردي للفرد في الاتجاه التصاعدي.

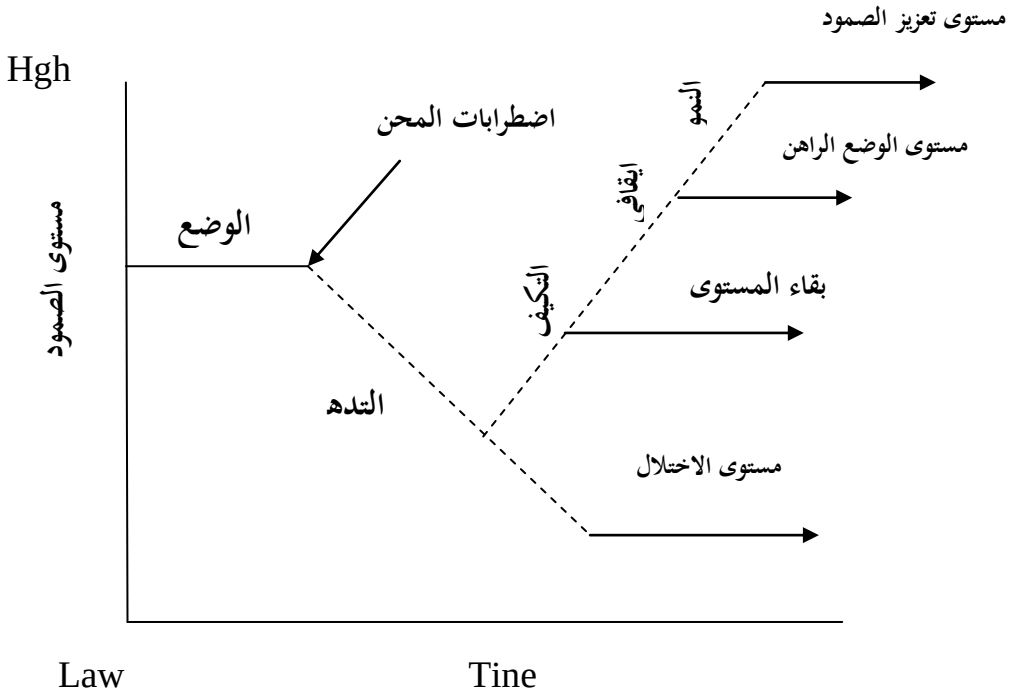
وعليه يمكننا أن نستخلص دور الصمود النفسي في الشكل رقم: (02) التالي:

شكل رقم (2): يوضح دورة الصمود النفسي



المصدر: (Pearsall2003)

شكل رقم (3): يوضح مستوى الصمود.



المصدر: (عصام الطلاع 2016، ص50)

11.ثمرات الصمود النفسي من وجهة نظر علم النفس الايجابي:

تحددت ثمرات الصمود النفسي من وجهة نظر علم النفس الايجابي التي حددها (ريم سليمون، 2015، ص 102) في النقاط التالية:

1.11.تحقيق الصحة النفسية: وتعني النضح الانفعالي والاجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العلم حوله، والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة، ومواجهة ما يقابله من مشكلات، وتقبل الفرد حياته، والشعور بالرضا والسعادة.

وأشارت منظمة الصحة العالمية (2005) إلى أن هناك الكثير من المشاهد، والنماذج حول مفهوم الصحة النفسية الايجابية ومنها الصمود إذا يختلف الأفراد بشدة في القدرة على مقاومة المحن والضراء وتجنب الانهيار عند مجابهة الشدائد ولا تعد جميع الاستجابات نحو الشدائد والضوائق مرضية، وربما تستخدم المقاومة ولقد تصور (Rutter2008) أن الصمود نتائج البئية أو الفرق وأنه عملية متداخلة يمكن أن تعدل العوامل الواقعية من استجابات الشخص للمخاطر البيئية ولذلك فالنتيجة ليست دائما مضرة وربما تصبح العوامل الواقعية قابلة لكشف عن مواجهة المحن الشدائد.

2.11.النظرة الايجابية للحياة "ادراك معنى الحياة": كلما كان الإنسان متخليا بخاصة الصمود كان أكثر ايجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات، فالنظرة الايجابية في الحياة وهي التي تحدد أيضا مكانته وقيمته الاجتماعية في الحياة لأنها سبب في العمل والحركة وعامل في الفاعلية والهرم.

3.11.الاستمرارية في العطاء: لا يؤتي العمل المتقطع ثماره ويورث العمل المتكرر الكآبة والإنسان الصامد يكسب استمرارية لا تعرف الانقطاع وعمله لا يعرف الكآبة والملل فهو يوصل العمل بهمة وحماس وروح واتقان في عطاء متجدد.

4.11.الاتصال الفعال: يرتبط نجاح الإنسان بجدوى قدرته على إقامة علاقات إنسانية ويرتبط فشله بفشل هذه العلاقات بالتالي بمستوى اتصال الإنسان بالآخرين والإنسان الصامدوالمرن يمتلك خاصية الفعال لأن لديه القدرة على تقبل الآخرين وعدم الاصدام بهم.

12.النظريات المفسرة للصمود النفسي:

لقد تعدد النظريات المفسرة للصمود النفسي بتعدد المقاربات ووجهات نظر الباحثين في علم النفس الانساني، وبتعدد مؤشرات المفهوم، وعليه نحاول أستعرضها كما يلي:

1.12.نظرية روثر Rutter 2006:

تعتمد على تقديم مقاربة بين الصمود النفسي كعملية أو آلية وبين كونه متغير أو عامل لأن اي من هذه المتغيرات قد تشكل عامل خطر في أحد الظروف وعامل ضعف في ظروف أخرى وقد تحدث صاحب النظرية عن مفهوم الآليات والتي تحمي الأفراد من الاضطرابات النفسية التي تصاحب حب حدوث الشدائد والمحن وأن التغيير في هذه الاضطرابات يقل ويخف حدثه عندما يتغير لتقييم لعوامل الخطر وعندما يستطيع الفرد التكيف الناجح في بعض الظروف فإن تأثير لدرجة الكبيرة لهذا الخطر تقل وبشكل واضح وإن عوامل الحماية كما يذكر روثر(Rutter) تعمل في الوقت المناسب لتحقيق الخطر والخبرات الصادمة، هذه العوامل تتمثل في قوة الشخصية والتماسك الأسري والدعم الاجتماعي وتتضمن في محتواها الاستقلالية والكفاءة الذاتية والثقة بالنفس والآفات الاجتماعية الايجابية لبناء شبكة في العلاقات الاجتماعية تساهم في ظروف الحياة القاسية (عاشور، 2017، ص21).

2.12.نظرية التحليل النفسي:

1. ارتبط نشوء التحليل النفسي في بداية القرن العشرين محاولة فرويد تفسيره لمضمون الواقع النفسي، الظواهر النفسية، وقدم فرويد تحليلا لمفهوم قوة التحمل النفسي من خلال طرحه لمفهوم الأنا، ويرى فرويد أنه جهاز السيطرة الاداري المنظم لشخصية (المعري، 2016، ص 274).

2. والشخصية بالنسبة لفرويد مكونة من 3 مكونات تتمثل في الأنا، الهو، الأنا الأعلى، فا لهو يعتبر الأكبر والأقدم بينهم ويتضمن موروثنا البيولوجية أما الأنا فهو بتطور من أجل أن يحقق الرغبات التي يظهرها الهو بطريقة عقلانية والأنا الأعلى يتكون من الضمير والذات المثالية ويبحث عن الكمال وهي تنشأ من الابوين وهذه المكونات تندمج مع بعضها البعض وتكمل بعضها البعض.

3. في الشخصية الناضجة والمتوافقة الأنا هو المنفذ الذي يتحكم ويسيطر على الهو والأنا الأعلى ويعمل كوسيط بين طلباتهم والعا لم الخارجي.

4. ويرى فرويد أن بتقوية الأنا تستطيع أن تصبح أكثر وعيا لدوافعنا ونتعامل معها بفاعلية أكثر أي كلما كانت الأنا قوية كلما تحققت سوية الشخصية.

5. وهنا يقدم فرويد لنا نظريته التحليل النفسي تأثيرا ديناميكيا للصمود النفسي.(بايوا، 1991، ص 75، 76).

3.12.ونظرية المجال (ليفين):

اهتم ليفين بالمثيرات في تفسير الشخصية، فالمثير في نظر ليفين هو مجال معقد يتضمن حاجات الفرد ومكوناته الشخصية وادراكه لإمكانياته المتاحة للفعل.

ويتضمن هذا المجال المعقد التفاعل المتميز المتبادل بين التنظيم الداخلي للفرد وبين العا لم الموضوعي ويطلق على هذه البيئة السيكولوجية مفهوم (حيز الحياة) مفهوما ديناميكيا يتغير باستمرار نتيجة التغيرات الحادثة في البيئة وقدرة الفرد على السيطرة على هذا التوتر الناتج عن هذه التغيرات يمثل قدرته على قوة التحمل والصمود النفسي.(المعري، 2016، ص 274).

4.12.نظرية التوسع والبناء:

لقد وصف (Fredrikson) النظرية في أي العواطف الايجابية التي تخزن لبناء المصادر الشخصية للفرد بأنها تدعى نظرية التوسع والبناء (BroodenandBuildthory)

وطبعًا لهذه النظرية فالمصادر المخزونة (الأمل، التفاؤل) يمكن أن تسحب لاحقا لموائمة الناجحة مع الظروف السلبية وتساعد العواطف الايجابية البناء الفردي للصمود النفسي، وتلك العواطف الايجابية قد تثير فروق فردية في

الصمود النفسي، كما يزيد الانفعال الايجابي من موائمة مصادر الأفراد من خلال توسيع انتباههم وادراكهم وزيادة المرونة والتفكير الناقد.(محمد، 2010، 611- 612).

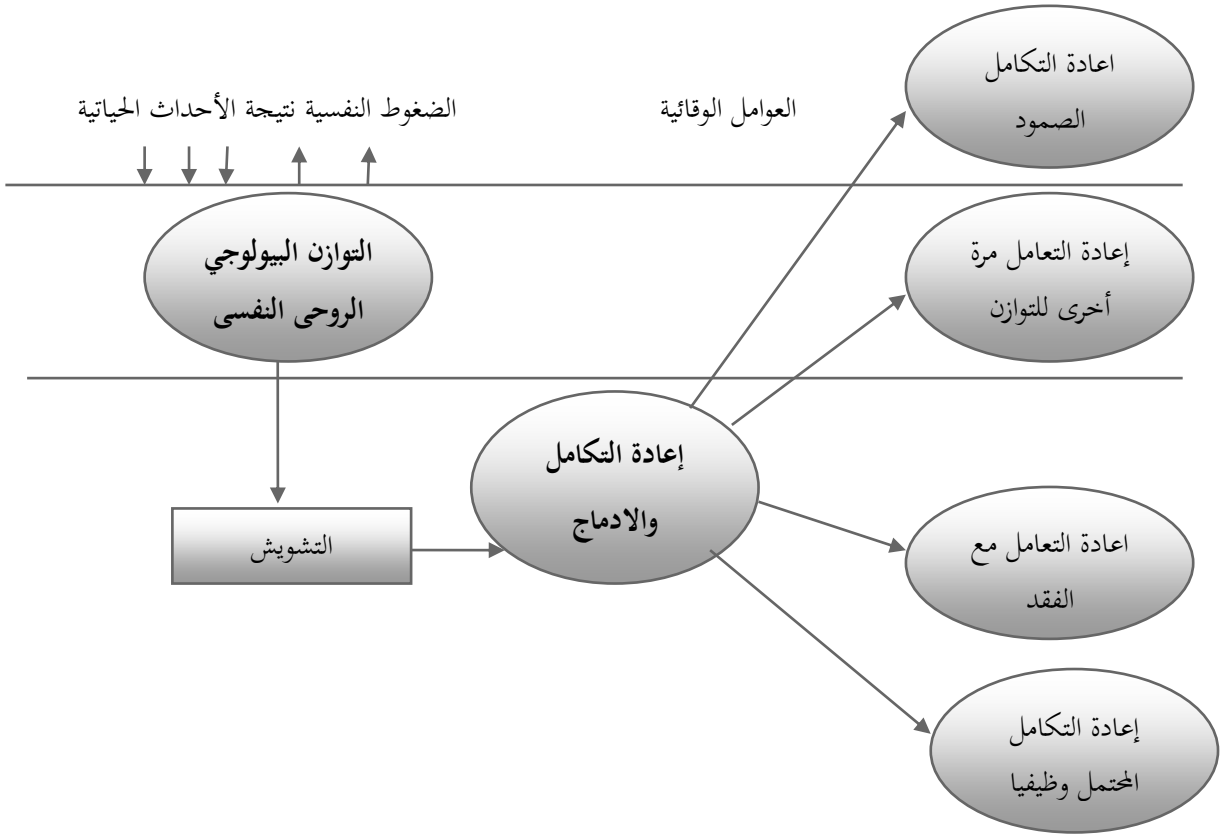
5.12.النظرية الوجودية:

من الأفكار التي تؤكد عليها الوجودية هي فكرة (الوحدة الغير قابلة لتفكك)، وهي ما يطلق عليها الوجوديون مصطلح (الوجود في العالم).

وتتفق النظريات الوجودية على مجموعة من الأسس الفلسفية استندت إليها الكثير من البحوث والدراسات التي تناولت موضوع الصمود النفسي، واتفقت هذه النظريات على الإنسان يسعى دائما للبحث عن وجود في الحياة وأن بيئته الاجتماعية والاقتصادية والسياسية في تغير مستمر لذا تركز هذه النظريات على تحليل وجود الفرد في علم معقد ويرى فرانكل أن الوجودية تعني محاولات الشخص ليحسن بوجوده من خلال ايجاد معنى لهذا الوجود، ثم يتولى أعماله الخاصة كلما حاول أن يعيش طبقا لقيمة، ومبادئه، وعلى ضوء ذلك ترى أن الأفراد قادرون على واجهة الظروف الصعبة وتحويل حوادث الحياة المجهدة إلى احتمالات وفرض لمصلحتهم، فالبشر هم وحدهم القادرون على اختبار سلوكهم في أي وقت وطبعًا لهذا فإن له بناء الشخصية يختلف عن الفرد الذي يمرض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغوط.

إذن مفهوم الصمود النفسي طبقا للنظرية الوجودية يمكن النظر اليه على أنه تحمل المسؤولية الفعل القرار الحر باعتماد العقل من طويل تحمل الأحداث الضاغطة ومواجهتها من خلال وجود هدف للحياة.(المعري، 2016، ص274).

الشكل التالي الشكل رقم (4): يوضح نموذج رتيشاردسون للصمود النفسي:



(المصدر : عبد الفتاح حليم ،2014،ص101).

حيث تؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد إلى أربع نتائج:

- اعادة تكامل الصمود حيث يؤدي إلى التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن.
- العودة إلى التوازن الأساسي في محاولة لتجاوز التشويش .
- فقدان الانتعاش وانشاء مستوى أدنى من التوازن.
- حالة مختلفة وظيفيا ومن ثم يمكن اعتبار الصمود كنتيجة لقدرات التعامل الناجحة.

(عبد الفتاح، حليم، 2014، ص 101).

6.12.نظرية ريشاردسون: Richardsan 2002:

وهي من أوائل النظريات لتفسير الصمود والتي وضفت صياغة للصمود بأنه القوة التي توجد داخل كل فرد والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والحكمة والايثار وأن يكون متناغم مع المصدر الروحي للقوة، ويمكن الغرض الأساسي للنظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي للقوة، (التوازن).

وهو الذي يسمح بالتكيف مع ظروف الحياة الحالية.

7.12.نظرية النماء الذاتي:Saakvatine et al 1998

وهي تعود للعالم سالكفيتين ذكر في نظريته أن أعراض الناجين من الضغط النفسي للصدمة هي أعراض الاستراتيجيات الثكفية التي تنشأ لإدارة التهديدات من أجل سلامة الذات، ومن المتوقع أن تتأثر ضمن مجالات الذات بالأحداث الصادمة. (رشيد، حسين، 2018، ص 293).

8.12.نظرية جرمازي وآخرون:Garmegy et al 1984

وجد جرمازي وزملائه أن كثير من الاطفال الذين نشأوا في بيئة دافئة وبين ناس أكفاء أصبحوا قادرين على التأقلم عند الكبر وأن معايير الثقة التي وضعها كانت ذات تأثير فاعل وهي: اللعب والعمل والحب، أن المعيار الذي وضعه لتفسير الصمود النفسي يتضمن البيئة الداعمة للأسرة ونظام الدعم الخارجي والتصوف بالشخصية. (رشيد، حسين، 2018، ص 293).

9.12.نموذج ماستنكوشورث (Masten&Coatscith 1998): ذكر محمد نموذج ماستنوكوشورث (1998) نموذجا نمائيا للصمود حدد فيه مجموعة من الخصائص المراهقة والشباب.

1. على مستوى الفرد Individval: أن يكون جذابا، توظيف ثقافي جيد اجتماعي كفء التقدير عالي للذات، موهوب.

- على مستوى الأسرة Famly: يتمتع بعلاقة أسرية جيدة، وطيدة ويلقي الدعم من الأفراد داخل العائلة.
- خارج نطاق الأسرة EntraFamlial: لديه حضور اجتماعي قوي مع الآخرين ومع المنضمات الاجتماعية.
- نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر: يرى (Lutharet al2000)

أن الصمود النفسي تلك العملية الدينامية التي تشمل التوافق الايجابي مع أثر سياق المصائب وقد ذكر (Thampxen2006) أن الصمود النفسي هو نوعية الأسس التي تتبنى عملية التكيف الناجح والتحويل على الرغم من المصائب.

وتعتمد تلك النظرية على مفهوم أن هناك نوعين من العوامل وهما: عوامل الخطر – عوامل وقائية.

التي تمكن الفرد من الأداء المتكيف وتطور نتائج الأداء المتكيف ويعتقد أيضا بأنها تنشأ من الفرد والعائلة و المدرسة والمجتمع وترى النظرية أن عوامل الصمود تتفاعل مع عوامل الخطر لتحسين أو اقلال الأضرار السلبية والخطرة للأحداث.(محمد، 2010، ص 611).

وقد طور الباحثون قوائم توضح طبيعة الشخصية الصامدة حيث تضمنت العوامل الوقائية ارتفاع معدل الذكاء والمزاج السهل ووجهة الضبط الداخلية وفاعلية الذات وتقدير الذات ووجهة نظر ايجابية.

في حين أن عوامل الخطر فقد تنبثق من الأسرة والبيئة المحيطة بالفرد، فعوامل الخطر المنبثقة من الأسرة تتمثل في الأمراض الأسرية، الطلاق، المشاكل الصحية التي يمكن أن يعاني منها، أما التهديدات البيئة الأكثر شيوعا هو عيش الفرد في بيئة خطر تكثر فيها التهديدات.

كما أن وجود عوامل وقائية تحمي الفرد على الرغم من وجود عوامل الخطر (طبقا لنظرية الصمود لا عوامل الخطر الوقاية) يتحدد بطبيعة التفاعل بين تلك العوامل بنوعيها.

التعقيب على النظريات:

أشارت نظرية روثر إلى مقارنة الصمود النفسي كعملية أو آلية وبين كونه متغيرا أو عامل حيث ركزت نظرية روثر على الآليات التي تحمي الأفراد من الاضطرابات النفسية التي تصاحب المحن والشدائد وفي وجود هذه الآليات يستطيع الفرد التكيف وتقلل من درجة الخطر بدرجة كبيرة.

كما أشارت نظرية التحليل النفسي لفرويد لمفهوم قوة التحمل بحيث يرى أن الأنا، جهاز السيطرة الاداري المنظم للشخصية.

واعتبرت نظرية التحليل النفسي أن الشخصية مكونة من 3 مكونات تشتمل في الأنا، الهو، الأنا الأعلى حيث قدم فيها فرويد تأثيرا ديناميكيا للصمود النفسي، كما تنظر نظرية ليفين للصمود النفسي على أنه قدرة الفرد على السيطرة على التوتر الناتج عن التغيرات، وأشارت هذه النظرية وهي نظرية المجال إلى أن هذا المجال المعقد لاحتوائه على تفاعل مستمر ومتبادل بين التنظيم الداخلي للفرد وبين العالم الموضوعي.

وفي نظرية المجال هذه أطلقوا على البيئة السيكولوجية مفهوم "حيز الحياة".

كما أشارت نظرية التوسع والبناء إلى أن العواطف الايجابية التي تحزن لبناء المصادر الشخصية للفرد.

وركزت هذه النظرية على العواطف الايجابية وما تلعبه من دور في البناء الفردي للصمود النفسي.

وأكد أنصار النظرية الوجودية على الوحدة الغير قابلة لتفكك أي الوجود في العالم حسب رأيهم، حيث اتفقت النظريات الوجودية على مجموعة من الأسس الفلسفية منها الإنسان يسعى دائما للبحث عن وجوده في الحياة وتركز النظرية على تحليل وجود الفرد في عالم معقد.

وأشارت النظرية ريشاردسون إلى فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي والذي يمكن الفرد من التكيف مع ظروف الحياة، كما أشار ريشاردسون إلى الصمود وإعادة التعامل مع الصمود السابق، واعتبر أن الصمود هو كنتيجة لقدرات التعامل الناجحة.

وأشارت نظرية النماء الذاتي أن بعد تعرض الفرد لصدمة الضغط النفسي يصبحون متكيفين مع ظروف الحياة.

واشارت نظرية جرمازي إلى أن البيئة الجيدة تنشأ أفراد جيدين قادرين على التأقلم وهذا هو الأساس الذي وضعته نظرية جارمازي لتفسير الصمود النفسي، وعليه أشار نموذج ماستنكوتسورث إلى نموذج نمائي يفسر فيه صمود الفرد حيث أكد فيه على أن الفرد إذ كان مستوى الفرد جيد من الناحية النفسية والاجتماعية وعقلية اضافة إلى علاقات أسرية واجتماعية جيدة فإنه يحقق الصمود النفسي، بينما نظرية الصمود هو أساس عملية التكيف الناجح وأيضا ترى هذه النظرية بأن عوامل الصمود متفاعل مع عوامل الخطر لتخفيف الاضرار السلبية للأحداث.

وأكدت النظرية على أن عوامل الوقاية هي تنبع من الفرد أما عوامل الخطر فتنبع من الأسرة والبيئة.

واستخلصت النظرية أن الصمود النفسي يتحدد بطبيعة التفاعل بين عوامل الخطر وعوامل الوقاية.

خلاصة:

وفي الأخير ومن خلال عرضنا لهذا الفصل يمكن القول أن عملية الصمود النفسي هي عملية ديناميكية تعتمد على قدرة الفرد في المواجهة، والتوافق الايجابي مع أحداث الحياة ومصاعبها، وهي في الأساس ترتبط ارتباطا وثيقا بسمات شخصية الفرد، وطبيعة بيئة الاجتماعية، ونمط تفكيره المعرفي إذ أن الفرد الصامد هو الفرد الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة.

الفصل الثالث

التوجه نحو الحياة

تمهيد

1. مفهوم التوجه نحو الحياة.
2. بعض المفاهيم المتعلقة بالتوجه نحو الحياة
3. مظاهر التوجه نحو الحياة.
4. التوجه نحو الحياة من منظور إسلامي
5. مصادر التوجه نحو الحياة.
6. العوامل المؤثرة في التوجه نحو الحياة.
7. أبعاد التوجه نحو الحياة.
8. بعض النظريات المفسرة للتوجه نحو الحياة.

خلاصة

تمهيد:

إن الإنسان بطبيعته يتأمل وينظر بعمق لمن حوله، ويخشى من عدم وضوح مستقبله، والتوجه نحو الحياة هو من يخفف من حيرته فهو نظرة الفرد الايجابية نحو الحياة والاقبال عليها بكل أمل وتفاؤل، وتوقع الخير ففيه يشعر الفرد بأنه مفيد بشكل ما لذاته أو لأسرته أو للآخرين وهذا ما يترجمه الشعور بالسعادة والرضا عن جميع مجالات الحياة من عمل أو دراسة أو ...

1.مفهوم التوجه نحو الحياة:

لقد تعددت المفاهيم حول التوجه نحو الحياة بحيث تعددت الآراء منها نذكر:

عرفه شتاير وكارفرShteir&Carver نقلا عن (أحمد عبد اللطيف 2010، ص704): بأنه النزعة أو الميل للتفاؤل أو التوقع الهام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء وأحداث سيئة وهي سمة مرتبطة ارتباطا عاليا بالصحة النفسية الجيدة.

كما يعرف (بشرى، 2016، ص 229) على أن: التوجه نحو الحياة "سمة في الشخصية وليس حالة يختلف الأفراد في درجتها ومع أن هذه السمة تتوجه نحو المستقبل إلى أنها تؤثر في سلوك الإنسان في الحاضر كما أن سمة التوجه نحو الحياة ترتبط بالجوانب الايجابية في سلوك الفرد وبمختلف جوانب الشخصية.

ويعرف أيضا (إسلام 2016، ص44): التوجه نحو الحياة بأنه سمة في الشخصية وهي رؤية ذاتية ايجابية واستعداد كامن لدى الفرد غير محدود بشروط معينة يمكنه من توقع البشر، وادراك الشعور بالسعادة وعلاقتها بكل ما هو ايجابي من أمور الحياة الجيدة وذلك بالنسبة للحاضر الحالي والمستقبل القادم.

يعرفه تايجر (Tiger) نقلا عن(هادي نورس، 2008، ص2): التوجه نحو الحياة Lifeorientation بما يأتي: دافع بيولوجي يحافظ على بقاء الإنسان ويعد الأساس الذي يمكن للأفراد من وضع الأهداف أو الاتزامات.

كما عرفه أيضا الأفعال أو السلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات، والمحن التي تواجههم في معيشتهم.

وعرفه موسى (2001، ص186): هو اتجاه من جانب الفرد نحو الحياة أو نحو أحداث معينة يميل أحيانا إلى حد مفرط للعيش على الأمل أو نحو التركيز على الناحية المشرفة من الحياة والأحداث أو الجانب المعظم بالأمل والخير.

عرفه ابراهيم أمل خالدي وبشير 2014، ص 89 نقلا عن (Webester 1991): بأنه الميل إلى تبني وجهة نظر فهمه بالأمل والتفكير بأن كل شيء سيؤول إلى الأفضل مما يشير إلى توقع أفضل النتائج الممكنة.

ويعرفه جابر وكافي (1992): نقلا عن (ابراهيم الخالدي، ص 89): التوجه نحو الحياة هو اتجاه إزاء أحداث معينة ينزع فيه الفرد إلى رؤية الجانب المشرق من الحياة والأحداث والايمان بأن هذا العالم هو خير العوالم وأن وجد به بعض الشر، وأن الخير سوف ينتصر في آخر الأمر على الشر.

ويعرفه سليمان وآخرون (2006) بأنه رؤية الجانب الممتلئ من الكوب أي رؤية الجانب المشرف للمصائب وتوقع نهاية سعيدة للممتلكات الحقيقية الواقعة.

-التعقيب:

من خلال استعراضنا للمفاهيم السابقة المتعلقة بتحديد مفهوم التوجه نحو الحياة، يمكننا أن نستنتج النقاط التالية:

1-الصمود النفسي سمة من سمات الشخصة.

2-شعور بالتفاؤل.

3-يرتكز على الأمل وتوقع الأحسن.

4-رؤية الجانب المشرق من المصائب.

2.بعض المفاهيم المتعلقة بالتوجه نحو الحياة.

التفاؤل: يعرف(مصطفى حجازي، 2012، ص114)التفاؤل في قاموس أكسفورد للغة الانجليزية بأنه تلك النزعة للنظر إلى الجانب المشرق من الأوضاع، والى توقع أفضل النتائج من أي تتابع الأحداث والتفاؤل يشكل دافعية قوية، كما أنه يعتبر أحد أحجار زاوية النجاح.

الأمل:يعرف(مصطفى حجازي، 2012، ص129) الأمل أنهيعني الرجاء بالتوفيق في المساعي الحياتية، والتطلع المتلقي لتحقيق الأهداف.

جودة الحياة: يعرفه(سلاف مشري،2014،227) هي إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق ثقافاته أو أنساق القيم التي يعيش فيها، ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، وتوقعاته، وقيمه، واهتماماته المعلقة بصحته البدنية، وحالته النفسية، ومستوى استقلاليته، وعلاقاته الاجتماعية، واعتقاداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بصفة عامه.

السعادة: يعرفها(أحمد عبد الخالق وآخرون،2003)نقلا عن (تحية محمد، مصطفى علي،2013، ص 83)حالة شعورية يمكن أن تستنتج من الحالة الميزاجية للفرد

3.مظاهر التوجه نحو الحياة:

حدد (بو حسون، 2017، ص ص37- 38): خمسة مظاهر رئيسية للتوجه نحو الحياة ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية وهي كالآتي:

1.3.العوامل المادية والتعبير عن حسن الحال:OdjectiveFactarswelling

وتشمل الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراد إلى جانب الفرد وحاجاته الاجتماعية والزوجية والصحية والتعليمية والتي تؤدي إلى حسن الحال.

2.3.إشباع الحاجات والرضا عن الحياة: Fulfillment of Needs and Satis faction of life

وهو أحد المؤشرات الموضوعية للتوجه نحو الحياة، فعندما يتمكن الفرد من إشباع حاجاته الأولية والثانوية فإن توجهه نحو الحياة يرتفع ويزداد بينما الرضا عن الحياة يعد أحد الجوانب الذاتية للتوجه نحو الحياة، فكونك راضيا فهذا لا يعني أن حياتك تسير كما ينبغي وعندما يشبع الفرد كل توقاته، واحتياجاته، ورغباته يشعر بالرضا.

3.إدراك الفرد القوى، والمتضمنات الحياتية تزيد من احساسه بمعنى الحياة: (PatentialaandMeaninge life)

وهي بمثابة مفهوم أساس للتوجه نحو الحياة، فالبشر يعيشون حياة لابد لهم من استخدام القدرات والطاقات، والأنشطة الابتكارية الكامنة داخلهم من أجل القيام بتنمية العلاقات الاجتماعية، وأن يشغلوا بالمشروعات الهادفة ويجب أن يكون لديهم القدرة على التخطيط، واستثمار الوقف، وما إلى ذلك وهذا كله بمثابة مؤشرات للتوجه نحو الحياة ومفهوم معنى الحياة بشكل ايجابي.

4.3.الصحة والبناء واحساس الفرد بالسعادة: (Health and bialagical State Happiness)

وهو حاجة من الحاجات الأساسية للتوجه نحو الحياة التي تهتم بالبناء البيولوجي للبشر، والصحة الجسمية تعكس النظام البيولوجي لأن أداء خلايا الجسم، ووظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة جيدة، وسليمة، وبالتالي فإن السعادة تجعل الفرد يشعر بالرضا، والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات والشعور بالبهجة والاستماع واللذة.

5.3.جودة الحياة الوجودية:

وهي الأكثر عمقا داخل النفس واحساس الفرد بوجوده والتي تؤدي بالفرد لإحساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجودها، فجودة الحياة الوجودية هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده وقيمته.

من خلال ما يستطيع أن يحصل عليه الفرد من عمق المعلومات البشرية المرتبطة بالمعايير، والقيم والجوانب الروحية، والدينية، التي يؤمن بها الفرد، والتي يستطيع من خلالها تحقيق، وجوده.

ومن خلال ما سبق نستنتج أن مظاهر التوجه نحو الحياة ركزت على كل ما هو ايجابي في الحياة بحيث أن هدف هذه المظاهر هو الاحساس بمعنى الحياة وتحقيق الوجود الأفضل.

4.التوجه نحو الحياة من منظور إسلامي:

إن معرفة حقيقة الحياة الدنيا من عقيدة المسلم فإذا عرفها سار فيها بحكمة وبهدف واضح بحيث يتضح توجهه نحو الحياة وفي القرآن الكريم تقريبا ستين آية تتحدث عن الحياة وعديد من الآيات تدل عليها، وتترجم أمر الله سبحانه وتعالى بالاهتمام بالحياة الطيبة فالإسلام عنى عناية تامة بالحياة الطيبة والتوجه نحو الهدف والمستقبل فمثلا في سورة النحل يقول سبحانه وتعالى: ﴿ وَأَوْحى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ (68) ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَراتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِها شَرابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوانُهُ فِيهِ شِفاء لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ 69 ﴾ (النحل: 68،69)

ربما هي دعوة للانتباه إلى نمط حياة النحل وتنظيم مملكته القائم على التعاون والتكامل وعدم الخصومة واخراج افضل ما فيه أي العسل.

وأيضا ربما هي إشارة إلى أن الغاية في الحياة هي نوع آخر من الوحي مثلما نرى الغائبة في حياة النحل فهي فهي تشير إلى اتباع لإرشادات الإلاهية فطرية لتنفيذ ما كلفت به: "اتخذي، ... كلى... فاسلكي"

واهتم الاسلام بالحياة والمودة وجعلها أساس الاستقرار النفسي، والسكينة ففي القرآن الكريم إشارة لعاطفة الحب على أنها واحدة من أهم الدوافع الإنسانية فالحب يجعل الإنسان يرسم طريقة بنظرة مليئة بمستقبل جيد فمثلا نجد عاطفة الحب، والمودة بين الزوجين هي من تحكم على نجاح علاقتهما، ومنه يتحدد توجه كل من الطرفين نحو الحياة فالحب يجعل حياتهما تتصف بالسكينة لقوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾﴾(الروم الآية21)

وأيضا التفاؤل والأمل فهو جانب من جوانب التوجه نحو الحياة الطيبة وأشير اليه في القرآن.

من خلال عرض قصص الأنبياء وتجاربهم ففي سورة الأنبياء نجد قوله تعالى: ﴿وأيُّوبَ إذْ نادَى ربَّه أنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وأَنْتَ أَرْحَمُ الرّاحِمِينَ . فاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ وآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ ومِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنْ عِنْدَنَا وذِكْرَى لِلعَابِدِينَ ﴾(الأنبياء: 83- 84).

وأيضا قوله تعالى: ﴿ إِنَّ مَعَ العُسْرِ يُسْرًا 6﴾. (الانشراح:6).

وحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم على التفاؤل قال:« لا عدوى ولا طيرة، ويعجبني القال: الكلمة الحسنة، الكلمة الطيبة ».

وقال عليه الصلاة والسلام "يسروا ولا تعسروا وبشروا ولا تنفروا"

اهتم الإسلام بالحياة عامة وبحياة الإنسان خاصة بحيث منح الإنسان فرصة في التوجه نحو حياتهم وبناء حياة هادفة وذلك من يتحقق من خلال تطبيق ما فرضه على عبادة من اهتمام بالعقل، النفس والروح، الجسد.

- فقد اهتم الإسلام بالنظر للحياة والتفكر فيها وذلك باستخدام العقل:

قال تعالى: أَفَلَا يَنظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ (الغاشية: 17)

وأيضا إِنَّا سَخَّرْنَا الْجِبَالَ مَعَهُ يُسَبِّحْنَ بِالْعَشِيِّ وَالْإِشْرَاقِ (الزمر: 18).

– إن النفس والروح هما القوة المحركة للإنسان فيقول الله تعالى: يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ (يونس: 57).

وقال: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُم مَّن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ ۚ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾(المائدة: 105).

وقال عليه الصلاة والسلام « لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع عن عمره فيما أفناه وعن جسده فيما أبلاه وعن علمه ما عمل فيه وعن ماله أين كسب وفيما أنفقه»، فالله أمرنا بالحفاظ على الجسم لأن بفضله نستطيع تأدية أعمالنا ومنه تحقيق طموحاته فاسر بالحفاظ على صحت الجسم في قوله: ﴿ وكلوا وأشربوا ولا تسرفوا إن الله يحب التوابين والمتطهرين﴾ البقرة: 222 فكثرة الأكل فيها

مفسدة للجسم وما يتبعه من أمراض والله تعالى خلق الإنسان وكرمه لقوله: ﴿ولقد كرمنا بني آدم﴾ .70

5.مصادر التوجه نحو الحياة:

إن مصادر التوجه نحو الحياة تنبع من قيم الحياة حيث يصف لنا إسلام عطية سعادات و (أحمد عبد الخالق 2008، ص 250) و(فاروق السيد عثمان 2001، ص 19) ومحمد السيد 1998 و(حفصه جرادى2016، ص 24)عدة قيم أهمها:

1.5.**القيم الابداعية:** يرى اسلام عطية سعادات 2016، ص 48) وأحمد عبد الخالق 2008 ص250) أن القيم الابداعية هي كل ما يستطيع الفرد انجازه فقد يكون ذلك الانجاز عملا نسبيا واكتشافا علميا، فالحياة بالنسبة للإنسان كما تراه الباحثة حفصة جرادى2016 ص 24) هي كل ما يدركه منها.

فالاهتمام بالقيم الابداعية تجعل الفرد مدركا لمركزه في الحياة في سياق الثقافة ونسق القيم الذين يعيشون فيه وعلاقاتهم بأصدافهم وتوقعاتهم ومستوياتهم واهتماماتهم.

2.5.القيم الخبراتية: حسب (إسلام عطية سعادات، 2016، ص48) وفاروق السيد عثمان 2001، ص 19) القيم الخبراتية هي كل ما يمكن أن يتحصل عليه الفرد من خبرات حسية ومعنوية وخاصة ما يمكن أن يحصل عليه من خلال الاستمتاع بالجمال أو محاولات البحث عن الحقيقة والدخول إلى علاقات إنسانية مشبعة كالحب أو الصداقة وهذا ما ينطبق على قول (محمد السيد، 1998، ص 326) ممارسة الأنشطة والمشاركات التي تعد ذات معنى وفائدة له كالزواج وتكوين أسرة والعمل واتخاذ عدد مناسب من الأصدقاء وعدد كاف من الهوايات.

3.5.**القيم الاتجاهية:** يراها (إسلام عطية سعادات، 2016، ص 48): أنها الموقف الذي يتخذه الفرد إزاء معاناته التي لا يمكن أن يتخيلها كالقدر أو المرض أو الموت.

ويؤكد (فاروق السيد عثمان، 2001، ص 19): أن أحداث الحياة توجب على الفرد أن يكون متفائلا في بعض الأحيان متشائما أحيانا أخرى فتشاؤم الفرد هو توقعه للفشل وسوء الحظ في كل شيء واحساسه بالخطر ويبدوا المستقبل أمامه كئيبا وموحشا.

6.العوامل المؤثرة في التوجه نحو الحياة:

هناك العديد من العوامل المحددة لدرجات الأفراد في التوجه نحو الحياة اما بالتفاؤل أو بالتشاؤم ومن هذه العوامل حسب ما حددها (أسماء ذوادي، 2018، ص ص65، 66) ما يلي:

1.6.**العوامل البيولوجية:**

وتشمل المحددات الوراثية والاستعدادات الموروثة، حيث تلعب دورا هاما في التوجه الايجابي والسلبي نحو الحياة، فقد كشفت نتائج احدى الدراسات على عينة من (500) من القوائم المتطابقة أن الوراثة تلعب دورا مهما في التفاؤل والتشاؤم بنسبة 25% .

2.6.العوامل البيئية:

يلعب الوسط الاجتماعي، والثقافي الذي يعيش فيه الفرد دورا في التوجه نحو الحياة، فقد أشارت دراسة إلى أن البيئة لها دور كبير في التوجه نحو الحياة كما كشفت نتائج الدراسات الثقافية عن وجود فروق بين المجتمعات

المختلفة في كل من التوجه الايجابي والسلبي نحو الحياة، وتسير هذه النتائج أن كل مجتمع قد يكون له طابعه الخاص فإما أن يتسم بالتفاؤل بوجه عام وأما أن يكون أميل للتشاؤم، فكل مجتمع ظروفه التاريخية والاجتماعية والسياسية والتي تكون أثرت في تشكيل شخصية أفراده.

3.6.المواقف الاجتماعية المفاجئة:

فالفرد الذي يصادف في حياته بعض المواقف العصبية المحيطة والمفاجئة يميل إلى التوجه السلبي نحو الحياة، فالتعرض للضغوط النفسية، والمواقف الصادمة، والأمراض الجسمية قد يكون لها أثر بالغ على حالة الفرد النفسية، وتوقعاته، ونظرته إلى المستقبل، والتي قد يشوبها التشاؤم وفقدان الأمل، وقد كشفت العديد من الدراسات عن وجود علاقة بين الصحة الجسمية، والتفاؤل، وبين الأعراض، والشكاوي الجسمية، والتشاؤم كما أشارت دراسة دانييل وآخرون إلى النساء اللاتي تقرر إجراء عملية جراحية لهن والناتجة عن سرطان الثدي كن في حالة الخوف، والضيق ودرجات من التشاؤم.

4.6.مستوى التدين:

إن المتدينين يميلون إلى أن يكونوا أكثر تفاؤلاً من غير المتدينين، فقد يكون نقص التدين عاملا مسهما في التشاؤم وقد حاولت بعض الدراسات أن تتخذ من درجة تدين الفرد متغيرا هاما في الكشف عن التفاؤل والتشاؤم، فقد كشفت نتائج هذه الدراسات عن وجود علاقة دالة ايجابية بين التفاؤل، والتدين وسلبية التشاؤم.(أسماء ذوادي، 2018، ص ص65، 66).

نستنتج أن العوامل المؤثرة في التوجه نحو الحياة انها ألمت بجميع ميادين الحياة من وراثة وبيئة وما يدخل في اطارهما وما ينبعهما من مواقف اجتماعية وأيضا الجانب الديني لما له من تأثير كبير في الحياة.

عوامل تساعد على زيادة التوجه نحو الحياة: حددت (أمل الخالدي، 2014، ص ص، 86).

عدة عوامل تساعد الفرد على أن يكون متوجها نحو الحياة وهي:

- توفر الظروف البيئية والاجتماعية الجيدة.
- توفر الظروف الاقتصادية.
- الرضا عن الحياة.
- العمل: يعد مصدرا في التوجه نحو الحياة ومعناها الحقيقي.
- التفاؤل والتحمل النفسي والصحة الجسمية.
- وضع الأهداف والسعي لتحقيقها.

- ضبط الحياة الانفعالية وادارتها.
- تقبل الذات

7.أبعاد التوجه نحو الحياة:

حدد علماء ومنظري علم النفس الايجابي عدة أبعاد تتعلق بالتوجه نحو الحياة وحصرها كل من دودو صونيا،عون عوض وبشير معمرية وغيرهم من المنظرين الى بعدين هما التفاؤل والتشاؤم.

المزاج السائد عند الفرد كالتفاؤل والتشاؤم هو من يحدد الوجود الأفضل واتجاه الناس نحو الحياة (جبر محمد جبر، 2004، ص18):

أولا: التفاؤلoptinisn: حسبدودو صونيا،2018:هو استعداد شخصي يتوقع فيه الفرد أحداثا ايجابية.

حسب (عون عوض، 2012، ص57): إن الناس متفاوتون في التفاؤل فمنهم من ينمو هذا الشعور في نفسه ويقوى بالاعتياد وشدة الانتباه ودقة الملاحظة حتى لا يكاد يفارقه في شؤونه ليتحول إلى نمط سلوكي في حياته ومنه من يقل احساسه، ويضعف شعوره بملازمته حتى يتلاشى (عينوا عبد الله، 2016، ص50).

وأيضا هو توقعات الفرد الايجابية للأحداث الهام في حياته المستقبلية تجعله ينظر للأفضل ويتوقع حدوث الخير والنجاح.

وأيضا يرى محمد مصطفى 2017، ص 609):

فالفرد المتفائل يتوقع دائما حدوث الأشياء الجيدة في الحياة ويرتبط هذا التوقع الايجابي بالوجود الشخصي للأفضل للفرد حتى في الظروف الضاغطة والصعبة (محمد مصطفى، 2017، ص 609).

ويعتقد "شاير وكارفر" أن التفاؤل يحدد للناس الطريق لتحقيق أهدافهم ولذا فإن التوقعات التفاؤلية تجاه الأحداث سوف تساعد الأفراد على تحقيق أهدافهم بدلا من فقدان الأمل في تحقيقها.

وأيضا يرى (الأنصاري كراندال 1998 ص 14 -15): نقلا عن "Crandall1969" التفاؤل عبارة عن توقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق بعض المطالب في المستقبل وعرفه ستبيك (Stipek1981) بأنه التوقعات الذاتية الايجابية عن المستقبل الشخصي للأفراد.

وحسب(دودو صونيا،2017، ص84) يمكن التنبؤ بالمستقبل من خلال التفاؤل فهو يساعد الأفراد على التغلب على الصعوبات التي تواجههم.

فهذا ما يؤكد عليه (بشير معمرية، 2012،ص) بأن التفاؤل له دور فعال في تحقيق التوافق مع الخبرات السلبية.

ثانيا: التشاؤم: Pessimism:

يحدث التشاؤم كما عرفه شاورز" (Shawers1992) نقلا عن الأنصارى2002، ص 254: عندما يقوم الفرد بتركيز انتباهه وحصر اهتمامه على الاحتمالات السلبية للأحداث القادمة، وتخيل الجانب السلبي في النص (السيناريو)، كما أن هذا التشاؤم أو التوقع السلبي للأحداث قد يحرك دوافع الأفراد أو أهدافهم ووجودهم لكي يمنعوا وقوعها، ويسبب ذلك في التهيؤ والتأهب كواجهة الأحداث السيئة المتوقعة.

وأيضا حسب مارشال 1992 نقلا عن (الأنصارى2002، ص 254): التشاؤم استعداد شخصي وسمة كامنة داخل الفرد تؤدي إلى التوقع السلبي للأحداث المستقبلية.

وهو أيضا كما يراه (فاروق عثمان 2001، ص 19): احساس الفرد بعدم الطمأنينة وتوقع الفشل وسوء الحظ في كل شيء وإحساسه بالخطر ويبدوا المستقبل أمامه كئيبا وموحشا.

ويرى أيضا (عون عوض، 2012، ص 57) أنه: توقعات الفرد السلبية للأحداث الهامة في حياته المستقبلية تجعله ينظر للأسوء ويتوقع حدوث الفشل وخيبة الأمل.

وفي الأخير حسب رأي الطالبة الباحثة:

التفاؤل والتشاؤم خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية العامة للفرد وتؤثر هذه الحالة على سلوك الفرد وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل فهو اما يميل للتفاؤل أو يغلب عليه التشاؤم.

وعليه يمكننا القول أن أبعاد التوجه نحو الحياة تنحصر في التفاؤل، والتشاؤم لأن الحياة لها عثرات كما لها مسرات فهي متقابلة، وكل عنصر فيها له قطبين كالتفاؤل والتشاؤم.

8.بعض النماذج المفسرة للتوجه نحو الحياة:

تعددت النظريات والمقاربات التي فسرت التوجه نحو الحياة ولقد اختلفت بتعدد زوايا النظر فمنها من يرى التوجه نحو الحياة يتعلق بأدوار الفرد ومنها من يرى بأنها عجز مكتسب، ومنهم من يركز على الذات ومنهم من يفسر بأنها تبادل اجتماعي وعلى ضوء هذا يتم استعراضها كما يلي:

1.8.نظرية التقييم الجوهري للذاتJudge (1997) Core Self evaluation:

يرى جيدج(judge1997) أن التقييم الجزئي لكل الجوانب الخاصة بأي مجال من مجالات الحياة هو الذي ينتج الشعور النهائي بالرضا عن ذلك المجال الخاص في الحياة مثل: العمل أو الأسرة ومن ثم يتسبب الشعور العام بالرضا عن ذلك المجال في الحياة مثل: العمل أو الأسرة ومن ثم يتسبب الشعور العام بالرضا عن الحياة وقد

أثبتت الدراسات بأن الرضا عن مجالات هامة في الحياة أما (50%) الباقية فتعسرها الفروق الفردية والأخطاء التجريبية والمتغيرات الداخلية.

ويعرف جدج التقييم الجوهري للذات على أنه مجموع الاستنتاجات الأساسية التي يصل اليها الأفراد عن ذواتهم وقدراتهم، حيث حدد أربع محكاة معيارية لتحديد العوامل المتمثلة في التقييم الجوهري للذات وهي: مرجعية الذات reference ta the Self.

- بؤرة التقييم evaluation وهو ما يمكن موازنته بعمليات الغزو attribution.
- السمات السطحية Surfacetraits .
- اتساع الرؤية وشمول المنظور breadthofScape .

وجد جيدج أن الأفراد الذين يمتلكون تقييما جوهريا مرتفعا للذات أكثر شعورا بالرضا عن الحياة وعن الميادين العديدة للحياة مثل العمل والأسرة والدراسة لأنهم أكثر ثقة في قدراتهم على الاستفادة بكل ميزة وفرصة تلوح في أفق حياتهم. (جبار، 2013، ص 1272).

والأفراد ذوى التقييم الجوهري المرتفع والمتميز على الرغم من أن دوافعهم أصبحت مستقلة وظيفيا عن الماضي إلى أنها لا تصبح مستقلة من الذات اي اتساق جميع الدوافع مع الذات، وهذا ما يؤكد اتساق الشخصية وتكاملها مما يؤدي إلى شخصية راشدة وسوية راضية عن الحياة. (عبد الرحمان، 1998، ص 317).

2.8.نظرية سوبر Spacetheary life Span and life (Supper, 1990)

يؤكد سوبر في نظريته على أن الفرد عندما يحاول الجمع بين أكثر من دور في الحياة مثل (دور الأسرة، أو دوره كفرد عامل في المجتمع أو دوره كصديق) يمكن أن يتسبب في خلق شعور بالرضا، وبالقلق، والتوتر في آن واحد ويتوقف ذلك على مدى شعوره بأهمية كل دور من هذه الأدوار ومركزيتهافي حياته.

ويقول سوبر أن دراسة أهمية العمل في حياة الإنسان، وحدها بعيدا عن باقي مناحي الحياة هي عملية غير كافية على الإطلاق لتفسير معنى العمل في حياة الإنسان وعلى العكس من ذلك ينبغي علينا أن نختبر أهمية دور الإنسان في العمل داخل سياق الحياة كلها، بجميع جوانبها وقياس الأهمية النسبية لذلك الدور بجانب الأدوار الأخرى في الحياة.

وقد أكدت العديد من الدراسات مقالة سوبر من الأفراد الذين يمتلكون درجة قوية من التجانس والتناغم بين أدوارهم في الحياة، مثل دورهم في العمل، وفي الزواج، وفي الحياة العائلية كلها يخبرون درجات عالية من الشعور

بالرضا عن الحياة أكثر من الآخرين الذين يركزون في حياتهم على دور واحد فقط يمنحونه الأهمية التي ينبغي توزيعها على الأدوار الأخرى في الحياة.

كما يؤكد بارنت (Baranet) أن الخبرة الايجابية للإنسان في دور ما من أدوار حياته، يمكن أن يقلل من الضغوط التي يواجهها ذلك الفرد في الأدوار الأخرى في حياته والتي لا يجد فيها ذلك القدر من النجاح والايجابية وقد وجد كل من لينون وروز نيفيليد (lenen, Raxnfield) أن الأفراد الذين يمتلكون أدوار عديدة في الحياة لديهم قدرة أكبر في التحكم في حياتهم.

وذلك على المستوى المالي والاجتماعي، كما أنهم يخبروا مستويات أعلى من تقدير الذات Selfesteem وشعور أكبر بالصحة النفسية والرضا عن الحياة كما وجدت بارنت وهايد (BarentHyde) أن الإنسان عندما ينجح في الجمع بين أكثر من دور في المجالات المختلفة للحياة فإن ذلك يعمل على زيادة مصادر المساندة الاجتماعية لديه وزيادة الخبرات الحياتية وزيادة النجاح في الأدوار الأخرى الغير هامة في حياته، ومن زيادة شعوره بالتوجه الايجابي نحو الحياة. (جبار، 2013، ص ص1272- 1273).

3.8.نظرية العجز المكتسب:

إن مفهوم العجز المكتسب مرتبط بمفهوم الفكرة المتمثلة بفقدان الأمل أو اليأس التي وصفها مور 1960Mower لكن الدراسة المنظمة لهذا المفهوم كانت من قبل سليجمان1969Seligman حيث يرى أن العجز المكتسب هو عجز معرفي ودافعي وعاطفي بسبب التعرض لأحداث لا يمكن السيطرة عليها لفترات طويلة . (مريم، 2017، ص50).

حيث يرى سلجمان أنه عندما يعتقد الفرد بأنه هناك ما يستطيع عمله للتحكم بالأحداث السلبية والمؤلمة فهو يتوقع العجز حيال هذه الأحداث وبالتالي يصبح يائسا وقانطا، وأقل قدرة على تعلم كيفية التحكم في النواتج السلبية حتى لو كان في الواقع قادرا على التحكم فيها وفي حالة انسحاب واحساس بعدم القيمة.

وبذلك يعرف سليجمان العجز المكتسب: هي حالة نفسية تصيب الفرد نتيجة تكرار تعرضه لأحداث مشعّة (ضغط نفسي) تتسم بفقدان القابلية للتحكم فيها من قبل الفرد.

حيث المشكل الأساسي في العجز هو عندما يقوم الفرد بتعليمهم ذلك الاعتقاد على وضعيات أخرى ضاغطة فهو يتوقع الفشل بشكل مستمر، ويدرك بأن ما يتعرض له من فشل وعدم القدرة على مواجهة في الماضي والحاضر سوف يستمر معه في المستقبل حيث أعطى سلجمان ثلاثة أبعاد للتفسير المعرفي الذي يفسر به

الناس الأحداث السيئة والسعيدة وفقا للتفاؤل والتشاؤم حسب (إيمان لعفيفي، 2013، ص71-74) وندرجها كما يلي:

أولا: الاستمرارية: إن الأشخاص الذين يتملكهم العجز بسرعة يعتقدون بأن السبب وراء حدوث مكروه لهم سيكون دائم الحدوث ومستمر لفترة طويلة وأنه سيبقى دائم التأثير على حياتهم في حين أن الاشخاص الذين تكون لديهم مقاومة للعجز يعتقدون بأن الأحداث العصبية ما هي إلا أمر وقتي وزائل.

ثانيا: الانتشارية: ينظر الأشخاص الذين يصابون بالعجز إلى الحدث السيء في مجال معين بأنه يستمر ليشمل جميع مواقف حياتهم، في حين ينظر الأشخاص الذين لا يستسلمون بسرعة إلى ذلك الفشل هو خاص بذلك الموقف فقط.

ثالثا: الشخصية: عندما يقع الحدث السيء فإن الأشخاص الذين يستسلمون للعجز ينسبونه إلى ضعفهم وقلة حيلتهم.

وقد قدم سليجمان في كتابه "تعلم التفاؤل" عدة أمثلة تخص الأبعاد التفسيرية الثلاثة كما أضاف ثلاثة عوامل تحول دون تعميم حالة العجز من موقف لآخر، حينما نجد أنفسنا عاجزين في موقف ما ونكون غير ذلك في مواقف أخرى وهي:

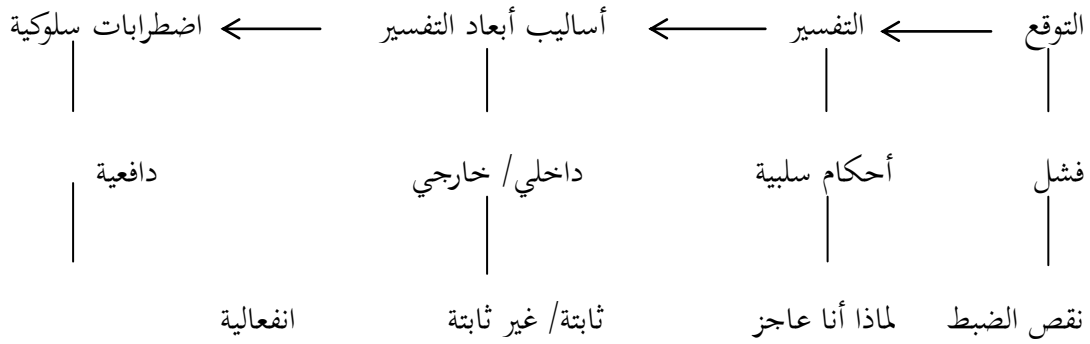
الحصانة عن طريق التوقعات المضادة: يلعب تاريخ الفرد تأثيرا مهما في منع تعميم الشعور بالعجز من موقف لآخر فالفرد الذي لديه تاريخ سابق بعدم التحكم، يجد صعوبة في تكوين توقع أو اعتقاد بأن الحدث يسهل التحكم فيه، حتى ولو كان سهل التحكم.

الحصانة عن طريق التحكم التمييزي: يتوقف على قدرة الفرد على تمييز المواقف فإذا تعلم الفرد العجز في موقف ما تعلم التحكم في موقف آخر، فهذا يجعله يميز بين الموقفين.

القوة المبينة للنواتج: فقد وجد أن العجز ينتقل فقط من مواقف (ضاغطة) مشقة إلى مواقف أخرى أقل مشقة.

ويلخص المخطط التالي أهم المفاهيم التي ذكرت والتي جاء بها النسق الفكري لسليجمان:

شكل رقم (5) يوضح أهم المفاهيم حسب النسق الفكري لسيلجمان



4.8. النظرية التبادلية (نظرية التبادل الاجتماعي):

تسير النظرية إلى ميل الأفراد أثناء تفاعلاتهم الاجتماعية لتحقيق أقصى فائدة وبأقل تكلفة فالتفاعل قائم على أساس نفعي وليس شرطا أن يكون معيار الأخذ، والعطاء ماديا، يدخل ضمنه العديد من المتغيرات الاجتماعية والنفسية.

وأهم ما جاءت به النظرية التبادلية "أن التبادل يتم على أساس حساب التكلفة " والعائد فيتجنب الفرد السلوك الذي لا يعود عليه بالفائدة وأيضا من قواعد نظرية التبادل الاجتماعي أنه ما هو مكلف لفرد معين قد لا يكون كذلك لفرد آخر، وما هو غير مكلف لفرد معين قد لا يكون كذلك لفرد آخر مشترك معه في علاقة تبادلية، وقد يكون النشاط التبادلي ذا كلفة ومنفعة لفرد فيما يكون أكثر من ذلك لفرد آخر.

ويعتبر "بيتر بلاو": التبادل المادي أو المعنوي هو الدافع الرئيس لسلوك الفرد يرى أن السلوك التبادلي يبنى بدخول الفرد في نشاط اجتماعي معين متوقعا الحصول على مكافأة منه، وكلما زادت قيمة المكافأة زاد نشاطه، وكلما قلت المكافأة قل نشاطه، وكلما حصل الفرد على منفعة في تفاعله مع الآخرين أوجبه ذلك رد المنفعة كدين لهم، لأنه التزام أخلاقي أدبي.

ونلاحظ هنا أن معظم مفاهيم "بلاو" مشتقة من الاقتصاد كالتكلفة والفائدة.

وأيضا يرى "جورج هومنز": أن التبادل الاجتماعي يبدأ من تفاعل الأفراد التقابلي (وجها لوجه)، ويعتبر أن المنفعة المادية الصرفة ليست دائما هدفا للتبادل الاجتماعي بل يعتبر القبول الاجتماعي، والاحترام مكافأة اجتماعية للفرد داخل جماعته.

ويرى "هومنز" أنه كلما زادت قيمة المكافأة زاد الفرد في نشاطه من أجل الحصول على مكافأة وهذا ما أكدت عليه نظرية التبادل الاجتماعي. (عبد العزيز، https://www.academia.edu/23145172/).

التعقيب على النماذج المفسرة للتوجه نحو الحياة:

أشارت نظرية سوبر إلى أن التوجه نحو الحياة يرتكز بصورة كبيرة على أدوار الفرد في الحياة، من عمل وتكوين أسرة، أو صداقة، وتتفق نظرية التقييم الجوهري للذات في هذا إلا أنها تعتمد على تقييم كل هذه الجوانب وتؤمن بأن التقييم الجوهري للذات هو استنتاجات يصل إليها الفرد، أما نظرية العجز المكتسب ففسرو التوجه نحو الحياة بتصور الاستمرارية للعجز وتعميم نظرة العجز على جميع ميادين الحياة، أما نظرية التبادل فكانت أقرب للجانب الاقتصادي لتركيزهم على مصطلحات اقتصادية بحتة

وهنا نرى من خلال ما قدمته لنا كل النظريات أنها اهتمت بالجانب البيئي، لكن أهملت بعضا منه مثل الجانب الديني في البيئات الإسلامية أو بيئات أخرى لها معتقدات مختلفة فاعتقاداتهم تلعب دور كبير في توجهاتهم نحو الحياة، ونلاحظ أيضا أنه لا توجد نظرية تكاملية تجمع هذه النظريات في قالب واحد فكل نظرية ركزت على جانب.

خلاصة:

إن التوجه نحو الحياة تخلق لنا أفراد أكثر قدرة على توقع الأفضل والاستبشار بالخير وحدوث أشياء حسنة وخلق الأمل في المواقف الصعبة والمحن والقدرة على تجاوزها وتخطيطها ورؤية الجوانب المشرقة من المحن والرضا عن الذات بصفة خاصة و الحياة بصفة عامة وعن البيئة المحيطة به مما يحقق له الشعور بالراحة النفسية.

.

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1-الدراسة الاستطلاعية.

2- منهج الدراسة .

3- حدود الدراسة .

4- مجتمع الدراسة .

5-عينة الدراسة.

5- 1 عينة الدراسة الاستطلاعية.

5- 2 عينة الدراسة الأساسية.

6. أدوات الدراسة ومحدداتها السيكومترية.

7. الاساليب الاحصائية.

خلاصة

تمهيد:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية تمهيدا لأي بحث ميداني فهي تساعد الباحث على تطبيق أدوات بحثه كما يهدف الجانب التطبيقي إلى ترجمة ما هو موجود في الجانب النظري إلى بيانات احصائية أخذت من مجتمع الظاهرة المدروسة، يتم تحليلها وتفسيرها بها يتماشى والمعطيات النظرية، وتم التطرق في هذا الفصل إلى اجراءات الدراسة الاستطلاعية واجراءات الدراسة الاساسية.

1/ الدراسة الاستطلاعية:

هي مرحلة مهمة في البحث العلمي وذلك لارتباطها بالميدان، فمن خلالها تتحقق جملة من الأهداف تسير طريقنا في الدراسة الأساسية ومعرفة العوائق، والتفاصيل قبل البدء فيها.

أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى جملة من الأهداف من بينها ما يلي:

استكشاف ميدان الدراسة الأساسية بصورة عامة.

معرفة الصعوبات التي تواجهنا اثناء التطبيق أو محاولة ضبطها وتجازوها أثناء تطبيق الدراسة الأساسية.

دراسة الخصائص السيكومترية لأدوات القياس.

ضبط متغيرات الدراسة.

جمع المعلومات الضرورية للدراسة.

التأكد من جدوى الدراسة التي يرغب الطالبة الباحثة القيام بها.

توفر الفرصة للطالبة الباحثة لتقويم مدى مناسبة البيانات التي يحصل عليها للدراسة، كما يتأكد من صلاحية الأدوات التي يستخدمها لهذه الدراسة.

تمكن الدراسة الاستطلاعية الباحثة من اظهار مدى كفاية اجراءات الدراسة والمقياس التي اختيرت لقياس المتغيرات.

وقد قامت الطالبة الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال شهر (جانفي) بجامعة محمد بوضياف المسيلة، على عينة قوامها (30) طالبا وطالبة من المرحلة الدراسة الثالثة لسانس والثانية ماستر علم النفس العيادي بهدف التأكد من مدى فهم التلاميذ وعبارات المقياس، والتأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

2.منهج الدراسة:

بما أن نمط الدراسة وصفية استطلاعية ارتباطية تهدف إلى استطلاع واكتشاف الصمود النفسي وعلاقته بالتوجيه نحو الحياة لدى طلبة علم النفس العيادي المقبلين على التخرج ومن أجل الوصول إلى الأهداف المسطرة للدراسة فقد تم اختيار المنهج الوصفي الارتباطي لأنه المناسب لهذه الدراسة.

3.**حدود الدراسة:** اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود أو المجالات التالية:

المجال البشري: تم اجراء هذه الدراسة (في جامعة محمد بوضياف – المسيلة) على عينة من الطلبة بجامعة محمد بوضياف المسيلة.

المجال الزماني: تم اجراء هذه الدراسة في الموسم الدراسي 2018/ 2019.

المجال المكاني: تم اجراء هذه الدراسة في جامعة محمد بوضياف المسيلة.

مجتمع الدراسة:

بعد وضع الحدود البشرية والزمانية والمكانية للمجتمع الأصلي الذي شمل طلبة الجامعة المقبلين على التخرج بجامعة محمد بوضياف-المسيلة-الذين قدر عددهم الاجمالي حوالي 150 طالبا وطالبة، حيث يمثلون المجتمع الاحصائي لهذه الدراسة.

5.عينة الدراسة:

تكونت العينة من صورتها النهائية من (50) طالبا وطالبة مقبلين على التخرج للعام الدراسي (2018/ 2019) بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة من المجموع الأصلي، ثم اختبار عينة الدراسة بطريقة عشوائية

1.5.عينة الدراسة الاستطلاعية:

للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة التي قامت الطالبة الباحثة بتطبيق أداة الدراسة (مقياس الصمود النفسي، ومقياس التوجه نحو الحياة) على عينة استطلاعية عشوائية قوامها (30) طالبا وطالبة من مجتمع الدراسة الأصلي، والمتمثل في الطلبة المقبلين على التخرج تخصص علم النفس العيادي جامعة محمد بوضياف المسيلة وقد استغرقت مدة الدراسة الاستطلاعية أيام بهدف التحقق من صلاحية أداة الدراسة للتطبيق على أفراد العينة الأساسية من خلال حساب الصدق والثبات بالطرق الاحصائية الملائمة.

2.5.عينة الدراسة الأساسية:

تم اختيار عينة الدراسة من مجتمع أصلي قدر بـ 150 حيث بلغ حجم العينة الأساسية 50 طالبا وطالبة، واختيروا بطريقة عشوائية.

1.2.5.خصائص العينة الأساسية:

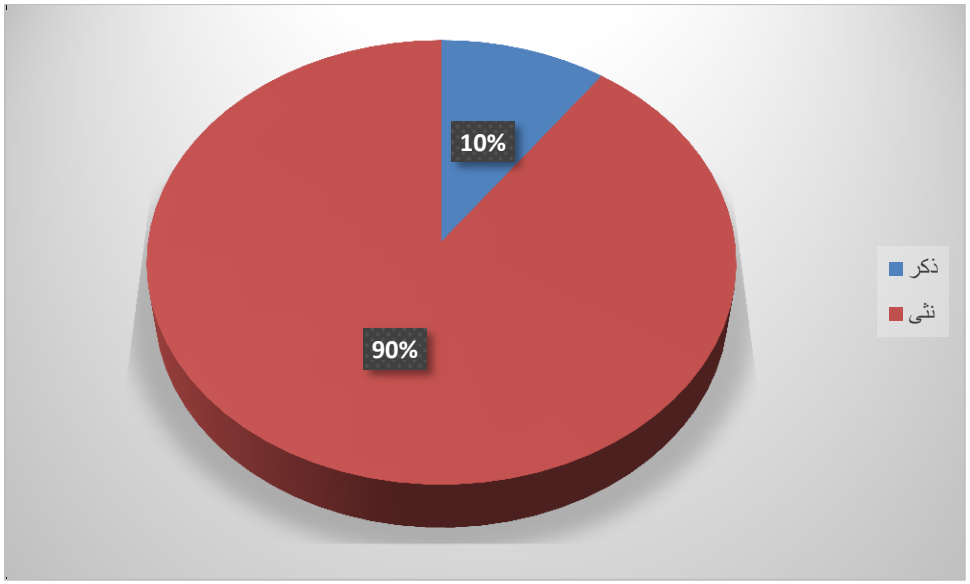
تمثلت خصائص العينة الأساسية في البيانات الشخصية التالية:

أ. خصائص العينة من حيث الجنس:

الجدول رقم (1): يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكر	5	%10
أنثى	45	%90
الاجمالي	50	%100

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (50) فردا، نلاحظ أن عدد الذكور بلغ (5) فرد بنسبة مئوية قدرت بـ(. 10%) وقدر عدد الإناث بـ (45) بنسبة مئوية قدرت بـ (90%)، كما هو موضح من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (6): يمثل خصائص عينة الدراسة حسب الجنس.

ب. من حيث المستوى التعليمي:

الجدول رقم (2): يبين خصائص عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي.

المستوى التعليمي	العدد	النسبة المئوية
ليسانس	35	%70
ثانية ماستر	15	%30
الاجمالي	50	100%

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالا (50) فردا، نلاحظ أن عدد الذين لديهم مستوى ثانوي بلغ فرد بنسبة مئوية قدرت بـ (12,7%) وقدر عدد الذين لديهم مستوى ليسانس بـ (48) بنسبة مئوية قدرت بـ (87,3%).

6.أدوات الدراسة:

بعد اطلاع الطالبة الباحثة على الدراسات السابقة التي بحثت في الصمود النفسي والتوجه الحياتي ثم تبنى مقاييس الصمود النفسي، والتوجه الحياتي.

أولا:مقياس الصمود النفسي: من إعداد باسل محمد عبد الله عاشور 2017 مكون من 34 فقرة.

- إعداد الأداء: قام الباحث بالاطلاع والاستفادة من عدة مقايس للصمود النفسي مثل: مقياس الصمود النفسي من إعداد الباحثين باشا وشنودة (2016)، ومقياس صالح (2014).

أ.وصف الأداة:

تكونت الأداة بشكلها النهائي من(34) فقرة حيث قامت الطالبة الباحثة بتعديلها وذلك باختيار الفقرات من(01) إلى(25)، وحذف الفقرات من (26- 34) وذلك حسب متطلبات البحث.

ب. تصحيح الأداة:

قام الباحث باستخدام مقياس ليكرت الخماسي وهو (تنطبق دائما، تنطبق غالبا، تنطبق أحيانا، تنطبق نادرا، لا تنطبق) حيث أن الدرجات في العبارات الإيجابية تأخذ الترتيب التالي (4. 3. 2. 1. 0) وفي العبارات السلبية تأخذ الترتيب التالي (0. 1. 2. 3. 4).

ثانيا: مقياس التوجه نحو الحياة للباحث (شاكر نورس هادي 2008 مكون من 10 فقرات.)

أ.وصف المقياس:

مقياس التوجه نحو الحياة للباحث نورس شاكر هادي تتكون ورقة الاجابة لمقياس التوجه نحو الحياة من 10 فقرات تمت صياغتها بالاتجاهين الموجب والسالب، حيث تدل الفقرات الايجابية على التفاؤل وهي (1. 2. 3. 4. 5. 6. 9)، بينما تدل الفقرات السلبية على التشاؤم وهي (7. 8. 10) ويقابل كل فقرة من فقرات المقياس خمس بدائل للإجابة على طريقة تيكرت وهي: أعترض بشدة، أعترض، لا رأي لي، أتفق، أتفق بشدة وقدر روعي في صياغة ترجمة البدائل أن تكون متمايزة المعنى لا أن تكون مركبة للمستجيب.

ب.التصحيح:

تعطى كل فقرة في مقياس التوجه نحو الحياة وزنا يتراوح بين (1- 5) وتصحيح الفقرات الايجابية (الدالة على وجود التفاؤل) بإعطائها الأوزان (1. 2. 3. 4. 5) على التوالي، بينما تصحح الفقرات السلبية الدالة على التشاؤم بإعطائها أوزانا معكوسة أي أن الاستجابات تعطي الأوزان (5.4. 3. 2. 1) على التوالي، ويكون التصحيح وإعطاء الدرجات على استمارة مخصصة لهذا الغرض.

ولكي تستخرج الدرجة الكلية لمقياس، تجمع ببساطة الدرجات الموزونة للفقرات العشر التي تكون هذا المقياس، ويمكن أن تتفاوت الدرجات من 10 لحد أدنى إلى 50 كحد أعلى أما المتوسط الفرضي لدرجات المقياس فهو .30

7.الأساليب الاحصائية:

قامت الطالبة الباحثة باستخدام برنامج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتمثلت في ما يلي:

- التكرارات والنسب المئوية والتمثيلات البيانية استخدمت في تحديد خصائص العينة.
- معامل الارتباط بيرسون ثم استخدمه في حساب العلاقة الارتباطية بين عبارات ومحاور المقياس.
- معامل ألفاكر ونباخ لحساب ثبات مقياس الدراسة.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري. لتحديد دلالة الفروق بين متغيري الدراسة (الصمود النفسي، والتوجه نحو الحياة)
- اختبار الدلالة الاحصائية (ت) لعينة مستقلة واحدة (t. test)، تم استخدامه لمعرفة ما إذا كان هناك فروق بين الذكور والاناث.

الخلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى اجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبني المنهج المناسب، وكذلك حصر لمجتمع الدراسة لاختيار عينة الدراسة الأساسية، كما تم اجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من صلاحية أدوات الدراسة للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية، وحساب خصائصها السيكو مترية، والتي تتمثل في الصدق والثبات حيث تبين بعد تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية صلاحية الأدوات للتطبيق في الدراسة الأساسية، كما تمت الإشارة إلى الأساليب الاحصائية المستخدمة لمعالجة الفرضيات التي سوف يتم عرضها ومناقشتها في الفصل اللاحق.

الفصل الخامس:

عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة

2- مناقشة نتائج الدراسة

3- استنتاج عام

تمهيد:

في هذا الفصل سنقوم بعرض ومناقشة نتائج الدراسة المتحصل عليها، من أجل تأكيد أو نفي فرضيات الدراسة، بعد أن تم تحليل نتائج أداة الدراسة باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية فيما يلي:

1.عرض ومناقشة الدراسة

توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصمود النفسي والتوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس –ماستر.

وتتفرع عنها التساؤلات الجزئية التالية:

1-1عرض التساؤل الأول:

– نصت على أنه: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الكفاءة الشخصية ومتوسط درجات التوجه نحو الحياةلدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس –ماستر".

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المقياسين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (3) يوضح قيمة معامل الارتباط بين **الكفاءة الشخصية والتوجه نحو الحياة**

متغيري الدراسة	التوجه نحو الحياة			
	حجم العينة	**معامل الارتباط بيرسون r**	**مستوى الدلالة**	**القرار**
الكفاءة الشخصية	**50**	0,146	0,313	غير دال احصائيا

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية **للكفاءة الشخصية** والدرجة الكلية **للتوجه نحو الحياة** بلغت (0,146) هي قيمة موجبة وضعيفة وغير دالة احصائيا، وعليه نستنتج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الكفاءة الشخصية والتوجه نحو الحياة **لدى الطلبة المقبلين على**

التخرج قسم علم النفس. وعليه نرفض الفرضية البحثية التي نصت على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المتغيرين وقبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود العلاقة بين متغيري الدراسة.

1-2-عرض التساؤل الثاني:

- نصت على أنه: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات **حل المشكلات** ومتوسط درجات **التوجه نحو الحياةلدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس –ماستر"**.

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation للكشف عن قيم معامل الارتباط بين المقياسين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (4) يوضح قيمة معامل الارتباط بين **حل المشكلات والتوجه نحو الحياة**

متغيري الدراسة	التوجه نحو الحياة			
	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون r	مستوى الدلالة	القرار
حل المشكلات	**50**	0,274	0,054	غير دال احصائيا

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية **لحل المشكلات**والدرجة الكلية **للتوجه نحو الحياة** بلغت (0,274) هي قيمة موجبة وضعيفة وغير دالة احصائيا، وعليه نستنتج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين حل المشكلات والتوجه نحو الحياة وعليه نرفض الفرضية البحثية التي نصت على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين **حل المشكلات** و **التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس** وقبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود العلاقة بين متغيري الدراسة.

1-3-عرض التساؤل الثالث:

- نصت الفرضية الجزئية الثالثة على أنه: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات **المرونة** ومتوسط درجات **التوجه الحياتي**لدى **لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس –ماستر.**

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم معامل ارتباط بيرسون ***Pearson Correlation*** للكشف عن قيم معاملللارتباط بين المقياسين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (5) يوضح قيمة معامل الارتباط بين المرونة **والتوجه الحياتي**

متغيري الدراسة	التوجه الحياتي			
	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون r	مستوى الدلالة	القرار
المرونة	**50**	**0,464****	0,001	دال احصائيا

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية **لمحور المرونة** والدرجة الكلية **للتوجه الحياتي**بلغت (**0,464**) هي متوسطة وموجبة ودالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وعليه نستنتج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين **المرونة** والدرجة الكلية **للتوجه الحياتي**وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين **المرونة والتوجه الحياتي**وقبول الفرضية البحثية التي نصت على وجود علاقة بين متغيري الدراسة. ونسبة التأكد من النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

1-4-عرض التساؤل العام:

- نصت على أنه: "توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الصمود النفسي ومتوسط درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس –ماستر".

وللتحقق من صحة هذا لفرض استخدم معامل ارتباط بيرسون ***PearsonCorrelation*** للكشف عن قيم معامل لارتباط بين المقياسين والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول رقم (6) يوضح مصفوفة معامل الارتباط بين **الصمود النفسي والتوجه الحياتي**

متغيري الدراسة	التوجه الحياتي			
	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون r	مستوى الدلالة	القرار
الصمود النفسي	**50**	0,383**	0,006	غير دال احصائيا

ويتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية **الصمود النفسي**والدرجة الكلية **للتوجه الحياتي** بلغت ($0,383^{**}$)هي متوسطة موجبة ودالة احصائيا، وعليه نستنتج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين **الصمود النفسي**والدرجة الكلية **للتوجه الحياتي**وعليه نرفض الفرضية الصفرية التي نصت على عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين **الصمود النفسي والتوجه الحياتي**وقبول الفرضية البحثية التي نصت على وجود علاقة بين متغيري الدراسة. ونسبة التأكد من النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

عرض وتحليل نتائج التساؤل الخامس الفارقي:

–نص على أنه: '' لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغيري الجنس والمستوى"" وتتفرع عنه الفرضيتين الجزئيتين التاليتين:

1–5–الفرضية الفارقي الخامس(5): ينص الفرض على أنه: ''لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير الجنس. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدم اختبار (**ت**) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها:

– جدول رقم (7) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الجنسين في أبعاد الصمود النفسي والدرجة الكلية.

المتغير	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الكفاءة الشخصية	ذكر	5	28,4000	2,40832	**2,435**	**48**	**0,019**	**دال عند 0.05**
	أنثى	45	23,4889	4,40878				
حل المشكلات	ذكر	5	3,0000	0,70711	**–0,083**	**48**	0,934	**غير دال**
	أنثى	45	3,0444	1,16688				

المرونة	ذكر	5	14,0000	1,87083	**0,384**	**48**	**0,703**	غير دال
	أنثى	45	13,4667	3,02715				
الدرجة الكلية للصمود النفسي	ذكر	5	80,0000	8,88819	**2,449**	**48**	**0,018**	دال عند **0.05**
	أنثى	45	68,2000	10,33221				

نلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية **للجنسين (ذكور/ اناث) في** محاور الاستبيان حيث جاءت الفروق طفيفة بينهما وغير دالة احصائيا في **محوري (حل المشكلات/ المرونة)** حيث بلغت متوسطات الذكور على التوالي (14/3) في حين بلغت متوسطات الاناث على التوالي (13,46/3,04) وما يؤكد عدم وجود فروق بين الجنسين هو قيمة T-TEST والتي بلغت على التوالي بالنسبة لمحوري الاستبيان (**0,384/-0,083**) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [α=0.05]. أما بالنسبة لمحور الكفاءة الشخصية والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي جاءت الفروق لصالح الذكور حيث بلغ متوسطي الذكور على التوالي بالنسبة لمحور **الكفاءة الشخصية والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي**على التوالي (80/28,40) وهو أكبر من متوسط الاناث أما بالنسبة للإناث فقد بلغت على التوالي (**68.20/23,48**) وما يؤكد عدم وجود فروق بين الجنسين هو قيمة T-TEST والتي بلغت على التوالي بالنسبة لمحوري الاستبيان والدرجة الكلية (**2,449/2,435**) حيث جاءت دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [α=0.05] **ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95%مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%**. من هنا يمكن القول بأنه **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور في محور الكفاءة الاجتماعية والصمود النفسي ككل**.وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية جزئيا.

1-6-التساؤل الفارقي السادس: تنص على أنه: ''لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير المستوى (ثالثة ليسانس/ثانية ماستر).. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها:

- جدول رقم (8) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات طلبة علم النفس العيادي (ثالثة ليسانس/ ثانية ماستر) في أبعاد الصمود النفسي والدرجة الكلية.

المتغير	المستوى	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الكفاءة الشخصية	ثالثة ليسانس عيادي	35	23,8000	4,31686	-0,430	48	0,669	غير دال
	ثانية ماستر عيادي	15	24,4000	4,99714				
حل المشكلات	ثالثة ليسانس عيادي	35	3,1143	1,10537	0,710	48	0,481	غير دال
	ثانية ماستر عيادي	15	2,8667	1,18723				
المرونة	ثالثة ليسانس عيادي	35	13,5714	2,52384	0,188	48	0,852	غير دال
	ثانية ماستر عيادي	15	13,4000	3,79473				
الدرجة الكلية للصمود النفسي	ثالثة ليسانس عيادي	35	68,8857	8,68661	-0,494	48	0,624	غير دال
	ثانية ماستر عيادي	15	70,5333	14,74966				

نلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية **لطلبة علم النفس العيادي (ثالثة ليسانس/ ثانية ماستر) في أبعاد الصمود النفسي والدرجة الكلية في أبعاد المقياس** حيث جاءت الفروق طفيفة بينهما وغير دالة احصائيا في **الابعاد (الكفاءة الشخصية/ حل المشكلات/ المرونة) والدرجة الكلية** حيث بلغت متوسطات طلبة الثالثة ليسانس في أبعاد المقياس والدرجة الكلية على التوالي (13,5714/3,1143/23,80) أما بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي فقد المتوسط الحسابي لطلبة الثالثة ليسانس (**68,8857**) أما بالنسبة لطلبة علم النفس العيادي الثانية ماستر فقد بلغت على التوالي (13,400/2,8667/24,400) وما يؤكد عدم وجود فروق بين طلبة الثالثة وطلبة الثانية ماستر هو قيمة T-TEST والتي بلغت على التوالي بالنسبة لمحوري الاستبيان والدرجة الكلية (**-0,494/0,188/0,710/0,430**) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [α=0.05] من هنا يمكن القول بأنه لا **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير المستوى (ليسانس –ماستر)**. وعليه نستنتج تحقق الفرضية جزئيا.

التساؤل الفارقي السابع:

–نص الفرض على أنه: '' لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي''.

وتتفرع عنه الفرضيتين الجزئيتين التاليتين:

1–7– التساؤل الفارقي السابع: ينص على أنه: ''لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير الجنس. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدم اختبار **(ت)** لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها:

– جدول رقم (9) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الجنسين في الدرجة الكلية للتوجه الحياتي.

المتغير	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية للتوجه الحياتي	ذكر	5	33,4000	4,77493	**0,613**	**48**	**0,543**	**غير دال**
	أنثى	45	32,0000	4,84768				

نلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين متوسطي **الجنسين (ذكور/ اناث) في** الدرجة الكلية لمقياس التوجه الحياتي حيث بلغ متوسط الذكور (33,4000) أما متوسط للإناث فقد بلغ (32,00) وما يؤكد عدم وجود فروق بين الجنسين هو قيمة T-TEST والتي بلغت على (**0,613**) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [(α=0.05)] من هنا يمكن القول بأنه **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير الجنس**.. وعليه نستنتج تحقق الفرضية جزئيا

1-8-التساؤل الفارقي الثامن: ينص على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير المستوى (ليسانس –ماستر). وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدم اختبار (**ت**) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل اليها:

– جدول رقم (10) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات المستويين (ليسانس/ماستر) في الدرجة الكلية للتوجه الحياتي.

المتغير	المستوى	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة" ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية للتوجه الحياتي	ثالثة ليسانس عيادي	35	31,3143	4,60672	**-1,903**	**48**	**0,063**	غير دال
	ثانية ماستر عيادي	15	34,0667	4,87657				

نلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين متوسطي **طلبة علم النفس العيادي (ثالثة ليسانس/ ثانية ماستر) في الدرجة الكلية لمقياس التوجه الحياتي** حيث بلغ متوسط طلبة الثالثة ليسانس (31,3143) أما متوسط طلبة الثانية ماستر في التوجه الحياتي فقد بلغ (**34,0667**) وما يؤكد عدم وجود فروق بين الجنسين هو قيمة T-TEST والتي بلغت على (**1,903–**) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة [(α=0.05)] من هنا يمكن القول بأنه **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعاً لمتغير المستوى (ليسانس –ماستر)**. وعليه نستنتج تحقق الفرضية جزئيا.

2– مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات : على ضوء الفرضيات، وبعد عرض نتائج الدراسة الحالية وتحليلها باستخدام الإحصاء الوصفي المقارن، وفقا لاستجابات عينة الدراسة تتناول الدراسةالحالية مناقشه وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الأطر النظرية، وكذا ربطها بنتائج الدراسات السابقة.

2-1الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الكفاءة الشخصية ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس العيادي ليسانس– ماستر" بجامعة المسيلة وللتحقق من ذلك تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لكشف عن قيم معامل الارتباط بين المقياسين، وأثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (3) أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية

بين متوسط درجات الكفاءة الشخصية ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى العينة، ربما يعود ذلك إلى بنية الطالب تحدد توجهاته نحو الحياة، فالأفراد الذين يتمتعون بالكفاءة الذاتية (الشخصية) المرتفعة يركزون في تفكيرهم على متطلبات وتحديات المهمة، ويتجاوبون مع التحديات، أو النشاط بأداء حماسي، ومتفائل، وبالمقابل فإن الأفراد الذين يعانون من الشعور بعدم الكفاءة الذاتية يشعرون بالقلق، والإحباط، وتوقع الفشل، والشعور بالنقص والتشاؤم، وعدم القيام بالمهمات أو الأنشطة وفي هذا الصدد يذكر باندورا (1994) Bandura نقلا عن (حوراء عباس 2016 ص 531) أن معتقدات الكفاءة الشخصية تلعب دورا في التنظيم الذاتي للدافعية ويقول أن الأشخاص يحفزون أنفسهم ويقومون بتشكيل المعتقدات حول ما يستطيعون القيام به ويضعون أهدافا لأنفسهم ويخططون مسارات العمل المصمم لتحقيق مستقبل ذي قيمة جيدة وعليه فالكفاءة الشخصية (حسب فاطمة الجهورية 2018 ص 170) تحدد معتقدات الطالب حول قدرته على التفوق الدراسي.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الجزئية الثانية على:

توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات حل المشكلات ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج بجامعة المسيلة "وللتحقق من ذلك تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لكشف عن قيم معامل الارتباط بين المقياسين"، واثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (4) أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين حل المشكلات، والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقياس على التخرج لدى عينة الدراسة وهذا ربما يرجع إلى عدة عوامل مختلفة لا حظتها الطالبة الباحثة في سلوكيات الطلبة بصفة عامة، وأيضا اثناء تطبيق المقياس، وذلك في عدم قراءة وفهم عبارات المقياس بطريقة سليمة، لا يتصرفون بحكمة في المواقف المفاجئة ويشعرون بالانهزام النفسي عند الفشل في حل مشكلة ما، وتفادي مواجهة المشاكل وهذا ما أحدث الخلل فحل المشكلات هو جسر حصين لتوجه نحو الحياة، ويؤكد (حنين محمود، 2017صص 19 21) أسلوب حل المشكلات يحتاج إلى مهارات محددة تساعد الفرد على مواجهة الضغوط للحياة، وإيجاد الحلول، واتخاذ القرارات المناسبة، وبناءا على ذلك فإن حل المشكلات سلوك معرفي يحاول الفرد فيه ايجاد طرائق عامة للتعامل مع المشكلات، والتوجه نحو المشكلة يكون ايجابيا وسلبيا فالتوجه الايجابي له علاقة بالتوافق أما السلبي فله علاقة بالقلق والاكتئاب، فقدرة الفرد على حل المشكلات تقاس بحسب المعلومات، والاعتقادات، والاتجاهات، والمهارات التي يستعين بها الفرد لتجاوز المشكلة.

2-3- مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة: تنص الفرضية الجزئية الثالثة: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المرونة ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

وللتحقق من ذلك تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لكشف عن قيم معامل الارتباط للمقياسين وأثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (5) أنه توجد علاقة بين متوسط درجات المرونة والتوجه نحو الحياة عند معامل الارتباط (0.30)، وربما هذا يرجع إلى أن الطالب يجب أن يتعايش مع الأحداث بمرونة، وأن يكون مستقبلا للرأي الآخر والمناقشة مع بعضهم البعض حيث اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة (هالة خير سنارى، 2017) التي توصلت إلى وجود مستويات منخفضة من المرونة لدى الطلبة ويرى أيضا الباحث أنه من الضروري أن يتمتع الطالب الجامعي بالمرونة النفسية التي تمكنه من التصدي لهذه الضغوطات والاحباطات حتى يتحقق له التكيف الجيد مع متغيرات الحياة .

ويتفق مع الرأي القائل ل (مازن فواز (2013 ص 20) إذ يؤكد على أن مرونة الأنا واضحة المعالم كونها إطار مفيد يكشف عن الشخصية لمعرفة وكشف طبيعة المهارات، والاتجاهات، والقدرات الخاصة لدى الأفراد، وهي التي تقوى بصفة خاصة الشباب على مواجهة تحديات الحياة، ومواجهة مخاطرها بما يكون لديهم نموا، وتطورا شخصيا في مواجهة الأحداث الحياتية خصوصا الصادمة.

وفي السياق ذاته أكد ابو حلاوة نقلا عن (مازن فواز 2013 ص 25): الشخصية المرنة لها القدرة على التعامل مع ظروف الحياة الايجابي والحوار والتفاعل الجيد مع الآخرين.

3-3- مناقشة نتائج الفرضية العامة:

تتضمن الفرضية العامة على أنه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الصمود النفسي ومتوسط درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس وللتحقق من ذلك تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لكشف عن قيم معامل الارتباط بين المقياسين، وأثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (6) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا موجبة بين الصمود النفسي، والدرجة الكلية للتوجه نحو الحياة لدى عينة الدراسة، وبالتالي الصمود النفسي بما فيه من قدرة على التكيف، ومواجهة ضغوط الحياة والمحن وإعادة التوازن والتكيف المرن مع المطالب المتغيرة للخبرات الضاغطة نفسيا هو المدعم للفرد، أو الطالب للتوجه نحو الحياة بكل فاعلية وبكل إحساس بمعنى الحياة، وقيمتها، والنظر اليها بكل أمل، وتفاؤل ورؤية الجانب المشرق لها فبهذا

يستطيع الطالب من خلال صموده في وجه تحديات الحياة أن يشكل دراسته، ويحدد توجهه نحو الحياة، وتكوين أسرة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع بعض المقاربات النظرية المتناولة في الفصل النظري، حيث أكدت النظرية الوجودية حسب (المعري، 2016، ص 274) أن الأفراد قادرون على مواجهة الظروف الصعبة وتحويل حوادث الحياة إلى احتمالات، وفرص لمصلحتهم وطبقا للنظرية الوجودية فالصمود النفسي يمكن النظر إليه على أنه تحمل لمسؤولية الفعل، والقرار الحر باعتماد العقل عن طويل، وتحمل الأحداث الضاغطة، ومواجهتها من خلال وجود هدف للحياة.

كذلك تؤكد نظرية (Brant hydeSupper 1990) نقلا عن جبار 2013 ص ص 1272-1273) أن الإنسان عندما ينجح في الجمع بين أكثر من دور في المجالات المختلفة للحياة فإن ذلك يعمل على زيادة مصادر المساندة الاجتماعية لديه، وزيادة الخبرات الحياتية وزيادة النجاح في الأدوار الأخرى الغير هامة في حياته، ومن ثم زيادة الشعور بالتوجه نحو الحياة.

3-4- مناقشة نتائج الفرضية الفارقية الجزئية الرابعة:

والتي تنص على أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي بجامعة المسيلة تبعا لمتغير الجنس، وللتحقق من ذلك تم استخدام اختبارات لدلالة الفروق بين المتوسطات الاستجابات أفراد عينة الدراسة، وأثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (7) أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص عيادي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور في محور الكفاءة الشخصية والصمود ككل، وتعزو الطالبة الباحثة هذا الاختلاف بين الذكور والإناث إلى البيئة المسيلية فنلاحظ أن الذكور أكثر تحفظا، وكتما لإحساساتهم من الإناث، وطبيعة هذا المجتمع تفرض على الذكور تحملا لمسؤولياتهم، وأعباء حياتهم مبكرا فنجدهم واجهوا الضغوطات، والمشاكل، والصعاب في وقت مبكر.

وأيضا النظرة المجتمعية، والمعتقدات الراسخة في المجتمع المسيلي تستدعي على أن يكون الذكور أكثر صمودا على عكس ما يظهره الإناث اللواتي يعتمدن على العواطف في تسيير حياتهم.

حيث تتفق الدراسة الحالية مع دراسة كل من (عفراء 2017) و(شيماء عزت باشا 2014) و(ابراهيم خليل العبيدي 2017) أنه توجد فروق في الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور، ودراسة (ابراهيم خليل العبيدي 2017) لصالح الإناث .

واختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من (أبو مشايخ 2018) و(عاشور 2017)، (الوكيل 2015)، (فاتن فاروق عبد الفتاح 2014) أنه لا توجد فروق في الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس.

3-5- مناقشة نتائج الفرضية الفارقية الجزئية الخامسة:

والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجة الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي بجامعة مسيلة تبعا لمتغير القوى (ثالثة ليسانس/ ثانية ماستر)، وللتحقق من ذلك تم استخدام اختيارات لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول رقم (8) يوضح ذلك: أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجة الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعا لمتغير المستوى (ليسانس- ماستر)، وحسب رأي الطالبة الباحثة فعدم وجود فروق بين طلبة ليسانس والماستر في علمية الصمود النفسي يرجع إلى وعيهم واحساسهم بالمسؤولية المبكر كما يرجع ذلك إلى البيئة التي تفرض على الطلبة الصمود، ومواجهة المحن بغض النظر على المستوى التعليمي، فبيئتهم الاجتماعية تفرض عليهم التحلي بسمة الصمود وذلك بمجرد تلقيهم مستوى عال من التعليم وعليه فقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل (الطلاع 2016) في أنه لا توجد فروق في الصمود النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي واختلفت الدراسة الحالية مع دراسة كل من (عفراء 2017)، (الأفندي 2018)، (فاتن فاروق عبد الفتاح 2014) إلى وجود فروق في الصمود النفسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي لصالح المرحلة الرابعة.

3-6- مناقشة نتائج الفرضية الفارقية الجزئية السادسة:

والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج تخصص علم النفس العيادي تبعا لمتغير الجنس بجامعة مسيلة وللتحقق من ذلك تم استخدام اختبارات لدلالة الفروق بين المتوسطات لاستجابات أفراد العينة، وأثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (9) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات التوجه الحياتي لدى المقبلين على التخرج

تخصص علم النفس العيادي تبعا لمتغير الجنس، وهذا يرجع حسب رأي الطالبة الباحثة إلى أن كل فرد مهما كان سواء طالب أو خلافه وسواء كان ذكر أو أنثى فإن له هدفا في الحياة يوجهه لبناء حياته.

فلا يوجد كائن على وجه الأرض ليس له هدف فالله سبحانه وتعالى حتى الحيوانات جعل لها هدف فمثلا في سورة النحل قال تعالى:" وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذي من الجبال بيوتا ومن الشجر ومما يعرشون" (النحل 68) فلكل طالب أو طالبة توجه نحو الحياة خاص أو شخص في ظل الأهداف المحددة لديه إذا تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة (صالح 2013) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلاب على مقياس التوجه نحو الحياة تعزى لمتغير الجنس (ذكر/ أنثى).

3-7-مناقشة نتائج الفرضية الفارقية الجزئية السابعة:

والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعا لمتغير المستوى (ليسانس – ماستر) بجامعة مسيلة، ولتحقق من ذلك تم استخدام اختبارات لدلالة الفروق بين المتوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى أفراد عينة الدراسة واثبتت النتائج الموضحة في الجدول رقم (10) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي تبعا لمتغير المستوى (ليسانس- ماستر)، وحسب رأي الطالبة الباحثة كل طالب سواء كان مستوى ليسانس أو ماستر يكون قد حدد توجهه نحو الحياة وهذا ربما راجع إلى أن كلا المستويين لهما أهداف وطموحات متقاربة فكلاهما حامل لشهادة تؤهله للعمل وكلاهما يستطيع تكوين علاقات اجتماعية، وتكوين أسرة، وحسب ما لا حظته من ردات فعل عند الإجابة عن متغير المستوى التعليمي فأغلبيتهم لديه اعتقاد أنه لا يوجد اختلاف بين مستوى ليسانس، ومستوى ماستر، وعليه فقد تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة (المطيري 2013) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في التوجه نحو الحياة لدى السجينات، وفقا لمتغير المستوى التعليمي واختلفت جزئيا نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (سعدات 2016) التي توصلت إلى أنه توجد فروق جوهرية ذات دلالة احصائية في التوجه نحو الحياة لدى النساء المهدمة بيوتهن تعزى لمتغير المستوى التعليمي (ابتدائي- اعدادي- ثانوي- جامعي دراسات عليا) لصالح المستوى التعليمي الثانوي والجامعي.

وكذلك اختلفت جزئيا مع دراسة ريا الدوري (2010) وجود فرق في التوجه نحو الحياة لصالح طالبات المرحلة الرابعة.

الخاتمة

الخاتمة

وفي ختام دراستنا توصلنا إلى أنه هناك علاقة بين الصمود النفسي والتوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج وهذا ما يفسر أن هؤلاء الطلبة يمتلكون صمودا نفسيا تجاه المشكلات التي تواجههم في الحياة هذا الصمود يمكنهم من تحقيق أهدافهم المستقبلية وبالتالي فهو جسر حصين ليتخذ الطلبة توجههم نحو الحياة ولذلك وجب الاهتمام بمرحلة الجامعية فهي مرحلة مميزة ففيها تنضج الأفكار وتتضح الاهتمامات ويتبين فيها الطلبة طريقا يدعمونه بالنجاحات فهو توجههم نحو الحياة وعليه تعتبر مؤسسات التعليم العالي من أهم المؤسسات لأنها تحتض مراحل الحياة الدراسية من ومرحلة الابتدائية وصولا للثانوية وإلى المرحلة الجامعية التي تستقر فيها أفكار الطلبة وتوجهاتهم في هذه الحياة فالجامعة تهدف إلى بناء اشخاص مؤهلين لاحتلال قطاعات مختلفة وميادين العمل بغية تطوير المجتمع وديمومة حركته للأمام لذلك ليس هناك مجتمع متقدم لم يجعل لطلبة الجامعة مكانا متقدما في اهتماماته وخططه التنموية لذلك فإن تنمية الصمود النفسي يمكن أن يساهم في التوجه الايجابي نحو الحياة للطلبة وبما يحمله المعني من أمل وتفاؤل وسعادة وحب وذلك لمستقبل أفضل ومشرق. وكانت النتائج كالتالي:

- تبعا لنتائج الدراسة وفي ضوء ما تم عرضه من اطار نظري ودراسات سابقة واعتماد على البينات الاحصائية المتحصل عليها في الجانب الميداني للدراسة وانطلاقا من الهدف الرئيسي للدراسة وهو التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي (ليسانس – ماستر) بجامعة المسيلة.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الصمود ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس/ ماستر).
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الكفاءة الشخصية ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (لسانس- ماستر) بجامعة المسيلة.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات المرونة ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر).
- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر) بجامعة المسيلة.

- توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر) تبعا لتغير الجنس لصالح الذكور بجامعة المسيلة.
- لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر) تبعا لمتغير الجنس بجامعة المسيلة.
- لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس- ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي بجامعة المسيلة.

الاقتراحات:

1. زيادة الوعي وتوجيه الاهتمام بمتغيرات علم النفس الايجابي لدى الطلبة (الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة) لما لهما من دور كبير في تحقيق التكيف والنجاح.
2. إجراء دراسات وبحوث تتناول العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى عينات أخرى (العاملين، المرأة المطلقة، اليتيم).
3. اجراء دراسة مماثلة على عينات أوسع.
4. القيام ببحوث ودراسات تتناول الصمود النفسي لدى الطلبة وعلاقته ببعض المتغيرات (القيم الدينية، سمت الشخصية، الابداع، الذكاء الاجتماعي، صورة الذات، دافعية الانجاز، الصحة النفسية).
5. القيام ببحوث ودراسات تتناول التوجه نحو الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات (الانفتاح على الخبرة، أنماط الشخصية، الرضا عن الحياة، الطموح).
6. ضرورة الاهتمام بالصمود النفسي كأحد البناءات الكبرى التي لها دور كبير في تحقيق التفوق والنجاح. تقديم برامج ارشاديه مقترحه بالصمود النفسي والتوجه نحو الحياه للطلبة

.

قائمة

المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

القرآن الكريم، رواية ورش

السنة النبوية

1) أحمد عبد العزيز سلامة(1988): الدافعية والانفعال، دار الشروق، مصر، القاهرة.

2) الأنصاري بدر محمد(1998): التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات، الكويت.

3) صفاء الأعسر سام جولستين- روبرت بروكس (2011) الصمود لدى الأطفال،الجزيرة، القاهرة، مصر، المركز القومي للترجمة، ط1.

4) صفاء الأعسر(2005): السعادة الحقيقية" استخدام الحديث في علم النفس الايجابي تبين أكثر ما لديك لحياة أكثر انجازا"دار العين للنشر، ط1، مصر، القاهرة.

5) فاروق السيد عثمان(2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس ، الكتاب16، ط1، دار الفكر العربي، مصر، القاهرة.

6) فهد بن عبد الله بن دبم(1991): مدخل لنظريات الشخصية، دار قباء للنشر والتوزيع، مصر، القاهرة.

7) ماتياس شمالي(2012): ورقة نقاش للاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر بشأن القدرة على الصمود، جنيف.

8) محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة(2013): المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية.

9) مصطفى حجازي(2012): إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الايجابي، التنوير للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.

10) بشير معمرية (2012): علم النفس الايجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الانسانية سيكلوجية الطيبين والحياة الطيبة، دار الخلدونية للنشر والتوزيع، باتنة، الجزائر.

11) موسى رشاد علي(2001):معجم الصحة النفسية المعاصرة، دار الفاروق الحديثة للطباعة والنشر، مصر، القاهرة.

12) إبراهيم أمل ألخالدي- فاطمة كريم زيدان(2014): التوجه نحو الحياة لدى النساء الأرامل العاملات وغير العاملات، المجلد2، العدد209.

13) إبراهيم أنيس- عبد الحليم منصر- عطية الصوالحي- خلف الله أحمد(2004) المعجم الوسيط، مجمع اللغة العربية، مكتبة الشروق الدولية، مجلد1، ط4.

14) أحمد عبد اللطيف أبو أسعد(2010) الفرق في الشعور بالوحدة، التوجه الحيائي بين المتزوجين والعازبين والأرامل، مستويات إقتصادية مختلفة "مجلة"جامعة دمشق ، المجلد 26 العدد الثالث.

15) أحمد محمد عبد الخالق(2008): الصيغة العربية لمقياس نوعية الحياة الصادرة عن منظمة الصحة العالمية، مجلد دراسات نفسية، مجلد18، العدد2.

16) أسيل صبار محمد(2010) الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة النازحين وغير النازحين، مجلة الآداب، العدد114.

17) الأنصاري بدر محمد(2002): قياس التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طلبة جامعة الكويت، مجلة حوليات، المجلد23، العدد192.

18) أنور علي(2013): التوعية نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزواجين مجلة الأستاذ، العدد203.

19) ايمان صادق كريم ريا الدوري(2010):التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الطالبات، كلية التربية للسمات، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد26- 27.

20) إيمان محمود محمد مصطفى(2017): تنمية الصمود النفي لدى عينة من أمهات الأطفال المتأخرين عقليا، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد18.

21) بشرى محمد علي(2018) التوجه نحو الحياة وفق بعض المتغيرات دراسة ميدانية على عينة من المدرسات والإداريات والمستخدمات في بعض المدارس الحكومية، مجلة جامعة دمشق، المجلد32 ،العدد 2.

22) بشير حفصة جرادى و جمال الدين فطام وحورية بوراس(2016): المواضيع التي يدرسها علم النفس الايجابي، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، جامعة الأغواط، المجلد1، العدد15.

23) بشير معمرية(2012): معنى الحياة مفهوم أساسي في علم النفس الايجابي، المجلة العربية للعلوم النفسية، العدد34-35.

24) بوبعاية يمينة- باش عتيقة(2018): الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى عينة من الطالبات الجامعيات المتزوجات وغير المتزوجات، مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية، المجلد9، العدد2، الجزء الأول.

25) تحية محمد عبد العال ومصطفى علي مظلوم(2013): الاستمتاع بالحياة وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية، مجلة كلية التربية، العدد93، جزء2.

26) جيهان فرح عبد الحميد(2016) العلاقة بين الصمود النفسي ، اضطراب الاكتئاب العصابي لدى مرض مستشفى الأمراض النفسية بليبيا ، مجلة البحث العلمي ، العدد17.

27) حفصة جرادي-جمال الدين فطام- حورية بوراس(2016): المواضيع التي يدرسها علم النفس الايجابي، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، المجلد1، العدد15.

28) حوراء العباس كرماش(2016): الكفائة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة التربية الأساسية، في جامعة بابل، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والانسانية، العدد29.

29) ريم سليمون(2015) الصمود النفسي ومعنى الحياة والتدفق من وجهة نظر علم النفس الإيجابي دراسة تحليلية لصمود الجيش العربي السوري، مجلة جامعة تشويق للبحوث والدراسات العلمية ، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية ، المجلد 37 العدد 4.

30) زهير عبد الحميد النواحجة(2016): التمكين النفسي والتوجه الحياتي لدى عينة من معلمي المرحلة الأساسية، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد4، العدد5.

31) سلاف بشرى(2014): جودة الحياة من منظور علم لنفس الايجابي دراسة تحليلية، مجل الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الوادي، العدد8.

32) شيماء عزت باشا(2014): الصمود والمساندة الاجتماعية والضغوط كمنبئات بالتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والارشادي، المجلد2، العدد4.

33) صالح عايدة شعبان الديب(2014): الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرامل بقطاع غزة، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، دار المنظومة،العد50، الجزء2.

34) عايدة شعبان صالح(2013): الشعور بالسعادة وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين حركيا المتضررين من العدوان الاسرائيلي على غزة، مجلة الأقصى، مجلد17، العدد1، غزة.

35) عبد الله عادل شراب(2017): الصمود النفسي وعلاقته بضغوط العمل من وجهة نظر معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة ،مجلة، جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية، والنفسية، المجلد7، العدد21.

36) عفراء ابراهيم خليل(2017): الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الأستاذ، العددالخاص بالمؤتمر العلمي5.

37) عمر خلف رشيد وبلال طارق حسين2018) الفهم الانفعالي وعلاقته بالصمود النفسي لدى الطلبة،مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية ،العدد01.

38) عون عوض يوسف محسن(2012) التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، المجلد20 ، العدد2.

39) عينو عبد الله (2016) فعالية إستراتيجية في تنمية التفاؤل لدى التلاميذ والطلبة ، مجلة ، العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد24.

40) فاتن فاروق عبد الفتاح(2014): الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم، مجلة كلية التربية، العدد15.

41) فاطمة بنت سعيد الجوهرية وسعيد بن سليمان الظفري(2018): علاقة الكفاءتة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى طلبة الصفوف من 7-12 في سلطنة عمان، مجلة الدراسات التربوية النفسية، مجلد12، العدد1.

42) محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة(2013): حالة التذفق المفهوم والأبعاد والقياس، خارج الإصدار المتسلسل لكتاب الشبكة، العدد29.

43) محمد عصام محمد الطلاع(2016): الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم، مجلة كلية التربية، العدد15.

44) محمود السيد أبو نبيل(2009):علم النفس الاجتماعي، مكتبة لأنجلو المصرية، مصر، القاهرة.

45) مريم نبيل غصن(2016): العجز المكتسب وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة رياض الأطفال ببرنامج التعليم المفتوح في كلية التربية، بجامعة دمشق، مجلة جامعة البحث، المجلد39، العدد66.

46) نجوى أحمد عبد الله واعر(2017): نمذجة العلاقات السببية بين الذكاء الروحي والصمود النفسي والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية بالوادي الجديد، مجلة الدراسات التربوية والانسانية، المجلد9، العدد1.

47) وازي الطاوس وسليمة حمودة الماسوي فريد(2018): التصورات الاجتماعية للصحة النفسية لدى المجتمع الجزائري من منظور علم النفس لايجابي، دراسة ميدانية على عينة من الطلبة الجزائريين، مجلة سلوك، المجلد4، العدد6.

48) أزهار المعطي غيث(2017): الشعور بالأمل كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين بعد العدوان على غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأقصى.

49) اسلام عطا الله سعادة سعدات(2016): الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى النساء اللواتي هدمت بيوتهن في العدوان الاسرائيلي على غزة2014 ، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

50) أسماء ذوادي(2018): استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة، لدى القابلات، رسالة ماستر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة.

51) أمل بنت سافر بن صدقي المطيري(2013): قلق المستقبل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من السجينات بمدينة جدة، رسالة مجيستير، جامعة الملك عبد العزيز، كلي الآداب والعلوم الانسانية، قسم علم النفس.

52) أميرة بنت يحي بن صعدي ال مناجرة(2017): الصمود النفسي وعلاقته بالسعادة لدى المدمنات وغير المدمنات، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

53) باسل محمد عبد الله عاشور(2017): الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية غزة.

54) بوحسون خيرة تالية(2017)النسق القمعي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى نساء ضحايا العنف ، رسالة ماستر، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم.

55) حنين محمود محمد الغول(2017): مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح قائم على أسلوب حل المشكلات في تعديل التوعية نحو التعافي من ادمان... لدى عينة من المدمنين، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

56) دودو صونيا(2017): الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق النفسي في ضوء متغيري التفاؤل والتشاؤم لدى فريق الشبه طبي، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

57) عرفات حسين أبوشايخ(2018)الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى المعاقين عقليا في قطاع غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الجامعة الإسلامية غزة.

58) لعفيفي ايمان(2013):علاقة الضغط النفسي بالاغتراب النفسي لدى خريجي الجامعة العاملين بعقود ما قبل التشغيل، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة فرحات عباس، سطيف.

59) مازن فواز الشماط(2013): مرونة الأنا كمؤشر وقائي من سيطرة الميول الاكتئابية وأفكار انتحارية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق.

60) مصطفى خليل محمود عطا الله، فضل إبراهيم عبد الصمد(2013): علم النفس الايجابي وتأثيره على الممارسات والخدمات النفسية: رؤية مستقبلية لدورة في التدخلات العلاجية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة امانيا.

61) نورسين شاكر هادي(2008)تعريف مقياس التوجه نحو الحياة واشتقاق المعايير له، رسالة ماجستير ، كلية التربية جامعة بابل.

62) هبة فوزي السيد الوكيل(2015): بعض العوامل النفسية المنبئة للصمود النفسي لدى عينة من الطلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنوفية.

63) يسرا راضي ابراهيم الأفندي(2018): الصمود النفسي وعلاقته بكل من التوافق ألزواجي والرضا عن الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الغيوم.

64) المؤتمر الدولي الثالث(2018): علم النفس الايجابي واقع وآفاق تحت شعار" نحو نظرة مستقبلية هادفة" قاعة المحاضرات الكبرى ، كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس، جامعة الجزائر2أبو القاسم سعد الله.

65) المؤتمر الدولي الثاني(2019): علم النفس السلطاني"تناول حديث للأمراض السلطانية من حيث البحث والتكفل، كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس، جامعة الجزائر2 أبو القاسم سعد الله.

66) المؤتمر العلمي(2011): الصحة النفسية " نحو حياة أفضل للجميع" العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، كلية التربية، جامعة بنها.

67) عبد العزيز بن علي الغريب ،تلخيص لبعض فصول كتاب نظريات علم الاجتماع، تلخيص مساعد ابراهيم الطيار على الرابط: https://www.academia.edu/23145172/

قائمة الملاحق

جامعة محمد بوضياف –المسيلة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم النفس

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علوم النفس تخصص علم النفس العيادي تقوم الطالبة بإجراء دراسة ميدانية بعنوان: الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه الحياتي لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس دراسة ميدانية على طلبة علم النفس العيادي ليسانس –ماستر. ولتحقيق هدف الدراسة تقوم الطالبة بتطبيق مقياسين وهما (مقياس الصمود النفسي ومقياس والتوجه الحياتي) لذا نرجوا منكم أعزائي الطلبة التعاون معنا في الإجابة على فقرات المقياسين بصدق وموضوعية علما بان البيانات سوف تستخدم لغرض البحث العلمي فقط ولا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة.

بيانات أولية :

☐ **أنثى** ☐**الجنس: ذكر**

☐ **ماستر 02** ☐**المستوى الدراسي: سنة ثالثة**

اعداد الطالبة: **اشراف**

الأستاذة:

شريف زهرة **د/**

بوضياف نوال

السنة الجامعية 2019/2018

مقياس التوجه نحو الحياة

الرقم	العبارات	أعترض بشدة	أعترض	لا رأي	أتفق	أتفق بشدة
1	أتوقع الأحسن عادة حتى في الظروف الصعبة					
2	من السهل علي أن أسترخي					
3	أنظر عادة إلى الجانب المشرق من الأمور					
4	أنا متفائل دائما بالنسبة لمستقبلي					
5	أستمتع كثيرا بصحبة أصدقائي					
6	لم أتوقع مطلقا أن تسير الأمور في صالحي					
7	لن تتحقق الأمور أبدا بالطريقة التي أريدها					
8	ليس من السهل أن أصبح قلقا					
9	أؤمن بالفكرة القائلة: بعد العسر يسرا					
10	لا أهتم بالأشياء الطيبة التي تحدث لي					

مقياس الصمود النفسي

الرقم	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق غالبا	تنطبق أحيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق
1	أعمل على تحقيق أهدافي مهما كانت العقبات					
2	أستطيع صياغة أفكاري بطريقة مناسبة					
3	أعالج أموري الحياتية بنفسي					
4	تجعلني طيبتي محبوبا لدى زملائي في العمل					
5	أقدم المشورة لزملائي عند حاجتهم إليها					
6	تدفعني نجاحات الماضي لمواجهة صعوبات المستقبل					
7	أعمل على تنمية قدراتي العلمية بشتى الطرق					
8	أحترم الوقت وأستثمره بشكل مناسب					
9	أجمع المعلومات الكافية حول المشكلة للوصول لحلها					
10	أتصرف بحكمة مع المواقف المفاجئة					
11	أقوم بانتقاء أفضل الخيارات من بدائل متعددة					
12	أشعر بالسعادة عند الحصول على نتيجة مرضية					
13	أشعر بالانهزام النفسي إذا فشلت في حل مشكلة ما					
14	أجد من يقف معي عند مواجهتي لمشكلة ما					

15	يمكنني حل مشكلاتي بمساعدة زملائي في العمل.					
16	أحدد ما يواجهني من مشكلات بصورة واضحة ودقيقة					
17	أستفيد من خبراتي السابقة في تخطي الأزمات					
18	أواجه المشكلات ولا أنتظر حدوثها					
19	تتفق نتائج قراراتي مع توقعاتي لحل المشكلة					
20	أرى أن وقوع المشكلة يكسبني خبرة جديدة للتعلم					
21	أشعر بالرضا عند تعاملي مع المواقف المختلفة بطريقة مرنة					
22	أحاول التعايش مع الأحداث التي تواجهني لأتمكن من حلها					
23	الحوار والمناقشة مع الزملاء يجعلني أكثر قدرة على الإنتاج في العمل					
24	أقبل تغيير وجهة نظري طالما يؤدي إلى نتائج إيجابية					
25	أشارك في رحلات ترفيهية مع زملائي من حين لآخر					

بحمد الله