

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم العلوم الاجتماعية  
شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي

لدى خريجي الجامعة البطالين.

"دراسة ميدانية على عينة من خريجي جامعة بسكرة البطالين"

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر ل.م.د في علم النفس العيادي

إشراف الأستاذة:

د. سعاد بن جديدي

إعداد الطالبتين:

خليصة شنوفي.

خديجة طرشة.

السنة الجامعية: 2022/2021

الله أكبر  
الله أكبر  
الله أكبر

# شكر و عرفان

الحمد لله وكفى والصلاة على الحبيب المصطفى و أهله ومن وفى وأما بعد :

الحمد لله الذي وفقنا لتتميم هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا هذه ثمرة

الجهد و النجاح بفضل الله تعالى .

نتقدم بالشكر لأستاذتنا المشرفة "بن جديدي سعاد" لها منا باقة امتنان و عرفان لتوجيهاتها

ومجهوداتها القيمة من أجل أن يرى هذا البحث النور راجين من الله أن يسدد خطاها

و يحقق منها فجزاها الله كل الخير .

نتقدم بأزكى تحياتنا وأثناءها للأساتذة أعضاء لجنة المناقشة لقبولهم مناقشة مذكرتنا .

والشكر موصول أيضا لكل أساتذة قسم علم النفس بكلية العلوم الانسانية

والاجتماعية جامعة محمد خيضر بسكرة .

وإلى كل من كان لهم أثر على مسيرتنا الدراسية ولكل العائلة الكريمة

بالأخص الوالدين أدامهما الله علينا.

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى خريجي جامعة محمد خيضر بسكرة البطالين، ومعرفة الفروق بينهم تبعاً لمتغير الجنس .

استخدمنا المنهج الوصفي الارتباطي على عينة قدرت بـ 61 (41 إناث/ 20 ذكور) خريج بطل، طبقنا عليهم مقياس الصلابة النفسية لمحمد أحمد مخيمر (2002) ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي لـ زينب محمود شقير (2003).

جاءت نتائج الدراسة كما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة محمد خيضر بسكرة البطالين .
- مستوى الصلابة النفسية لدى خريجي الجامعة البطالين مرتفع.
- مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة مرتفع .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور/ إناث)
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.

## Study summary

The purpose of the study aims to know the relationship between the mental toughness and the psychosocial.

Compatibility to the unemployed graduates of Mohamed khieder biskra university and to the differences between them according for the gender variable .

We used the descriptive correlative method on sample which estimated with 61 ( 41 female/20 male) unemployed graduate .we applied to them the psychological hardness scale for < ahmed mkhaimer 2002> and the psychosocial adjustment scale for <zeineb Mahmoud chkire 2003> .

A set of results have been reached as follows

There was a positive correlation with statistically significant between the psychological toughness and the psychosocial compatibility for the unemployed graduates of Mohamed khaidr biskra university .

The level of psychosocial adjustment among graduates is high .

There are no socially significant differences at the level of the mental toughness according for the gender variable (male /female).

There are no significant differences in the level of psychosocial adjustment according for the gender variable (male/female).

## فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
	• شكر وعرفان.
	• ملخص الدراسة.
أ	• فهرس المحتويات.
ب	• قائمة الجداول.
ج	• قائمة الأشكال.
د	• قائمة الملاحق.
هـ	• مقدمة.
<b>الفصل الأول: الاطار العام للدراسة.</b>	
2	1 - إشكالية.
5	2- أهداف الدراسة.
5	3- أهمية الدراسة.
6	4- الدراسات السابقة والتعقيب عليها.
15	5- مصطلحات الدراسة.
<b>الجانب النظري.</b>	
<b>الفصل الثاني: الصلابة النفسية.</b>	
19	• تمهيد .
19	1-نشأة مفهوم الصلابة النفسية.
20	2- مفهوم الصلابة النفسية.
22	3- مفاهيم ذات صلة بالصلابة النفسية.
23	4- النظريات المفسرة للصلابة النفسية.
26	5- أبعاد الصلابة النفسية.
29	6- خصائص الصلابة النفسية.
30	7- أهمية الصلابة النفسية.

31	خلاصة.
<b>الفصل الثالث: التوافق النفسي الاجتماعي.</b>	
33	تمهيد.
33	1- تعريف التوافق النفسي الاجتماعي.
37	2- النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي.
41	3- معايير التوافق النفسي الاجتماعي .
43	4- أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.
45	5- العوامل الدينامية للتوافق النفسي الاجتماعي.
47	6- مؤشرات ومظاهر التوافق النفسي الاجتماعي.
50	7- عوائق التوافق النفسي الاجتماعي.
50	خلاصة
<b>الجانب الميداني.</b>	
<b>الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة.</b>	
53	تمهيد
53	1-منهج الدراسة.
53	2-عينة الدراسة.
54	3- مجالات الدراسة.
55	4- أدوات الدراسة.
55	1-4 مقياس الصلابة النفسية.
58	2-4 مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.
60	5- الأساليب الإحصائية.
61	خلاصة.
<b>الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة.</b>	
63	تمهيد
63	1-عرض ومناقشة نتائج الدراسة.
63	1-1 عرض النتائج المتعلقة بالفرضية العامة.

64	2-1 عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الاولى.
64	3-1 عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الثانية.
65	4-1 عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الثالثة.
66	5-1 عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الرابعة.
67	2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة.
67	1-2 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة.
69	2-2 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى.
70	3-2 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الثانية.
71	4-2 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الثالثة.
72	5-2 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الفرعية الرابعة.
75	خاتمة.
77	المراجع.
	الملاحق.

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
54	يوضح عدد عينة الدراسة.	01
55	يوضح بنود مقياس الصلابة النفسية الموزعة على الأبعاد.	02
56	يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافية المعيارية وقيمة (ت) للدلالة على الصدق التمييزي لمقياس الصلابة النفسية.	03
58	يوضح كيفية تحديد مستويات الصلابة النفسية.	04
58	يوضح توزيع الفقرات للمقياس حسب الأبعاد.	05
59	يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للدلالة على الصدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي .	06
61	يوضح الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة.	07
63	يوضح قيم معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية و التوافق النفسي الاجتماعي.	08
64	يوضح نتائج اختبارات العينة الواحدة للصلابة النفسية.	09
65	يوضح اختبار(ت) للعينة الواحدة للتوافق النفسي الاجتماعي .	10
65	يوضح الفروق بين المتوسطات وقيمة (ت) لدرجات أفراد العينة في الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس.	11
66	يوضح الفروق بين المتوسطات و قيمة (ت) على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تبعا لمتغير الجنس.	12

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
54	توضيح توزيع النسب المئوية لأفراد العينة.	01

## قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملاحق
01	مقياس الصلابة النفسية.
02	مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .
03	نتائج ال spss

## مقدمة:

تعد البطالة من المظاهر العالمية المنتشرة في القرن الحالي بين دول العالم عامة والدول العربية خاصة غير أن حجمها يتفاوت من بلد لآخر، فالبطالة في الجزائر هي ليست بمشكلة اقتصادية فقط وإنما أصبحت مشكلة لها تداعيات نفسية واجتماعية و...، وعندما نتحدث عن البطالة فنحن أليا نتحدث عن الشباب فهو جيل العمل والانتاج والطاقة والمهارة والإرادة، وأن تعطيل تلك الطاقة بسبب الفراغ يؤثر على الشباب نفسيا واجتماعيا، وتعود عليه بمشاكل كثيرة، كما تفيد الدراسات العلمية أن هذه الأخيرة لها آثارها السلبية على الصحة النفسية، فنسبة العاطلين في أي مجتمع تعتبر مقياس هام لمستوى الصحة النفسية.

كما ذكرنا فالبطالة هي مشكلة مست كل شرائح المجتمع وخاصة الشباب المتعلم وخريجي الجامعات الذي بدوره نجده يكافح وصامد، لأن هذه الضغوطات والصراعات تحتاج لشخصية تتصف بسمات ايجابية تسمح لهم بالقدرة على مواجهة الظروف وتحمل المسؤولية ومن بين هذه السمات التي سنركز عليها في دراستنا هي الصلابة النفسية التي من خلالها تساهم في التوافق النفسي للفرد مع ذاته ومع الآخرين.ومن هنا جاءت أهمية الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين، والتي من خلالها يمكن التعرف على مدى معاناة هذه الفئة من المجتمع والتعرف على كيفية الصمود والتصدي للعوائق التي تواجههم والتأقلم والتكيف معها .

وانطلاقا مما سبق فقد تضمنت الدراسة جانبين أساسيين هما الجانب النظري والجانب الميداني، تم تقسيم الجانب النظري إلى ثلاثة فصول، حيث يحتوي الفصل الأول الإطار العام للدراسة والذي ركزنا فيه على أهمية الدراسة والأهداف المرجوة منها وكذلك تحديد الإشكالية والدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي وفي آخر الفصل تطرقنا إلى تعريفات لأهم المصطلحات لمتغيرات الدراسة .

أما الفصل الثاني بعنوان الصلابة النفسية ويحتوي على كل من أبعاد وخصائص وأهمية الصلابة النفسية والنظريات المفسرة لها .

بالنسبة للفصل الثالث فقد جاء بعنوان التوافق النفسي الاجتماعي ويحتوي على كل أبعاد ومعايير والعوامل ومؤشرات التوافق النفسي الاجتماعي والنظريات المفسرة له

الفصل الأول :

الإطار العام لإشكالية الدراسة

## 1- إشكالية الدراسة:

يعتبر الشباب أهم عناصر المجتمع فعالية وحيوية وإنتاجية إذ أصبح الاهتمام بهذه الشريحة أمرا ضروريا من أجل اكسابه المهارات و الخبرات اللازمة التي قد يحتاجها خلال مشواره ومستقبله العلمي والمهني وعلى وجه الخصوص الشباب الجامعي خريجي الجامعات من أجل تدريبه على تحمل المسؤوليات وكذلك اتخاذ القرار إلا أن الشباب الجامعي و خلال تخرجه من الجامعات يصطدم بواقع صعب و هو البطالة هذا الواقع الذي سيؤثر سلبا على حالته النفسية حيث عرفت نسب البطالة لدى خريجي الجامعات في الجزائر ارتفاعا محسوسا و واضحا خلال السنوات الأخيرة .

كانت هذه الشريحة في وقت ماضي وخلال سنوات ما قبل التسعينات غير معنية بالبطالة بحكم أنها ذات دراسات جامعية عليا لكن ارتفاع عدد خريجي الجامعات ساهم في ظهور ظاهرة البطالة لدى هاته الفئة، بالإضافة إلى متطلبات سوق العمل التي أضحت غير متكافئة مع مخرجات التعليم الجامعي، حيث وصل معدل البطالة لدى حاملي الشهادات الجامعية سنة 2008 إلى 22.8 بالمئة في الجزائر (نجاح 2018، ص 54)، كما عرفت البطالة من طرف الهيئة الدولية للعمل OIT وهيئة التعاون و التطور الاقتصادي (OTBE) على أنها وضعية أشخاص لا يعملون حاليا ولكنهم بصدد البحث عن عمل.(أشروف كبير، 2005، ص 9)

إن ظاهرة البطالة تساهم في تأزم ظروف خريجي الجامعة فبعد تخرجهم مباشرة يجد نفسه أمام ظاهرة اجتماعية أصبحت تمس مختلف أفراد المجتمع وتؤثر على المستوى الاقتصادي والاجتماعي والنفسي، فهذه الظروف التي يمر بها خريج الجامعة تسبب له العديد من المشاكل والضغوطات النفسية، وهذه الأخيرة تحتاج إلى العديد من السمات الشخصية والنفسية الواجب توفرها في كل فرد لأنها تعتبر عامل رئيسي ومهم في مواجهة ما قد يصطدم به من عقبات ،ومن بين هذه السمات الشخصية والتي تعتبر ذات دور مهم هي عامل الصلابة النفسية .

حيث عرفت "كوبازا" الصلابة النفسية على أنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد الفرد في قدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة والشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه و يفسرها بواقعية و موضوعية و منطقية ويتعايش معها على نحو

إيجابي و أنها تتضمن ثلاثة أبعاد أساسية وهي الالتزام و التحكم و التحدي كما تتضمن أن الفرد يكون قادرا بدرجة عالية على معرفة الضغوط من دون أن يصاب بأي أمراض. (ابراهيم،2018، ص ص 8،9)

كما يشير "أبو الندى" إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة من السهل عليهم أن يلزموا أنفسهم بما يفعلونه ويعتقدون أن في قدرتهم التحكم في أحداث الحياة الضاغطة و ينظرون إليها على أنها تحدي طبيعي يسمح لهم بالنمو و عند إدراكهم لأحداث الحياة الضاغطة يمكنهم اتخاذ القرارات و يصنعون أولويات في حياتهم و أهدافا و أنشطة أخرى أكثر تعقيدا و يقيمونها على أنها قدرات إنسانية مهمة. ( صالح و المصدر ،2011، ص 54)

ومنه يظهر دور الصلابة النفسية المهم في مواجهة الضغوط النفسية كما تؤدي دورا بارزا في الوقاية من المشاكل والصدمات الجسمية وحتى النفسية .

وتبعاً لأهمية الصلابة النفسية في التصدي لما قد يتعرض له الفرد ، حيث تساعد في تحسين الصحة النفسية و مقاومة كل أحداث الحياة و المساهمة في التأقلم معها من خلال التوافق النفسي الاجتماعي ومن هنا يظهر أيضا دور التوافق النفسي الاجتماعي في التكيف مع الظروف النفسية و الاجتماعية و مسايرة عقبات الحياة ،و يرى الباحث سهير كامل أحمد (1999) أن التوافق النفسي الاجتماعي للفرد هو تلك السعادة مع الآخرين و الالتزام بأخلاقيات المجتمع و مسايرة المعايير الاجتماعية، كما عرف "خير الله " بأن التوافق النفسي الاجتماعي هو قدرة الفرد على التوفيق بين رغباته و حاجاته من جهة و متطلبات المجتمع من جهة أخرى ( بلحاج ، 2011 ، ص 15 ) و منها تتضح أهمية التوافق النفسي الاجتماعي في تكوين العلاقات و الانسجام بين الفرد و بيئته .

لذلك تناولت العديد من الدراسات متغيري الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي من بينها دراسة (دخان والحجار، 2006) والتي أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية. ( الشلاش ،2015، ص 271)

أما في ما يخص متغير التوافق النفسي الاجتماعي تعتبر دراسة كل من (حسن الحسين وعبد الليمة،2011) بعنوان التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية بكريلاء التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباط بين كل من متغيري التوافق النفسي الاجتماعي و تقدير الذات.

ومن خلال هذه الدراسات التي أشرنا لها جاءت أهمية متغيري دراستنا فالصلابة النفسية تعمل على الوقاية وحماية الفرد من كل الصدمات النفسية و كذلك التوافق النفسي الاجتماعي و دوره في تكيف الفرد مع محيطه ،خاصة خريجي الجامعة في التأقلم مع ظروف البطالة .

ومنه سوف نتطرق في دراستنا إلى مستوى الصلابة النفسية و التوافق النفسي الاجتماعي والعلاقة الارتباطية بينهما بالنسبة لخريجي الجامعة البطالين، حيث تم تحديد التساؤل الرئيس لهذه الدراسة كالتالي :

✓ ما طبيعة العلاقة القائمة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين ؟

ويندرج تحت التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

- ما مستوى الصلابة النفسية لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين ؟
- ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية بين خريجي جامعة بسكرة البطالين تبعا لمتغير الجنس ( ذكور، إناث)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين خريجي جامعة بسكرة البطالين تبعا لمتغير الجنس ( ذكور، إناث) ؟

## 2- فرضيات الدراسة:

### 2-1- الفرضية العامة:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين .

### 2-2- الفرضيات الفرعية:

- مستوى الصلابة النفسية لدى خريجي الجامعة البطالين منخفض.
- مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى خريجي الجامعة منخفض .

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى خريجي الجامعة البطالين تبعاً لمتغير الجنس ( ذكور، إناث).
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين تبعاً لمتغير الجنس ( ذكور، إناث).

### 3- أهداف الدراسة :

- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى خريج الجامعة البطال.
- التعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.
- الكشف عن طبيعة العلاقة القائمة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة الدراسة.
- التعرف على دور متغير الجنس في التأثير على مستوى الصلابة النفسية ومستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين الجنسين.

### 4- أهمية الدراسة:

#### 4-1- الأهمية النظرية :

- جاءت هذه الدراسة في إطار الصحة النفسية متناولة قضية أثر البطالة على خريجي الجامعة والحرص على توافقه النفسي الاجتماعي .
- أهمية الفئة العمرية التي تناولتها الدراسة وهي مرحلة الشباب التي تعتبر بالغة الأهمية في التكوين النفسي .
  - التركيز على شريحة خريجي الجامعة البطالين في المجتمع نظراً لأهميتها .
  - تزويد الباحثين بمعلومات حول المتغيرين كذلك خريجي الجامعة البطالين والإستفادة منها في بحوث أخرى ذات عينات مختلفة .
  - تكمن أهمية الدراسة في كونها تكشف مستوى الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين .

- تعتبر دراستنا الحالية من المواضيع القليلة التي اهتمت بالصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطل .

#### 4-2- الأهمية التطبيقية :

تعطي دراستنا الحالية للدراسات القادمة فرصة للاهتمام بخريجي الجامعة البطالين ودور كل من الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي في مواجهة الظروف والأحداث التي قد تواجههم و كيفية التمكن من التكيف معها.

#### 5- الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

يعتبر عنصر الدراسات السابقة ذو أهمية بالنسبة للباحث حيث يسمح له بإيجاد أرضية خصبة لموضوعه من حيث المعلومات النظرية أو حتى المنهجية ذات صلة بموضوع الدراسة، لذلك سوف نتطرق لبعض الدراسات التي تناولت متغيرات موضوعنا حسب تسلسلها الزمني .

#### أولا : الدراسات المتعلقة بمتغير الصلابة النفسية :

##### أ/ الدراسات العربية:

• دراسة بشير ابراهيم الحجار، نبيل كامل محمد دخان - فلسطين - 2006:

عنوان الدراسة: الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية و مصادرها وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لديهم بالإضافة إلى تأثير بعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الجامعة.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي على عينة قدرت ب 541 طالبا وطالبة وطبق عليهم استبيانين الأول لمقياس الضغوط النفسية والثاني لقياس مدى صلابتهم النفسية.

أسفرت الدراسة على عدة نتائج منها : وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية و الصلابة النفسية .

• دراسة خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي - السعودية - 2012:

عنوان الدراسة : الصلابة النفسية و علاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا و العاديين .

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن على عينة قدرت ب 200 طالبا من طلاب الثانوي وطبق عليهم استبيانين الأول لمقياس الصلابة النفسية و الثاني لمقياس مواجهة الضغوط.

أسفرت نتائج الدراسة إلى:

- أن مستوى الصلابة النفسية و أبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية و الصلابة النفسية لدى الطلاب المتفوقين و العاديين .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين و العاديين بدرجة الصلابة النفسية لصالح المتفوقين .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين و العاديين في أساليب الضغوط النفسية لصالح المتفوقين .

• دراسة حمادة لولوه وعبد اللطيف حسن - الكويت - 2002:

عنوان الدراسة: العلاقة بين الصلابة النفسية و الرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت و الهيئة العامة للتعليم التطبيقي و التدريب .

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي وطبق على عينة قدرت ب 288 طالبا و طالبة منهم (70) من الذكور و (212) إناث و طبق على العينة مقياسين الأول مقياس الصلابة النفسية والثاني مقياس الرغبة في التحكم .

أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي دال إحصائيا بين الصلابة النفسية و الرغبة في التحكم داخل العينة الكلية و داخل عيني الذكور و الإناث كل على حدا، ووجود فروق إحصائية بين الجنسين على المقياسين لصالح الذكور، لا يوجد فروق على المقياسين تبعا لمتغيرات الدراسة الأخرى .

## أ/الدراسات العربية:

## • دراسة جعير سليمة - الجزائر - 2017:

عنوان الدراسة: التوافق النفسي الاجتماعي و علاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة والرابعة .

اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي باستخدام مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي ( لعطية هنا ) وطبقت على عينة قدرت ب 150 تلميذ و تلميذة من تلاميذ مرحلة المتوسط.

أسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباطية بين درجات التوافق النفسي و درجات دافعية الإنجاز لدى تلاميذ مرحلة الثالثة والرابعة متوسط، ووجود علاقة ارتباطية بين درجات التوافق النفسي الاجتماعي و درجات دافعية الانجاز لدى تلاميذ مرحلة الثالثة و الرابعة متوسط، بالإضافة الى وجود فروق بدرجات التوافق النفسي الاجتماعي و دافعية الانجاز بين تلاميذ مرحلة الثالثة و الرابعة متوسط تعزي لمتغير الجنس.

## • دراسة صلاح الدين أحمد الجماعي -اليمن - 2000:

عنوان الدراسة: الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب اليمنيين و الطلاب العرب من الجامعات اليمنية .

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي تكونت عينة الدراسة من 351 طالبا و طالبة بمعدل 281 طالبا من اليمن و 70 طالبا من الطلاب الغير يمنيين و طبق مقياس الاضطراب النفسي و مقياس التوافق النفسي الاجتماعي من إعداد الباحث .

أسفرت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة سلبية (عكسية) ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي و التوافق النفسي لدى طلاب العرب و اليمنيين .

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الطلاب اليمنيين و الطلاب العرب على مقياس التوافق وعلى محاوره الستة و عند مستوى الدلالة (0,05) .
  - وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب اليمنيين الأكثر و الأقل اغترابا في التوافق النفسي عند مستوى الدلالة (0,05) و كذلك الطلاب العرب .
  - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور و الاناث عند مستوى الدلالة (0,01) على مقياس التوافق الكلي و على محاوره (التوافق الدراسي , التوافق مع الآخرين , التوافق الصحي و الجسمي ,مع وجود فروق على محاور التوافق الاسري و التوافق الانفعالي) لصالح الذكور .
  - لا يؤثر التخصص ( علمي , أدبي ) على التوافق الكلي و محاوره الستة .
- دراسة علي عبد الحسن الحسين ، حسين عبد الزهرة عبد الليمّة-العراق-2011:

عنوان الدراسة : التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي على عينة 120 طالبا وطبقا مقياس التوافق النفسي الاجتماعي و مقياس تقدير الذات .

أسفرت نتائج الدراسة إلى أن:

- مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة كربلاء عالي بنسبة 62,5 بالمئة من بين المستويات الاخرى، كذلك مستوى تقدير الذات عالي بنسبة 50 بالمئة .
- وجود علاقة ارتباطية بين كل من متغيري التوافق النفسي الاجتماعي و تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية .

## (ب) الدراسات الأجنبية:

## • دراسة ( anne mourhouse,marie calta biaw )- أمريكا - 2007:

هذه الدراسة بعنوان، الصمود النفسي والبطالة: استكشاف المخاطر وتأثيرات بعض المتغيرات كالاتكاب عند الباحثين عن العمل، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية و تقدير الذات لدى عاطلين عن العمل .

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بطبيقتي مقياس المرونة ومقياس المزاج الاكتئابي و قدرت عينة الدراسة ب 77 عاطل عن العمل (46 امرأة-31 رجل)

أسفرت نتائج الدراسة إلى :

- مستوى مرتفع من الصمود النفسي لدى عينة الدراسة.
- مستوى اكتئاب منخفض بالرغم من أن عينة الدراسة يبحثون عن العمل لفترة طويلة.
- وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المرونة النفسية والاكتئاب لدى عاطلين عن العمل و الباحثين عنه.

## • دراسة Abdolghani – Promila Vasudeva–Irandokht Asadi Sadeghi Azar

Abdollahi – إيران - 2006:

بعنوان العلاقة بين جودة الحياة والصلابة النفسية وتقدير الذات لدى العاملات والعاطلات عن العمل المتزوجات -زابل- هدفت الدراسة لمعرفة العلاقة بين جودة الحياة و الصلابة النفسية وتقدير الذات استخدم الباحثان المنهج الوصفي طبقت الدراسة على عينة 250 (امرأة متزوجة عاملة) و250 (امرأة عاطلة عن العمل متزوجة) في الفئة العمرية 24-41 سنة ينتمون الى مستويات اقتصادية وحالة اجتماعية مختلفة مع مؤهلات علمية. وتم استخدام مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة ومقياس الكفاءة الذاتية وتقدير الذات، وجاءت النتائج كالتالي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية وجودة الحياة و تقدير الذات .
- أن النساء اللواتي تحصلن على جودة حياة مرتفعة تحصلن ايضا على مستوى مرتفع من الصلابة.

ثالثا /الدراسات التي تناولت المتغيرين معا "الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي":

• دراسة عايدة شعبان صالح ،عبد العظيم المصدر – فلسطين – 2013 :

عنوان الدراسة : الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى و الأزهر بمحافظة غزة.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي وتكونت عينة الدراسة من 232 طالبا و طالبة وطبق الباحثان مقياس الصلابة النفسية و مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

أشارت نتائج دراستهما إلى:

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي .
- مستوى كل من الصلابة النفسية و التوافق النفسي الاجتماعي جاء على نحو متوسط .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تعزي لمتغير الجنس (صالح الإناث) .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الصلابة النفسية يعزي لمتغير الجنس .

• دراسة نجيب خليل محمود القرعان –عمان –2014:

عنوان الدراسة: العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرشدين و التربويين في قضاء بئر السبع.

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي وطبق على عينة قدرت ب 149 مرشدا و مرشدة من التربويين في المدارس واستخدم مقياسيين الأول للصلابة النفسية والثاني للتوافق النفسي الاجتماعي .

وأسفرت نتائج هذه الدراسة:

- وجود العلاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصلابة النفسية مستوى التوافق الاجتماعي لدى المرشدين و التربويين جاء متوسطا .
- مستوى الصلابة النفسية لدى المرشدين التربويين مرتفع .

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس في مستوى الصلابة النفسية لصالح الذكور .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الذكور .

رابعاً/ دراسات سابقة تتعلق بالبطالة:

• دراسة أشروف كبير سليمة -الجزائر-2005:

عنوان الدراسة :الاستجابة لضغط البطالة لدى المتخرج الجامعي .طبقت الدراسة على عينة قدرها 120 طالب من البطالين الجامعيين واستخدم المنهج الوصفي و استخدم مقياسين الأول أنماط استراتيجيات التعامل والثاني فاعلية الذات.

أسفرت نتائج هذه الدراسة الى:

- استعمال الخريجين الجامعيين البطالين لاستراتيجية الهروب و التجنب بالدرجة الأولى .
- استعمال استراتيجية التحكم بالذات ثم إعادة التقييم الإيجابي .
- استراتيجية التخطيط لحل المشكلة .
- استعمال استراتيجية اللوم و توبيخ الذات .

اختلفت نتائج استراتيجيات المواجهة في التقسيم بين البطالين المتخرجين الجامعيين ذوي فعالية الذات المرتفعة والمنخفضة .

• عمار بهاليل نجاح -الجزائر-2018:

عنوان الدراسة :البطالة لدى خريجي الجامعة (أسبابها و أثارها الاجتماعية و الاقتصادية ). استخدم الباحث المنهج العيادي واستخدم أداة المقابلة على عينة قدرت ب 65 خريج جامعة بطل

أسفرت نتائج الدراسة الى:

- أن أكثر من 73,84 بالمئة من أفراد العينة صرحوا بأن المشوار الدراسي كان سلبي وصرح آخرون بنسبة 89,23 بالمئة بأنهم نادمين على مزاوله الدراسة .
- أظهر 78,46 بالمئة من أفراد العينة صرحوا براضهم عن مؤهلهم العلمي .

- وأظهر 43,7 بالمئة من أفراد العينة موافقتهم على ممارسة عمل لا يتناسب مع مؤهلاتهم العلمية ونسبة 13,84 أبدوا موافقتهم إلى حد ما و 7,69 بالمئة غير موافقين إطلاقاً .

### 5-1-التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال البحث الذي قمنا به على الدراسات السابقة التي تخص متغيري الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي بالإضافة إلى الدراسات التي جمعت المتغيرين نستخلص ما يلي:

#### • من حيث أهداف الدراسة :

ما تم ملاحظته أن دراستنا الحالية تتطبق مع العديد من الدراسات السابقة من حيث الأهداف خاصة تلك الدراسات التي تناولت العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي كدراسة كل من (الدخان والمصدر، 2013 ) بالإضافة إلى دراسة (محمود القرعان،2014) وهما دراستان الوحيدتان اللتان جمعا متغيرين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي والعلاقة بينهما .

أما بالنسبة للدراسات التي تحصلنا عليها حول متغير الصلابة النفسية كانت في أغلبها تهدف إلى البحث في مستويات الصلابة النفسية كدراسة (عبد اللطيف2002) ودراسة (marie I 2007 caltabiano). بالإضافة إلى البحث في علاقتها ببعض المتغيرات الأخرى كدراسة (دخان والحجار، 2006) ودراسة (العبدلي، 2012) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من طلاب الثانوية و دراسة الحجار و الدخان و علاقتها بالضغوط النفسية , بالإضافة إلى البحث في الفروق الاحصائية بين الجنسين في مستوى الصلابة النفسية .

أما دراسة ( جعير سليمية، 2017 ) و التي تناولت التوافق النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز ودراسة (أحمد الجماعي، 2000) بالإضافة الى البحث عن مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي كدراسة ( و (عبد الحسن وعبد الليمية،2011) التي هدفت لمعرفة علاقة التوافق النفسي و الاجتماعي بالمتغيرات الأخرى .

- من حيث المنهج :

أغلب الدراسات السابقة التي تم التطرق إليها استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي وهو نفس الشيء بالنسبة لدراستنا الحالية كدراسة (abdolghani abdollahi M 2006) فيما استخدمت دراسات أخرى المنهج الوصفي التحليلي كدراسة (صالح و المصدر 2013)

- من حيث العينة :

معظم الدراسات السابقة التي تطرقنا إليها سواء كانت خاصة بالصلابة النفسية أو التوافق النفسي الاجتماعي تم إجرائها على عينة من طلاب الجامعات أو تلاميذ المدارس في مراحل مختلفة وهو ما يختلف مع دراستنا الحالية التي تم تطبيقها على عينة من خريجي الجامعة البطالين.

- من حيث الأدوات :

اعتمدت دراستنا الحالية على مقياس الصلابة النفسية من إعداد (عماد مخيمر سنة 2006) و هو نفس المقياس الذي استخدم في دراسة (العبدلي، 2012 ) فيما اعتمدت دراسات أخرى على مقاييس من إعدادهم كدراسة (الدخان و الحجار، 2006) ودراسة (المصدر والصالح، 2016 ) أما دراسة (حمادة وعبد اللطيف) استخدم مقياس الصلابة النفسية من إعداد (betz,younkin 1979) .

أما فيما يخص متغير التوافق النفسي الاجتماعي فقد استخدمنا مقياس (زينب محمود الشقير 2003) لكونه مقننا على البيئة الجزائرية في حين استخدمت معظم الدراسات السابقة التي تطرقنا إليها مقاييس من إعدادها كدراسة ( عايدة شعبان صالح) و دراسة (عبد العظيم المصدر، 2013) وكذلك دراسة ( صلاح الدين أحمد الجماعي، 2000) فيما استخدمت الدراسات الأخرى كدراسة (جعيريرسليمة، 2017) مقياس عطية هناء .

- من حيث متغيرات الدراسة :

ركزت معظم الدراسات السابقة التي تحصلنا عليها على دراسة مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى ونفس الشيء بالنسبة لمتغير التوافق النفسي و الاجتماعي و علاقته

ببعض المتغيرات الأخرى، بالإضافة إلى دراسة العلاقة بين المتغيرين معا تبعا لبعض المتغيرات ( كالمستوى الدراسي والعمر و الجنس و الدخل للأسرة) .

### • من حيث النتائج :

فيما يتعلق بالعلاقة بين الصلابة النفسية و التوافق النفسي الاجتماعي نجد دراسة كل من (صالح و المصدر، 2013) ودراسة (محمود القرعان، 2014 ) انتهت كلتا الدراستين إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية و التوافق النفسي و الاجتماعي لدى عينتي دراستهما (طلبة جامعتي الأقصى و الأزهر , المرشدين التربويين في قضاء بئر السبع .

أما الدراسات التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى الصلابة تبعا لمتغير الجنس نجد دراسة (حمادة وعبد اللطيف، 2002) والتي انتهت إلى وجود فروق في الصلابة النفسية لصالح الذكور بالإضافة إلى دراسة (محمود القرعان، 2014) لصالح الذكور، أما دراسة (صالح والمصدر، 2003) التي بينت عدم وجود فروق إحصائية تبعا لمتغير الجنس .

أما فيما يخص الفروق بين الجنسين على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي نجد دراسة كل من ( صالح و المصدر، 2013) بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لصالح الإناث ودراسة (محمود القرعان، 2014) التي وضحت وجود فروق إحصائية في مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي لصالح الذكور، ودراسة (جعير سليم، 2017) التي أسفرت عن وجود فروق إحصائية في درجات التوافق النفسي الاجتماعي لصالح الإناث وكذلك فيما تعتبر دراسة (صالح الدين أحمد الجماعي، 2000) التي انتهت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي .

## 6-مصطلحات الدراسة :

### 6-1-الصلابة النفسية :

مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة و التخفيف من أثارها على الصحة النفسية و الجسمية .(عينه ، 2019ص151)

أما إجرائيا هو الدرجة التي يتحصل عليها خريجي الجامعة البطل على مقياس الصلابة النفسية.

### 6-2- التوافق النفسي الاجتماعي :

قدرة الفرد في التوفيق بين رغباته و حاجاته من جهة و متطلبات المجتمع من جهة أخرى ، تبدو مظاهرها في شعور الفرد بالأمن الشخصي و الاجتماعي، وإحساسه بقيمته و شعوره بالانتماء والتحرر والصحة العقلية، والخلو من الميول المضادة للمجتمع . (معاش، 2013، ص70).

أما إجرائيا فهو الدرجة التي يتحصل عليها خريج الجامعة البطل على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لزينب شقير 2003 .

### 6-3- خريج الجامعة البطل :

تعرف بأنها بطالة تخص الأفراد الذين تحصلوا على شهادات جامعية ثم وجدو أنفسهم في حالة عدم عمل لأسباب خارجة عن إرادتهم ، كما صرحوا على أنهم يبحثون عن عمل بمختلف وسائل و الامكانيات المتوفرة لديهم . (طولقي، 2012، ص17)

أما إجرائيا هو كل فرد حاصل على شهادة جامعية و أتم دراسته بجامعة محمد خيضر بسكرة ، ولكن لم يتمكن من الحصول على عمل لأسباب مختلفة .

# الجانب النظري

# الفصل الثاني: الصلابة النفسية

## ► تمهيد :

تعد الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا وهو من الخصائص النفسية المهمة للفرد ليواجه ظغوط الحياة المتعددة التي قد يمر بها أو تصادفه في يومياته، حيث تعود أهمية الصلابة النفسية إلى دورها المهم والواضح في مواجهة مختلف الضغوطات والمشاكل التي قد يصطدم بها الفرد وهذا نضرا إلى طبيعة حياة الفرد التي اتضحت مليئة بمختلف التحديات وفي شتى مجالات الحياة من نفسية واجتماعية وحتى إقتصادية.

وعليه من خلال هذا الفصل سوف نحاول الوقوف على مختلف النقاط الخاصة بمفهوم الصلابة النفسية من تعريف لها من أجل توضيحها ونشأتها منذ ظهورها بالإضافة إلى مكوناتها وأهم النظريات المفسرة لها والأبعاد الخاصة بها وخصائصها وفي النهاية أهميتها لدى الفرد في حياته.

## 1- نشأة مفهوم الصلابة النفسية :

يعود مفهوم الصلابة النفسية في جوهره علم النفس الوجودي والذي يرى أن الانسان في حالة سيرورة دائمة وأن الفرد دائم البحث عن معنى حياته مما يؤدي به إلى اتخاذ قرارات متعددة وهذه شجاعة الوجودية تمثل حجر الزاوية في الصلابة النفسية التي تفسر أن الفرد الذي يتخذ قرارات مستقبلية متحدية هو من يحيا حياة ذات معنى ويوصف بأنه جريء وحذر ومهتم.

تعتبر "سوزان كوبازا (1979)" هي أول من حدد مفهوم الصلابة النفسية وذلك من خلال دراستها لتحديد دور المتغير الوقائي حيث تبنت كوبازا هذا الاتجاه للتأثر الكبير ببعض علماء النفس الوجوديين "فرنكل، ورنلوماي وهانز سيلياي" كما تأثرت أيضا بالمنظور المعرفي لازاروس 1966 الذي يرى أن الضغوط كظاهرة إنسانية تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثير سلبي على الإستجابة السلوكية للموقف أو الظرف الضاغط ولها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الانساني. (دحلان، 2017، ص9)

لقد أعطى معظم الباحثين أهمية كبيرة للعوامل الخارجية في تشكيل الصلابة النفسية ونموها وارتقائها عبر مراحل العمر المختلفة فقد تحدث عنها "إيركسون" موضحا أهمية دوره الأساسي الذي تلعبه الأسرة والفرد نفسه في تشكيل هذه السمة فمن خلال إشباع الوالدين الحاجات الأساسية والثانوية

الطفل منذ صغره يتكون لديه شعور بالإيمان والقيمة الذاتية والثقة بالنفس وبالآخرين في مراحل العمر التالية ثم جاء الاتجاه المعرفي والذي أكد على آراء "إيركسون" وأضاف إليها إحترام الوالدين لآراء الطفل منذ الصغر وتشجيعه على الاعتماد على نفسه عند أداء متطلباته الشخصية أما في حال رفض الأسرة لآراء الطفل وانجازاته فإن ذلك سيشعر الطفل بالخوف وسيجعله يتوقع حدوث خطر باستمرار مما سيؤثر بدوره على امتلاك الطفل للصلابة النفسية في مراحل العمر التالية.

كما أكدت ( كوياز ) على دور التعلم الاجتماعي من الأسرة والمجتمع في ظهور هذه السمة كمتغيرا وقائيا ومقاوما للضغوط وذكرت أن وجود نماذج والدية إيجابية تتسم بالثقة بالنفس وبالصلابة النفسية وبالقيمة الذاتية في بيئة الطفل تلعب دورا أساسيا في إرتقاء قوة وصلابة نفسية الطفل خلال مراحل متقدمة من عمره .(القضاة، 2015، ص35)

وهذا ماسوف نتطرق له في بحثنا الصلابة النفسية كمتغير مهم مع التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعات البطالين .

## 2- مفهوم الصلابة النفسية:

### 2-1- لغة :

صلب أي الشديد ،صلب الشيء الصلابة فهو الصلب فهو شديد.(ابن المنصور، 1999، ص2476)

### 2-2- اصطلاحا:

تعرف ( كويازا) الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في الإعتقاد لدى الفرد وفاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يتمكن بفاعلية على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والشاقة إدراكا غير محرفا ولا مشوها ويعمل على تفسيرها بواقعية وموضوعية ومنطقية وبتعايش معها على نحو إيجابي وتتضمن ثلاث أبعاد هي(الالتزام التحكم والتحدي).

إذ تعني شدة القدرة على الاحتمال ، فقد أوضحت كويازا و زملائها (1979.1982) أنها: مجموعة من الخصائص الشخصية التي لديها القدرة على الاحتمال وتتضمن تنظيمات خاصة بالالتزام ،

والضبط، والتحدي، فالأفراد الذين يتميزون بدرجة عالية من الصلابة النفسية وقوة الاحتمال يكون لديهم قدرة أكبر على توقع الأزمات والتغلب على المواقف الضاغطة. (عبد المعطي، 2006، ص60)

كما يعرفها (مخيمر 1997) بأنها قدرة الفرد على استخدام المساندة الاجتماعية والوقاية من آثار الأحداث الضاغطة وخاصة الاكتئاب. (جديد، 2018، ص788)

ويعرفها محمد (2000) بأنها مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية وهي خصال فرعية تتضمن كل من الالتزام والتحكم والتحدي وهذه الخصال تصبح مهمة في التصدي للمواقف الصعبة والشاقة.

يؤكد (فنك 1992) على أن الصلابة النفسية صفة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة المحيطة بالفرد منذ الصغر.

أما (سشاير وكارفر) فيعرفانها بأنها ترحيب الفرد وتقبله للضغوط التي يتعرض لها وتكون بمثابة مصدر واق ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط.

يرى (كوزي) بأنها متغير نفسي يساعد الفرد على تحمل الضغوط والإحباطات ومواجهتها بنجاح حتى يتم تحقيق أهدافه التي يسعى لها.

كما عرفها (البهاص 2002) بأنها إدراك الفرد وتقبله للمتغيرات والضغوط النفسية التي يتعرض لها خلال حياته وتعمل كعامل وقاية من العواقب الجسمية والنفسية للضغوط وبدورها تساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالإرهاك النفسي. (القضاة، 2017، ص35، 34)

مما سبق نستنتج أن الصلابة النفسية هي سمة شخصية خاصة بكل فرد تكمن في قدرته على إدراك المواقف الشاقة والضغوط والمشاكل التي قد تقف في طريقه أو تواجهه خلال حياته، ليتمكن من مواجهتها وتجاوزها والتكيف مع ظروفها بالإضافة إلى إكتساب الخبرة والطاقة الإيجابية لتخطى كل ما قد يعترضه من مواقف تستدعي وجود الصلابة النفسية.

### 3- مفاهيم ذات صلة بالصلابة النفسية:

إن الباحث في مجال الصلابة النفسية يجدها تتشابه مع بعض المصطلحات المعروفة في علم النفس وتتداخل مع بعضها ، ومن أشهر هذه المصطلحات مايلي:

#### 3-1- قوة الأنا :

يرى أنصار نظرية التحليل النفسي وعلى رأسهم فرويد أن الأنا القوية هي الواعية وهي التي تحاول التوفيق بين دوافع الفرد الفطرية وبين الواقع الخارجي وتضبط سلوكه على أساس إشباع حاجاته في حدود مقبولة وقادرة على تحمل الضغوط الداخلية والخارجية ،حيث صنفت قوة الأنا بأنها عملية مواجهة لجلب القدرة على التوافق والسيطرة على الأوضاع والظروف وبالتالي الحفاظ على صحة الفرد.

#### 3-2- الكفاءة الذاتية :

حيث يشير " باندورا " إلى أن الكفاءة الذاتية عبارة عن معتقدات الفرد حول قدراته على إنتاج مستويات معينة من الأداء المؤثر على إحداث الحياة وهذه المعتقدات تحدد كيف يشعر الناس وكيف يفكرون وكيف يحفزون أنفسهم وكيف يتصرفون وهي ناتجة على أربع عمليات كبرى تشمل المعرفة ،الدافعية ،العاطفة والاختيار .

#### 3-3- التفاؤل:

إن مفهوم التفاؤل مفهوم مستمد من النظرية السلوكية ، ويشير إلى توقع الفرد بأنه سيتمكن من تحقيق أهدافه المرجوة في معظم الحالات ، وهذا التوقع نابع من تجارب الفرد الماضية في التعامل مع مهام معينة.(القرعان، 2014،ص 14 15)

#### 3-4- المرونة النفسية:

هي الإستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط أو القابلية للتغير أو الأخذ بأيسر الحلول .(فاتح،2014،ص16)

## 3-5- التوافق النفسي :

أنه العملية التي من خلالها يعدل الفرد من بناءه النفسي أو السلوكي ليستجيب لشروط المحيط الطبيعي الإجتماعي ، ويحقق التوازن والرضا وهو مايرادف الصلابة النفسية التي هي إدراك الفرد وتقبله للضغوط النفسية التي يتعرض لها والتي تعمل كوقاية من تلك العوائق الناتجة عن الضغوط. فامتلاك درجة جيدة من الصلابة النفسية يضمن للفرد الحفاظ على توازنه النفسي وصحته النفسية. (شلهوب، 2016، ص59)

## 4- النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

## 4-1- نظرية كوبازا:

قدمت الباحثة الأمريكية سوزان كوبازا مصطلح الصلابة النفسية للمرة الأولى عام 1997 في مقالة بعنوان أحداث الحياة الضاغطة الشخصية والصحة لتحقيق الصلابة النفسية وهي ترى أن تعرض الأفراد للضغوط أمر حتمي لامفر منه فالحياة مليئة بالصعوبات والنكسات والظروف الصعبة والأفراد لا يستطيعون تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالاغتراب ولا يمكنه الهروب من متطلبات التغيير في نمو الشخصية فأى مرحلة من مراحل الحياة المعاصرة.

ويعد "نموذج لازاروس" من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاث عوامل رئيسية هي:

- البنية الداخلية.
- الأسلوب الإدراكي المعرفي.
- الشعور بالتهديد والإحباط.

ذكر "لازاروس" إن حدوث الخبرة للضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للمواقف واعتباره ضغطا قابلا للتعايش ، تشمل عملية الإدراك الثانوي وتقييم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد لمدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة. (اليازجي، 2011، ص52)

اقترحت "كوبازا" نظرية متقدمة في مجال الوقاية من المرض النفسي والجسمي بعد أن لاحظت أن بعض الناس لا يستطيعون تحقيق ذواتهم وإمكاناتهم الكاملة على الرغم من تعرضهم للكثير من الإحباطات و الضغوط وأن كثيرا من الأفراد لا يمرضون بسبب تعرضهم للضغط النفسي وقد افترضت أن السبب الكامل وراء ذلك هو الصلابة النفسية التي تخفف من آثار الأحداث الضاغطة للفرد فالأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يواجهون ضغوط دون أن يتعرضون للإصابة بالمرض النفسي أو الجسمي وقد عملت "كوبازا" على تأكيد فروض نظريتها حيث توصلت إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة هم الأكثر صمودا ومقاومة وانجازا وضبطا داخليا ونشاطا وواقعية.

كما فسرت "كوبازا ومادي" الأسباب التي تجعل من الصلابة النفسية مصدرا للتخفيف من حدة الضغوط لأن الاشخاص ذوي الصلابة أكثر مقاومة للأمراض التي تسببها الضغوط ويرجع ذلك إلى أسلوب تفكيرهم التكيفي الذي يؤدي إلى خفض مستوى الإثارة الفسيولوجية لديهم ، بالمقابل تقود الأحداث الضاغطة استشارة الجهاز العصبي الذاتي يؤدي الضغط المزمن إلى إرهاق الذي يترافق مع الأمراض الجسمية والإضطرابات النفسية وهنا يتضح دور الصلابة النفسية في تعديل هذه العملية الدائرية التي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة:

- تعدل الصلابة النفسية من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
- تؤدي الصلابة إلى مواجهة نشطة .
- تؤثر الصلابة في أسلوب المواجهة من خلال تأثيرها في الدعم الاجتماعي.
- تغير الصلابة العادات الصحية مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة وهذا ما يؤدي إلى تقليل الإصابة بالأمراض الجسمية .

وهكذا توصلت كوبازا إلى عدد من النتائج التي ساعدتها على صياغة أسس نظرية في

الصلابة النفسية .

- إن التعرض للأحداث الضاغطة الشاقة أمر ضروري وحتمي لإرتقاء الفرد ونضجه الإنفعالي والنفسي الاجتماعي.

▪ إن الشخصية التي تتسم بالصلابة النفسية لديها مستوى عال من القدرة على التحمل للآلام والمشاق والصمود والتوافق والتعامل مع ضغوط الحياة الضاغطة.

▪ إن الصلابة النفسية مكتسبة أكثر من الفطرية بناءً على النتائج الدراسات التي أجرتها والتي تضمنت مقابلات عن تاريخ الحياة المبكرة للموظفين المشاركين.

بالإضافة إلى أن "كوبازا" أوردت مجموعة من المتغيرات التي تساعد على ظهور الصلابة النفسية وتعزيزها ، وهي الوراثة والتدين والدعم النفسي الاجتماعي على المستوى الإقتصادي المرتفع ، والرعاية الطبية ، والتعلم الاجتماعي ، والنموذج الإيجابي وهي ترى أن الصلابة تنشأ في مرحلة الطفولة حيث يتعرض الفرد للخبرات المتنوعة التي تشكل شخصيته وتعززها . (هلكة، 2016، ص ص34، 33)

وعليه مما سبق يمكن القول أن "كوبازا" بينت الصلابة النفسية بأنها استعداد صحي في الشخصية تتضمن ثلاثة مكونات هي الالتزام و التحكم و التحدي و الشخص الصلب نفسياً هو الذي يرى الحدث الضاغط على أنه ذو معنى ومثير للإهتمام (الالتزام) ويرى نفسه قادراً على تغيير الأحداث (التحكم) كما يدرك التغيير على أنه أمر طبيعي وفرصة للنمو (التحدي) .

#### 4-2- نموذج فنك المعدل والمحلل لنظرية كوبازا:

لقد ظهر حديثاً نموذج فنك في مجال الوقاية من الإصابة بالإضطرابات وهو أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا وحاول تعديل جديد لتلك النظرية وقد قدم فنك (1992) هذا النموذج وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من الجهة والصحة العقلية من جهة أخرى وقد أجري ذلك البحث على عينة قوامها (167) جندي إسرائيلي وقد إعتد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين بستة أشهر وبعد إنتهاء الفترة قام بقياس المستوى مرة أخرى وقد إنتهى فنك من تلك الدراسة إلى نتائج مهمة وهي كالاتي : ارتباط مكثف بين الصلابة العقلية الجيدة للأفراد.

- ارتباط بعد الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية ، حيث يعمل على تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجيات ضبط الانفعال .

- ارتباط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية ، وذلك من خلال إدراك المواقف على أنها أقل مشقة واستخدام استراتيجية حل المشكلات للتعيش معها .(ابراهيم، 2018،ص35)

كما قام "فينك" بإجراء دراسة ثانية عام (1995) لها نفس أهداف الدراسة الأولى ، وذلك على عينة من الجنود أيضا ولكنه استخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين الأوامر المطلوبة حتى وإن تعارضت مع ميولهم وإستعدادتهم الشخصية وذلك بصفة متواصلة وبقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقة (الواقعية) وطرق التعايش معاها قبل الفترة التدريبية وبعد الإنتهاء منها ثم توصل لنفس نتائج الدراسة الأولى.(اليازجي، 1011،ص53)

### النموذج النظري لمادي و كوبازا 1984:

حققه سلفادور مادي وينص على أن تراكم الأحداث الضاغطة يسبب زيادة التوتر الذي يمكن أن يظهر لدى الفرد في شكل ردود أفعال كسرعة التهيج ، و القلق إلى غير ذلك من المظاهر هذه الاستجابات تعكس حالة استنفار و تآهب و استمرار هذه الحالة يمكن أن يخلق أعراض مرضية تظهر في شكل أعراض جسدية و عقلية ، هذه المتغيرات المتمثلة في الأحداث الضاغطة و التوتر و الأعراض المرضية كان لها أثر في وسط الباحثين لخاصية شخصية أطلقوا عليها الصلابة النفسية و اعتبروها كمتغير وسيط في هذه العلاقة أي بين الضغوط و المرض ومن جهة أخرى كأحد المصادر المهمة و المؤثرة في التعامل مع الضغوط (شويطر، 2017،ص522)

### 5-أبعاد الصلابة النفسية:

تتحدد مكونات الصلابة النفسية بثلاث عناصر التالية:

#### 5-1-الالتزام:

يمثل الالتزام الفرد نحو التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف هادفة وذات معنى ، فالفرد الذي لديه نزعة قوية نحو الالتزام يندمج مع الناس والأشياء والأحداث التي تدور من حوله.

فالإنسان المتسم بالالتزام يود الإنخراط مع الناس والأحداث من حوله بدلا من أن يكون سلبيا ويبدو له هذا الطريق الحصول على المعنى والتجربة المثيرة ، ويبدو أنه من يتسمون بالالتزام العالي يؤدون عملهم في حالة من البهجة والجهد القليل.(كماش وحسان ،2016،ص349)

أشارت "كوبازا ومادي" إلى أن الالتزام الشخصي والنفسي يضم كلا من:

- الالتزام اتجاه الذات :

عرفته بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة ، وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو تميزه عن الآخرين.

- الالتزام اتجاه العمل :

عرفته بأنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين ، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وكفاءته في انجاز عمله وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه .

كما صنف أبو ندى (2007) الالتزام إلى ثلاثة أنواع :

- الالتزام القانوني :

يتمثل في تقبل الفرد للقوانين الشرعية ثم الوضعية السائدة في مجتمعه وامتناله لها وتجنبه مخالفتها وقد ارتبطت طبيعة الالتزام القانوني ببعض المهن ومن أبرزها المحاماة ، فنجد أن ممارسي هذه المهنة يلتزمون بالجوانب القانونية بوصفها محددة لطبيعتها الشاقة كما يلتزمون بنفس المحددات القانونية أثناء ممارسة حياتهم الشخصية.

ويعرفه عبد الله (1991) الالتزام القانوني بوصفه اعتقاد الأفراد بضرورة الانصياع لمجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبرا بواسطة السلطة المختصة في حالة الخروج عنها أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع .

- الالتزام الديني:

يعرفه الصنيع (2002) بأنه الالتزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح وظهوره ذلك في سلوكه ، بممارسة مأمور به الله به والانتهاز عن إنتهاء مانهى عنه.

- الالتزام الاخلاقي :

قد عرفه جونسون (1991) بأنه اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقته الشخصية والإجتماعية .(الغاشوش، 2018،ص ص 473، 474)

5-2-التحكم:

يرى "فولكهان" أن تحكم الفرد بإمكانية تحكمه في المواقف الضاغطة التي يتعرض لها . ويعرفه مخيمر (1996) على أنه الاعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث وأنه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته ، وأنه يتضمن القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل وتفسير وتقدير الأحداث والمواجهة الفعالة. (كماش وحسان، 2016، ص 356)

ويشير (الرفاعي) إلى أن التحكم يتضمن أربع صور رئيسة هي:

-القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل المتعددة، ويحسم هذا التحكم المتصل باتخاذ القرار طريقة التعامل مع المواقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو محاولة التعايش معه ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف وظروف حدوثه حيث يتضمن الاختيار بين البدائل.

- التحكم المعرفي (المعلوماتي): استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الحدث الضاغط بعد التحكم المعرفي من أهم الصور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة إذا تم على نحو إيجابي، ويختص التحكم المعلوماتي بقدرة الفرد على استخدام كافة المعلومات المتاحة عن المواقف لمحاولة السيطرة عليها وضبطه.

-التحكم السلوكي : وهو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز ويقصد بالحكم السلوكي القدرة على تعامل مع المواقف بصورة علنية ملموسة بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديله أو تغييره.

-التحكم الاسترجاعي: ويرتبط التحكم الاسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن المواقف وطبيعتها فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف وطبيعته، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى قابل للتناول والسيطرة عليه ، وبمعنى آخر نظرة الشخص للحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته ، مما قد يؤدي لتخفيف أثر الضغوط (العبدلي،2012،ص 28)

### 5-3-التحدي:

يشير إلى إعتقاد الفرد أن مايطراً من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفعالية، ويظهر التحدي في اقتحام المشكلات وحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف من مواجهة المشكلات .(بلوم وحنصالي،2013،ص275)

**وتعرفه كوبازا (1983)** بأنه اعتقاد الفرد بأن التغير المتجدد لأحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية .(الشاغوش،2018،ص478)

يتضح من ذلك أن التحدي يمثل إمكانيات الفرد النفسية والجسمية على التكيف مع مستجدات حياته والتأقلم معها على أنها موضوع طبيعي في حياة كل فرد ، وجودها ضروري لنمو قدراته على الصمود والمواجهة.

## 6-خصائص الصلابة النفسية:

### 6-1-خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

تتمثل خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة في اتصافهم بعدم الشعور بهدف واضح ومحدد لنفسهم ولا معنى لحياتهم لايتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية ويتوقعون التهديد المستمر و الضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة والأحداث الحياتية وليس لديهم أي اعتقاد بضرورة الإرتقاء والتجديد كما أنهم سلبيون في تفاعلهم في بيئتهم وعاجزون على تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة .

## 6-2- خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة:

توصلت كوبازا من خلال دراستها في السنوات (1979.1985.1989) إلى أن الأفراد المتصفين بالصلابة النفسية يتمتعون بالخصائص التالية:

- القدرة على الجهود والمقاومة.
- لديهم انجاز أفضل.
- يميلون للقيادة والسيطرة أكثر.
- أكثر نشاط وذو دافعية أفضل .

وتصنيف حمادة وعبد اللطيف : أن الأفراد الذي يتميزون بالصلابة النفسية هم :

- أفراد ملتزمون بالعمل الذي عليهم أداءه بدلا من شعورهم بالغيرة .
- أفراد لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلا من شعورهم بفقدان القوة .
- أفراد ينظرون إلى التغيير على أنه تحدي عادي بدلا من أن يشعروا بالتهديد.
- أفراد يجدون في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة بممارسة القرار (جميات، 2020، ص102).

## 7- أهمية الصلابة النفسية:

تكمن أهمية الصلابة النفسية بأنها تصبح مصدرا من مصادر الشخصية المقاومة للضغوط النفسية التي تقي الانسان من أثارها وتعطيه القدرة لمقاومتها والوقاية من الآثار السلبية المختلفة، والتي تجعل الفرد قادرا على اتخاذ القرارات المناسبة لمواجهة تلك الضغوط وحل مشكلاتها والتكيف والتوافق مع المواقف الحياة الجديدة .

حيث قدمت كوبازا (1991) عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص آثار الضغوط على الفرد وأن

الصلابة النفسية مكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون وقد وجد كل من "ماندي وكوبازا" (1985) أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم في حفظ مستوى التهديد للأحداث الضاغطة من خلال رؤيتها من منظور واسع وتحليل مركباتها الجزئية ووضع حلول مناسبة ، وأكد "اليرد سميث" أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المندرجة تحت تأثير الضغط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية ، وما نتج عنها من انحدار في مستوى التحفيز الفيسيولوجي وأن لديهم مجموعة من الجمل الإيجابية على الذات أكثر من أولئك الأقل صلابة وهي سمة من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط .

كما ترى أيضا كل من "كوبازا وماندي" أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع وتؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة للصلابة.

- تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطئ .
- تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة وتنقله من حال إلى حال .
- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
- تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة.

(دحلان ، 2017، ص ص 12 13)

## ► خلاصة:

في الأخير يمكن أن نقول أن أهمية الصلابة النفسية تظهر في إمكانيات القدرة على مواجهة ضغوط الحياة مما يؤثر إيجابا على توافقه النفسي وتكيفه مع محيطه وظروفه وهذا من خلال قدراته النفسية والصلابة التي تمكنه من ذلك، ومن خلال ذلك تتجلى وبوضوح أهمية ودور الصلابة النفسية في مقاومة أشد العاقبات النفسية من خلال مكوناتها الثلاثة، وهذا ماسوف نحاول دراسته من خلال موضوعنا الصلابة النفسية وعلاقتها بتوافق النفسي والاجتماعي لدى خريج الجامعة البطل .

## الفصل الثالث:

# التوافق النفسي الاجتماعي

## ● تمهيد:

يسعى الفرد دائما إلى إشباع حاجاته بطرق مقبولة اجتماعيا لمسايرة المجتمع والتفاعل معه هذا ما يساعده على تحقيق توازنه الذاتي أثناء تفاعله مع بيئته، فتوافق الفرد أمر ضروري لحفظ حياته النفسية والاجتماعية وله دور فعال في مساعدة الفرد على تخطي العوائق والضغوط والمشكلات الحياتية، لذا سنحاول في هذا الفصل عرض مدخل عام حول التوافق النفسي الاجتماعي نتطرق فيه الى مفهومه وأبعاده ومظاهره وصولا إلى النظريات المفسرة له.

**1- تعريف التوافق النفسي الاجتماعي:****1-1- تعريف التوافق:**

هو من أكثر المفاهيم شيوعا في علم النفس ذلك أنه تقييم سلوك الانسان وعلم النفس إنما هو علم سلوك الانسان وتوافقه مع البيئة لذلك كانت دراسة علم النفس لا تنصب على السلوك ذاته أو على التوافق نفسه بل تدور حول كيفية الوصول إلى التوافق وطبيعة العمليات التي يتم بواسطتها التوافق أو عدم التوافق (كامل، 2003، ص 27).

كما جاء في قاموس "الاروس" أن التوافق هو ترتيب شيء، تكيف بين أمرين أو شيئين، إصلاح بين خصمين.

يرى ( shoben 1956) التوافق على أنه السلوك المتكامل، ذلك السلوك الذي يحقق للفرد أقصى حد من الاستغلال للإمكانات الرمزية والاجتماعية التي ينفرد بها الإنسان وتؤدي إلى بقاءه وتقبله للمسؤولية وإشباع حاجاته وحاجات الغير وهذا التوافق يتميز بالضبط الذاتي والتقدير للمسؤولية الشخصية والاجتماعية وهو توافق إيجابي يتضمن النضج الانفعالي. (أحمد، 2014، ص13)

أما "مخيمر" فقد تبنى رؤية مختلفة للتوافق تستمد أصولها من نظرية التحليل النفسي حيث ينتقد مخيمر في كتيبه "مفهوم جديد للتوافق 1978" تعريفات التوافق السائدة لأنها تنظر إلى عملية التوافق ضمن حدود الـ "هنا" و " الآن" فهي تنصب على قطاع من الحاضر كما أنها تكاد تقتصر على المتحقق والمتعين بالفعل، دون أن تهتم حقيقة بالمحتمل والمضمر بمعنى الإمكانات والقدرات الكامنة، كما

أنه يرى أن الغالبية العظمى لاستبيانات التوافق- إن لم تكن جميعها - ليست في واقع الأمر غير استبيانات للتوائم تقف عند السطح والظاهر وتقتصر على المسائرة والمجارة، وينتهي إلى أن المفهوم الجديد للتوافق يجب أن يقوم على مبدئين أساسيين هما الإيجابية والمستقبلية. (شاذلي، 2001، ص 31،32).

بالنسبة لـ "ستورت" فالتوافق العام عبارة عن تعديلات في السلوك أو الأفكار التي تمكن الكائن من إحداث تغييرات بيئية بطريقة تتفق مع بيئته وقدراته الفكرية. ( أحمد، 2014، ص 14)

يعتبر أيضا مفهوم التوافق من المفاهيم النفسية التي حظيت باهتمام بالغ من قبل علماء النفس بصورة عامة ويجمعون بأنه عملية تفاعل ديناميكي مستمر بين قطبين أساسيين أحدهما الفرد نفسه والثاني بيئته المادية والاجتماعية حيث يسعى الفرد من خلالها لأن يشبع حاجاته البيولوجية والسيكولوجية ويحقق مطالبه المختلفة متبعا في سبيل ذلك وسائل مرضية لذاته وملئمة للجماعة التي يعيش بين أفرادها. (فدول، فدول، 2018، ص 302).

## 1-2- تعريف التوافق النفسي:

التوافق النفسي هو تلك العملية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى أن يغير من سلوكه أو من بنائه النفسي ليحدث علاقة أكثر إيجابية بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين بيئته من جهة أخرى ويمكن في علم النفس تفسير سلوك الانسان بأنه في أصله توافق مع العديد من المطالب والضروريات التي تضغط عليه. (الحجار، 2003 ص 15)

يرى صلاح مخيمر (1987) إن التوافق هو الرضا بالواقع المستحيل على التغيير (وهذا جمود وسلبية واستلام )، وتغيير الواقع القابل للتغيير (وهذا مرونة وإيجابية وابتكار وصرورة ). ويرى أن عملية التوافق تتضمن إما تضحية الفرد بذاتيته نزولا على مقتضيات العالم الخارجي وثمنا للسلام الاجتماعي، أو تتضمن تشبث الفرد بذاتيته وفرضها على العالم الخارجي، فإذا فشل أصبح عصابيا وإذا نجح كان عبقريا. (زهرا، 2005، ص 27)

كما يعرف "صبري محمد علي" التوافق إلى أنه وجود علاقة منسجمة مع البيئة، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد، وتلبية معظم المطالب البيولوجية والاجتماعية، والتي يكون الفرد

مطالباً بتبليتها، وعلى ذلك فالتوافق يشمل كل التباينات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إصدار العلاقة المنسجمة مع البيئة. (فدول وفدول، 2018، ص 302)

أما "إيزنك" يعرفه على أنه الحالة التي تتناول حاجات السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد و بيئته .

بالنسبة لـ "حامد عبد السلام زهران " فيعرف التوافق النفسي على أنه عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته .

يعرف "لندكرين" و آخرون التوافق النفسي على أنه تلك العملية التي يقوم الشخص من خلالها بتعديل البيئة المحيطة به . (الداهري و الكبيسي، 1999، ص 203)

كما تعرف زينب محمود شقير (2003) التوافق النفسي على أنه عملية كلية دينامية وظيفية تهدف إلى تحقيق التوازن والتلاؤم بين جوانب السلوك الداخلية و الخارجية للفرد مما يساعد على حل الصراعات وخفض التوتر، بل يتخطى ذلك إلى الجوانب الإيجابية لتحقيق الذات والرضا عنها وتحقيق الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي مع الإيجابية والمرونة في التعامل مع المجتمع من حوله.(العلوي وبن حفاف ونظور، 2022، ص14)

عرفه "كارل روجز" بأنه قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها بما في ذلك ذاته، ثم العمل من بعد ذلك على تبنيها في تنظيم شخصيته .(يحي وعمور، 2019، ص434 )

جاء في تعريف وولمان حسب معجم السلوكية بأن التوافق هو:

- علاقة متناغمة مع البيئة تنطوي على القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد، وتجب عن معظم المتطلبات المادية والاجتماعية جميعا التي يعانها الفرد.
- التغيرات والتعديلات السلوكية التي تكون ضرورية لإشباع الحاجات والإجابة عن المتطلبات بحيث يستطيع الفرد إقامة علاقة متناغمة مع البيئة .(برغوتي وبوختوفة، 2016، ص 323)

حسب "الداهري" فإن التوافق النفسي مسألة نسبية تختلف باختلاف قدرات الانسان والثقافة والزمان والمكان . (الداهري، 2008، ص 15) .

وعليه مما تطرقنا إليه من مفاهيم وتعريفات يمكن القول أن التوافق النفسي هو حالة التوازن بين الفرد وبيئته من خلال العمليات و الديناميات التي يقوم بها الفرد لتحقيق التلاؤم بين مختلف جوانبه في المجتمع ( تحقيق الذات ، الرضا ، المرونة ، الايجابية ..... )

### 1-3- تعريف التوافق الاجتماعي :

يعرفه "جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاي " التوافق الاجتماعي بأنه التوافق الملائم السديد مع مقتضيات مجتمع معين وضوابطه وقيوده وأعرافه وعاداته الاجتماعية، ويدخل في ذلك قدرة الفرد على أن يعيش مع الآخرين ويعمل معهم بأسلوب منسجم بدرجة معقولة، وأن يمارس تفاعلاته الاجتماعية وأن يكون علاقات تحقق إشباعا لذاته و الآخرين .

كما عرفه "سمير عبدالغفار" بأنه ذلك الجانب الاجتماعي الذي يعكس ميول واتجاهات الفرد الاجتماعية ومدى قدرته على تحمل المسؤولية، وكذلك إدراكه وفهمه لطبيعة الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها تبعاً للجماعات المختلفة التي تنتمي إليها بهدف تحقيق الإشباع النفسي والرضا عن الجماعة التي ينتمي إليها والمجتمع الذي يعيش فيه وامتناله لقيم وأهداف المجتمع. (أحمد، 2014، ص15).

أما "أبو النيل و مجدة أحمد"1985" فيعرفان التوافق الاجتماعي بأنه قدرة الفرد على إقامة علاقة مناسبة ومسايرة لأعضاء الجماعة التي ينتمي إليها ويحظى في الوقت نفسه بتقدير واحترام الجماعة لأرائه واتجاهاته ولهذا يمكن تعريف التوافق الاجتماعي بأنه "العملية التي يتمكن بها الفرد من إقامة علاقات مناسبة مع المجتمع بما يتفق وينسجم مع القواعد والمعايير الاجتماعية السائدة فيه ،بما يحقق التوافق الصحي مع الذات والآخرين ولهذا تكون الصحة النفسية للفرد في مدى قدرته على التوافق الاجتماعي إقامة علاقات اجتماعية سليمة مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه. (الحميدي وبن غليسي، 2015، ص109)

كما يرى "الحسين" أنه حالة من التوازن تؤدي إلى الإشباع يمتاز الانسان بها و توازنه وفق ما ترغبه ذاته أو يعود عليه بالفائدة و لا يتصادم مع المعايير الثقافية الواضحة .(عيسى وقايد، 2021، ص

وعليه يمكن القول أن التوافق الاجتماعي هو تكيف الشخص ببيئته الاجتماعية في مجال مشكلات حياته مع الآخرين التي ترجع إلى علاقته بأسرته ومجتمعه، ومعايير بيئته الاقتصادية والسياسية والخلفية. (دوفي ومرصالي وتراكة، 2019، ص176)

#### 1-4- تعريف التوافق النفسي الاجتماعي:

يعرفه "بروان": بأنه الانسجام مع البيئة ويشمل القدرة على اشباع حاجات الفرد ومواجهة معظم المتطلبات الجسمية والاجتماعية. (فدول وفدول، 2018، ص302)

أما "اريكسون و ولمن": على أنه عبارة عن علاقة تكيفية مع البيئة، وتتضمن القدرة على تلبية احتياجاته وتلبية معظم المتطلبات الاجتماعية منها والفسولوجية. (بن مصطفى وبن دهمة، 2019، ص230)

كما يعرفه "سفيان" بأنه اشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات و الصراعات و الاضطرابات النفسية واستمتاعه بعلاقات اجتماعية و مشاركته في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه. (صالح ومصدر، 2011، ص49)

يعد مفهوم التوافق النفسي الاجتماعي من أهم المفاهيم الأساسية في العلوم الانسانية و الاجتماعية ، فدراسته و البحث في معانيه ومحتوياته يعني البحث في الفرد من جميع جوانبه النفسية الاجتماعية العلائقية و المهنية.(عبادة و متوري، 2919، ص34)

#### 2- النظريات المفسرة للتوافق النفسي الاجتماعي:

##### 2-1- النظرية البيولوجية :

يرى أصحابها أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها عن طريق الإصابات والجروح والعدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد، وترجع اللبانات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من "داروين ، مندل ، جالتون ، كالمان" وغيرهم .

## 2-2- النظرية التحليلية:

حسب "سيجموند فرويد" أن عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا، وأن العصاب والذهان ما هو إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية تتمثل في ثلاث صفات هي قوة الأنا - القدرة على الأمل - القدرة على الحب .

يرى " لويس كامل مليكة" أن مدرسة التحليل النفسي تتبنى العديد من الاتجاهات والآراء الفرعية في تفسير السلوك الإنساني والأسباب التي تؤدي إلى السلوك المضطرب أو غير المتوافق، إلا أنها تؤكد على وجود حياة نفسية لا شعورية غير الحياة الشعورية التي يعيشها الفرد، كما تؤكد على أن الفرد يولد مزودا بغرائز ودوافع معينة و أصحاب هذه المدرسة يرون الحياة ماهي إلا سلسلة من الصراعات يعقبها إشباعات أو إحباطات . (أحمد، 2014، ص31)

يؤكد كل من " مصطفى زيور (1975) و انشراح محمد دسوقي " أن التوافق لدى التحليل النفسي هو قدرة الفرد على القيام بعملياته العقلية والنفسية والاجتماعية على خير وجه و يشعر أثناء القيام بها بالسعادة و الرضا ، فلا يكون خاضعا لرغبات الهوا ولا يكون عبدا لقسوة الأنا الأعلى وعذاب الضمير ، و لا يتم ذلك إلا بوجود أنا قوي يستطيع الموازنة بين متطلبات الهوا و تحذيرات الأنا الأعلى و عذاب الضمير و لا يتم ذلك إلا بوجود أنا قوي يستطيع الموازنة و متطلبات الواقع ولكي يصبح الفرد متوافقا بهذا المعنى ،لابد أن يكون قد نشأ في أسرة سوية يتم الحوار بين أقطابها بطريقة منطقية يسودها الحب و الحنان .

كما يرى " فرويد" أن الفرد في صراع بين مشكلتين أساسيتين من أشكال الدوافع الأولى تمثله دوافع الحياة أو البقاء و تتبلور حول الدوافع العدوانية و العلاقات بين هذه الدوافع هي علاقات صراع و صدام وليست علاقات توافق و انسجام .

بالنسبة لـ "سوليفان" صاحب نظرية العلاقات الشخصية البينية وهو ينتمي إلى المحللين النفسيين الذين يعطون وزنا كبيرا للعوامل الثقافية و الحضارية كما أنه يؤمن بأن الشخصية تنظم مرن إلى حد كبير وبالتالي فإن الفرد يمكن أن يتغير إذا أتيح له مجموعة من العلاقات الشخصية البينية

الجديدة كما و يرى أن الفرد إذ صادف فشلا كبيرا ولم يتحمل القلق الناتج عن ذلك فإنه ينكص و يسلك سلوكا غير سلوكا يناسب عمرا أقل من عمره . ( الكحلوت ، 2011، ص 27)

أما "كارل يونغ" فيعتقد أن مفتاح التوافق يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية و أهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة كما قرر أن الصحة النفسية و التوافق السوي يتطلبان التوازن أو الموازنة بين ميولنا الانطوائية و ميولنا الانبساطية . كذلك أكد على ضرورة تكامل العمليات الأربع الأساسية في تخبير الحياة والعالم الخارجي وهي الإحساس ، الإدراك ، المشاعر ، التفكير . (صالي، 2011، ص 25)

يعتقد "اريك فروم" أن الشخصية المتوافقة هي التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة، وأن تكون مستقبلية للآخرين و منفتحة عليهم، ولديها قدرة على التحمل والثقة ولقد أكد على مغزى قدرة الذات على التعبير عن الحب للآخرين بدون قلق .

وعليه فمفهوم التوافق عند مدرسة التحليل النفسي هو خفض التوتر نتيجة المحاولات المستمرة التي يقوم بها الفرد لإشباع حاجاته الشخصية التي تثيرها دوافعه مع المرونة في إقامة علاقات منسجمة مع البيئة فعندما يتعامل الفرد مع المشكلة يقال عنه حسن التوافق لأنه استطاع أن يتلاءم مع مطالبه البيولوجية ومطالب البيئة الاجتماعية أما إذا فشل مواجهة مشكلاته يكون سيئ التوافق . ( أحمد، 2014 ، ص ص 31 ، 33).

### 2-3- النظرية السلوكية:

يعتبر كل من "واطسون وسكينر" من أشهر مؤسسي هذه المدرسة والتي ترى ان أنماط التوافق وسوء التوافق ماهي إلا أنماط سلوكية متعلمة (مكتسبة) من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد والتي أكدت على أن التوافق هو جملة من العادات تعلمها الفرد في السابق وساهمت في خفض التوتر لديه . إذ أشبعت آنذاك دوافعه و حاجاته و إضافة إلى كونها مناسبة وذات فعالية في التعامل مع الآخرين، واعتقد "واطسون وسكينر" أن عملية التوافق لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري بل تتشكل بطريقة آلية من خلال التكرارات والتلميحات البيئية والمعززات وأوضح "ولما و كرانيير" أن الفرد الذي لا يثاب على علاقته مع الآخرين يتجنب التعامل معه، مما يتسبب في ظهور أشكال شاذة للسلوك. (بن ستي ، 2012، ص 16)

أما "بندورا" فقد رفض التفسير السلوكي الكلاسيكي الذي يركز على تشكيل طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية، حيث أكد بأن السلوك وسماته الشخصية نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاث عوامل هي: المثبرات وخاصة الاجتماعية (النماذج)، والسلوك الإنساني، والعمليات العقلية والشخصية، كما أعطى وزنا كبيرا للتعلم عن طريق التقليد، ولمشاعر الكفاية الذاتية، حيث يعتقد أن لمشاعر الكفاية أثرها المباشر في تكوين السمات التوافقية أو غير التوافقية، كما رفض تفسير طبيعة الإنسان بطريقة آلية. (صالي، 2011، ص27)

## 2-4- النظرية الانسانية :

يشير "روجرز" إلى أن سوء التوافق النفسي يمكن أن يستمر إذا ما حاول الأفراد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيدا عن مجال الإدراك أو الوعي و ينتج عن ذلك استحالة تنظيم مثل هذه الخبرات أو توحيدها كجزء من الذات التي تتفكك و تتبعثر نظرا لافتقار الفرد قبله لذاته و هذا من شأنه يولد مزيدا من التوتر والأسى و سوء التوافق. (أحمد، 2014، ص34) وحدد روجرز ثلاثة معايير للتوافق وهي: الاحساس بالحرية - الانفتاح على الخبرة - الثقة بالمشاعر الذاتية. (دحلان، 2017، ص 42)

في حين أكد "ماسلو" على أهمية تحقيق الذات للتوافق السوي الجيد وقام بتوضيح عدة معايير للتوافق الشخصي في الآتي: الإدراك الفعال للواقع ، قبول الذات ،التلقائية ،التمركز حول المشكلات لحظها ، نقص الاعتماد على الآخرين ، الاستقلال الذاتي ،الاعجاب بالأشياء أو تقديرها، الخبرات المهمة الأصلية، الاهتمام الاجتماعي للقوى والعلاقات الاجتماعية السوية، الخلق الديمقراطي، الشعور باللاعداوة اتجاه الانسان ،التوازن أو الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة .

أكد "برلس" على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيا الأفراد هنا والآن دون خوف من المستقبل لأن هذا سيفيد الأفراد بشعورهم الفعلي بالرضا . كما أكد على أهمية الوعي بالذات وتقبلها و الوعي بالعالم المحيط و تقبله و التحرر النسبي من القواعد الخاصة و أن الشخص المتوافق هو من يتقبل المسؤوليات و يتحملها على عاتقه دون القذف بها إلى الآخرين. (صالي، 2011، ص 26)

## 2-5- النظرية الاجتماعية:

ترى هذه النظرية أن التوافق هو عملية اجتماعية تقوم على الانصياع للمجتمع بصرف النظر على رضا الفرد على هذا الانصياع، ويتضمن الذكاء الاجتماعي كالسعادة مع الآخرين والالتزام الاجتماعي والالتزام بأخلاقيات المجتمع كمسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والتغيير الاجتماعي والأساليب الثقافية السائدة في المجتمع. (ناصر ولكحل، 2018، ص25)

كما تركز على أن هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق، فقد أثبتت الدراسات هناك اختلافًا في الاتجاه نحو الخمول بين اليابانيين والأمريكيين، كما وجدت فروق في الاتجاه نحو الألم والأمراض بين بعض المجموعات في الولايات المتحدة الأمريكية، ويؤكد أصحاب هذه النظرية على أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق، حيث صاغ أرباب الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي، كما أظهروا ميلا أقل لمعالجة المعوقات النفسية، في حين قام ذووا الطبقات الاجتماعية العليا والراقية بصياغة مشكلاتهم بطابع نفسي، وأظهروا ميلا أقل لمعالجة المعوقات الفيزيقيّة، ومن أشهر أصحاب هذه النظرية نجد فيرز، دانهام، هولنجزهيد، رذلك. (صالي، 2011، ص28).

## 3-3- معايير التوافق النفسي الاجتماعي:

تتشارك هذه المعايير مع معايير تحديد الصحة النفسية (السواء واللاسواء) والتي تتمثل فيما يلي:

## 3-1- المعيار الإحصائي:

يشير مفهوم التوافق طبقا للمعيار الإحصائي إلى القاعدة المعروفة بالتوزيع الاعتمالي والسوية طبقا لهذه القاعدة تعني المتوسط العام لمجموعة الخصائص و الأشخاص ، والشخص السوي اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في الاعتبار، ان التوافق عند الشخص ينبغي أن يكون مصحوبا بالرضا عنده ويتوافق مع نفسه. (بولعسل، 2014، ص 66)

### 3-2- المعيار القيمي :

يستخدم المنظور القيمي مفهوم التوافق لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائدة في المجتمع أو الثقافة التي يعيش بها الفرد . بحيث هو مسايرة السلوك مع المعايير التي تحدد التصرف السليم في المجتمع والتي يقرها . (بلقاضي ،2016، ص85)

### 3-3- المعيار الطبيعي :

يشترك التوافق طبقا لهذا المفهوم من حقيقة الإنسان الطبيعية، وأصحاب هذا الاتجاه يستنبطون مفهوم التوافق من البيولوجيا وعلم النفس وليس من نظرية القيم المباشرة. وهي نظرة تبحث عما ينبغي تحقيقه. ويستخلص مفهوم التوافق طبقا لهذا المعيار بناء على خاصيتين يتميز بهما الإنسان عن غيره من المخلوقات

- الخاصية الاولى :قدرة الانسان الفريدة على استخدام الرموز
- الخاصية الثانية :هي طول فترة الطفولة لدى الانسان اذ ما قورن بالحيوان والشخص المتوافق طبقا لهذا المفهوم هو من لديه احساس بالمسؤولية الاجتماعية كما أن اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقا لهذا المفهوم من معالم الشخصية المتوافقة . (بولعسل،2014،ص 67)

### 3-4 المعيار الثقافي:

إن المجتمع وثقافته يمثلان محددات رئيسية لبناء الشخصية الإنسانية ومن هنا يعتبر الانسان بصفة عامة انعكاسا للواقع الثقافي الذي يعيشه، ووفقا لهذا المعيار فإن الحكم على الشخص المتوافق يكون في إطار الجماعة المرجعية للفرد، إلا أنه يجب أن نضع في الاعتبار عند استخدام هذا المعيار في الحكم على الشخص المتوافق معايير النسبية الثقافية فما هو سوى في جماعة قد يعتبر شادا أو مرضيا في جماعة أخرى، ومعنى ذلك أن الحكم على الشخص المتوافق أو غير المتوافق لا يمكن الوصول إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد وتحليلها إلى الثقافات الفرعية المختلفة . (شاذلي،2001،ص29)

**3-5-المعيار الإكلينيكي:**

يعتمد هذا المعيار في تحديد التوافق من خلال أعراض عيادية ، فسوء التوافق هنا حالة مرضية لها أعراض و يتحدد مفهوم التوافق او الصحة النفسية في ضوء المعايير الإكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية ،فالصحة النفسية تتحدد على أساس غياب الاعراض والخلو من مظاهر المرض.(بلقاضي، 2016،ص85)

**3-6-معيار النمو الأمثل:**

أدى قصور المعيار الإكلينيكي إلى تبني نظرة أكثر إيجابية في تحديد الشخصية المتوافقة يستند إلى تعريف منظمة الصحة العالمية لمفهوم الصحة النفسية على أنها " حالة من التمكن الكامل من النواحي الجسمية و العقلية و الاجتماعية و ليس مجرد الخلو من المرض "، ورغم أهمية مفهوم النمو الأمثل في تحديد مفهوم الشخصية المتوافقة إلا أنه من الصعب تحديد نماذج السمات أو الأنماط السلوكية التي تشكل النمو الأمثل، فما يعتبر مرغوباً إنما يعكس ثقافة المجتمع كما يعكس المعتقدات والقيم الشخصية ،و لذا فإن مفهوم النمو الأمثل يمكن اعتباره مبدأ عاماً و ليس محكماً يمكن تحديده وقياسه. (شاذلي، 2001،ص ص30، 31)

**4-أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي:**

تتعدد مجالات التوافق فنجد منها التوافق العقلي والتوافق الدراسي والتوافق المهني والتوافق الجنسي وتوافق الحياة والتوافق السياسي والاقتصادي والديني.على اعتبار أن تلك المظاهر المتعددة يمكن ضمها إلى بعضها لتشكيل عناصر البعدين الشخصي والاجتماعي .

**4-1-التوافق الشخصي :**

يقصد به قدرة الفرد على تقبل ذاته والرضا عنها، وقدرته على تحقيق احتياجاته ببذل الجهد والعمل المتواصل وشعوره بالقوة والشجاعة، وإحساسه بقيمته الذاتية وقيمه في الحياة وخلوه من الاضطرابات العصبية، وتمتعه باتزان انفعالي وهدوء نفسي .( الرفوع،2018، ص 216 )

**4-2- التوافق الاجتماعي:**

يتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة، والسعادة الزوجية، مما يؤدي إلى تحقيق "الصحة الاجتماعية". (زهران، 2005، ص 27)

**4-3- التوافق الانفعالي :**

يعتبر التوافق الانفعالي أحد أبعاد التوافق النفسي حيث أن من لمسات الشخص السوي ان يكون متوافقا انفعاليا و يعني مدى ما يتمتع به الفرد من القدرة على ضبط النفس وتحمل مواقف النقد و الإحباط مع القدرة على السيطرة على القلق و الشعور بالأمن و الاطمئنان بعيدا عن الخوف و التوتر .

**4-4- التوافق الصحي الجسمي:**

تتصدر عناصر التوافق الصحي في عدة جوانب فيها التوافق الجسدي و العقلي و الجنسي وهو يدل على مدى رضا الشخص عن صحته و من أنواع التوافق الصحي :

**4-4-1- التوافق الجنسي :** يعتبر الاشباع الجنسي أحد الدوافع التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها إذ يلعب دورا بالغ الأهمية في الحياة الزوجية ،ويعتبر من العوامل المساعدة على التوافق الجنسي بين الزوجين ،لهذا تعتبر الصراحة واتساع الأفق العقلي عنصران مهمان من عناصر التوافق الجنسي الذي يقتضي فهمهما ومعرفة وإدراكا لمعنى الجنس ودوافعه وأهدافه وغاياته .

**4-4-2- التوافق العقلي:** يعني التوافق بين عناصر الإدراك الحسي والتعليم و التنكير والتفكير، والاستعدادات فيتحقق التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الأبعاد بدوره كاملا .(عيسى وقايد ،2021، ص ص 229، 230).

**4-5- التوافق الأسري:**

هو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل الأسرة تقدره و تحبه ،مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة واحترامها له ،وتمتعه بدور فعال داخلها ،وأن يكون أسلوب التفاهم هو الأسلوب السائد في أسرته، وما

توفره له أسرته من إشباع لحاجاته وحل مشكلاته الخاصة، وتساعده في تحقيق أكبر قدر من الثقة بالنفس وفهم ذاته وأن تحسن الظن به وتتبناه وتساعده على إقامة التواد والمحبة(العلوي وبين حفاف ونظور،2022، ص16) .

#### 4-6- التوافق المهني :

يتضمن الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد علما و تدريبا لها والدخول فيها والانجاز والكفاءة والانتاج والشعور بالرضا والنجاح، ويعبر عنه العامل المناسب في العمل المناسب .(زهرا،2005، ص27).

#### 4-7- التوافق التكاملي :

هذا الاتجاه جمع ما بين الاتجاهين السابقين أي النفسي و الاجتماعي باعتبار أن التوافق يحدث عن طريق التفاعل والتآلف بين حاجات الفرد والظروف الخارجية في البيئة .

كما نسق هذا الاتجاه بين المتغيرات الاجتماعية و الذاتية والتي تتمثل في العلاقات الاجتماعية التي تنشأ بين الأفراد واتجاهاتهم المختلفة وامكانياتهم النفسية .( حسين وعبد اليمه،2011، ص 180)

### 5- العوامل الدينامية للتوافق النفسي الاجتماعي:

#### 5-1- التوافق عملية كلية:

تعني ضرورة النظر للإنسان باعتباره شخصية كلية وكل موحد في علاقته بالبيئة وهي تصدق على كل المجالات المختلفة في حياة الفرد وليس على مجال جزئي من حياته كذلك يصدق التوافق على المظاهر والمسالك الخارجية للفرد لحياته الداخلية وتجاربه الشعورية من حيث الاستمتاع والرضا عن نفسه وعن العالم في الدراسة والعمل والزواج والعلاقات الإنسانية المختلفة بوجه عام.(الكحلوت، 2011، ص13)

### 5-2- التوافق عملية دينامية :

أي أن التوافق لا يتم مرة واحدة وبصفة نهائية، بل يستمر ذلك لأن الحياة ليست غير سلسلة من الحاجات و محاولة إشباع أي من الدوافع و الرغبات و محاولة و إرضائها و كلها توترات تهدد اتزان الكائن و من ثم تكون محاولته لإزالة هذه التوترات إعادة الاتزان من جديد و الدينامية تعني في أساسها أن التوافق يمثل تلك المحصلة أو ذلك النتاج الذي يتمخض عن صراع القوى المختلفة و هذه القوى بعضها ذاتي و البعض الآخر بيئي كما أن القوى الذاتية بعضها (فطري) بيولوجي وبعضها (مكتسب) وبعضها ينتمي إلى الماضي وبعضها ينتمي إلى المستقبل و القوى البيئية بعضها فيزيائي و بعضها اجتماعي وبعضها ثقافي والتوافق هو المحصلة النهائية لكل هذه القوى على نحو ما تقدم .

### 5-3- التوافق عملية وظيفية :

يقصد به أن التوافق إن كان سويا أو مرضيا ينطوي على وظيفة إعادة اتزان أو تخفيف التوتر الناشئ من صراع القوى بين الذات والموضوع، فالتوافق ليس مجرد خفض للتوتر وإنما يشمل مجال الصحة النفسية وتحقيقا لإمكانات الذات تحقيقا للوجود الانساني كموقف للعالم .

بمعنى أن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة وهناك مستويات متباينة من الاتزان ويفرق البعض بين التلازم الذي هو مجرد تكييف فيزيائي و بين التوافق بمعنى الكلمة في شموليته و كليته.

### 5-4- التوافق عملية نسبية :

التوافق وسوء التوافق يختلفان باختلاف الثقافة السائدة في المجتمع ، فما يعتبر توافقا في مجتمع، قد يعتبر سوء توافق في مجتمع آخر، فكل مجتمع يرى أن العادات و القيم السائدة فيه هي الطريقة الصحيحة، وطريقة غيرهم هي خاطئة وسائدة، فمثلا في البيئة العسكرية فإن الطالب العسكري يطلب منه أعمال يقوم بها اتجاه الرتب الأقدم خلاف الطالب في البيئة الجامعية مثل التحية العسكرية والسرعة في تنفيذ الأوامر . (برغوتي وبوختوفة، 2016، ص ص 332، 333)

## 6- مؤشرات ومظاهر التوافق النفسي والاجتماعي:

هناك العديد من المؤشرات التي تشير إلى التوافق منها :

- **النظرة الواقعية للحياة** كثيرا ما نلاحظ بعض الأفراد يعانون من عدم قدرتهم على تقبل الواقع المعاش ونجد مثل هؤلاء الأشخاص متشائمين رافضين كل شيء، ولكن هذا يشير إلى سوء التوافق أو وفي المقابل نجد اشخاصا يقبلون على الحياة بالسعادة، ويشير هذا إلى توافق هؤلاء الأشخاص في المجال الاجتماعي الذي ينخرطون فيه .
- **مستوى طموح الفرد** فالمتوافق تكون طموحاته المشروعة عادة في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى إلى تحقيقها من خلال دافع الإنجاز، بينما نجد الآخر الذي يطمح في أن يصل بعيد تماما عن إمكاناته ويظل ناقما وحقودا على الآخرين وكلها مؤشرات تشير إلى سوء توافقه مع المجتمع الذي ينخرط فيه.
- **الإحساس بإشباع الحاجات النفسية** :كي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فإن أحد المؤشرات ذلك يحس بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها المكتسبة مشبعة ويتمثل ذلك في إشباع الحاجات الى الطعام والشراب والجنس، وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية والفسولوجية كذلك بالأمن وهي حاجة نفسية ضرورية ، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين وأن لديه القدرة على الحب كذلك يحس بأن لديه القدرة على الإنجاز ويتمثل في نجاحاته في العمل وفي معظم المشروعات التي يعمل بها، كما ان الانسان نفسه في حاجة الى التقدير إلى الحرية وإلى الانتماء إذا ما أحس بأن كل هذه الحاجات مشبعة لديه فإن هذا يعد بمثابة أحد المؤشرات المهمة لتوافقه ويحدث العكس إذا ما أحس بأنه غير مشبع و أن حاجاته معطلة ومحبطة فإنه يقترب من سوء التوافق الذي يؤدي الى العصاب. ( أحمد، 2014، ص28).

مما سبق يمكن أن نلخص مؤشرات التوافق إلى مايلي :

- أن تكون نظرة الانسان إلى الحياة نظرة واقعية .
- أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته .
- الاحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخصية .
- أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها الثبات الانفعالي واتساع الأفق والتفكير العلمي والمسؤولية الاجتماعية و المرونة، وأن يكون مفهومه عن ذاته متطابقا مع واقعه أو كما يدركه الآخرون عنه .

- أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية التي تبني المجتمع كاحترام العمل و أداء الواجب واحترام الواجب و احترام الزمن وتقديرات التراث... الخ . (الداهري والكبيسي،1999، ص 204)

وانطلاقا من المؤشرات التي تم ذكرها أعلاه هناك مظاهر أخرى للتوافق النفسي نذكر منها

مايلي:

-الاعتماد على النفس ويتمثل في قدرة الفرد على القيام بعمل دون الاستعانة أو الاتكال على غيره وهذا وفق طاقته كما يشمل تحمل الفرد للمسؤولية، والثقة بالنفس في الأفعال و الأقوال .

- الإحساس بالقيمة الذاتية: تشمل مدى إحساس الفرد بذاته ورضاه عنها وتقبلها وتقديرها ثم الإحساس بتقديرها من طرف الغير والشعور بأنه مرغوب ومحبوب من طرف المحيطين به .

- الشعور بالانتماء: يشتمل على تمتع الفرد وإحساسه بالانتماء لجماعة معينة تتقبله وتحبه وتقدره سواء كانت الجماعة أسرة تمثل الوالدين والإخوة أو... الخ ، والفرد بطبيعته الفطرية لا يستطيع الاستغناء عن الانتماء إلى جماعة أو أكثر ، و هذا ما يسميه علماء النفس وعلماء الاجتماع مصطلح الجوع الاجتماعي.

-الشعور بالحرية الذاتية: وتتضمن شعور الفرد بالقدرة على توجيه سلوكه بحرية دون قيد أو ضبط "غير مسير".

- التحرر من الميل إلى الانفراد أي عدم ميل الفرد إلى الانطواء وانعزاله على البيئة الاجتماعية ولا يكون مستعرفا في نفسه بل يكون فعالا في المجتمع وهو الذي يبادر و يبدأ بالتفاعل مع الغير وتكون أكثر دينامية و نشاط .

-الخلو من الأعراض العصابية أي انعدام اضطرابات تشير إلى الانحراف النفسي كالمشكلات السلوكية أو الادمان أو الاجرام أو المشكلات الدراسية أو اجتماعية .(لحميدي وبن غليسي،2015، ص 110)

أما بالنسبة للتوافق الاجتماعي فإن العمليات الاجتماعية مهمة جدا والتي يمكن من خلالها للأفراد أن يندمجوا في المجتمع وأن يقيموا علاقات ناجحة ويقللوا من احتمالات الصراع بينهم ويلعب التوافق دورا مهما في تحقيق استمرارية الحياة الاجتماعية، وانتظامها واستقرارها ويقلل من مظاهر الخلل والانحراف سواء على مستوى بناء المجتمع أو على مستوى وظائفه، فتمكن الفرد من إزالة توتراته عن

طريق الإشباع للحاجات المختلفة بالطرق المشروعة مما تساهم في تحقيق سعادته و سعادة الآخرين .  
وعليه فمظاهر التوافق الاجتماعي هي:

- إقامة علاقات اجتماعية مع باقي أفراد المجتمع يسودها الود و الاحترام المتبادل
- القدرة على اكتساب المهارات والخبرات التي تمكنه من استغلالها و توظيفها في حياته العملية ،عن طريق احتكاكه بالجماعات وحسن توافقه معها .
- تمتع الفرد بالصحة والتوافق النفسي الاجتماعي مما يساهم في زيادة إنتاجيته.(عيسى وقايد،2021، ص 231)

- الاعتراف بالمستويات الاجتماعية ويقصد به ادراك الفرد لحقوق وواجبات الغير واخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة ،أي تحقيق رغباته و اشباعها وفق متطلبات وقيم المجتمع .
- اكتساب المهارات الاجتماعية أي سعي الفرد ومبادرته لإظهار المشاعر الايجابية والمقبولة اجتماعيا نحو الغير كالمودة للباقة في المعاملة والاحترام والتسامح والتفهم والتعاون .
- التحرر من الميول المضادة للمجتمع أي اظهار الفرد مشاعر السلبية و غير المقبولة اجتماعيا نحو الغير ،و عدم ميله للعراك والمشاحنة والعدوانية وعصيان الأوامر احترام الكبار أو عدم التمرد عليهم عدم تحطيم أملاك الغير .
- العلاقات الطيبة مع الأسرة أي حسن علاقات الفرد بأفراد أسرته من والديه إلى إخوته ثم أقاربه و التفاعل الجيد معهم على أساس الاحترام والتقدير والتسامح و المودة .
- التوافق مع البيئة المحلية "المجتمع" أي التوافق الجيد مع المجتمع وشعور الفرد بالسعادة مع غيره والمشاركة في النشاط الاجتماعي ومسايرة المجتمع.(لحميدي وبن غليسي،2015،ص 111)

كما يمتاز التوافق النفسي الاجتماعي بمجموعة من المظاهر السلوكية الواضحة والتي تدل

على النضج الاجتماعي للفرد ويوضح "مصطفى فهمي" أهم تلك المظاهر السلوكية :

- وضوح فكرة المرء عن نفسه ولا شك إن هذا الوضوح مرتبط ارتباطا وثقيا بفكرة الآخرين عن الفرد وسط الجماعة التي يعيش بينهم وهذا يفسر لنا الطبيعة الاجتماعية للذات ويؤكد الفكرة التي تقول بأن الذات هي نتائج للتفاعل الاجتماعي بين الفرد وغيره من الأفراد.
- أن تكون أهداف الفرد متماشية مع أهداف الجماعة تقوم أساسا على احترام حقوق الآخرين فمعنى هذا إن أهداف الفرد الشخصية يجب أن لا تتعارض مع الهدف الرئيسي و إلا حدث التناقض .

- من أهم نتائج التوافق الاجتماعي بين الفرد و جماعته ما يشاهد من تماسك قوى الجماعة حول أهداف واضحة و هذا الذي يدعو إلى المناداة إلى تماسك الجماعة .
- من مظاهر التوافق الاجتماعي شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية بين أفراد الجماعة الآخرين ويقصد بذلك رغبة الفرد في التعاون مع أفراد الجماعة .(كامل،2003، ص19)

## 7-عوائق التوافق النفسي الاجتماعي:

**7-1 العوائق الجسمية:** ونقصد بها بعض العاهات والتشوهات الجسمية ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه فضعف القلب وضعف البنية قد يعوق الفرد عن المشاركة في بعض الأنشطة وتكوين الأصدقاء .

**7-2 العوائق النفسية:** ونقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس الحركية أو هي خلل في نمو الشخصية عند تحقيق أهدافه ومن العوامل النفسية التي تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض أو تعارض أهدافه ، وعدم قدرته على المفاضلة بينها واختبار أي منها في الوقت المناسب .

**7-3 العوائق الاجتماعية:** ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وضوابطه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات .

**7-4 العوائق المادية والاقتصادية:** حيث يعتبر المال وعدم توفر الامكانيات المادية عائق يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالاحباط (الحجار، 2003، ص20)

### ► خلاصة:

مما سبق نستخلص أن موضوع التوافق النفسي من بين أهم المواضيع في علم النفس والصحة النفسية فمن خلاله يحقق الفرد ذاته النفسية والاجتماعية، فالتوافق النفسي الاجتماعي هو القدرة على تحقيق الفرد لأهدافه وحاجاته ودوافعه وفق المتطلبات والشروط التي يفرضها المحيط، ومن أهم الأهداف التي يسعى إليها الفرد في حياته من أجل ضمان حياة كريمة .

الجانب الميداني

**الفصل الرابع:**

**الاجراءات المنهجية للبحث**

## ► تمهيد :

سنتطرق في هذا الفصل إلى الجانب الميداني لهذا العمل البحثي، وذلك من خلال عرض جميع الخطوات المنهجية الأساسية لإنجاز هذه الدراسة، بداية من نوع المنهج المستخدم، والعينة واختيار الأدوات المناسبة، بالإضافة إلى حساب الخصائص السيكومترية لها، لنصل إلى الأساليب الإحصائية التي استخدمناها للإجابة عن فرضيات هذه الدراسة.

### 1- منهج الدراسة:

بما أننا نحاول من خلال دراستنا هذه البحث على طبيعة العلاقة القائمة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين، فإن المنهج الوصفي الارتباطي هو الاختيار الأفضل لأنه المنهج الذي يساعدنا في فهم الموضوع وتحليل تفاصيله بالإضافة إلى وصف الدراسة كميًا وكيفيًا، فيعرف على أنه البحث الذي يدرس العلاقة بين المتغيرات و يتنبأ بحدوث متغيرات أخرى مستخدماً في ذلك أساليب إحصائية متطورة. (ابرعيم، 2011، ص1796).

### 2- عينة الدراسة :

#### 2-1- العينة الاستطلاعية :

يقصد بالعينة الاستطلاعية هي تلك العينة التي يتم التجريب عليها بهدف اختبار مدى سلامة وصلاحية أداة جمع البيانات، وكذلك التأكد من خصائصها، وتكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 30 خريج جامعي بطال تم اختيارهم بشكل قصدي .

#### 2-2- العينة الأساسية:

نظراً لصعوبة تحديد المجتمع الأصلي للدراسة ارتأينا أن نختار عينة الدراسة عن طريق عينة كرة الثلج وذلك من خلال تمرير المقياسين على مجموعة من خريجي الجامعة البطالين دون تحديد مجال مكاني محدد لعينتنا، ليلبغ العدد 61 خريج جامعي بطال (21 ذكور، 40 إناث) من جامعة بسكرة. تم توزيع العينة على الشكل التالي :

الجدول رقم (01): يوضح عدد عينة الدراسة

النسبة المئوية	العدد	عينة الدراسة
31%	21	الذكور
69%	40	الإناث
100%	61	العدد الإجمالي

والشكل الموالي يوضح توزيع أفراد العينة على الدائرة النسبية:



الشكل رقم (01): يوضح توزيع النسب المئوية لأفراد العينة.

### 3-مجالات الدراسة :

يمكن تحديد مجالات الدراسة كالتالي :

- **المجال المكاني:** بما أن دراستنا قد تناولت موضوع خريجي الجامعة البطالين لم يتم تحديد مجال مكاني معين تتوفر فيه عينة الدراسة حيث تم توزيع الاستبيان في أماكن مختلفة غير معينة وغير محددة
- **المجال البشري:** يمكن تحديد المجال البشري لدراستنا في 61 خريج جامعي بطل.
- **المجال الزمني:** تم إجراء الدراسة الحالية خلال السنة الدراسية 2021 / 2022 ، في المدة بين منتصف شهر مارس إلى غاية شهر أبريل.

#### 4- أدوات الدراسة :

##### 4-1- مقياس الصلابة النفسية :

##### 4-1-1- وصف المقياس:

هذا المقياس من إعداد "عماد محمد أحمد مخيمر" 2002 يتكون من 48 بنداً موزعاً على

ثلاثة أبعاد هي :

- الالتزام 16 بنداً
- التحكم 15 بنداً و أضاف بشير معمرية (سنة 2011) لهذا البعد بنداً واحداً ليصبح عددها 16 بنداً.
- التحدي 16 بنداً

##### 4-1-2- أبعاد المقياس :

تكون مقياس الصلابة النفسية من ثلاث أبعاد أساسية هي ( الالتزام , التحكم , التحدي ) تم

توزيع بنود المقياس على الأبعاد الثلاثة .والجدول التالي يوضح توزيع البنود على الأبعاد الثلاثة:

الجدول رقم(02): يوضح بنود مقياس الصلابة النفسية موزعة على الأبعاد

أبعاد المقياس	عدد البنود
الالتزام	16 بند
التحكم	16 بند
التحدي	16 بند

4-1-3- الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

أولاً/ صدق المقياس:

أ-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تم حساب القدرة التمييزية للمقياس حيث رتبت درجاتهم ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى أقل درجة، ومن ثم تقسيم الدرجات المرتبة إلى طرفين متساويين (علوي وسفلي) معتمدين في تحديد المجموعتين على نسبة 27% من الدرجات، فالطرف العلوي يمثل خريجي الجامعة البطالين الذين تحصلوا على مستوى مرتفع من الصلابة النفسية من العينة الاستطلاعية، أما الطرف السفلي فيمثل أولئك الذين تحصلوا على مستوى منخفض للصلابة، وتم بعد ذلك استخراج قيمة (ت) المحسوبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات إجابات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس وهو ما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم ( 03): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للدلالة على الصدق التمييزي لمقياس الصلابة النفسية.

مستوى الدلالة	قيمة sig	قيمة "ت"	المجموعة (2):ذوي الدرجات الدنيا		المجموعة (1):ذوي الدرجات العليا		مقياس الصلابة النفسية.
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	0.000	-12.150	10.253	71.376	7.5214	126.00	

يتضح من الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات على مقياس الصلابة، فقد بلغت قيمة ت = -12.150، وعليه توجد فروق دالة لصالح ذوي الدرجات العليا بمتوسط قدره 126.00، بانحراف معياري 7.521 في حين بلغ متوسط الدرجات الدنيا 71.376 بانحراف معياري 10.253 وهذا يعني أن المقياس لديه القدرة التمييزية بين المجموعتين.

ثانيا/ثبات المقياس:

أ-طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب معامل ثبات الأداة ككل بطريقة التجزئة النصفية لإظهار مدى التماسك والارتباط بين نصفي الأداة، أي الارتباط بين درجات الإجابة على البنود الفردية والبنود الزوجية وذلك باستعمال معامل "بيرسون" والذي قدرت قيمته 0.934، بعدها تم تصحيح الطول بمعادلة "سبرمان براون"، فبلغ المعامل 0.966، وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات قوي.

ب-طريقة ألفا كرونباخ:

لقد تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ حيث بلغت قيمة معامل الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية بـ 0.949، وهو معامل دال وبالتالي يتمتع المقياس بثبات عال يمكن استخدامه في هذه الدراسة.

بناء على ما سبق اتضح لنا ان مقياس الصلابة النفسية يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات، وهو ما يؤكد لنا قدرة المقياس وصلاحيته للدراسة.

#### 4-1-4-مفتاح تصحيح المقياس :

تنص تعليمة المقياس على أنه عند الإجابة على القائمة ، يطلب من المفحوص أن يضع علامة (X) تحت واحدة من الاختيارات الأربعة و ذلك حسب انطباق مضمون العبارة .

أما بالنسبة لطريقة التصحيح المقياس وبما أنه يتكون من 48 عبارة ( حسب صاحب المقياس بشير معمريه ) بالإجابة عليها بأربعة بدائل هي ( لا=0 ، قليلا =1 ، متوسط =2 ، وكثيرا =3) وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين 0 و يعني لا وجود للصلابة النفسية و 144 درجة وتعني ارتفاع الصلابة النفسية . (معمريه، 2019، ص59)

الجدول رقم (04) يوضح كيفية تحديد مستويات الصلابة النفسية

الدرجات	تحديد المستوى
من 48 إلى 78	المستوى منخفض
من 79 إلى 109	المستوى متوسط
من 110 إلى 144	المستوى مرتفع

#### 4-2- مقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

##### 4-2-1- وصف المقياس:

أعد المقياس من طرف زينب محمود شقير سنة 2003 ويتكون من أربع أبعاد رئيسية كل بعد يتكون من 20 بند وبذلك أصبحت فقرات المقياس 80 فقرة، وتتمثل الأبعاد في:

- التوافق الشخصي والانفعالي ( بعد أن قامت بجمعها لارتباطهما الوثيق) .
- التوافق الصحي و الجسمي.
- التوافق الأسري.
- التوافق الاجتماعي.

الجدول الموالي يوضح توزيع فقرات المقياس على أبعاده :

الجدول رقم (05) يوضح توزيع الفقرات للمقياس حسب الأبعاد

المجموع الكلي	فقرات المقياس		محاور المقياس
	الفقرات السلبية	الفقرات الإيجابية	
20	من 15 إلى 20	من 1 إلى 14	التوافق الشخصي والانفعالي
20	من 29 إلى 40	من 21 إلى 23	التوافق الصحي والجسمي
20	من 56 إلى 60	من 41 إلى 55	التوافق الأسري
20	من 75 إلى 30	من 55 إلى 61	التوافق الاجتماعي
80	29	51	المجموع الكلي

4-2-2- الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي:

أولا/صدق المقياس:

أ- صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب القدرة التمييزية للبنود من حيث قدرتها على التمييز بين المستوى المنخفض للتوافق النفسي الاجتماعي ومرتفعي الدرجات، وتم ذلك بحساب (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين العليا والدنيا، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (06): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) للدلالة على الصدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

مستوى الدلالة	قيمة sig	قيمة "ت"	المجموعة (2): ذوي الدرجات الدنيا		المجموعة (1): ذوي الدرجات العليا		مقياس التوافق النفسي الاجتماعي
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	0.000	-5,125	4,868	85,38	3,742	96,50	

يتضح من خلال الجدول أعلاه وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط الدرجات العليا ومتوسط الدرجات الدنيا لمقياس مستوى التوافق النفسي الاجتماعي، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بصدق مرتفع.

ثانيا: ثبات المقياس

للتأكد من ثبات المقياس استخدمت الباحثة الطرق التالية:

أ- طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية بحيث تم تقسيم بنود المقياس إلى بنود فردية وبنود زوجية لإظهار مدى الارتباط المتواجد بين نصفي المقياس، من خلال حساب معامل

الارتباط "بيرسون" والذي بلغت قيمته بـ 0.603، بعدها تم تصحيح الطول بمعادلة " سبرمان براون " فبلغ المعامل 0.752، وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات جيد .

#### ب- طريقة ألفا كرونباخ:

لقد تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ فقدرت قيمة معامل الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي 0.682، وهو معامل يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

بناء على ما سبق نستخلص أن مقياس التوافق النفسي الاجتماعي له مؤشرات صدق وثبات عالية وجيدة مما يؤكد صلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية.

#### 4-2-3- تصحيح المقياس:

صمم هذا المقياس على طريقة ليكارت وذلك بإعطاء تقدير دقيق على المقياس المتدرج ، حيث تمنح الدرجات التالية (2،1،0) وهذا في حال كان الاتجاه التوافق إيجابيا أما إذا كان اتجاه التوافق سلبيا فتمنح له ( 0،1،2) ومنه فإن :

- أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي 160 درجة وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل الذي يأخذ الدرجة 2 سواء في الفقرات الإيجابية أو السلبية .

- متوسط الدرجة التي يمكن الحصول عليها هي 80 و هذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل أحيانا الذي يأخذ درجة واحدة .

- أدنى درجة يمكن الحصول عليها هي 0 وهذا إذا أجاب الفرد على كل عبارات المقياس بالبديل الذي يأخذ 0 . (جماح، 2016، ص65)

#### 5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

استخدمنا برنامج الحزمة الإحصائية الاجتماعية Spss20 وطبقنا الأساليب الإحصائية التالية والموضحة في الجدول الموالي:

الجدول رقم (07): يوضح الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

التساؤلات	نص التساؤل.	المقياس المستخدم.	الأسلوب الإحصائي
التساؤل العام	ما طبيعة العلاقة القائمة بين مستوى الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين ؟	- مقياس الصلابة مقياس التوافق النفسي الاجتماعي	معامل ارتباط بيرسون " Pearson "
التساؤل الأول	ما مستوى الصلابة النفسية لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين ؟	مقياس الصلابة النفسية	اختبار (T. test) للعينات الواحدة مع حساب المتوسط الفرضي
التساؤل الثاني	ما مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين ؟	= مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.	اختبار (T. test) للعينات الواحدة مع حساب المتوسط الفرضي
التساؤل الثالث	هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين تبعا لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)؟	مقياس الصلابة النفسية.	اختبار (T. test) لدلالة الفروق لعينتين مستقلتين.
التساؤل الرابع	هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة بسكرة البطالين تبعا لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)؟	= مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.	اختبار (T. test) لدلالة الفروق لعينتين مستقلتين.

### ► خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل كل ما يخص الإجراءات المنهجية المستخدمة انطلاقا من المنهج الدراسة وعينة الدراسة وعرض الأدوات المستخدمة بعد حساب الخصائص السيكومترية لها، لنصل في الأخير إلى اختيار الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة البيانات.

## الفصل الخامس:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد:

في هذا الفصل سنتطرق الى عرض نتائج الدراسة، فبعد عملية افرغ البيانات واختيار الأساليب الإحصائية المناسبة وحسابها ببرنامج الحزمة الإحصائية (SPSS) وتقريغ النتائج في جداول، حاولنا العمل على مناقشتها في ظل الدراسات السابقة التي تطرقنا إليها سابقا والاستعانة بالإطار النظري لتفسير النتائج على ضوء فرضيات الدراسة.

1- عرض نتائج الدراسة:

1-1- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على ما يلي " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين.

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وبين الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (08) : يوضح قيم معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي.

التوافق النفسي الاجتماعي	الصلابة النفسية
0.463**	مستوى الدلالة
0.01	

أظهرت النتائج على الجدول رقم (08) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس التوافق الصلابة النفسية والدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي والتي قدرت بـ 0.463 وهذا عند مستوى دلالة 0.01.

## 1-2- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الأولى:

تنص هذه الفرضية على : مستوى الصلابة النفسية عند خريجي الجامعة البطالين منخفضة.

وللتحقق من الفرضية تم استخدام اختبار T للعينة الواحدة مع حساب المتوسط الفرضي والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (09): يوضح نتائج اختبار T للعينة الواحدة.

المتغير	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	T	DF	الدالة الاحصائية
الصلابة النفسية	61	107,72	20,381	72	41,281	60	0.000

من خلال نتائج الجدول رقم (09) فقد جاء المتوسط الحسابي للعينة يساوي 107.72 ويعتبر أكبر من المتوسط الفرضي والذي قدر بـ 72 كما أن قيمة  $P=000.0$  وهي أقل من مستوى الدلالة 0.01 فهو دال إحصائياً وبالتالي فإن مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى خريجي الجامعة البطالين.

## 1-3- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الثانية:

الذي ينص: مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين منخفض.

ولغرض التعرف على المستوى تم استخدام اختبار T للعينة الواحدة مع حساب المتوسط الفرضي والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم ( 10): يوضح اختبارات للعينة الواحدة.

المتغير	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	T	DF	الدلالة الاحصائية
التوافق النفسي الاجتماعي	61	111.74	16.025	80	54.459	60	0.000

حسب ما جاء في الجدول رقم (10) فلقد قدرت قيمة المتوسط الحسابي بـ 111.74 وهي قيمة أكبر من المتوسط الفرضي كما بلغت قيمة ت بـ 54.459 وقدرت القيمة الاحتمالية بـ  $P=000.0$  وهي أقل من مستوى الدلالة 0.01 ويعني ذلك أنها دالة إحصائية وبالتالي فإن مستوى التوافق النفسي الاجتماعي مرتفع لدى خريجي الجامعة البطالين.

#### 1-4- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الثالثة:

تنص هذه الفرضية بأنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين خريجي الجامعة البطالين تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى).

اعتمدنا في التحقق من هذه الفرضية على اختبار (T-test) لمتوسطين مستقلين (Independent simple t test)، وقد أفرزت نتائج المعالجة الإحصائية القيم المعبر عنها في الجدول التالي: جدول رقم (11): يوضح الفروق بين المتوسطات وقيمة (ت) لدرجات أفراد العينة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

مستوى الدلالة	القيمة الاحتمالية	قيمة ت	إناث ن=40		ذكور ن=21		عينة الدراسة المتغيرات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	0.206	1.278	17.795	110.13	24.393	103.14	الصلابة النفسية

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن القيمة الاحتمالية (P-value) أكبر من 0.05، وهذا ما يشير إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى الصلابة النفسية حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور 103.14 بانحراف معياري قدر بـ 24.393، والمتوسط الحسابي لدرجات الإناث 110.13 بانحراف معياري 17.795، أما بالنسبة لاختبار (ت) فقدرت قيمته بـ 1.278 وعليه حسب هذا الاختبار فإنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس".

### 1-5- عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الفرعية الرابعة:

التي تنص على ما يلي : "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين خريجي الجامعة البطالين تعزى لمتغير الجنس(ذكر-أنثى)".

للتحقق من الفروق تم استخدام المتوسطات الحسابية واختبار ت (T test) لمجموعتين مستقلتين كما هو مبين في الجدول الموالي.

جدول رقم (12): يوضح الفروق بين المتوسطات وقيمة (ت) على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.

مستوى الدلالة 0.05	القيمة الاحتمالية	قيمة ت	إناث ن=40		ذكور ن=21		عينة الدراسة المتغيرات
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	0.121	1.574	13.416	114.05	19.706	107.33	التوافق النفسي الاجتماعي

يتضح من الجدول (12) عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، ذلك أن القيمة الاحتمالية (P-value) أكبر من 0.05، حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الذكور 107.33 بانحراف معياري 19.706، أما المتوسطات الحسابية لدرجات الإناث فقدرت بـ 114.05 بانحراف معياري قدر بـ 13.416 وقدرت قيمة "ت" بـ 1.574 وعليه حسب هذا الاختبار فإنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي خريجي الجامعة البطالين تعزى لمتغير الجنس".

## 2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

## 2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

من خلال الجدول رقم (08) أسفرت نتيجة الفرضية العامة في أنه توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي جامعة محمد خيضر بسكرة البطالين.

يمكن تفسير هذه النتيجة في أن خريجي الجامعة البطالين يعتبرون شريحة مثقفة وذات كفاءة وتتمتع بالوعي بالظروف المحيطة بها وهذا الوعي يمكنهم من التمتع بعامل المواجهة والتحمل وسط كل الأحداث والوقائع التي يمرون بها والبقاء صامدين، كما قد ترجع هذه النتيجة إلى سمات الشخصية لديهم وهذا بفضل خبراتهم ومعارفهم المكتسبة وادراكهم للواقع المعاش وللظروف الاقتصادية التي تمر بها البلاد في ظل شح مناصب العمل. فالعلاقة بين الصلابة والتوافق النفسي الاجتماعي قد ترجع إلى الأساليب التي يتجه إليها أفراد العينة ذوي الصلابة النفسية حيث أنهم كثيرا ما يلجئون إلى محاولة مواجهة المشكلة والظروف الواقعية والبحث عن الدعم النفسي والاجتماعي.

بالنظر إلى المستجدات المتعلقة بالبطالة في الجزائر فقد تم منح منحة خاصة بالبطالين والتي تقدر بمبلغ مالي 13000 دج وهو الأمر الذي قد يوفر لهم دخلا شهريا حتى وإن كان بسيطا ما قد يحقق لديهم بعض الرضا، والمساهمة في القدرة على التأقلم والتكيف مع الظروف التي يعيشونها .

بالرجوع إلى الفصول النظرية يمكن تفسير هذه العلاقة في أن الفرد الذي يتمتع بمستوى صلابة مرتفع تساعده على القدرة على مواجهة الظروف والإحباطات كما يتصف بقدرة عالية من الصمود والإرادة حيث أن الصلابة بأبعادها الثلاثة ترتبط بالتوافق النفسي الاجتماعي تجعلهم منسجمين مع من حولهم نفسيا واجتماعيا وهذا ما ينمي لديهم القدرة على التجاوز والتأقلم مع كل الظروف وفي كل الأوقات

وهو ما أكدته "كوبازا" في دراستها حيث أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية غالبا ما يتمتعون بقدرة كافية على التجاوز والسيطرة على كل حياتهم ومواقفها إلا أن الأشخاص الأقل صلابة يكونون أكثر عرضة للمشاكل والأزمات النفسية و صعوبة في التكيف و التعامل مع المواقف الحياتية لذلك فالصلابة النفسية تلعب دور فعال وتعمل كصمام وقاية خاصة أن التوافق النفسي يعتمد على قوة

إرادة و إصرار لمقاومة الضغوط بالإضافة أنه يلعب دور في تعليم الفرد القدرة على المواجهة وحسب دراستنا خريجي الجامعة البطالين يحتاجون إلى القدرة على التأقلم مع الظروف و التغيرات التي قد تواجههم فهذه الشريحة من المجتمع تحتاج و بقوة إلى مستوى مرتفع من الصلابة النفسية و التوافق النفسي الاجتماعي حيث يساهم كلاهما بمدى مرونة نفسية ، وهذا لا يحدث إلا بتوفر كل منهما من أجل الوقوف في وجه الضغوط النفسية و التغلب عليها وهذا ما أشار إليه كمال الدسوقي في تفسير التوافق حيث لاحظ أن التوافق يستهدف الرضا عن النفس و الراحة و الاطمئنان و الشعور بالقدرة الذاتية على التكيف مع البيئة و التفاعل مع الآخرين .(صيفي ،2016، ص56)

وهذا ما أكد عليه "سهير كامل أحمد" في أن مظاهر ومؤشرات التوافق النفسي الاجتماعي ترتكز على النظرة الواقعية للحياة وهي التوافق الشخصي مع متطلبات ومعطيات الواقع الحاضر، وتقبل الواقع المعاش بكل ما فيه من أفراح وأحزان. (طالحي، 2012، ص106) وعليه فمن الممكن أن خريجي الجامعة البطالين يتميزون بنظرة واقعية حتى في ظل الظروف الصعبة نظرا لتكوينهم العلمي ووعيهم الثقافي، بالإضافة الى تمتعهم بالصلابة النفسية التي تمنحهم القدرة على الصمود والمواجهة.

اتفقت نتيجة دراستنا مع دراسة(صالح والمصدر، 2013) والتي أظهرت وجود علاقة دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية وأبعادها والتوافق النفسي و أبعاده ، واستخلص أن الأشخاص الذين يتمتعون بصلابة نفسية هم أشخاص قادرين على التأقلم والتكيف وإحداث توافق نفسي واجتماعي، كما اتفقت أيضا نتيجة فرضيتنا مع دراسة (محمود القرعان، 2014) والتي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الصلابة النفسية و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي. وارجع ذلك في أن الصلابة النفسية تمنح الأفراد القدرة على تحمل الضغوط النفسية ومواجهتها بالإضافة إلى أن ذوي المستويات المرتفعة من الصلابة النفسية يتمتعون كذلك بالقدرة على مواجهة مواقف الحياة الضاغطة وأنهم أكثر قدرة على الصمود و الانجاز .

اختلفت دراستنا مع دراسة (صلاح الدين أحمد الجماعي ،2000) حيث خلصت دراسته إلى وجود علاقة سلبية عكسية بين متغير الاغتراب النفسي والتوافق النفسي لدى الطلاب اليمنيين و الطلاب العرب .

## 2-2- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

من خلال الجدول رقم ( 09) أسفرت نتيجة الفرضية الفرعية الأولى على أن مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى خريجي جامعة محمد خيضر البطالين .

يمكن تفسير هذه النتيجة باعتبار أن الصلابة النفسية ماهي إلا عوامل شخصية يتميز بها كل فرد دون غيره ، فأهم ما يميز عينة الدراسة هو المستوى المعرفي والثقافي الذي ينمي لديهم سمة الصلابة النفسية بالإضافة إلى أن الظروف التي تواجههم والتي واجهتهم سابقا خلال مشوارهم الجامعي تدفعهم إلى مواجهة كل المشاكل من خلال صلابتهم النفسية، أي أن الالتزام بالمبادئ وعدم الانحياز عنها يجعله في مستوى جيد من قبول الواقع بالإضافة إلى التحكم في مجاري أمور حياتهم وعدم تركها إلى عامل الصدفة وكذلك تحدي كل الظروف والصمود أمامها .

كما يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى الخبرات المعرفية المكتسبة لدى خريجي الجامعات البطالين و التي منحتهم فرصة المواجهة و الوعي اتجاه الظروف و المشاكل التي يواجهونها أصبحت تشكل بالنسبة لهم دافعا للتحدي، فالظروف التي يعيشونها تحتاج إلى قوة صلابة شخصية من أجل مواجهة الضغوط النفسية كما أنها تعتبر القدرة على فهم كل الظروف المحيطة بشكل واضح و اتخاذ القرار المناسب . وهذا من شأنه أن يفسر المستوى المرتفع للصلابة النفسية لدى خريجي الجامعة البطالين خاصة أن عينة دراستنا قد تكون اكتسبت خبرات كافية تسمح لهم بتجاوز الظروف وتفسيرها بشكل صحيح، وذلك ما يعزز لديهم قوة الصلابة النفسية ويرفع من مستواها .

وحسب تفسيرنا فإن مستوى الصلابة النفسية المرتفع يعد نقطة جد إيجابية لخريجي الجامعة البطالين حيث يمنحهم القوة في مواجهة الظروف الضاغطة الناتجة عن البطالة وتداعياتها على المستوى النفسي، وفي ظل المستجدات الخاصة بالبطالة التي تهدف إلى المساعدة على إيجاد فرص عمل مناسبة وتحفيزهم على منح قروض مالية من الجهات المعنية لفتح مشاريع خاصة ومؤسسات مصغرة هذا بدوره يساهم في رفع مستوى الصلابة النفسية والقدرة على اجتياز هذه المرحلة ما بعد التخرج . ومن الممكن أيضا أن هذه النتيجة قد ترتبط بمدة أو سنوات البطالة لدى خريجي الجامعة، فالطلبة حديثي التخرج مازالوا في مرحلة بدايات البحث عن العمل عكس الطلبة المتخرجين لمدة طويلة.

اتفقت دراستنا في نتائجها مع دراسة (خالد العبدلي، 2012) ودراسة (الحجار ودخان، 2006) وفي دراسة (صالح و المصدر، 2013) أن الطلبة يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية وأرجعوا ذلك إلى المستوى الثقافي والمعرفي العالي الذي يمكنهم على قدرة من الالتزام والتحكم في ظروفهم الحياتية والتكيف معها و تحدي العوائق. كما اتفقت دراستنا مع دراسة ( anne mourhouse,marie ,2007 calta biaw) في أن الشباب البطال لديهم صلابة نفسية مرتفعة.

### 2-3- مناقشة وتفسير الفرضية الفرعية الثانية:

من خلال الجدول رقم (10) أسفرت نتائج الفرضية الفرعية الثانية أن مستوى التوافق النفسي الاجتماعي مرتفع لدى خريجي الجامعة البطالين .

يمكن تفسير هذه النتيجة في إطار قوة الإدراك المعرفي لخريجي الجامعة البطالين بالإضافة إلى تأثير مساهمهم العلمي وبحكم مستواهم الثقافي الذي يسمح لهم بالتكيف والتأقلم وسط الظروف الصعبة ويساعدهم في مواجهة الوقائع والأحداث، ويمدهم بالقدرة على تحمل المسؤولية مما يسهل عليهم عملية التوافق النفسي و الاجتماعي وسط بيئتهم .

كما يمكن تفسير ذلك من خلال التربية و تنشئة الأبناء حيث تعتبر نقطة أساسية في تشكيل شخصياتهم و تؤثر عليهم سلبا أو إيجابا في مراحل أخرى خلال حياتهم فالتوافق داخل الأسرة المتماسكة يساهم في خلق توافق اجتماعي للفرد مع محيطه، حيث يؤكد فرويد في نظريته التحليل النفسي "أن التفاعل بين الآباء و أطفالهم عنصر أساسي في بناء شخصيتهم فما يمارسه الآباء من أساليب في معاملتهم لأطفالهم له دور فعال في التنشئة الاجتماعية .(محداب،2020،ص52) ومنه نجد أن التنشئة الاجتماعية تنعكس مباشرة على الفرد ، هذا الانعكاس الذي إذا كان إيجابيا سيحقق توافقا نفسيا و اجتماعيا و تشجعهم على مواجهة الصعاب .

في الإطار النظري لعملية التوافق و خصائصها أن الفرد هو الذي يستطيع أن يعدل من دوافعه وأهدافه و يغيرها ويستطيع تغيير البيئة الخارجية المادية و الاجتماعية و هذا ما يبرر أن الفرد يمكنه أن يبدل ظروفه و يتغلب عليها من خلال عملية التوافق مع بيئته، وذلك ما يجعل خريجي الجامعة البطالين في مستوى عال من التوافق النفسي و الاجتماعي لأن لديهم القدرة على الصمود و التأقلم مع ظروف البطالة وتغييرها للأفضل، كما يمكن ارجاع ذلك لكمية الاحترام والتقدير الذي تحظى به هذه

الشريحة نظرا لمكانتهم الاجتماعية وسط المجتمع كما أنهم يأخذون دعما من عند أسرهم و مجتمعهم و هذا من خلال تكوينهم علاقة جيدة مع الآخرين .

هذا ما يفسر الانسجام و التكيف و التوافق الإيجابي حيث أن الأفراد ذوي التوافق النفسي العالي يمتلكون ثقة بالنفس و القدرة على تحمل المسؤولية و إدراك المواقف و تفسيرها بشكل إيجابي لصالحهم، وهذا ما اتفقت معه دراستنا مع (صالح والمصدر، 2013) في المستوى المرتفع للتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة، ودراسة (عبد الحسن وعبد الليمة، 2011) حيث وضحت أن مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى الطلبة مرتفع .

وحسب تفسيرنا فإن طبيعة الخبرات العلمية والمهارات و الأساليب التي اكتسبها خريجي الجامعات البطالين خلال مراحل مسارهم العلمي مكنتهم من مقاومة ضغوط الحياة و التكيف معها، بالإضافة إلى إدراكهم لدورهم و سط المجتمع باعتبارهم شريحة مثقفة وذات مكانة اجتماعية بالغة الأهمية حيث يلعب دورا كبيرا في إحداث توافق اجتماعي ويكسبه ثقة في الذات والتي تساهم في تحقيق توافق نفسي .

#### 2-4- مناقشة و تفسير الفرضية الفرعية الثالثة :

من خلال نتائج الجدول رقم (11) أسفرت نتيجة الفرضية الفرعية الثالثة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس ( ذكور إناث ).

يمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن كلا الجنسين يعيشان نفس الظروف المتشابهة في أغلب الأحيان و في كثير من جوانب الحياة اليومية و بالتحديد ظروف فرص العمل و التهميش و قساوة ظاهرة البطالة، بالإضافة إلى أن كلا الجنسين مرا بنفس المسار العلمي أي أنهم بنفس الوعي الثقافي نظرا للمستوى التعليمي المتساوي حيث أنهما يعيان جيدا أن هاته الظروف يمكن التغلب عليها بالصمود و قوة الإرادة والمحاولة مرارا و تكرارا ، هذه العوامل التي تساعد إيجابيا لاكتساب قوة صلابة نفسية وتنمي إدراكهم و أن الانهزام و الفشل ليس الحل الأمثل للتغلب على الظروف، خاصة وأن ظاهرة البطالة أصبحت منتشرة بصفة كبيرة في أوساط المجتمعات و أن الكثير من الأفراد ومن الجنسين تمكنوا من إيجاد حلول و صناعة الفرص لأنفسهم و هذا ما يكسبهم خبرة مماثلة من غيرهم .

يتضح من خلال الجانب النظري أن الصلابة النفسية سمة من السمات الشخصية التي يكتسبها الفرد خلال مراحل مختلفة من حياته ، فالأحداث و الظروف التي يمر بها تكسبه الخبرات الكافية للحماية من المشاكل و الضغوطات النفسية و مواجهتها ، وكما تم تعريفها من قبل أنها من السمات الشخصية قابلة للاكتساب على الرغم من كونها سمة ثابتة نسبياً فهي قد تتغير نتيجة خبرات الفرد ومن خلال المواقف الحياتية التي يمر بها و لذلك يمكن تدريب الأفراد على اكتساب الصلابة النفسية و تتميتها (هلاكا، 2016، ص 46) .

وهذا ما يجعل الظروف التي يمر بها الأفراد تؤثر على مستوى الصلابة النفسية الشخصية لديهم أي أن كل فرد يكتسب صلابته الشخصية خلال مراحل مختلفة، مع ذلك يمكن تعديلها باكتساب مهارات جديدة هذا ما يفسر عدم وجود فروق بين الجنسين أي أنهم مرو بنفس التجارب خلال مسارهم الجامعي الذي أثر فيهم و في قدرتهم على الصمود .

يعيش الجنسين نفس الظروف و الضغوطات النفسية واحدة بالإضافة إلى أنهما تدرجا خلال مراحلهم الجامعية في نفس الجامعة و بيئة واحدة اكتسبهم القدرة على تحمل المواقف والظروف هذا ما جاءت به دراسة (صالح و المصدر، 2013) التي انتهت بعدم وجود فروق على مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لدى طلاب جامعتي الأقصى و الأزهر، فيما اختلفت نتيجة الدراسة مع دراسة (حمادة و عبد اللطيف، 2002) والتي أسفرت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الصلابة النفسية و الرغبة في التحكم بين الجنسين لصالح الذكور . كما جاءت ( Irandokht Asadi Sadeghi Promila Vasudeva Azar Abdolghani Abdollahi,2006 ) التي طبقت على النساء العاطلات عن العمل والتي جاءت بنتائج أنهن يتمتعن بمستويات مرتفعة من الصلابة النفسية وكان هذا الارتفاع مرتبط بجودة حياتهن المرتفعة.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال الفهم الشخصي فالصلابة النفسية سمة تكتسب لكلا الجنسين من خلال ما مر عليهم وهو ما يبرر عدم وجود فروق بينهما.

## 2-5- مناقشة و تفسير الفرضية الفرعية الرابعة:

من خلال الجدول رقم(12) أسفرت نتائج الفرضية الفرعية الرابعة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس ( ذكور إناث ) .

وحسب التفسير النظري أن عملية التوافق تتأثر بعدد من العوامل أهمها المجتمع و الثقافة وغيرها حيث أشار (عبد الرحيم، 1981) إلى أن التوافق عملية يشترك فيها المجتمع و الفرد و هذا ما يبرر عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي تعزي لمتغير الجنس ، حيث أن تأثير المجتمع و التنشئة يكون مماثل لدى الجنسين هذا ما يحقق للأفراد التكيف وسط الظروف المحيطة ، و ظاهرة البطالة بالنسبة لخريجي الجامعة البطالين ذكورا و إناثا على حد سواء و هذا ما يشير إلى أن المجتمع و أحداثه لا يميز في تأثيره على الأفراد أي أن الأسرة و المجتمع تقدم نفس الظروف سواء إيجابا أو سلبا و كذلك تعتبر التنشئة الاجتماعية عاملا رئيسيا في تحديد التوافق النفسي الاجتماعي للفرد حيث يتأثر بالمعاملة الوالدية و أساليب التنشئة حيث أصبح الوالدين و تكوين الأسرة لا يفرق بين الجنسين، هذا ما يبرر عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي حيث يحظى كليهما بنفس المعاملة و التنشئة داخل أسرهم مما يزيد من مستوى تكيفهم مع محيطهم .

كما يمكن تفسير ذلك في سياق الوعي الثقافي و التعليمي للجنسين المستوى الذي وصل له خريجي الجامعة البطالين كافي لفهم الظروف المحيطة و التأقلم معها، مهما صعبت و تأزمت بالإضافة إلى أن كلا الجنسين يعيشان نفس الظروف في غياب فرص العمل إلا أن خريجي الجامعات البطالين قادرين على المثابرة والعمل على التأقلم و مواجهة الظروف بكل عزيمة، و أن كلا الجنسين يبحثون عن الحلول و التوافق النفسي و الاجتماعي وسط بيئتهم .

جاءت نتيجة فرضيتنا متوافقة مع دراسة (صلاح الدين أحمد الجماعي، 2000 ) والتي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي و بين درجات الذكور و الإناث ، فيما اختلفت مع دراسة (جعيرير سليمة ، 2017) والتي أظهرت وجود فروق بين تلاميذ مرحلة الثالثة و الرابعة متوسط في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي، وكذلك دراسة (صالح و المصدر 2013) و التي أسفرت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي تعزي لمتغير الجنس و لصالح الإناث .

خاتمة

## خاتمة:

في الاخير يمكننا القول أن الصلابة النفسية سمة شخصية ذات أهمية كبيرة حيث أنها تلعب دورا هاما في مواجهة العوائق التي يمر بها الفرد خلال مراحل مختلفة من حياته فهي تعتبر القوة التي بها يواجه هاته العقبات وكذلك يمكن بها إحداث توافق نفسي للفرد مع ذاته و مع مجتمعه ومما لا شك فيه أن التوافق النفسي الاجتماعي هو الآخر له دور في التأقلم مع محيطه و المشاكل التي قد تصادفه ومنه تظهر أهمية كل من الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي بالنسبة للفرد في تخطي كل التحديات التي تحدث خلال حياته خاصة بالنسبة للشباب باعتبارها الركيزة الأساسية لبناء المجتمعات ونخص بالذكر خريجي الجامعات البطالين والذين أصبحوا يعانون من مشكلة البطالة و لآثارها النفسية في ظل غياب فرص العمل.

ومن خلال دراستنا سلطنا الضوء على طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي بالنسبة لخريجي الجامعة البطال ، وتناولت دراستنا كذلك مستوى كل من الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي وكذلك الفروق الاحصائية بين الجنسين على مستوى الصلابة النفسية و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي ومنه اشتملت دراستنا في جانبها التطبيقي المنهج الوصفي الارتباطي لطبيعة موضوع الدراسة ، و قمنا باستخدام الأدوات السيكومترية و أسفرت نتائج دراستنا على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى خريجي الجامعة البطالين و مستوى مرتفع في كلا من المتغيرين، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين تبعا لمتغير الجنس على مستوى الصلابة النفسية و كذلك التوافق النفسي الاجتماعي بين خريجي الجامعة البطالين ، و في الأخير حاولنا من خلال دراستنا التطرق لهذا الموضوع من أجل المساعدة أو فتح الطريق لإجراء دراسات أخرى مماثلة وبمتغيرات مختلفة.

المراجع

## قائمة المراجع:

1. إبراهيم، سامية. (2011). أساليب معاملة الأب كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالشعور بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في مدينة تبسة، *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)*، مجلد 25، العدد 7، ص ص 1786-1816.
2. ابراهيم، محمد محمود قطب. (2018). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضاعن الصورة الجسم لدى عينة من المراهقين المعاقين حركيا*، رسالة الماجستير، كلية تربية قسم الصحة النفسية.
3. ابن المنظور، جمال الدين محمد. (1999). *لسان العرب لابن المنظور*، ط1، القاهرة: دار المعارف.
4. أبو جراد، خليل علي. (2018). واقع البطالة في المخيمات الفلسطينية و تأثيرها على الاستقرار النفسي لدى عينة من الشباب الخريجين بمخيمات قطاع غزة، *مجلة الروافد*، المجلد 2، العدد 2، ص ص 125-167.
5. أحمد، أنور ابراهيم. (2014). *التوافق النفسي والاجتماعي لأبناء النوبة في ضوء البناء الثقافي والاجتماعي*، ط1، القاهرة: المكتب العربي للمعارف.
6. أشروف كبير، سليمة. (2005). *الاستجابة لضغط البطالة لدى المتخرج الجامعي*، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر.
7. برغوتي، توفيق وبوختوفة، نهى. (2016). *علاقة بعض المتغيرات الديمغرافية بمستوى التوافق النفسي*، *مجلة العلوم الاسلامية والحضارة*، العدد 03، ص ص 317-356.
8. بلحاج، فروجة. (2011). *التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي*، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية، جامعة مولود معمري تيزي وزو.
9. بلقاضي، فؤاد. (2015, 2016). *مفهوم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدى الأم العازبة*، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الأسري، جامعة وهران 2.
10. بن ستي، حسينة. (2013). *التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ سنة الأولى ثانوي*، مذكرة لاستكمال شهادة ماستر أكاديمي في علوم التربية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
11. بن مصطفى، اسماعيل و قدور بن دهمة، طارق . (2019). *أثر التدريس باستخدام أسلوب الاكتشاف الموجه خلال الألعاب الجماعية على تنمية التوافق النفسي لدى تلاميذ الطور الثانوي 15-16 سنة*، *مجلة العلوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي*، العدد 7، ص ص 228-239.

12. بولعسل ، رميسة .(2014).قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج ،مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي ،جامعة العربي بن مهدي .
13. الجديد ،احلام .(2018). علاقة الصلابة النفسية بدافعية التعلم *مجلة البحث في العلوم الانسانية والاجتماعية* ،العدد 33 ص 785 ص 798 .
14. جماح، لطيفة.(2017)،*تقنين مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير على البيئة الجزائرية*،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية ،جامعة محمد بوضياف ،المسيلة.
15. الجماعي،صلاح الدين أحمد.(2009).*الاغتراب النفسي الاجتماعي و علاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي* ،ط1 ، عمان: دار الزهران.
16. جميات ، دلال .(2020).*اضطراب ضغط مابعد الصدمة والصلابة النفسية لدى حالات من طلبة الجامعين فاقدى الأب* ،مذكرة ماستر ،جامعة محمد بوضياف بالمسيلة .
17. الحجار، بشير ابراهيم محمد الحجار،(2003) ،*التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات* ،رسالة مقدمة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير، الجامعة الاسلامية غزة .
18. حسين، علي عبد الحسن وعبد اليمه، حسين عبد الزهرة.(2011).*التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية الكربلاء، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية*، المجلد 11، العدد 03، ص ص 177 - 218.
19. حمادة،لولوه وعبد اللطيف ،حسن.(2002). *الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة رابطة الأخصائين النفسانيين المصرية*،المجلد 12، العدد 2، ص ص 229-272
20. حنصالي، مريامة ويلوم، محمد.(2013).*المقاربة النظرية لاحدى السمات الشخصية المناعية الصلابة النفسية ، مجلة علوم الانسان والمجتمع* ،العدد8،ص ص 271 - 287.
21. الداھري، صالح حسن والكبيسي، وهيب مجيد.(1999).*علم النفس العام*،ط1،الاردن: دار الكندي للنشر والتوزيع.
22. الداھري، صالح حسن.(2008).*أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية*، ط1، الاردن: دار صفاء للنشر .
23. دحلان، محمد منذر يوسف عبد الخالق.(2017) .*الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين الضغوط النفسية والتوافق النفسي لدى خريجي الجامعات الفلسطينية* ،رسالة ماجستير ،جامعة الأقصى.

24. الدخان، نبيل والحجار، بشير. (2006)، الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، *مجلة الجامعة الإسلامية سلسلة الدراسات الإنسانية*، مجلد 14، العدد 2، ص ص 369-398.
25. الدويفي، سليم ومرصالي، حورية وتراكة، جمال. (2020). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة البليدة 2 في ظل جائحة كورونا والحجر الصحي، *مجلة التمكين الاجتماعي*، المجلد 2، العدد 02، ص ص 171 - 185
26. الرفوع، محمد أحمد. (2018). المساندة الاجتماعية لدى مريضات سرطان الثدي *مجلة العلوم التربوية*، العدد 04، الجزء 01، ص ص 217 - 233.
27. زهران، حامد عبد السلام. (2005). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*، ط4، القاهرة: عالم الكتب.
28. شاذلي، محمد حميد. (2001). *التوافق النفسي للمسنين*، ط1، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
29. الشاغوش، وليد عبد الرحمان محمد. (2018). *الصلابة النفسية عند الاطفال*، *المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال*، المجلد 5، العدد الاول، ص ص 462-488.
30. الشلاش، عمر بن سليمان بن لشلاش. (2015). قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية والافكار اللاعقلانية لدى طلاب جامعة الشقراء *مجلة البحث العلمي في التربية*، العدد 16، ص ص 265-283.
31. الشلهوب، دعاء جهاد. (2016). *قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية*، رسالة الماجستير، جامعة دمشق.
32. شويطر، خيرة. (2017). *استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية لدى الأمهات على ضوء متغيري الصلابة النفسية و المساندة الاجتماعية*، مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم التربية، جامعة وهران 2.
33. صالح، عايدة شعبان والمصدر، عبد العظيم. (2013). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى و الأزهر* *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث و الدراسات*، العدد 29، ص ص 41-76.
34. صالي، خديجة. (2011). *التوافق النفسي والاجتماعي عند مجموعة من المراهقين المصابين بحساسية الغلوتين دراسة ميدانية بالجمعية الجزائرية للمرضى المصابين بحساسية الغلوتين*، مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر 2.

35. صيفي ،فيصل .(2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى مرضى السكري ،رسالة ماستر ،جامعة الجزائر 2 ابو قاسم سعد الله.
36. طالحي ،هجيرة .(2013).ممارسة السلطة الوالدية داخل الأسرة و انعكاسها على التوافق النفسي الاجتماعي للمراهقين ،مذكرة لنيل شهادة الماجستير.الجزائر .
37. طولقي ،عبد الحليم .(2020)، الضغط النفسي واستراتيجيات مواجهته لدى البطل خريج الجامعة،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر،جامعة محمد خيضر بسكرة.
38. عبد المعطي ،حسن فهمي .(2006).ضغوط الحياة واساليب مواجهتها ،ط1 ،مكتبة زهراء الشرق :جمهورية مصر العربية..
39. العبدلي ،خالد بن محمد بن عبد الله.(2012).الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة ،المذكرة الماجستير،جامعة أم القرى.
40. هلكا، عمر علاء دين .(2016).الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من تحمل الضيق والأبعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين ، رسالة الدكتوراء ، جامعة بيروت.
41. العلوي، عبد الحفيظ وبين حفاف، يحي ونظور، عيسى.(2022).دور الأنشطة البدنية الرياضية المكيفة في تحقيق التوافق النفسي لفئة الصم البكم ، مجلة التميز ،المجلد 4، العدد 04 ،ص ص 37 .
42. عمار بهليليل، نجاح.( 2018). البطالة لدى خريجي الجامعة (أسبابها و آثارها الاجتماعية )رسالة لمقدمة لنيل شهادة الماستر جامعة 8 ماي 45 قالمة .
43. عيسى، دنيا وقايد، عادل.(2022).التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأطفال الصم (13 - 16) سنة، مجلة الروائر ،المجلد 5 ، العدد 01، ص ص 223 - 239.
44. عينة، ناريمان.(2019). الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى طلبة الجامعة.مجلة حقائق للدراسات النفسية و الاجتماعية،العدد الخامس عشر،ص ص 149 165.
45. فاتح، سعيدة.(2015).الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي،مذكرة لنيل شهادة الماسترجامعة محمد خيضر بسكرة.
46. فدل، سمير وفدول ، محمد.(2018). مستويات التوافق النفسي ،المجلة الجزائرية للأمن الإنساني ، المجلد 03 ، العدد06 ، ص ص 300 - 316

47. القرعان ،نجيب خليل محمود .(2014).العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية التوافق الاجتماعي المرشدين التربويين في قضاء بئر سبع ، مذكرة الماجستير،جامعة عمان العربية.
48. القضاة، زينب محمد.(2017).فاعلية البرنامج الارشادي الجمعي في تنمية مستوى الصلابة النفسية، ط1، الاردن:دار الزهران للنشر والتوزيع.
49. كامل، سهير أحمد.(2003).الصحة النفسية والتوافق، ط2، مصر:مركز الاسكندرية للكتاب.
50. الكحلوت، أماني حمدي شحادة.(2011).دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة ،رسالة ماجستير ، الجامعة الاسلامية غزة .
51. كماش ، يوسف لازم وحسان ،عبد الكاظم جايل.(2016).سيكولوجية التعلم ،ط2 ، عمان: دار الخليج.
52. لحميدي، عادل وبن غليسي، سعاد.(2015).التوافق النفسي والاجتماعي وأثره على شخصية الطفل *مجلة حقائق الدراسات النفسية والاجتماعية*،المجلد 1 ،العدد14، ص ص 379 - 393
53. لعزالي،صليحة وعائش،صباح .(2021). الصلابة النفسية كمنبئ بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة *مجلة الشامل للعلوم التربوية و الاجتماعية* ، المجلد 4 ، العدد2، ص ص 252 -268.
54. متوري، راضية وعبادة، أمال (2021).التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرضى المقبلين على جراحة قلب مفتوح *مجلة أفكار وأفاق* ،المجلد 9 ،العدد 03 ،ص ص 33 - 48
55. معاش،حياة.(2013).الإتجاهات نحو المدرسة و علاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي،مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستيرفي علم النفس،جامعة محمد خيضر بسكرة.
56. معمريّة ، بشير .(2019).تقنين مقياس الصلابة النفسية في المجتمع الجزائري *الجريدة العربية لعلم النفس*،الجزء 4 ، العدد 1،ص ص 46-66.
57. ناصر، عبير ولكحل، مروة.(2018).التوافق النفسي والاجتماعي عند المراهق المتمدرس المصاب بالسمنة دراسة ميدانية على عينة من متوسطات قالمة، مذكرة ماستر، جامعة 8 ماي 1945 قالمة.
58. نجاح ،عمار بهاليل .(2018).البطالة لدى خريجي الجامعة أسبابها وآثارها الاجتماعية والاقتصادية،مذكرة الماستر،جامعة ماي45 قالمة.

59. اليازجي، محمد رزق عدنان. (2011). *الاتجاه نحو المخاطر النفسية وعلاقتها بالصلاية النفسية*، مذكرة ماجستير، جامعة الاسلامية بغزة.
60. يحي، أحلام وعمور، عمر. (2019). دور الارشاد النفسي الديني في تحقيق التوافق النفسي لدى المراهقة المتقدمة *مجلة العلوم الاجتماعية و الانسانية*، المجلد 9، العدد 02، ص ص 429 - 457.
61. anne mourhouse ,marie calta biaw .(2007). resilience and unemployment;exploring risk and protective influences for the outcome variables of depression and assertive job searching..*journal of employment counseling*..volume 44 p115 -125
62. Irandokht ,Asadi Sadeghi Azar; Promila ,Vasudeva & Abdolghani ,Abdollahi.(2006). relationship between quality of life hardiness self efficacy and self esteem amongst employed and unemployed married women in zabol ,*summer j psychiatry*. P 104- 111.

الملاحق

## الملحق رقم 1: مقياس الصلابة النفسية

### جامعة محمد خيضر بسكرة

الجنس:

التخصص الجامعي:

مدة التخرج:

التعليمة:

فيما يلي مجموعة العبارات تتحدث عن رؤيتك الشخصية و كيف تواجه المواقف و ضغوط الحياة .اقرأ كل عبارة منها و أجب عنها بوضع علامة تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا او كثيرا و ذلك حسب انطباق العبارة عليك ، أجب على كل العبارات .

رقم العبارة	العبارة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1	مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي				
2	اتخذ قراراتي بنفسني و لا تملى عليا من مصدر خارجي				
3	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها				
4	قيمة الحياة تكمل في ولاء الفرد لمبادئه و قيمه				
5	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها				
6	أقتحم المشكلات لحلها و لا أنتظر حدوثها				
7	معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى و فائدة				
8	نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي و ليس على الصدفة و الحظ				
9	لدي حب الاستطلاع ورغبة في معرفة الجديد				
10	أعتقد أن لحياتي هدفا و معنى أعيش من أجله				
11	أعتقد أن الحياة كفاح و عمل و ليست حظا و فرصا				

				أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تتطوي على تحديات و العمل على مواجهتها	12
				لدي مبادئ و قيم ألتزم بها و أحافظ عليها	13
				أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته	14
				لدي القدرة على التحدي و المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني	15
				لدي أهداف أتمسك بها و أدافع عنها	16
				أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي	17
				عندما تواجهني أتحداها بكل قواي و قدراتي	18
				أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي	19
				أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح	20
				أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث و تغيرات	21
				أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكل	22
				أعتقد أن العمل أو بذل الجهد يؤدي دورا هاما في حياتي	23
				عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى	24
				أعتقد أن الاتصال بالآخرين و مشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد	25
				أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	26
				أعتقد أن مواجهة مشكلة اختبار لقوة تحملي و قدرتي على حلها	27
				اهتمتامي بالأعمال و الأنشطة يفوق بكثير الاهتمام بنفسي	28
				أعتقد أن العمل السيء و الغي الناجح يعود إلى سوء التخطيط	29
				لدي حب المغامرة و الرغبة في استكشاف ما يحيط بي	30
				أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي	31

				أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي	32
				أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها	33
				اهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث	34
				أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرها و تخطيطهم لأنشطتهم	35
				إن الحياة المتنوعة و المثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي	36
				إن الحياة التي نتعرض فيها للضغط و نعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها	37
				إن النجاح الذي أحققه بجهدى هو الذي أشعر معه بالمتعة و الاعتزاز و ليس ما يحققه الذي أحققه بالصدفة	38
				أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحدي هي حياة مملة	39
				أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين و أبادر إلى مساعدتهم	40
				أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث	41
				أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية	42
				أهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كل ما أمكن ذلك	43
				أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للحظ و الصدفة و الظروف الخارجية	44
				إن التغير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على مواجهته بنجاح	45
				أبقى ثابتا على مبادئى و قيمي حتى إذا تغيرت الظروف	46
				أشعر أنني أتحكم في ما يحيط بي من أحداث	47
				أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حت قبل أن تحدث	48

## الملحق رقم 2: مقياس التوافق النفسي الاجتماعي.

### التعليمة:

إليك بعض المواقف التي تقابلك في حياتك العامة، لذا نرجو التعرف على كل موقف بدقة وتحديد درجة بانطباق كل منها على حالك : تنطبق تمام- تنطبق أحيانا- لا تنطبق حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف و الشعور الصادر منك اتجاه كل موقف. أجب بوضع علامة (x) تحت الاختيار المناسب ،لا تترك موقف دون إجابة عليه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة

لا تنطبق	متردد أحيانا	نعم تنطبق	العبارة	
			هل لديك ثقة في نفسك لدرجة كافية ؟	1
			هل أنت متفائل بصفة عامة؟	2
			هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك و عن انجازائك أمام الآخرين ؟	3
			هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة و شجاعة ؟	4
			هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة ؟	5
			هل تتطلع لمستقبل مشرق؟	6
			هل تشعر بالراحة النفسية و الرضا في حياتك؟	7
			هل انت سعيد و بشوش في حياتك؟	8
			هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا ؟	9
			هل تشعر بالاتزان الانفعالي و الهدوء أمام الناس؟	10
			هل تحب الآخرين و تتعاون معهم ؟	11
			هل أنت قريب من الله بالعبادة و الذكر دائما؟	12
			هل أنت ناجح و متوافق مع الحياة؟	13
			هل تشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة؟	14
			هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة؟	15
			هل تشعر بالاستياء و صيق من الدنيا عموما؟	16
			هل تشعر بالقلق من وقت لآخر ؟	17

			هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما ؟	18
			هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها ؟	19
			هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟	20
			هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت ظ	21
			هل لديك قدرات و مواهب متميزة ؟	22
			هل تتمتع بصحة جيدة وقوي البنية؟	23
			هل أنت راضي عن مظهرك الخارجي (طول القامة حجم الجنسية )	24
			هل تساعدك صحتك على مزاوله الاعمال بنجاح؟	25
			هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟	26
			هل تعطي نفسك قدرا من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة ؟	27
			هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم ؟	28
			هل تعاني من بعض العادات مثل قضم الأظافر و الغمز بالعين ؟	29
			هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر ؟	30
			هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟	31
			هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل ؟	32
			هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟	33
			هل تشعر بالاجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر ؟	34
			هل تتصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل ؟	35
			هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟	36
			هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عند مزاوله العمل ؟	37
			هل تشعر أحيانا بالصعوبة في النطق و الكلام ؟	38
			هل تعاني من إمساك أو اسهال كثيرا ؟	39
			هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لآخر؟	40
			هل تشعر انك متعاون مع أسرتك؟	41
			هل تشعر بالسعادة في حياتك و انت مع أسرتك؟	42
			هل أنت محبوب من أفراد أسرتك ؟	43

			هل تشعر بأن لك دور فعال و هام في أسرتك ؟	44
			هل تحترم أسرته رأيك و ممكن أن تأخذ به ؟	45
			هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرته ؟	46
			هل تأخذ حقك من الحب و العطف و الحنان و الامن من أسرته ؟	47
			هل التفاهم هو أسلوب التعاون مع أسرته؟	48
			هل تحرس على مشاركة أسرته افراحها و أحزانها	49
			هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرته وثيقة و صادقة ؟	50
			هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة ؟	51
			هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية و الثقافية ؟	52
			هل تشجعك أسرته على اظهار ما لديك من قدرات و مواهب ؟	53
			هل أفراد أسرته تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما ؟	54
			هل تشجعك أسرته على تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران ؟	55
			هل تشعرك أسرته أنك عبئ ثقيل عليهم ؟	56
			هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرته ؟	57
			هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرته ؟	58
			هل تشعر بالقلق أو الخوف و انت داخل أسرته ؟	59
			هل تشعر بان أسرته تعاملك على أنك طفل صغير ؟	60
			هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية و الترويح مع الآخرين ؟	61
			هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم ؟	62
			هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن ؟	63
			هل تتمنى أن نقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين ؟	64
			هل تحترم رأي زملائك و تعمل به إذا كان رأيا صائبا ؟	65
			هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك و انجازاتك ؟	66

			هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67
			هل تشغى بالولاء و الانتماء لأصدقائك ؟	68
			هل تشغى بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخريين كثيرا ؟	69
			هل تربط علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على ارضائهم ؟	70
			هل يسعدك المشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية ؟	71
			هل تحرص على حقوق الآخريين بقدر حرصك على حقوقك ؟	72
			هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخريين لأن وعد الحر دين عليه ؟	73
			هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران؟	74
			هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخريين أو ترفضهم ؟	75
			هل تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخريين ؟	76
			هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخريين حتى و لو كانوا في مثل سنك؟	77
			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس أو ترتبك أثناء الحديث امامهم ؟	78
			هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك ؟	79
			هل تشغى بعدم قدرتك على مساعدة الآخريين و لو في بعض الامور البسيطة ؟	80

## الملحق رقم 3: نتائج الـ spss

أولاً/الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

1- حساب صدق وثبات مقياس الصلابة النفسية:

1-1 حساب الصدق:

أ. الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

### T-Test

#### Group Statistics

الدرجات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات المنخفضة	8	71,3750	10,25305	3,62500
مقياس الصلابة النفسية				
الدرجات المرتفعة	8	126,0000	7,52140	2,65922

#### Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
	F	Sig.	T	Df
Equal variances assumed	,230	,639	-12,150	14
مقياس الصلابة النفسية				
Equal variances not assumed			-12,150	12,842

#### Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means		
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Equal variances assumed	,000	-54,62500	4,49578
مقياس الصلابة النفسية			
Equal variances not assumed	,000	-54,62500	4,49578

#### Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means	
	95% Confidence Interval of the Difference	
	Lower	Upper

مقياس الصلابة النفسية	Equal variances assumed	-64,26749	-44,98251
	Equal variances not assumed	-64,34970	-44,90030

## 1-2- حساب ثبات مقياس الصلابة النفسية:

أ- حساب التجزئة النصفية:

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,894
		N of Items	24 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	,908
		N of Items	24 <sup>b</sup>
Total N of Items			48
Correlation Between Forms			,934
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		,966
	Unequal Length		,966
Guttman Split-Half Coefficient			,965

a. The items are: VAR00001, VAR00003, VAR00005, VAR00007, VAR00009, VAR00011, VAR00013, VAR00015, VAR00017, VAR00019, VAR00021, VAR00023, VAR00025, VAR00027, VAR00029, VAR00031, VAR00033, VAR00035, VAR00037, VAR00039, VAR00041, VAR00043, VAR00045, VAR00047.

b. The items are: VAR00002, VAR00004, VAR00006, VAR00008, VAR00010, VAR00012, VAR00014, VAR00016, VAR00018, VAR00020, VAR00022, VAR00024, VAR00026, VAR00028, VAR00030, VAR00032, VAR00034, VAR00036, VAR00038, VAR00040, VAR00042, VAR00044, VAR00046, VAR00048.

ب. حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,949	48

## 2- الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي:

2-1- حساب الصدق:

أ. الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

### T-Test

Group Statistics

VAR00137	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
M	8	85,38	4,868	1,721
MORT	8	96,50	3,742	1,323

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
	F	Sig.	T	Df
Equal variances assumed	1,271	,278	-5,125	14
Equal variances not assumed			-5,125	13,131

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means			
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Equal variances assumed	,000	-11,125	2,171	-15,781
Equal variances not assumed	,000	-11,125	2,171	-15,810

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means	
	95% Confidence Interval of the Difference	
	Upper	
Equal variances assumed	-6,469	
Equal variances not assumed	-6,440	

## 2-2- حساب الثبات:

### أ. حساب الثبات بالتجزئة النصفية:

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,371
		N of Items	40 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	,576
		N of Items	40 <sup>b</sup>
Total N of Items		80	
Correlation Between Forms			,603
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		,752
	Unequal Length		,752
Guttman Split-Half Coefficient			,748

a. The items are: t1, t3, t5, t7, t9, t11, t13, t15, t17, t19, t21, t23, t25, t27, t29, t31, t33, t35, t37, t39, t41, t43, t45, t47, t49, t51, t53, t55, t57, t59, t61, t63, t65, t67, t69, t71, t73, t75, t77, t79.

b. The items are: t2, t4, t6, t8, t10, t12, t14, t16, t18, t20, t22, t24, t26, t28, t30, t32, t34, t36, t38, t40, t42, t44, t46, t48, t50, t52, t54, t56, t58, t60, t62, t64, t66, t68, t70, t72, t74, t76, t78, t80.

## 2- حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,680	80

ثانيا/ حساب نتائج الدراسة:

## 1- حساب معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي للفرضية العامة:

### Correlations

Correlations	
	التوافق النفسي الاجتماعي
Pearson Correlation	,463**
الصلابة النفسية Sig. (2-tailed)	,000
N	61

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## 2- حساب مستوى الصلابة النفسية باختبار ت للعينه الواحدة:

### T-Test

#### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الصلابة النفسية	61	107,72	20,381	2,609

#### One-Sample Test

	Test Value = 0					
	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الصلابة النفسية	41,281	60	,000	107,721	102,50	112,94

## 3- حساب مستوى التوافق النفسي الاجتماعي باختبار ت للعينه الواحدة:

### T-Test

#### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق النفسي الاجتماعي	61	111,74	16,025	2,052

#### One-Sample Test

	Test Value = 0					
	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
التوافق النفسي الاجتماعي	54,459	60	,000	111,738	107,63	115,84

## 4- حساب الفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية باختبار ت لعينتين مستقلتين:

## T-Test

### Group Statistics

SEX	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الصلاية الصلابية F	40	110,13	17,795	2,814
الصلابية الصلابية M	21	103,14	24,393	5,323

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
الصلاية	Equal variances assumed	3,779	,057	1,278	59
الصلابية	Equal variances not assumed			1,160	31,477

### Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
الصلاية	Equal variances assumed	,206	6,982	5,463	-3,950
الصلابية	Equal variances not assumed	,255	6,982	6,021	-5,290

### Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
	Equal variances assumed	17,914
الصلابية الصلابية	Equal variances not assumed	19,254

5- حساب الفروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي باختبار ت لعينتين مستقلتين:

T-Test

Group Statistics

الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق النفسى أنثى	40	114,05	13,416	2,121
الاجتماعى ذكر	21	107,33	19,706	4,300

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	Df
التوافق النفسى	Equal variances assumed	4,678	,035	1,574	59
الاجتماعى	Equal variances not assumed			1,401	30,007

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
التوافق النفسى	Equal variances assumed	,121	6,717	4,266	-1,820
والاجتماعى	Equal variances not assumed	,172	6,717	4,795	-3,076

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
Equal variances assumed		15,253
التوافق النفسى الاجتماعى	Equal variances not assumed	16,509