الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة الشهيد حمه لخضر

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية

الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية

دراسة ميدانية بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد –الوادي-

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس

في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إعداد الطالبة:

أروى نور الدين

إشراف الدكتور:

د. مومن بكوش الجموعي

الموسم الجامعي: 2022/2021

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَٰذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ ﴾ (الأعراف -43)

الحمد لله ما تناهى درب وما ختم جهد ولا تم سعي إلا بفضله وما تخطى العبد من عقبات وصعوبات إلا بتوفيقه ومعونته.

كل شكري وتقديري وامتناني لحبيب قلبي وقرة عيني لأبي حفظه الله ورعاه وأطال عمره ورزقه الجنة على كل ما أنا عليه اليوم.

شكري الثاني لمن دعواتها رافقت دربي من نشأتي لمعلمتي ومربيتي لأمي رزقها الله الجنة.

وشكرا لطاطا و لأخواتي و إخوتي أدامكم الله لي يا خير عونا كنت لي.

شكرا للأستاذ المشرف د. جموعي بكوش على إشرافه على هذا البحث.

شكرا لكل معلم أنار بصيرتنا للعلم.

الإهداء

{ يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ } (المجادلة-11)

أهدي كل تعبي وجهدي إلى نفسي ، لأهدافي وطموحاتي التي رافقتني والتي أسعى من أجلها، لدموعي وابتسامتي، لتعبي وخيباتي، لإيماني بنفسي.

اللهم انفعني بما علمتني وانفع بي

أروى نور الدين

ملخص باللغة العربية:

تهدف الدراسة الحالية بشكل رئيسي إلى الكشف على الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد بالوادي، انطلاقا من الفرضيات التالية:

- يتمتع اعوان الحماية المدنية بصلابة نفسية مرتفعة.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أعوان الحماية المدنية في الصلابة النفسية وفقا لمتغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أعوان الحماية المدنية في الصلابة النفسية وفقا لمتغير الأقدمية (أكثر من 05 سنوات، وأقل من 05 سنوات.

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الاستكشافي تماشيا مع طبيعة الموضوع، تكون المجتمع الأصلي للدراسة من 161عون في الوحدة الرئيسية للحماية المدنية بمصطفى بن بولعيد، أما عينة الدراسة المسحوبة بلغت 80 عونا تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة.

لجمع البيانات تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية الذي قننه الباحث رضوان أبو ركبة، وللإجابة على فرضيات الدراسة تم استخدام اختبار test .T لعينة واحدة على متوسط فرضي ، واختبار test .T لعينتين مستقلتين أسفرت الدراسة على النتائج التالية :

- تحقق الفرضية الأولى وهذا ما يؤكد تمتع أعوان الحماية المدنية بصلابة نفسية مرتفعة ، حيث بلغت قيمة اختبار "ت" 16.13 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01.

- عدم تحقق الفرضية الثانية مما يؤكد أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية وفقا لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة اختبار 0.88 وهي غير دالة إحصائيا.

- عدم تحقق الفرضية الثالثة مما يؤكد أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية وفقا لمتغير الأقدمية (أكثر من

05 سنوات، وأقل من 05 سنوات)، حيث بلغت قيمة اختبار 0.59 وهي غير دالة إحصائيا.

الكلمات المفتاحية : الصلابة النفسية، الحماية المدنية.

Abstract

The current study aims mainly to detect the psychological hardness of civil protection agents in the civil protection unit in the valley, based on the following hypotheses:

- Civil protection agents have a high psychological hardness.

- There are statistically significant differences between civil protection agents according to the gender variable.

- There are statistically significant differences between civil protection agents according to the variable of seniority (more than 05 years and less than 05

The study relied on the descriptive exploratory approach in line with the nature of the subject. The original population of the study consisted of 161 agents in the Civil Protection Unit, and the sample of the withdrawn study amounted to 80 aides who were chosen in a simple random way.

To collect data, the measure of psychological hardness was codified by researcher Radwan Abu Rukba, and to answer the study's hypotheses, a single-sample T-test on a hypothetical average was used. The study resulted in the following results:

- The first hypothesis is achieved, which confirms that civil protection agents enjoy high psychological rigidity, with the value of the "T" test reaching 16.13, which is statistically indicative at the level of indication of 0.01.

- The second hypothesis has not been achieved, which confirms that there are no statistically significant differences between civil protection agents according to the sex change, with a test value of 0.88 which is not statistically significant.

- The third hypothesis has not been achieved, which confirms that there are no statistically significant differences between civil protection agents according to the seniority variable (more than 05 years, less than 05 years), with a test value of 0.59 which is not statistically significant.

Keywords: psychological hardness, civil protection.

الفهرس

الموضوع	رقم الصفحة
الشكر	
الاهداء	
الملخص	
Abstract	
الفهرس	1
فهرس الجداول	3
فهرس الأشكال	4
المقدمة	5
الجانب النظري الفصل الأول : الفصل التمهيدي	7
1- الاشكالية الدراسة	9
2- الفرضيات الدراسة	10
3- الأهمية الدراسة	10
4- الأهداف الدراسة	10
5- تحديد المصطلحات الاجرائية للدراسة	11
6- الدراسات السابقة	11
7- التعقيب على الدراسات السابقة	14
الفصل الثاني : الصلابة النفسية	15
تمهيد	16
1- التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية	16
2- أبعاد الصلابة النفسية	18
3- خصائص الصلابة النفسية	23
4- أهمية الصلابة النفسية	25
5- النظريات المفسرة للصلابة النفسية	26
ملخص	30
الفصل الثالث : الحماية المدنية	31
تمهيد	32
1- تعريف الحماية المدنية	32
2- مهام واختصاصات الحماية المدنية	33
3- علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع	35
ملخص	36
الجانب الميداني الفصل الرابع : منهج واجراءات الدراسة	37

تمهيد	39
1- المنهج المتبع في الدراسة	39
2- الدراسة الاستطلاعية	39
3- أداة الدراسة وخصائصها السكيومترية	41
4- عينة الدراسة الأساسية	44
5- الأساليب الاحصائية	48
الملخص الفصل	50
الفصل الخامس	51
تمهيد	52
1- عرض وتحليل نتائج الدراسة	52
2- مناقشة وتفسير النتائج	55
الخاتمة	58
توصيات الدراسة	60

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	توزيع فقرات مقياس الصلابة النفسية حسب الأبعاد	41
02	الصدق التمييزي بين المجموعتين العليا والدنيا لمقياس الصلابة النفسية	42
03	معاملات الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية	43
04	معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية	44
05	خصائص العينة حسب التمثيل بالمجتمع الأصلي	45
06	خصائص العينة حسب الجنس	46
07	خصائص العينة حسب سنوات الأقدمية	47
08	المتوسطات الحسابية والوزن النسبي ونتائج اختبار ت لعينة واحدة على متوسط فرضي لقياس مستوى الصلابة النفسية	52
09	قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية	53
10	قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الممرضين والممرضات في استخدام أسلوب المواجهة المركزة على المشكلة	54

فهرس الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها	29
02	خصائص العينة حسب التمثيل بالنسبة للمجتمع	64
03	خصائص العينة حسب الجنس	47
04	خصائص العينة حسب سنوات الأقدمية	48

المقدمة

يعيش الانسان المعاصر الذي يعتبر بصفته مورد بشري لأي مؤسسة، في زمن تعددت فيه أسباب الضغوط النفسية، مما يجعل الفرد في صدد مواجهة المشكلات والتحديات الضاغطة من أجل الاستقرار في حياته، سواء في حياته الاجتماعية والأسرية لتخطي أي مشكلة والتعايش مع الضغوطات والسعي لحلها، أو في حياته المهنية التي لابد من أنها لا تخلو من الضغط البدني أو النفسي، خاصة إذا كانت من المهن التي تفرض تلك الضغوط كمهنة الحماية المدنية.

إن مهنة الحماية المدنية من المهن الشريفة التي يسعى أعوانها لمساعدة الناس وتأمين السلامة للمواطنين وممتلكاتهم. ودائما ما يكونون في وضع محدود بين حياة وموت الناس عند إغاثتهم وإجلائهم في الكوارث والحروب وأخطار الحرائق والغرق..... وكل هذا يولد لديهم ضغوطات نفسية فتؤثر على صحتهم الجسمية والنفسية. لكن أعون الحماية المدنية وبصفة عملهم دائما ما نجد لديهم التوافق بين ضغوطات العمل والسلامة النفسية فأغلبهم يتمتعون بصلابة نفسية جيدة.

فالصلابة النفسية تعد عاملا للمحافظة على الصحة النفسية والجسدية، والأداء المهني للأفراد خاصة أعوان الحماية المدنية. فتمتعهم بصلابة نفسية جيدة وعالية يكون عبارة على درع واق من تأثير الضغوط بكل أنواعها عليهم.

ونظرا لأهمية الموضوع و أهمية العينة، قمنا بهذه الدراسة التي تهدف للتعرف على الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية.

فتناولت الدراسة جانبين أساسيين هما :

أولا : الجانب النظري واشتمل على ثلاثة فصول :

الفصل الأول التمهيدي : إشكالية الدراسة، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، مصطلحات الدراسة، الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

الفصل الثاني : تناول متغير الدراسة حيث تضمن التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية ، أبعاد الصلابة النفسية، خصائص الصلابة النفسية، أهمية الصلابة النفسية، النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

الفصل الثالث : فتناول عينة الدراسة فتضمن تعريف الحماية المدنية، مهام واختصاصات الحماية المدنية، علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع.

ثانيا : الجانب الميداني واشتمل فصلين :

الفصل الرابع : تضمن الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، بدءا بالمنهج المتبع في الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، أداة الدراسة وخصائصها السيكومترية، عينة الدراسة الأساسية، الأساليب الإحصائية.

الفصل الخامس : تم تخصيصه لعرض وتحليل نتائج الدراسة على ضوء فرضيات البحث وتفسيرها، وخاتمة الدراسة والتوصيات المقترحة .

الجانب النظري

الفصل التمهيدي

الإطار العام للدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- تحديد المصطلحات الاجرائية للدراسة

6- الدراسات السابقة

7- التعقيب على الدراسات السابقة

1 ـ الاشكالية :

تعد الصلابة النفسية من إحدى الركائز الأساسية للصحة النفسية، فهي مجموعة من الخصائص الشخصية، والتي تشكل مصدرا للقوة في مواجهة الضغوطات النفسية.

إن الصلابة النفسية من المتغيرات الإيجابية الدالة على مقاومة الضغوط و الشعور بالأزمات و الإحباطات ، وكثيراً ما يتعرض الفرد لمثل تلك الضغوط والأزمات ومشكلات الحياة ، فيحقق بالصلابة النفسية الكفاءة والقدرة على مواجهة الضغوط والأزمات الحياتية (باظة ، 2012 ، 40) ، فالصلابة النفسية اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.

(مخيمر ، 1997 ، 114)

حيث أشارت كوبازا إن للصلابة النفسية مجموعة من الخصائص النفسية وهي الالتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدي. (بن طاهر، و البهياني، 2016)

كما تعد الصلابة النفسية من أهم العوامل المساعدة التي تمكن الفرد من التعامل بإيجابية مع ضغوط الحياة التي تواجهه ، فالأفراد الذين ترتفع لديهم درجة الصلابة النفسية فإنه تقل لديهم احتمالية الإصابة بالمرض النفسي أو الجسمي الناتجة عن تعرضهم لضغوط الحياة، فهي عامل يحافظ على الصحة النفسية والجسمية و على الأداء المهني للفرد، خاصة أصحاب المهن التي يجب أن يتحلى ممارسوها بصلابة نفسية عالية مثل عمال الحماية المدنية وعمال الأمن الوطني والدرك الوطني والأطباء في الاسعاف.....

ومن بين تلك الأسلاك نجد أعوان الحماية المدنية و التي بدورها تعتبر من الأجهزة الهامة في المجتمعات الحديثة، حيث يكون أعوانها في الخط الأول لمواجهة هذه الكوارث والمخاطر. (محمد بن صالح، 1993 ،ص 15) وبحكم طبيعة عملهم هذا، فهم يتعرضون لمشاهد عنيفة و مؤلمة تعد أحداث صدمية قوية يمكن أن تتوغل نتائجها في كل جوانب حياة الفرد، إذ يرى بايلي Bailly أنه إذا وقع حدث صدمي على الشخص أو شاهده فإنه يخضع الجهاز النفسي إلى حالة ضغط ولكن الاستجابة لهذه الأحداث تختلف من فرد لآخر.

لذا جاءت الدراسة الحالية للكشف عن طبيعة الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية ؟ وما مستوى الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية ؟.

2/ فرضيات الدراسة :

- ✓ يتمتع اعوان الحماية المدنية بصلابة نفسية مرتفعة.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية وفقا لمتغير الجنس
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية وفقا لمتغير الأقدمية (أكثر من 05 سنوات، أقل من 05 سنوات)

3/ أهمية الدراسة :

- ✓ تكمن اهميه الدراسة بأهمية المتغير الذي تناولته، الصلابة النفسية لها اهميتها في تحقيق الصحة النفسية للفرد والوقاية من الاضطراب النفسي.
- ✓ كذلك اهمية الدراسة الحالية لأهمية العينة التي تناولتها وهي عينه من اعوان الحماية المدنية واهمية دورها في المجتمع وحمايه افراد المجتمع.
- ✓ وكذلك تبرز اهميتها لتناولها عينه من اكثر الفئه تعرضا لضغوط العمل وما ينتج عنه من تأثير الصلابة النفسية عليه كوقاية من الاضطراب النفسي وحصول الصحة النفسية او العكس.
- ✓ محاوله تقديم اضافه نظريه متواضعة بالاستفادة من افكار مجموعه من الباحثين في دراساتهم السابقة.

4/ أهداف الدراسة :

- يهدف هذا البحث إلى الكشف على مستوى الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية.
- الكشف على الفرق بين أعوان الحماية المدنية في الصلابة النفسية وفقا لمتغير الجنس .
- الكشف على الفرق بين أعوان الحماية المدنية في الصلابة النفسية وفقا لمتغير الأقدمية.

5/ تحديد المصطلحات الإجرائية للدراسة:

- الصلابة النفسية: يرى كارفر (Carver) بأن الصلابة النفسية هي تقبل الفرد للتغيرات او الضغوطات التي يتعرض لها حيث تعمل الصلابة النفسية كمصدر ودرع واقي ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط. (حماده، و عبد اللطيف، 2002)

فالصلابة النفسية هي مدى الاعتقاد العام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية البيئية متاحه كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية احداث الحياه الضاغطة، وتتضمن ثلاثة ابعاد وهي: الالتزام، التحكم، التحدي.(بن سالم ، وبو عبد الله،2017، ص06)

ويعرف الصلابة النفسية اجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الصلابة النفسية المطبقة في الدراسة الحالية والذي يحتوي على ثلاثة أبعاد وهي (الالتزام، التحكم، التحدي).

- اعوان الحماية المدنية: هم رجال انقاذ مدربون تدريبا كبيرا على اخماد الحرائق الخطرة، التي تهدد السكان وانهيار المباني واحتراقها وغيرها من الحالات. (آيت مجبر واكلي، وعيسات،2020، ص07)

الحماية المدنية مرفق عمومي مكلف بحماية الأشخاص والممتلكات موضوع تحت وصاية وزارة الداخلية والجماعات المحلية، حيث طبيعة مهامها تتطور باستمرار لمسايرة لضمان التكفل الخاص بالمهمة الإنسانية المنوطة بها. التطورات التكنولوجية والنمو الديمغرافي في الوطن، تتميز بتنظيم إداري (تقني وعلمي) (عثمان، 2010)

6/ الدراسات السابقة :

دراسة بن سالم ايدير و لحسن بو عبد الله (2016) حول الصلابة النفسية لدى الحماية المدنية في ضوء متغير الخبرة المهنية التي اجريت بولاية البويرة حيث استخدم المنهج الوصف التحليلي، ثم اختيرت العينة بطريقه غير عشوائية وبلغ عدد افراد العينة 34 عون، استخدم استبيان الصلابة النفسية، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية :

- ✓ هناك فروق بدلاله احصائية في مستويات الصلابة النفسية تعزل الخبرة المهنية لدى أعوان تدخلات الحماية المدنية.

- ✓ تبين ان الأعوان الذين تفوق خبرتهم 5 سنوات يتميزون بصلابة بنفسية عالية بينما الذين تقل خبرتهم عن سنة فلديهم صلابة نفسية أقل.
- ✓ فروق ذات دلاله احصائية في بعد الالتزام والتحدي لصالح الاعمال الذين تفوق خبرتهم خمس سنوات.
- ✓ لم تظهر فوق بالنسبة لبعد التحكم.

دراسة آيت مجبر واكي بديعه و عيسات مريم بعنوان استراتيجيات مواجهه الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية دراسة ميدانيه على عينة من اعوان الحماية المدنية بمدينة البويرة وقد اعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي وقد تم استخدام مقبلين لجمع البيانات هما مقياس استراتيجية مواجهه الضغوط النفسية ومقياس الصلابة النفسية ووجهت على عينه الدراسة المتمثلة في 102 عون من الحماية المدنية وقد توصلت الدراسة الى انه توجد علاقه ارتباطيه بين استراتيجيات مواجهه الضغوط النفسية والصلابة النفسية لدى اعوان حمايه المدنية بالإضافة الى ذلك وجود علاقه ارتباطيه ايجابيه بين كل استراتيجيات مواجهه الضغوط النفسية المتمركزة على المشكلة والمساندة الاجتماعية وأبعاد الصلابة النفسية بينما توجد علاقه ارتباط عكسيه بين استراتيجيات مواجهه الضغوط النفسية المتمركزة على الانفعال وابعاد الصلابة النفسية كما توصلت الدراسة كذلك الا ان اكثر الاستراتيجيات مستعمله من طرف اعوان الحماية المدنية هي المواجهة المتمركزة على (المشكل وعلى المساندة الاجتماعية).

دراسة بدر بن عودة نهير الشمري بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة الحائل، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ومقياس الصلابة النفسية ومقياس الرضا الوظيفي، وتكونت العينة من 236 معلما من معلمي التربية الخاص، تم اختيارهم عن طريق العينة العشوائية العنقودية. وأسفرت نتائج هذه الدراسة :

- أن الصلابة النفسية تسهم اسهاما دالا احصائيا في التنبؤ بالرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة.

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسط درجات معلمي التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية وبعض أبعاده ومتوسط درجاتهم على الدرجة الكلية لمقياس الرضا الوظيفي وبعض أبعاده.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المعلمين المتخصصين في التربية الخاصة ومتوسط درجات المعلمين غير المتخصصين في التربية الخاصة في بعد الالتزام فقط، عند مستوى (0.01).
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعات الثلاث (من سنة إلى أقل من 05 سنوات – من 05 سنوات إلى أقل من 10 سنوات – من 10 سنوات فأكثر) في الرضا الوظيفي وأغلب أبعاده لدى معلمي التربية الخاصة، عدى بعدي(ظروف العمل – العمل نفسه).
- توجد فروق دالة احصائيا بين مرتفعي الصلابة النفسية ومنخفضي الصلابة النفسية في الرضا الوظيفي وجميع أبعاده عدا بعد المرتبات والفروق في اتجاه مرتفعي الصلابة النفسية.

دراسة حسين وليد حسين في كلية الرشيد الجامع بعنوان دور صناع المعرفة في تقوية الصلابة النفسية للمديرين. اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي والاستبيان كأداة رئيسية لجمع البيانات ومقياس الصلابة النفسية ومقياس صناع المعرف. اختيرت عينت البحث باستخدام اسلوب العينة العشوائية البسيطة ، إذ بلغ حجم العينة (53)، كما تم استخدام البرنامج الجاهز (SPSS) في ادخال وتحليل البيانات التي تم الحصول عليها وكانت النتائج هذه الدراسة كالآتي:

- وجود علاقة ارتباط وتأثير معنوية من الناحية الاحصائية بين المتغيرات المبحوثة.
- أهمية الدور الذي يسهم به صناع المعرفة في تعزيز معرفة معلومات مدرائهم ومن ثم تقوية صلابتهم النفسية

7/ التعقيب على الدراسات السابقة

يشير العرض السابق للدراسات الى اهميه الصلابة النفسية في حياه الفرد وفي المحافظة على الصحة النفسية والجسدية، ما دفع الباحثين للاهتمام بدراستها، فقد تنوعت العناوين، المناهج ،العينات و النتائج في الدراسات السابقة المذكورة :

العناوين :

- الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ضوء متغير الخبرة المهنية .
- استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية دراسة ميدانية على عينة من أعوان الحماية المدنية.
- الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة الحائل.
- دور صناع المعرفة في تقوية الصلابة النفسية للمديرين.

المنهج :

لقد اعتمد المنهج الوصفي الارتباطي في دراسة كل من آيت مجبر واكي وعيسات ودراسة بن عودت، بينما الدراسات الاخرى استخدمت المنهج الوصفي التحليلي كدراسة ايدير و بو عبد الله (2016) ودراسة وليد حسن.

العينة :

نلاحظ ان دراسة (لحسن بو عبد الله وبن سالم ايدير سنه 2016) ودراسة (ايت مجبر واكي بديعه وعيسات مريم) تناولت نفس خصائص عينة الدراسة الحالية من حيث أعوان الحماية المدنية، أما الدراسات الاخرى تناولت عينات مختلفة كمعلمين مدارس التربية الخاصة والمديرين.

النتائج:

أما من حيث النتائج نستخلص أهمية الصلابة النفسية في التخفيف من الضغوط النفسية على الفرد، ووجود علاقة ارتباطيه بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات الاخرى.

الفصل الثاني :الصلابة النفسية

تمهيد

1. التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية
2. أبعاد الصلابة النفسية
3. خصائص الصلابة النفسية
4. أهمية الصلابة النفسية
5. النظريات المفسرة للصلابة النفسية

الملخص

تمهيد

قد أشارت كوباز إلى أن تعرضنا للضغوط أمر لا مفر منه، فواقع الحياة مليء بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل ، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالضغط ، ولا يمكننا الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل حياتنا المعاصرة، أي لا حياة بدون ضغوط وحيث توجد الحياة توجد الضغوط.

وقد قدمت لنا كوباز في أبحاثها، مفهوم جديد، وهو الصلابة النفسية، أو ما يطلق عليه الصلابة الشخصية، أو الصلابة المعرفية، في سنة 1979.

1/ التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية :

يعود هذا المفهوم إلى كوبازا Kobasa : حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط .

وتعرف كوبازا (Kobasa) الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه ، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ، ويتعايش معها على نحو إيجابي ، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام ، التحكم ، والتحدي " .

(Kobasa, 1979)

يعرف Scheier & Carver مفهوم الصلابة النفسية بأنها " ترحيب الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط التي يتعرض لها حيث تعمل الصلابة النفسية كمصد واق ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط " .

(حمادة و عبد اللطيف ، 2002، ص 230)

كما يعرف Funk : متغير الصلابة النفسية بأنه " خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر " .

(Funk, 1992, p 336)

تعريف: يعرف البهاص الصلابة النفسية بأنها " إدراك الفرد و تقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية و النفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط و تنتهي بالنهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط " (البهاص، 2002، ص391)

تعريف حمادة وعبد اللطيف : يعرف حمادة وعبد اللطيف الصلاية النفسية بأنها " مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث تساهم الصلابة النفسية في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك والتقويم والمواجهة الذي يقود إلى التوصل إلى الحل الناجح للموقف الذي خلقته الظروف الضاغطة " .

- تعريف لاتسي: يعرف لاتسي الصلابة النفسية أو المقاومة على أنها " توقع للكفاءة الذاتية عند الفرد عن قدرته في مواجهة الضغوط والمشكلات وهو يستعين بمفهوم الكفاءة الذاتية الذي افترضه باندورا والذي يقرر بأن الأشخاص الذين لديهم مستوى عال من الكفاءة الذاتية يميلون إلى القيام بسلوكيات تقود إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك". (حمادة وعبد اللطيف ،2002، ص 233-235-236)

كما يعرفها محمد : بأنها " مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية وهي خصال فرعية تضم (الالتزام والتحدي والتحكم) يراها الفرد على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش معها بنجاح .

(محمد، 2002، ص35)

وأما تنهيد فقد عرفتها : هي قدرة الفرد على وضع استراتيجيات معينة في المواقف التي يتعرض فيها للضغوط النفسية والتي تساعده في حل المشكلات التي سببتها هذه الضغوط

(تنهيد، 2011، ص32)

ونلاحظ من كل تلك التعريفات إجماع علماء النفس والباحثين على أن الصلابة النفسية هي مدى تحمل الفرد للتقلبات والتغيرات السلبية وضغوط الحياة المحيطة به، وهي سمة من سمات الشخصية الذاتية حيث ينظر الفرد إلى هذه الضغوطات على أنها نوع من التحديات .

2/ أبعاد الصلابة النفسية :

توصلت كوبازا (Kobasa) في دراستها إلى أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاث أبعاد هي (الالتزام، التحدي، التحكم).

أولا : الالتزام :

يعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة وقد أشار جونسون وسارسون 1978 ، إلى هذه النتيجة ، حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب ، كما أشار هينك henk إلى أهمية هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة والتمريض وطب الأسنان. (Hydon , 1986)

ويرى مخيمر: الالتزام بأنه " نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرون من حوله " . (مخمير، 1994، ص14)

وتعرف جيهان حمزة الالتزام بأنه " اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته ، وتحديده لأهدافه وقيمه في الحياة وتحمله المسؤولية ، وأنه يشير أيضاً إلى اعتقاد الفرد بقيمة وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته أو للجميع . (جيهان حمزة،2002)

وقد أشارت كوبازا إلى أن الالتزام يمثل القدرة على إدراك الفرد لقيمة وأهدافه وتقدير إمكانياته ليكون لديه هدف يحققه وكذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن والتراكيب الداخلية، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين .

(خالد، 2012، ص23)

فهو يمثل التزام 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 ويمثل الانفصال الانعزال isolated ، والاغتراب مضيعة للوقت .

وقد أوضح هاريز harris أن الالتزام يمثل " رؤية الفرد أن نشاطات تلك الحياة لها معنى وفائدة وأهمية لذاتها ". (عباس ، 2010، ص 176)

فالالتزام إذا يمثل التوجه نحو إدماج الذات (involve oneself) فيما يقوم به الفرد أو يواجهه ، وهو بالإضافة إلى ذلك يتضمن الاندماج بنشاط في مظاهر الحياة المتنوعة فالفرد القوي في الالتزام يعتمد على نفسه في إيجاد الطرق التي تحول تجاريه مهما كانت إلى شيء ممتنع ومهم لديهم ، ويندمج فيها بدلاً من الشعور بالاغتراب ، فالتزام الفرد يمثل نوع من التقييم المعرفي الذي يزوده بالإحساس العام بالهدف ، والذي يسمح له بفهم إيجاد معنى للأحداث . (عباس ، 2010)

إذا فالإنسان المتسم بالالتزام يود الانخراط مع الناس والأحداث من حوله بدلاً من أن يكون سلبياً ويبدو له هذا طريق الحصول على المعنى والتجربة المثيرة ، ومما يزعجه أن يغرق في الوحدة والاغتراب ، ويبدو أن من يتسمون بالالتزام العالي يؤدون عملهم في حالة من البهجة والجهد القليل. (مجدي ، 2007، ص 98)

أنواع الالتزام :

أشارت كوبازا ومادي وبكسيتي إلى أن الالتزام الشخصي أو النفسي يضم كلاً من :

أ- الالتزام تجاه الذات : وعرفته بأنه " اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديده لأهدافه وقيمه الخاصة في الحياة ، وتحديده لاتجاهاته الإيجابية على نحو تميزه عن الآخرين " .

ب- الالتزام تجاه العمل : وعرفته بأنه " اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين ، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في إنجاز عمله ، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه " .

(Kopaza , maddi & Puccetti 525 ، 1985)

وقد صنف أبو ندى (2007) الالتزام إلى ثلاثة أنواع هي :

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

2- الالتزام الديني : بأنه " التزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمر الله به والانتهاء عن إتيان ما نهى عنه .

(صنيع، 2002، ص92)

3- الالتزام الأخلاقي : وقد عرفه جونسون بأنه " اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقته الشخصية والاجتماعية " ، ويحمل هذا التعريف الالتزام في مضمونه لهذا الشكل معنى الإكراه الذاتي الذي أشار إلي جونسون بوصفه (التزامياً) داخلياً يرتبط بالقيود الاجتماعية ، إلا أن التزام الفرد بعلاقة ما يرتبط بوجود قيمة أو هدف داخلي تجاه العلاقة ولا يرتبط بالجوانب الأخلاقية الاجتماعية ، فالفرد حين يلتزم بمجموعة من العلاقات الاجتماعية الحميمة فإنه يلتزم لها من واقع سعادته بها ورضاه عنها.

(زينب راضي ، 2008، ص 25)

ثانيا : التحكم :

ترى كوبازا التحكم بأنه اعتقاد الفرد بعدى قدرته على التحكم فيما يواجه من أحداث ، وقدرته على تحمل المسئولية الشخصية على ما يحدث له فإدراك التحكم يمثل توجه الفرد نحو إحساس بالفعالية والتأثير في ظروف الحياة المتنوعة فالتحكم يمثل التوجه للشعور والتصرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة . (Kobasa, 1979)

ويشير فولكمان إلى أن التحكم يتضمن " اعتقاد الفرد بإمكانية تحكمه في المواقف الضاغطة التي يتعرض لها " . (زينب راضي ، 2008، ص27)

ويعرف مخيمر التحكم بأنه " اعتقاد 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 والموجهة الفعالة " .

(مخمير، 1996، ص15)

وترى جيهان حمزة أن التحكم هو اعتقاد الفرد في قدرته على التحكم في أحداث الحياة المتغيرة المثيرة للمشقة النفسية سواء أكان ذلك معرفياً أم وحدانياً أم سلوكياً .

(جيهان حمزة، 2002)

وقد أوضح هيريس Hairis أن التحكم بعد تصور الفرد أن الأحداث وتجارب الحياة يمكن التحكم فيها وتوقعها ، وأنها تمثل نتيجة أعماله ، فهو يمثل اعتقاد الفرد بحدوث الأحداث الشاقة ، ورؤيتها كمواقف يمكن التعامل معها والتحكم فيها ، والفرد الذي لديه نزعة قوية نحو التحكم يعتقد أنه لو كافح وحاول فإنه بذلك لديه احتمال قوي في التأثير في النواتج التي تحدث التحكم فيها وتوقعها ، وأنها تمثل نتيجة أعماله ، فهو يمثل اعتقاد الفرد بحدوث الأحداث الشاقة، ورؤيتها كمواقف يمكن التعامل معها والتحكم فيها ، والفرد الذي لديه نزعة قوية نحو التحكم يعتقد أنه لو كافح وحاول فإنه بذلك لديه احتمال قوي في التأثير في النواتج التي تحدث من حوله. (عباس، 2010)

ويرى فونتانا fontana أن المراحل الأساسية التي يمر بها التحكم هي المبادأة والإدراك والفعل ، فيبدأ الفرد في التعامل مع الموقف ذو التأثير عبر اتخاذ القرار المناسب تجاهه ، فإذا كان هذا القرار يهدف لتغيير الموقف فإنه يمثل إتمام مرحلة المبادأة ، والدخول في مرحلة الإدراك أو المعرفة بالموقف وتعني فهم الفرد التام للموقف ، وتحديد مصادر الخطر والمعيقات التي تحول دون التعامل معه ، كما يتم تحديد الفرد لقدراته ومصادره الذاتية التي سوف تحميه من الآثار السلبية للموقف ، وأخيراً مرحلة الفعل أو اتخاذ القرار الذي يقوم به القرد تجاه الأحداث الشاقة أو مسبباتها للقضاء عليها . وتختلف أشكال اتخاذ القرار الذي يقوم به الفرد ، إما أن تكون أفعالا موجهه للقضاء على المشكلة ، أو أفعالا غير موجه كتجاهل الموقف الشاق بأكمله. (جيهان حمزة ، 2002)

ويشير الرفاعي إلى أن التحكم يتضمن أربع صور رئيسية هي :

1 – القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة :

ويحسم هذا التحكم المتصل باتخاذ القرار طريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه ، ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه وظروف حدوثه حيث يتضمن الاختيار من بين البدائل، فالمريض هو الذي يقرر أي الأطباء سوف يذهب إليهم ومتى يذهب والإجراءات التي يتبعها .

2 – التحكم المعرفي (المعلوماتي) استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الحدث الضاغط :

يعد التحكم المعرفي أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة إذا ما تم على نحو إيجابي ، فيختص هذا التحكم بالقدرة على استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للمشقة كالتفكير في الموقف ، وإدراكه بطريقة إيجابية ومتفائلة ، وتفسيره بصورة منطقية وواقعية ، وبمعنى آخر أن الشخص يتحكم في الحدث الضاغط باستخدامه بعض الاستراتيجيات العقلية مثل تشتيت الانتباه بالتركيز في أمور أخرى ، أو عمل خطة للتغلب على المشكلة .

ويختص التحكم المعلوماتي بقدرة الفرد على استخدام كافة المعلومات المتاحة عن الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه ، كما يختص بقدرة الفرد على البحث عن المعلومات الموضحة لطبيعة الموقف الشاق كأسباب حدوثه والوقت المتوقع لحدوثه والعواقب الناتجة عنه، حيث تساعد هذه المعلومات على التنبؤ بالمواقف قبل وقوعها ، فيتهيأ الفرد لتناوله ويقل القلق المصاحب للتعرض له وتسهل السيطرة عليه .

3 – التحكم السلوكي وهو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز والتحدي :

ويقصد بالحكم السلوكي القدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة ، بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديله أو تغييره .

4 - التحكم الاسترجاعي :

ويرتبط التحكم الاسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته ، فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف ، ورؤيته على

أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه ، وبمعنى آخر نظرة الشخص للحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته ، مما قد يؤدي لتخفيف أثر الضغوط .

ومن يتسم بقوة التحكم سيكون لديه اعتقاد بأنه يمكن أن يتحكم في أحداث حياته ويحمل نفسه مسؤولية ما يحدث له من أجل التأثير فيما يحدث حوله ، حتى لو كان في سياق صعب ، ويزعجه الإحساس بانعدام الحيلة والسلبية ، ويميل للتصرف بطريقة تؤثر في أحداث الحياة بدلاً من الشعور بالعجز عندما تقابله الشدائد والمحن .

(خالد، 2012، ص27-28-29)

ثالثا : التحدي :

تعرفه كوبازا بأنه : " اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة ، هو أمر طبيعي بل حتمي لابد منه لارتقائه ، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية.

(Kobasa,1979,70)

توماكا 1996 tomaka التحدي بأنه " تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ رداً على المتطلبات البيئية وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع معاً وتوصف بأنها استجابات فعالة " . (محمد ، 2002، ص 41)

ويعرفه مخيمر: بأنه " اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته ، هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط عليه ".

(مخمير، 1997، ص14)

3/خصائص الصلابة النفسية :

خصائص الصلابة النفسية فيما يلي :

1- الإحساس بالالتزام أو النية لدفع النفس للانخراط في أي مستجدات تراجعهم .

2- الإيمان (الاعتقاد) بالسيطرة : الإحساس بأن الشخص نفسه هو سبب الحدث الذي حدث في حياته ، وأن الشخص يستطيع أن يؤثر على بيئته

3- الرغبة في إحداث التغيير ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تمثل أو تكون بمثابة فرص للنساء والتطوير ، (Taylor, 1995, 261)

وأكد مخيمر (1997) على هذه الخصائص حيث أجرى العديد من الدراسات العربية واختار متغير الصلابة النفسية واعتمد هذه الخصائص في دراساته كأبعاد لقياس الصلابة النفسية ، استنادا إلى تعريف مقياس الصلابة النفسية الذي طورته كوبازا ، وجعلها أبعاد للصلابة النفسية (التحكم – التحدي – الالتزام). (بدر، 2015، ص20)

أ- خصائص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة

توصلت كوباز من خلال دراستها (1985-1993-1993-1979) إلا أن الأفراد المتمتعين بالصلابة النفسية يتميزون بالخصائص التالية :

1- القدرة على الصمود والمقاومة .

2- ذو وجهة داخلية للضبط .

3- أكثر اقتدارا ويميلون إلى السيطرة والقيادة .

4- أكثر مبادرة ونشاطا وذوو دافعية أفضل .

(زينب، 2008، ص41)

ب-خصائص ذوو الصلابة النفسية المنخفضة

وبعض سماتهم مثل :

1- اتصافهم بعدم الشعور بهدف لأنفسهم ولايمعني لحياتهم .

2- لايتفاعلون مع بيئتهم بايجابية .

3- يتوقعون التهديد المستمر والضعف في مواجها لأحداث الضاغطة المتغيرة .

4- يفضلون ثبات الأحداث الحياتية ليس لديهم الاعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء .

5- سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة .

ويظهر من العرض السابق كأن الصلابة النفسية على متصل نفسي لها بعدان ، الأول يمثل الصلابة النفسية المرتفعة ويتصف أصحابها بالايجابية والنشاط والدافعية والقدرة علي الانجاز ، ويمثل الثاني الصلاية النفسية المنخفضة ويتصف أصحابها بالسلاسة والكسل وقل الدافعية ونقص القدرة على الانجاز. (أحمد، 2018، ص17-18)

4/ أهمية الصلابة النفسية إن الصلابة النفسية

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من آثار الضواغط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية .

وقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي 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 فالصلابة:

- أولاً : تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة .
- ثانياً : تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.
- ثالثا : تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي .

- رابعاً : تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة. (خالد، 2012، ص31)

ووجد مادي وكويازا أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم في حفض تهديد الأحداث الضاغطة من خلال رؤيتها من منظور واسع وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها. (عودة، 2010، ص76)

وقد أكدت البحوث أهمية إدراك الأحداث في الشعور بالضغوط من عدمه ، فقد وجد كل من رودوالت وزون أنه مقارنة الأشخاص ذوي الصلابة المرتفعة بأقرانهم ذوي الصلابة المنخفضة وجدوهم يميلون أكثر للنظر إلى أحداث الحياة الماضية على أنها كانت إيجابية وكانت لديهم القدرة على التحكم فيها. (خالد، 2012، ص32)

5/النظريات المفسرة للصلابة النفسية :

أولا : نظرية (Kobasa, 1983) والدراسات المنبثقة عنها :

لقد قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الاصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا المجال واحتمالات الاصابة بالأمراض.

واعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية ، كما بين ذلك ميتسون أن أسس النظرية تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال " فرانكل و ماسلو و روجرز ' ، والتي أشارت الى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال امكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.

(Mtteson, Ivancevich,1987, 102-104)

ويعد نموذج لازروس من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث إنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل ، وحدد في ثلاثة عوامل رئيسية وهي :

1 - البنية الداخلية للفرد.

2 - السلوب الإدراكي المعرفي .

3 - الشعور بالتهديد والإحباط .

وذكر لازروس أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للموقف ، واعتباره ضغطا قابلا للتعايش ، تشمل عملية الإدراك الثانوي وتقييم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد لمدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة .

فتقدير الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد ، وهو يعني عند لازروس توقع حدوث الضرر سواء البدني أو النفسي ، ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر أو الضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل. (Lazarus, 1961, 287-293).

الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة :

1- تغيير الصلابة للأدراك المعرفي للأحداث اليومية إذا ما تم رؤيتها على نحو غير واقعي ، فيعتقد الأفراد ذوو الصلابة في كفايتهم في تناول لأحداث الحياتية ، ومن ثم فهم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية وتفاؤلية .

2- تخفف الصلابة من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث وتحول دون وصول الفرد لحالة الإجهاد المزمن وشعوره باستنزاف طاقاته .

3- ترتبط الصلابة بطرق التعايش التكيفي الفعال ، وتبتعد عن اعتياد استخدام التعايش التجنبي أو الانسحابي للموقف.

4- تدعم الصلابة عمل متغيرات أخرى ، كالمساندة الاجتماعية بوصفها من المتغيرات الواقية ، حيث يميل الأفراد الذين يتسمون بالصلابة إلى التوجه نحو طلب العلاقات

الاجتماعية الداعمة عند التعرض للمشقة ، وترتبط هذه العلاقات بدورها باستخدام أساليب التعايش التكيفي والتوافقي. (بدر، 2015، ص19)

ثانيا : نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا :

لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي اعاد النظر في نظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها وهذا النموذج قدمه (فنك، 1992) وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف " بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية ، والصحة العقلية من ناحية أخرى ، وذلك على عينة قوامها 167 جنديا من الاحتلال الصهيوني، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية . (بدر، 2015، ص19)

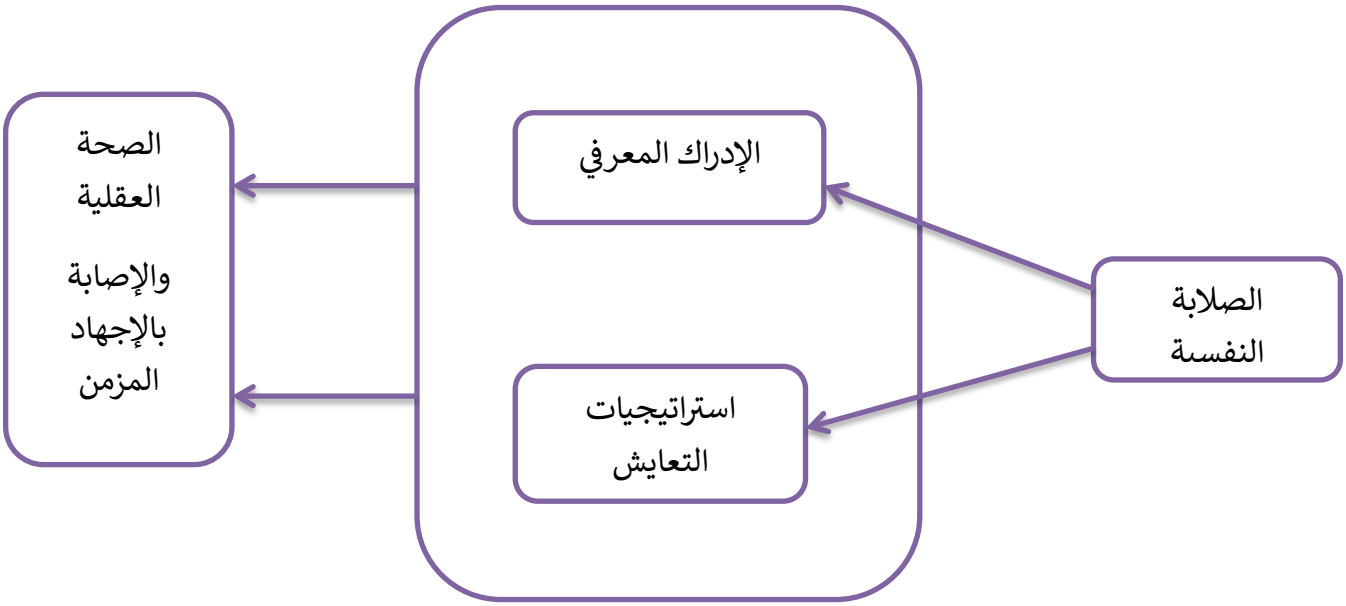
وقد انتهى فنك من هذه الدراسة إلى نتائج مهمة وهي :

ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم ايجابياً بالصحة العقلية مسن خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة واستخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش .

وقام فنك بإجراء دراسة ثانية وذلك عام 1995 لها نفس أهداف الدراسة الأولى، وذلك على عينة من جنود الاحتلال الصهيوني أيضا، ولكنه استخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين للأوامر المطلوبة منهم حتى وإن تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية، وذلك بصفة متواصلة، وبقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية (الواقعية) وطرق التعايش قبل فترة التدريب وبعد الانتهاء منها تم التواصل لنفس نتائج الدراسة الأولى فطرح فنك نموذجه ويوضحه الشكل التالي :

الشكل رقم (1) نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها

(Floriar, Mikulince Taubman, 1995, 687-695)



الملخص

لقد تطرقنا في هذا الفصل للتعرف الاصطلاحي للصلابة النفسية، وشمل على عدة تعريفات، وهي تعريف كوبازا وكارفر، وتعريف فينك و البهاص وحمادة وعبد اللطيف ولاتسي ومحمد وأخيرا تعريف تنهيد. ثم تطرقنا لأبعاد الصلابة النفسية الثلاثة وهي الالتزام والتحكم والتحدي. ثم تطرقنا لخصائص الصلابة النفسية، ثم أهمية الصلابة النفسية وأخيرا النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

الفصل الثالث : الحماية المدنية

تمهيد

1. تعريف الحماية المدنية
2. مهام واختصاصات الحماية المدنية
3. علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع

الملخص

تمهيد

الحماية المدنية الجزائرية هو الجهاز الخاص برجال الإطفاء والدفاع المدني في الجزائر للخدمة العمومية تابع لوزارة الداخلية والجماعات المحلية، جهاز له مجموعة من الإجراءات والأعمال اللازمة لحماية السكان والممتلكات العامة والخاصة من أخطار الحريق والكوارث والحروب والحوادث المختلفة وإغاثة المنكوبين وتأمين سلامة المواصلات والاتصالات وسير العمل في المرافق العامة وحماية مصادر الثروة الوطنية في زمن السلم وحالات الحرب والطوارئ، الرقم الأخضر (14).

1/ تعريف الحماية المدنية

إن الحماية المدنية هي جهاز مكلف بحماية الأشخاص والممتلكات وبناء على هذا المنطلق فإنها تعتبر مرفقا تابعا للدولة، بها نظم وقوانيني تسير عليها، وتتحكم في الكيفيات اللازمة لتسيير المستخدمين بها وكذا عمليات التدخل السريع الذي يبقى من الأولويات الأولى لإنقاذ وحماية كل من هو في خطر حقيقي وعليه فإن المهمة تنحصر في ثلاث عناصر هي: التوقع؛ الوقاية والإسعاف.

ومن هذا التوجه تنطلق السياسة العامة للحماية المدنية؛ بتكوين مستخدميها في شتى المجالات ولما وصلت إليه التكنولوجيا الحديثة للتغلب على مختلف الصعاب التي يمكن أن تحدثه الكوارث؛ سواء كانت طبيعية أو تكنولوجية .

هذا كله مجسد بقوانين وأنظمة داخلية لمباشرة وسير العمليات والإسعافات المقدمة التي يجب أن تكون في المستوى المطلوب بتوفير :

- التكوين المستمر في جميع المجالات .
- توفير الوسائل اللازمة والكافية .
- تقديم المساعدات لجميع المستخدمين قصد القيام بدورهم على أكمل وجه .

- التنسيق مع المصالح التقنية التي من شأنها تقديم خبرات متميزة .

- إرسال بعثات إلى الخارج قصد تبادل الخبرات.

(مريم، 2010، ص96)

2/ مهام واختصاصات الحماية المدنية

بصفة عامة فقد حددت مهام واختصاصات الحماية المدنية أثناء الطوارئ فيها يلي:

1- تصنيف المخاطر بأنواعها المختلفة ووضع الحلول المناسبة لمواجهتها.

2- وضع الأسس التي يتم بها إعداد المخططات التفصيلية، ووضع خطط الطوارئ ومتابعة اللجان الرئيسية بالمناطق.

3- إعداد نظم التدخل السريع في حالات الطوارئ.

4- إعداد الخطط اللازمة للاستفادة من المتطوعين.

5- الوقاية من الأخطار الطبيعية والصناعية والحربية والتخفيف من نتائجها والعمل على استمرار عمل المرافق الهامة ووضع الإجراءات والأعمال المناسبة لحماية الأرواح والممتلكات العامة والخاصة.

6- التخطيط لمواجهة حالات الطوارئ للمتضررين من آثار الحوادث والكوارث القدرية والصناعية والحروب.

7- إعداد الدراسات العلمية والميدانية لتحليل وتحديد المخاطر المحتملة والتنسيق مع كافة القطاعات والمؤسسات الحكومية لإعداد الخطط العامة للتدخل في حالات الكوارث.

8- إعداد خطط الإخلاء والإيواء في حالات الحروب والطوارئ.

9- إعداد وتنفيذ الخطط والسياسات والبرامج لتطبيق ما ورد في نظام الحماية المدنية ولوائحها.

10- تنفيذ ما ورد بلائحة المتطوعين وإعداد الخطط اللازمة للاستفادة منهم .

11- التنسيق مع الجهات المختصة لإعداد خطط الإنذار من الأخطار.

12- التنسيق الدائم مع كافة الوزارات والمصالح الحكومية المسؤولة عن تنفيذ أعمال الدفاع المدني.

13- تأهيل وتدريب منسوبي الحماية المدنية لمواجهة المخاطر المحتملة.

14- تدريب منسوبي الحماية المدنية على استخدام نظم المعلومات الجغرافية، حيث تسهم نظم المعلومات وتصنيفها وتميزها والعمليات التحليلية بها في تطبيق الحماية المدنية، حيث يراعى في تنفيذ الحماية المدنية أن تتضمن تجهيزات المشرفين والمشاركين في التنفيذ المتعاملين مع الأحداث مباشرة حيث أجهزة الكمبيوتر المزودة بالخرائط الجغرافية المطلوبة مما يمكنهم من تحديد المسار المطلوب والمكان المرغوب الوصول إليه وطبيعة البيئة المحلية التي وقع فيها الحادث بسرعة. وبالتالي استخدام نتائج ذلك لمساعدة صانع القرار في الحماية المدنية وتنفيذه بتحديد الموقع وتوضيح خيارات متعددة في تطوير الخطط ووضع نماذج للحلول المقترحة .

15- الحماية من أخطار الحروب الكيميائية والجرثومية والنووية.

(إسماعيل، 2010 ، ص29-30)

3/ علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع :

للحماية المدنية أربع عمليات ضرورية لتحقيق المشاركة الفعالة بين أعوان الحماية المدنية و المجتمع وهي :

- التواصل:

يعتبر التواصل من القضايا الهامة التي يقوم عليها أي مجتمع وفي علاقة الحماية المدنية بالمجتمع. وتتأكد عملية التواصل والتلاقي مما يثري أداء جهاز الحماية المدنية وتطوره من جانب ويبني الثقة من جانب آخر.

- المساهمة:

لا يمكن للحماية المدنية والقائمين عليها تحقيق كل الأهداف وبدرجة عالية من الكفاءة دون وجود مساهمة حقيقية من بقية أعضاء المجتمع وتتمثل المساهمة هنا على شقين. الأول مساهمة مادية والثاني مساهمة معنوية وكلا النوعين مطلوب حصولهما لتكون المساهمة بحد ذاتها في أعلى درجاتها.

- التنسيقة

مع تعدد وكثرة الأعضاء في الحماية المدنية والمؤسسات الأخرى التي ترتبط بها الحماية المدنية يصبح أمر التنسيق مطلب أسامي لتنظيم العمل وتوفير الجهود واستثمار الإمكانيات.

- التعاون:

التعاون بين رجال الحماية المدنية وأعضاء المجتمع هو الحصيلة الهائية للعلاقة التشاركية بينهما وتوجه طبيعة الخطوات الأربع السابقة وهو مطلب لا تخلوا منه المتجمعات الملتزمة وتحرص عليه الكثير من الدول النامية ويقود إلى تحقيق الأهداف الموجودة والطموحات المرغوبة.

(ايدير، لحسن، 2017، ص211- 212)

الملخص

تطرقنا في هذا الفصل لتعريف الحماية المدنية لمريم (2010)، ثم مهام الحماية المدنية واختصاصاتها لإسماعيل (2010)، وأخيرا تناولنا لعلاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع لإيدير ولحسن (2017).

الجانب الميداني

الفصل الرابع : إجراءات الدراسة اليدانية

تمهيد

1. المنهج المتبع في الدراسة
2. الدراسة الاستطلاعية
3. أداة الدراسة وخصائصها السيكومترية
4. عينة الدراسة الأساسية
5. الأساليب الإحصائية

الملخص الفصل

تمهيد :

بعد العرض النظري للدراسة ، سوف يتم من خلال هذا المبحث التطرق إلى الجانب الميداني ، إذ عن طريق الميدان يصبح بالإمكان جمع البيانات وتحليلها وإمكانية تعميمها على مجتمع البحث ، حيث خصص هذا المبحث لعرض الإجراءات المنهجية للدراسة التطبيقية والمتمثلة في المنهج المستخدم في الدراسة ومن ثم الدراسة الاستطلاعية يليها وصف أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية ثم يليها عينة الدراسة الأساسية وأخيرا مختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة .

1 - المنهج المتبع في الدراسة :

يعتبر المنهج من أساسيات البحث العلمي ، فهو الوسيلة والطريقة التي تستخدم للوصول إلى الحقيقة ويسلكها العقل البشري للاقتراب من الحقائق والصول إليها إذ أن طبيعة الموضوع تمثل العامل الأساس المحدد لاختيار منهج ما دون غيره وحيث أن موضوع دراستنا يتناول الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية فإن أكثر المناهج ملائمة لهذه الدراسة هو المنهج الوصفي الاستكشافي، لأنه يوفر أوصافا دقيقة للظاهرة محل الدراسة ، عن طريق جمع البيانات ووصف الممارسات، كما يعين على تنظيمها وتحديدها وتفسيرها بعبارات واضحة ومحددة فالوقوف عند ذكر صفات ما عن موضوع الدراسة لا تشكل جوهر البحث الوصفي وأن عملية البحث لا تكتمل إلا عند استخلاص تعليمات ذات مغزى حول المشكلة المدروسة

ولهذا اعتمدنا في دراستنا الحالية على المنهج الوصفي الاستكشافي كونه المنهج الأنسب والذي يساعد في وصف شامل للظاهرة محل الدراسة .

2 - الدراسة الاستطلاعية

قبل الشروع في إجراءات الدراسة الأساسية قمنا بإجراء دراسة ميدانية استطلاعية على مستوى والوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد بالوادي، حيث شملت الدراسة الاستطلاعية 30 عونا للحماية المنية ، حيث استفدنا خلال هذه الدراسة الاستطلاعية من جملة من النقاط :

- التعرف على مختلف الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث الأساسي ورصد مختلف الصعوبات التي ربما تؤثر على تطبيق الدراسة الأساسية .

- تثمين مقياس الدراسة من ناحية المصطلحات والمفاهيم ، والتأكد من خصائصهما السيكومترية من صدق وثبات .

- التعامل المباشر مع أفراد العينة ومعرفة مدى تجاوبهم وتحديد الزمن الكافي لتطبيق المقياس .

- التحقق من مدى فهم أفراد العينة لبنود المقياس .

- اكتشاف بعض جوانب القصور في إجراءات تطبيق المقياس لتفاديها خلال الدراسة الأساسية .

كما تم الاتصال بالإدارة الوصية والتي بدورها وجهتنا إلى الوحدة المعنية بالوادي من أجل الحصول على بيانات حول المجتمع الأصلي وأوقات تواجد أعوان الحماية المدنية حتى يسهل الاتصال بأفراد العينة الأساسية

تحديد مجتمع الدراسة وضبط عينة الدراسة ، بالإضافة إلى تحديد خطة لتطبيق إجراءات الدراسة الأساسية .

3 ـ أداة الدراسة وخصائصها السيكومترية:

لقياس متغير الدراسة طبقنا في هذه الدراسة مقياس جاهز (مقياس الصلابة النفسية الذي قننه رضوان أبو ركبة) .

3 - 1 ـ مقياس الصلابة النفسية :

3 - 1 - 1 - وصف مقياس الصلابة النفسية :

بهدف قياس متغير الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة قمنا بتطبيق مقياس الصلابة النفسية الذي قننه الباحث رضوان أبو ركبة على البيئة الفلسطينية من اعداد كوباسا وتقنين عماد مخيمر على البيئة المصرية ، احتوى المقياس الحالي في صورته النهائية على (39) بندا تقيس ثلاثة أبعاد يمكن توضيحها من خلال الجدول التالي :

جدول رقم(1): توزيع فقرات مقياس الصلابة النفسية حسب الأبعاد

الأبعاد	عدد البنود	أرقام البنود
الالتزام	**15**	**3، 6، 9، 12، 15، 16، 17 20 ، 22، 26، 28، 30، 33، 35 38 .**
التحكم	**12**	**1، 4، 7، 10، 13، 18، 21، 24، 29، 31، 34، 36**
التحدي	**12**	**2، 5، 8، 11، 14، 19، 22 25، 27، 32، 37، 39**
الجموع	**39**	/

ولكل بند ثلاثة بدائل للإجابة (تنطبق دائما ، تنطبق أحيانا ، لا تنطبق أبدا) ، وعلى المفحوص أن يجيب على كل بند حسب ما ينطبق عليه من استجابة التي تتضمنها العبارة أمامه وذلك بوضع العلامة (×) أمام العبارة ، ويحصل كل مفحوص على

إحدى الدرجات) 3 ، 2 ، 1 (بالنسبة للعبارات الموجبة ، أما بالنسبة للعبارات السالبة يحصل المفحوص على (1 ، 2، 3).

3 - 1 - 2 - الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية :

3 - 1 - 2 -1- الصدق :

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) :

تم حساب الصدق التمييزي لمقياس الصلابة النفسية بطريقة المقارنة الطرفية وذلك بعد جمع درجات الأفراد على المقياس الكلي الصلابة النفسية وترتيبها ترتيبا تصاعديا ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة عليا ومجموعة دنيا بنسبة 27% في كل مجموعة ، تم تطبيق اختبار " ت " لعينتين مستقلتين ومتساويتين في العدد :

جدول رقم (02) الصدق التمييزي بين المجموعتين العليا

والدنيا لمقياس الصلابة النفسية

	عدد أفراد المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	درجة حرية T	مستوى الدلالة T
عليا	**8**	**96.38**	**2.5**	**11.10**	**14**	دالة عند **0.01**
دنيا	**8**	**82**	**2.67**			

من خلال الجدول رقم (02) ، نجد أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا 96.38 وانحرافها المعياري يساوي 2.5 ، وأن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا يساوي 82 وانحرافها المعياري يساوي 2.67 في حين نجد أن فإن قيمة T تساوي 11.10 عند درجة حرية 14 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 ، بناءا على ذلك

نقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا وعليه فمقياس الصلابة النفسية يمكننا من التمييز بين المجموعتين وبذلك فهو يتمتع بالصدق التمييزي .

صدق التكوين :

تم حساب صدق التكوين لمقياس الصلابة النفسية عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ، النتائج مدونة بالجدول أدناه :

جدول رقم(03): معاملات الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

البعد	عدد أفراد العينة	عدد البنود	قيمة r	مستوى الدلالة
الالتزام	**30**	**15**	**0.79**	دال إحصائيا عند 0.01
التحكم	**30**	**12**	**0.69**	دال إحصائيا عند 0.01
التحدي	**30**	**12**	**0.75**	دال إحصائيا عند 0.01

من خلال الجدول رقم (03) نجد أن قيمة معامل الارتباط r لأبعاد الصلابة النفسية مع بعدها الكلي للمقياس تتراوح بين 0.69 و 0.79 ، حيث جاء كل الأبعاد دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 ، مما يؤكد على أن محتوى مقياس الصلابة النفسية متسق من خلال ارتباط جميع الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس ، وعليه يمكن القول بأن مقياس الصلابة النفسية صادق .

- 2- 2 - 1 - 3الثبات:

جدول رقم(4): معامل الثبات ألفا كرونباخ

لمقياس الصلابة النفسية

المقياس	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
الصلابة النفسية	39	0.73

من خلال الجدول رقم (4) نجد أن قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ تساوي 0.73 مما يعني أن مقياس الصلابة النفسية ثابت .

4 ـ عينة الدراسة الأساسية :

4 ـ 1 ـ المجتمع وعينة الدراسة :

ويشمل مجتمع الدراسة أعوان الحماية المدنية العاملين بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد بالوادي والبالغ عددهم 161 عون للحماية المدنية .

4 ـ 2 ـ عينة الدراسة وخصائصها:

4 ـ 2 ـ 1 عينة الدراسة :

العينة هي عبارة عن جزء من وحدات المجتمع الأصلي المعني بالبحث وممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة ، وهذا النموذج أو الجزء يغني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصلي خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة في تلك الوحدات كما يعتبر تحديد حجم العينة مهم جداً، فإذا أخذنا حجم العينة كبيراً جداً يُؤدي ذلك إلى زيادة الجهد والتكاليف، أما إذا أخذنا حجم العينة صغيراً فإن درجة دقة النتائج تقل ، لذلك فإن تحديد حجم العينة يعتمد أساساً على درجة الدقة المطلوبة إلى الخطأ الذي يُمكن أن نتحمله وتعتمد القيمة العظمى للخطأ الذي نتحمله في التقدير على التكاليف المتاحة للبحث ، حيث تم اختيار عينة الدراسة الحالية بطريقة عشوائية بسيطة، من أعوان الحماية المدنية العاملين بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد بالوادي ، وذلك بعد الحصول على القائمة الاسمية الكلية

للأعوان من الادارة الوصية للحماية المدنية ليتم على غرارها تحديد المجتمع الأصلي للدراسة المتكون من 161 عون، وعن طريق القرعة تم الاختيار عشوائيا واستخراج أفراد عينة الدراسة الحالية المتكونة من 80 عون للحماية المدنية أي بما يعادل نسبة 49.69 % مقسمة بحسب الجنس و سنوات الأقدمية .

4 - 2 - 2 خصائص العينة الأساسية:

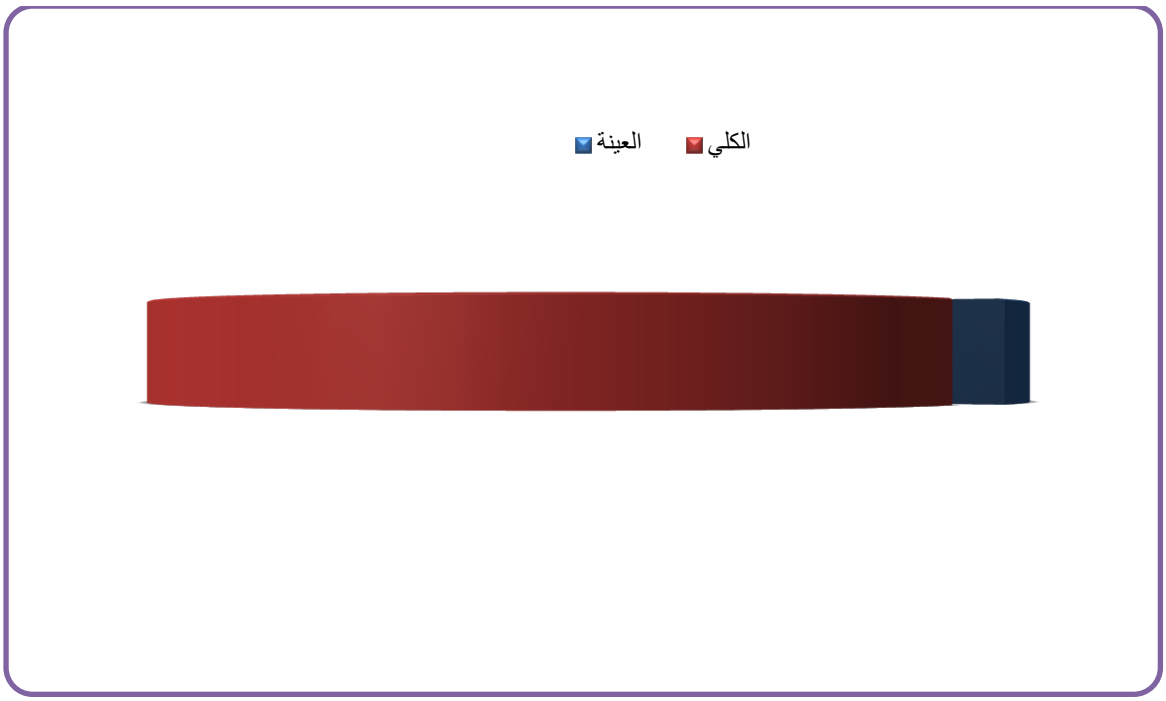
4 - 3 - 1 - العينة حسب التمثيل بالنسبة للمجتمع الأصلي:

جدول رقم (05) خصائص العينة حسب التمثيل بالمجتمع الأصلي

	مجتمع الدراسة	العينة	النسبة
وحدة الحماية المدنية بالوادي	161	80	49.69 %

من خلال الجدول رقم (05) نجد أن مجتمع الدراسة يتكون من 161 عون للحماية المدنية بالوادي، في حين بلغت عينة الدراسة المسحوبة من هذا المجتمع 80 عون أي بنسبة 49.69%، ويمكن توضيح ذلك بالتمثيل البياني التالي :

شكل رقم (3) خصائص العينة حسب التمثيل بالنسبة للمجتمع



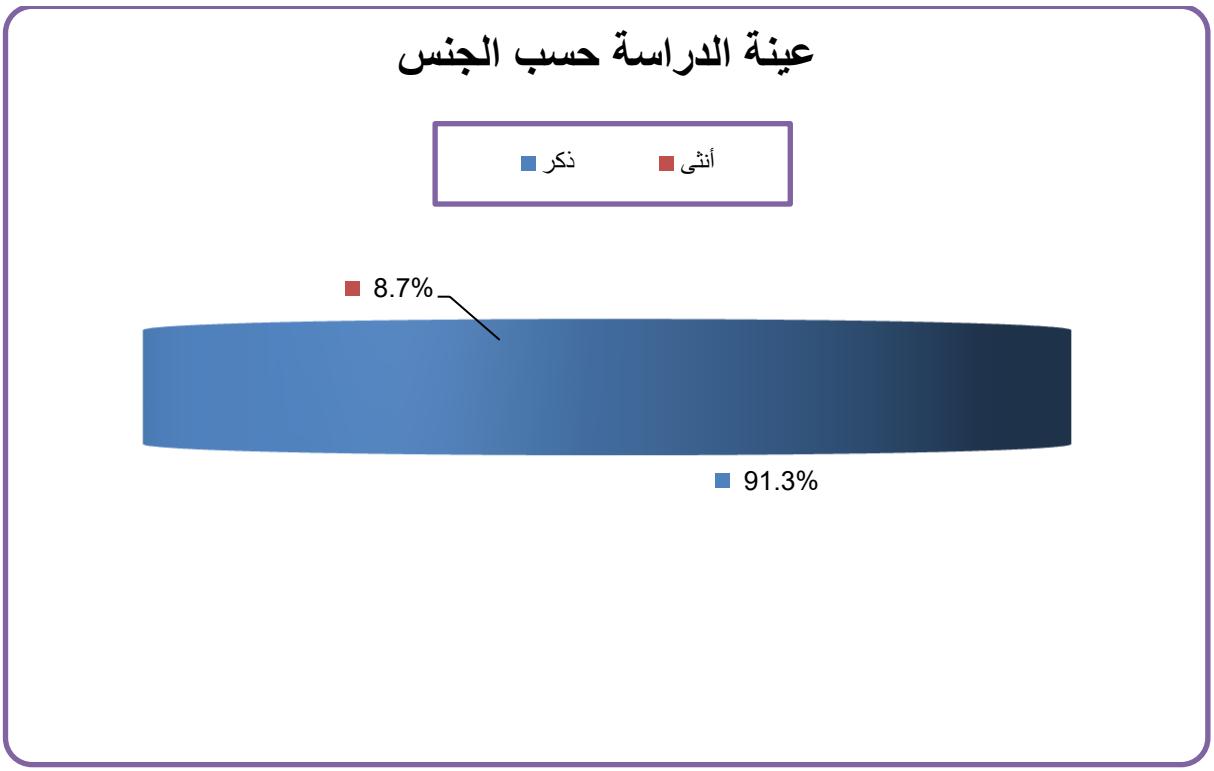
4- 3 - 2 - العينة حسب الجنس :

جدول رقم (06) خصائص العينة حسب الجنس

	العينة	النسبة
ذكر	73	91.3%
أنثى	7	8.7 %
المجموع	80	100 %

من خلال الجدول رقم (06) نجد أن عينة الدراسة تتكون من 80 عون حماية مدنية مقسمة على من 73 ذكر بنسبة 91.3 % و 7 إناث بنسبة 8.7 %، ويمكن توضيح ذلك من خلال التمثيل البياني التالي :

شكل رقم (3) خصائص العينة حسب الجنس



4 - 3 - 3 - العينة حسب سنوات الأقدمية :

جدول رقم (07) خصائص العينة حسب سنوات الأقدمية

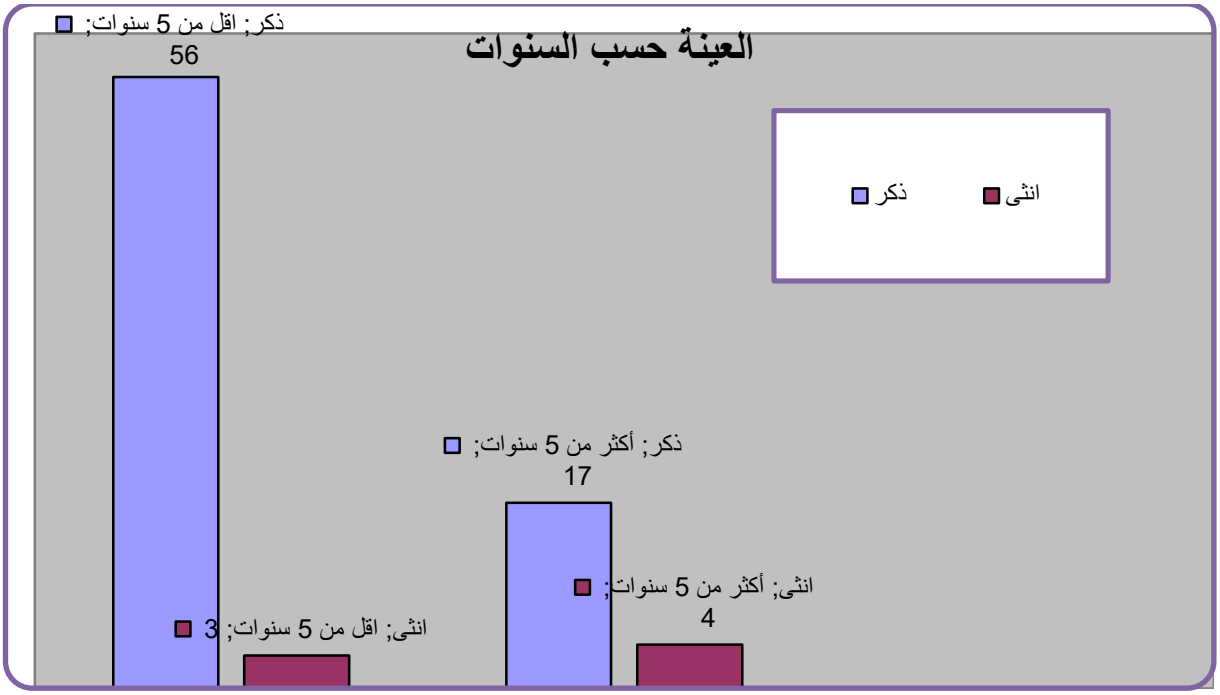
(أقل من 5 سنوات، أكثر من 5 سنوات)

	العينة	ذكور	إناث	
أقل من 5 سنوات	59	56	3	73.75 %
أكثر من 5 سنوات	21	17	4	26.25 %
المجموع	80	73	7	100 %

من خلال الجدول رقم (07) نجد أن عينة الدراسة المسحوبة من المجتمع الأصلي مقسمة حسب سنوات الأقدمية ، حيث كان أفراد العينة ، الأعوان الذين لديهم خبرة

أقل من 5 سنوات 59 عون بنسبة 73.75% مقسمين على 56 ذكر و 3 إناث في حين كان الأعوان الذين لديهم خبرة أكثر من خمس سنوات 21 عون بنسبة 26,25 %مقسمين على 17 ذكر و 4 إناث ، ويمكن توضيح ذلك بالتمثيل البياني التالي :

شكل رقم (4) خصائص العينة حسب سنوات الأقدمية



5- الأساليب الإحصائية:

لقياس فروض الدراسة واختبارها بطريقة إحصائية استخدمنا الإحصاء الوصفي و الاستدلالي والمتمثل في الأساليب الإحصائية التالية :

- الوسط الحسابي واختبار ت لعينة واحدة على متوسط فرضي :

تم استخدام الوسط الحسابي والوزن النسبي واختبار " ت " لعينة واحدة على متوسط فرضي لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية .

- اختبار ت لعينتين مستقلتين :

تم استخدام اختبار " ت " لمعرفة الفروق في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية حسب الجنس .

تم استخدام اختبار " ت " لمعرفة الفروق في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية حسب سنوات الأقدمية .

ملخص الفصل:

تطرقنا في هذا الفصل إلى المنهج المستخدم في الدراسة لأن ذلك يرتبط بطبيعة الموضوع ثم الدراسة الاستطلاعية التي أجريت على أعوان الحماية المدنية بالوادي للوحدة الرئيسية مصطفى بن بولعيد ومن ثم أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية والتي تمثلت في مقياس الصلابة النفسية مع التأكد من خصائصه السيكومترية من صدق وثبات ، تم التطرق لعينة الدراسة الأساسية ثم عينة الدراسة وخصائصها ، ليتم التطرق بعدها لمختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة لاختبار الفروض ، حيث استخدمنا الوسط الحسابي والوزن النسبي واختبار " ت " لعينة واحدة على متوسط فرضي لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية، و تم استخدام اختبار " ت " لمعرفة الفروق في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية حسب الجنس، و تم استخدام اختبار " ت " لمعرفة الفروق في الصلابة النفسية بين أعوان الحماية المدنية حسب سنوات الأقدمية.

الفصل الخامس : عرض ومناقشة وتفسير النتائج

تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة

2- مناقشة وتفسير النتائج

الخاتمة

توصيات الدراسة

تمهيــد

بعد جمع البيانات والمعطيات بواسطة الأدوات العلمية المقننة والمعتمدة في هذه الدراسة تم تفريغها ومعالجتها بواسطة الأساليب الإحصائية المناسبة ، وخلال هذا الفصل سيتم عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها، ومن ثم مناقشتها وتفسيرها في ضوء الدراسات السيكولوجية التي تناولت متغيرات موضوع الدراسة .

1 / عرض وتحليل النتائج :

1 - 1 - عرض نتائج الفرضية الأولى :

انطلقنا في هذه الدراسة من فرضية نصها :

يتمتع أعوان الحماية المدنية بمستوى عال من الصلابة النفسية .

تم قياس هذه الفرضية باستخدام المتوسطات الحسابية والوزن النسبي والتأكد من ذلك بواسطة اختبار ت لعينة واحدة على متوسط فرضي ، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS21 ، أين تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي :

جدول رقم (08) المتوسطات الحسابية والوزن النسبي ونتائج اختبار ت لعينة واحدة على متوسط فرضي لقياس مستوى الصلابة النفسية

البيانات / المتغيرات	الفقرات	العينة	الوسط الحسابي $\dot{X}$	المتوسط الفرضي μ	الانحراف المعياري S	الوزن النسبي	الترتيب	اختبار ت		
								المحسوبة	الجدولية	الدلالة عند 0.01
الالتزام	15	80	35.44	30	3.25	78.56	1	14.99		دالة احصائيا
التحكم	12		27.34	24	2.52	75.94	2	11.87		دالة احصائيا
التحدي	12		27.3	24	2.55	75.83	2	11.56		دالة احصائيا
المجموع	39		89.98	78	6.64	76.91	/	16.13		دالة احصائيا

يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم(08) أن الالتزام احتل المرتبة الأولى بوزن نسبي 78.56 % ثم يليه بعدي كل من التحكم والتحدي بوزن نسبي (75.94 %، 75.83 %) وكانت نسبة الصلابة النفسية بشكل عام بالدرجة الكلية لإجابات أفراد العينة بلغت 76.91% وهي نسبة تشير إلى أن أفراد العينة لهم مستوى مرتفع من الصلابة النفسية وما يؤكد ذلك قيمة اختبار " ت " لمستوى كل بعد بالنسبة لمتوسطه الفرضي ، فقد بلغت قيمة " ت " للإختبار الكلي المحسوبة 16.14 وهي أكبر من قيمة " ت " الجدولية 2.83 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 وعليه إثبات الفرضية الأولى القائلة : يتمتع أعوان الحماية المدنية بمستوى عال من الصلابة النفسية .

1 - 2 - عرض نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الجنس (ذكر ، أنثى) .

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية $SPSS_{22}$ ، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي :

جدول رقم (09) قيمة **T** ودلالتها الإحصائية للفروق بين الجنسين

في الصلابة النفسية

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة **F** المحسوبة	دلالة **F**	قيمة **T** المحسوبة	درجة الحرية	دلالة **T**
ذكر	**73**	**90.18**	**6.64**	**0.015**	غير دالة إحصائيا	**0.88**	**78**	غير دالة إحصائيا
أنثى	**7**	**87.86**	**6.69**					

من خلال الجدول رقم (09) ، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور يساوي 90.18 وانحرافهم المعياري يساوي 6.64 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الاناث يساوي 87.86 وانحرافهم المعياري يساوي 6.69 ، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 0.015 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة الذكور والاناث متجانسين وعليه بلغت قيمةT تساوي 0.88 وهي غير دالة إحصائيا عند درجة حرية 78 بناءا على ذلك نرفض الفرض القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الجنس (ذكر ، أنثى) .

ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الجنس (ذكر ، أنثى) .

1 - 3 - عرض نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الأقدمية (أقل من 5 سنوات ، أكثر من 5سنوات) .

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية $SPSS_{22}$ ، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي :

جدول رقم (10) قيمة **T** ودلالتها الإحصائية للفروق بين الممرضين

والممرضات في استخدام أسلوب المواجهة المركزة على المشكلة

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة **F** المحسوبة	دلالة **F**	قيمة **T** المحسوبة	درجة الحرية	دلالة **T**
اقل 5 سنوات	**59**	**89.71**	**6.63**	**0.06**	غير دالة إحصائيا	**0.59**	**78**	غير دالة إحصائيا
اكثر 5 سنوات	**21**	**90.71**	**6.78**					

من خلال الجدول رقم (10) ، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الأعوان الأقل من 5 سنوات يساوي 89.71 وانحرافهم المعياري يساوي 6.63 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الأعوان ألأكثر من 5 سنوات يساوي 90.71 وانحرافهم المعياري يساوي 6.78 في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 0.06 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن المجموعتين متجانستين وعليه بلغت قيمةT تساوي 0.59 وهي غير دالة إحصائيا عند درجة حرية 78 ، بناء على ذلك نرفض الفرض القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الأقدمية (أقل من 5 سنوات ، أكثر من 5سنوات) .

ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الأقدمية (أقل من 5 سنوات ، أكثر من 5سنوات).

2/ مناقشة النتائج وتفسيرها :

2 - 1 ـ مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الأولى على أنه: يتمتع أعوان الحماية المدنية بمستوى عال من الصلابة النفسية .

كشفت نتائج التحليل الإحصائي في الجدول رقم (09) عن صحة هذه الفرضية ، حيث بلغت قيمة " ت " 16.13 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 وفق جميع أبعاد الصلابة النفسية، وهذا ما يؤكد أن أعوان الحماية المدنية يتمتعون بمستوى عال من الصلابة النفسية، وتأتي النتائج بهذه الصيغة والتي على غرارها يمكن أن تفسر ذلك بأن طبيعة العمل تفرض على العون أن يتمتع بصلابة نفسية عالية عند مواجهة مخاطر العمل، والتي هي من ضمن مهام عون الحماية المدنية:

-تصنيف المخاطر ووضع حلول لها.

-التدخل في الحوادث الخطيرة، حيث تقع أعينهم على مناظر يصعب أن يتحملها النفس البشرية.

-التدخل في كل الاحوال الخطيرة لحماية الأرواح

-حماية الأرواح والممتلكات في الكوارث الطبيعية أو غيرها.

وكل هذه المهام تولد الضغط النفسي، وكذلك تتدخل العوامل الاجتماعية والمشاكل الأسرية لكل عون في الحماية المدنية. وكل هذا يفرض على الأعوان أن يتمتعوا بمستوى عال من الصلابة النفسية.

2 ـ 2 ـ مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الجنس (ذكر ، أنثى) .

كشفت نتائج التحليل الإحصائي في الجدول رقم (10) عن عدم صحة هذه الفرضية حيث كان قيمة اختبار الفروق ت يساوي 0.88 وهي غير دالة إحصائيا ، وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق بين الجنسين العاملين بالحماية المدنية، وتأتي النتائج بهذه الصيغة والتي على غرارها يمكن أن تفسر ذلك أن في هذا العصر والذي شهد اقتحام النساء جنب الرجال في مناصب العمل حتى الوعرة منها خاصة الحماية المدنية التي لابد من التمتع بصلابة نفسية عالية لأعوانها، وهذا مفروض على المرأة أيضا. التي تسعى بدورها لمضاعفة الجهود حتى تكون في مستوى التحديات والرهانات التي تواجهها في إطار العمل. والتصدي لكل الصعاب في تدخلات الحماية المدنية في الكوارث الطبيعية والحوادث. وتتصدى للمخاطر التي تهدد سلامة الأشخاص وممتلكاتهم، وتحرص مجتهدة على أداء مهامها على أكمل وجه. فهذه التحديات تخلق منها امرأة عون حماية مدنية ذات مستوى عال من الصلابة النفسية مثلها مثل الرجل الذي تشاركه في مختلف الأعمال وشتى المجالات في إطار العمل في أسلاك الحماية المدنية سواء في الإدارة أو نزولا للميدان، أي لا فرق بين المرأة والرجل في العمل ضمن أسلاك الحماية المدنية.

2- 3 ـ مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الأقدمية (أقل من 5 سنوات ، أكثر من 5سنوات).

كشفت نتائج التحليل الإحصائي في الجدول رقم (11) عن عدم صحة هذه الفرضية حيث كان قيمة اختبار الفروق ت يساوي 0.59 وهي غير دالة إحصائيا ، وهذا ما يؤكد عدم وجود فروق في الأقدمية بين أعوان الحماية المدنية وتتعارض هذه الدراسة مع الدراسة التي أجراها بن سالم ايدير ولحسن بو عبد الله سنة (2017) وتأتي النتائج بهذه الصيغة والتي على غرارها يمكن أن تفسر ذلك أنه رغم الضغوط التي يتعرض لها أعوان الحماية المدنية سواء الذين تفوق خبرتهم أكثر من خمس (05) سنوات أو الذين خبرتهم أقل من خمس (05) سنوات إلا أنه لديهم مستوى عال من الصلابة النفسية ولا فرق في متغير الأقدمية لديهم. ويمتلكون دافعية أكثر للعمل ومقاومة صعوباته.

فالانخراط إلى أسلاك الحماية المدنية يتطلب من عون الحماية القدرة على تحمل أعبائه والتعامل مع الحوادث المختلفة التي تتطلب منه صلابة نفسية عالية وقوة الشخصية لإنقاذ حياة الناس والممتلكات، فالصلابة النفسية تحمي الأعوان من تأثير الضغوطات عليهم.

خاتمة

تعمل الصلابة النفسية على التحكم وتحدي الصعاب والمشكلات التي يواجهها أعوان الحماية المدنية، والتزام عون الحماية المدنية تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والأخرون من حوله. وهذا ما يجعله محافظا على صحته النفسية والجسدية.

وانطلاقا مما تضمنته فصول الدراسة بجانبيها النظري و الميداني، و من خلال الجانب النظري بفصوله الثلاثة المتسلسلة تسلسلا منهجيا، تناول الباحث خلال الفصل الأول تم تحديد إشكالية الدراسة التي من خلالها تم طرح تساؤلات الدراسة ومن ثم الانتقال إلى فرضيات الدراسة ثم الضبط الإجرائي لمتغير الدراسة يليها أهمية الدراسة وأهدافها ثم الدراسات السابقة التي تناولت متغير الدراسة كذلك تم مناقشة تلك الدراسات واستخلاص المقارنة بينها وبين الدراسة الحالية، و خلال الفصل الثاني الذي خصص للصلابة النفسية، فقد تناولنا فيه التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية، أبعاد الصلابة النفسية، خصائص الصلابة النفسية، أهمية الصلابة النفسية، النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

أما الفصل الثالث فقد خصص للحماية المدنية حيث تطرقنا إلى تعريف الحماية المدنية، مهام واختصاصات الحماية المدنية، وأخيرا علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع.

ومن خلال الجانب الميداني تم التطرق في الفصل الرابع إلى الإجراءات المنهجية أي المنهج المتبع في الدراسة وهو المنهج الوصفي الاستكشافي لمناسبته لموضوع وطبيعة الدراسة، ثم الدراسة الاستطلاعية والتي قمنا بها على مستوى الوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد بالوادي، حيث شملت الدراسة 30 عونا، ثم وصف لأدوات القياس المستخدمة في الدراسة (مقياس الصلابة النفسية) ، ثم التأكد من خصائصه السيكومترية وذلك بحساب الصدق التمييزي للأداة بطريقة المقارنة الطرفية بتطبيق اختبار " ت " لعينتين مستقلتين ومتساويتين في العدد، وكذا حساب صدق المحتوى بطريقة الاتساق الداخلي للأبعاد والدرجة الكلية ، كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية ، حيث تم تقسيم بنود المقياس إلى نصفين متساويين (زوجي/ فردي) كما تم حسابه بطريقة التناسق الداخلي للبنود ألفا كرونباخ، ثم تم التطرق لعينة الدراسة حيث تم اختيار عينة الدراسة بطريقة

عشوائية طبقية، من أعوان الحماية المدنية في بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية مصطفى بن بولعيد بالوادي، وذلك بعد الحصول على القائمة الاسمية الكلية للأعوان ليتم على غرارها تحديد المجتمع الأصلي للدراسة المتكون من 161 عون وعن طريق القرعة تم الاختيار عشوائيا وكذا استخدمنا الاختيار العشوائي للجنسين عن طريق القرعة واستخراج أفراد عينة الدراسة الحالية المتكونة من 80 عونا أي بما يعادل نسبة 49.69 % مقسمة بحسب الأقدمية والجنس، كما انتقى الباحث الأساليب الإحصائية المناسبة لاستخدامها في تحليل البيانات لاختبار فروض الدراسة ليسهل بالتالي عرضها وتحليلها ومن ثم تفسيرها في ضوء الدراسات السابقة ، حيث استخدم الباحث معامل الارتباط المتعدد وكذا معامل الارتباط الجزئي ، ومن خلال الفصل الخامس المخصص لعرض ومناقشة النتائج قام بعرض وتحليل النتائج التي توصل إليها في دراسته بعد تطبيق التقنيات والأساليب الإحصائية ، ثم تفسيرها على ضوء ما سبق ذكره في الإطار النظري والدراسات السابقة ، حيث توصلت الدراسة إلى تحقيق وإثبات الفرضية الأولى التي نصت على أنه يتمتع أعوان الحماية المدنية بمستوى عال من الصلابة النفسية ، أما فيما يخص الفرضيات الجزئية فقد تم نفي الفرضية الثانية التي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، وقبول الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، كذلك تم رفض الفرضية الثالثة التي نصت على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الأقدمية (أقل من 5 سنوات ، أكثر من 5سنوات)، وقبول الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية تعزى لمتغير الأقدمية (أقل من 5 سنوات ، أكثر من 5سنوات)، وعليه فإن الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية جاءت وفق تصور الباحثة.

توصيات واقتراحات الدراسة:

من خلال نتائج البحث تم طرح مجموعة من الاقتراحات :

ـ الاهتمام أكثر بالجانب النفسي لأعوان أسلاك الحماية المدنية.

ـ فتح فرصة للأخصائي النفساني العمل ضمن مديرية الحماية المدنية.

ـ بث الوعي والاهتمام بالصلابة النفسية أكثر لدى أعوان الحماية المدنية عن طريق نشاطات اسبوعية على مستوى الوحدة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

أولا : المراجع العربية :

- آيت ، مجبر واكلي بديعة و عيسات مريم (2020). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسي، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، المجلد (5)، العدد (1).
- أحمد، عبد الرحمان عبد الله أحمد (2018). الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لطلاب كلية التربية جامعة امدرمان الاسلامية، رسالة لنيل شهادة الماجستير، امدرمان : جامعة النيلين.
- البهاص، سيد أحمد (2002). الإنهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، المجلد (1)، العدد (31).
- الصنيع، صالح بن ابراهيم (2002). العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الاسلامية بالرياض، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد (14)، العلوم التربوية والدراسات الاسلامية.
- الغريب، زاهر اسماعيل (2010). البرامج التوعوية العربية في مجالات الحماية المدنية، جامعة نايف للعلوم الأمنية، ط1.
- باضة، أمال عبد السميع المليجي (2012). جودة الحياة النفسية، القاهرة، مكتبة الأنجول المصرية.
- بدر، بن عودة نهير الشمري (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة الحائل، رسالة الماجستير، السعودية (منطقة الحائل) : كلية التربية، جامعة أم القرى.
- بن سالم وبو عبد الله، ايدير ولحسن (2017). الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ضوء متغير الخبرة المهنية، مجلة وحدة البحث في تنمية وإدارة الموارد البشرية، المجلد (8)، العدد (2).
- بن طاهر و البهياني، التيجاني ومارية يمينة (2016). العنف الأسري الموجه ضد المرأة وعلاقته بالصحة النفسية، مجلة العلوم الانسانية والمجتمع، العدد(1).
- تنهيد، عادل فاضل البيرقدار (2011). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، كلية التربية، جامعة الموصل، المجلد (11)، العدد (1).

- حمادة، لؤلؤة، وعبد اللطيف حسين (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، المجلد (12)، العدد (2).
- حمزة، جيهان أحمد (2002). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين في الجنسين في سياق العمل، رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة: كلية الآداب، جامعة عين الشمس.
- خالد، بن محمد بن عبد الله العبدلي (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة، رسالة لنيل شهادة الماجستير، مكة : كلية التربية، جامعة أم القرى.
- راضي، زينب نوفل (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة : الجامعة الاسلامية.
- عباس، مدحت ألطاف (2010). الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوكية العدوانية لدى معلمي المرحلة الإعدادية، مؤتمر الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
- عثمان، مريم (2010). الضغوط المهنية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أعوان الحماية المدنية، قسنطينة : قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة قسنطينة.
- عودة، محمد محمد (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكفل مع الضغوط والمساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية، رسالة ماجستير، غزة : كلية التربية، الجامعة الاسلامية.
- محمد، ابراهيم (2002). الهوية والقلق و الإبداع، دار القاهرة، القاهرة.
- مجدي، محمود (2007). بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية، مجلة البحوث النفسية والتربوية.
- مخمير، عماد محمد (1996). إدراك القبول/ الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة، دراسة نفسية، المجلد (6)، العدد (2).
- مخمير، عماد محمد (1997). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، متغيرات بسيطة في العلاقة بين ضغوطات الحياة و أعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (7)، العدد (17).
- مخيمر، عماد محمد (2011). مقياس الصلابة النفسية، القاهرة، مكتبة الانجول المصرية.

ثانيا :المراجع الأجنبية :

- Hydon, (1986) : " The Pleasures of Psychological Hardiness" , New York, New American Library.
- Funk,S.C., (1992) : "Hardiness : A Review of Theory and Resaerch", Health psychology Vol.11, N.5.
- Florian , V., Mikulincer , M. , and Taubaman ,O.(1995): "Does Hardiness Contribute to Mental Health During A Stressful Real Life Situation ? The Roles of Appraisal and Coping , Journal of Personality and Social Psychology , Vol.69 , No.4.
- Kobasa , S. C. (1979) . " Stressful the events personality and health : An inquiry in hardiness " , Journal of Personality and Social Psychology , vol . 37 , No. 1.
- Kobasa , S. & Pvccetim . (1983) . Personality and Social Resources in Stress Resistance , Journal of personality and social psychology . vol . 45 , No. 4.
- Kobasa , S.C. S.R..Paccetti , M.C . & Zola , M.A . , (1985) Effec tiveness of Hardiness , Exercise and Social Support AS Resources Against Illness Journal of Psychosomatic Research ,, No.29.
- Lazarus , R.S. (1961) : " Adjustment and Personality " , New York : Mc Graw Hill Book Company Nnc.
- Matteson M.T. & Ivancevich , J.M .. (1987) : " Controlling Work Stress Effective Human Resource and Management Strategies , London , Jossey – Basspublishers.
- Taylor & Shaunna , L. (1995) . An Analysis of a Relaxation Stress control Program in on Alternative Elementary School ,Dissertation Abstracts International, VOL 54, 11.

ملاحق

جدول رقم (01) الصدق التمييزي بين المجموعتين العليا والدنيا لمقياس الصلابة النفسية

Group Statistics

	group	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
salaba_nafsya	super	8	96.38	2.504	.885
	infer	8	82.00	2.673	.945

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
salaba_nafsya	Equal variances assumed	.002	.966	11.103	14	.000	14.375	1.295	11.598	17.152
	Equal variances not assumed			11.103	13.941	.000	14.375	1.295	11.597	17.153

جدول رقم(02):معاملات الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

Correlations

		total
iltizam	Pearson Correlation	.793**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
tahakkom	Pearson Correlation	.685**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
tahaddi	Pearson Correlation	.749**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30

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

جدول رقم(03):معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.735	39

جدول رقم (04) المتوسطات الحسابية والوزن النسبي ونتائج اختبار ت لعينة واحدة على متوسط فرضي لقياس مستوى الصلابة النفسية

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
salaba_nafsiya	80	89.98	6.639
iltizam	80	35.44	3.245
tahakkom	80	27.34	2.515
tahaddi	80	27.30	2.553
Valid N (listwise)	80		

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
salaba_nafsiya	80	89.98	6.639	.742

One-Sample Test

	Test Value = 78					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
salaba_nafsiya	16.133	79	.000	11.975	10.50	13.45

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
iltizam	80	35.44	3.245	.363

One-Sample Test

	Test Value = 30					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
iltizam	14.989	79	.000	5.438	4.72	6.16

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
tahakkom	80	27.34	2.515	.281
tahaddi	80	27.30	2.553	.285

One-Sample Test

	Test Value = 24					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
tahakkom	11.867	79	.000	3.337	2.78	3.90
tahaddi	11.563	79	.000	3.300	2.73	3.87

جدول رقم (05) قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية

Group Statistics

	djender	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
salaba_nafsiya	1	73	90.18	6.644	.778
	2	7	87.86	6.694	2.530

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
salaba_nafsiya	Equal variances assumed	.015	.904	.882	78	.380	2.321	2.631	-2.916-	7.558
	Equal variances not assumed			.877	7.182	.409	2.321	2.647	-3.906-	8.548

جدول رقم (06) قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الممرضين والممرضات في استخدام أسلوب المواجهة المركزة على المشكلة

Group Statistics

	ancientee	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
salaba_nafsiya	1	59	89.71	6.628	.863
	2	21	90.71	6.776	1.479

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
salaba_nafsiya	Equal variances assumed	.060	.807	-.592-	78	.556	-1.002-	1.694	-4.375-	2.370
	Equal variances not assumed			-.586-	34.560	.562	-1.002-	1.712	-4.480-	2.475

استبيان الصلابة النفسية

التعليمة :

أمامك عدد من العبارات التي تشمل رؤيتك في مواجهة عدد من المواقف، والمطلوب منك : أن تقرأ كل العبارات بعناية ثم تضع علامة (x) في إحدى الخانات الثلاث المقابلة للعبارة :

- فإذا كانت العبارة تنطبق عليك دائما فضع علامة (x) تحت خانة تنطبق دائما.
- وإذا كانت العبارة تنطبق عليك أحيانا فضع علامة (x) في خانة تنطبق أحيانا.
- وإذا لم تنطبق العبارة عليك فضع علامة (x) أمام لا تنطبق أبدا.

ونأمل ألا تترك عبارة واحدة دون أن لا تجيب عليها مع ملاحظة أنه لا توجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة، تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة.

ولك الشكر.

أقدمية العمل

أكثر من خمس سنوات (05) :

أقل من خمس سنوات (05) :

الجنس:

ذكر : أنثى :

الرقم	العبارة	تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق أبدا
1	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملي علي من مصدر خارجي			
2	أعتقد أن متعة الحياة و إثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها			
3	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
4	عندما أضع خططي المستقبلية غالبا ما أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها			
5	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها			

6	معظم أوقات حياتي تضيع في أنشطة لا معنى لها				
7	نجاحي في أمور حياتي (عمل، دراسة....الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة				
8	لدي حب الاستطلاع والرغبة في معرفة ما لا أعرفه				
9	أعتقد ان لحياتي هدف ومعنى أعيش لأجله				
10	الحياة فرصة وليست كفاح				
11	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها				
12	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها				
13	أعتقد أن الفشل يعود الى أسباب تكمن في الشخص نفسه				
14	لدي القدرة على المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهنى				
15	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها او الدفاع عنها				
16	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه				
17	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة				
18	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورا هاما في حياتي				
19	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى				
20	أعتقد أن البعد عن الناس غنيمة				
21	أستطيع التحرك في مجرى أمور حياتي				
22	أعتقد ان مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة				
23	اهتمامي بنفسي لا يترك لي الفرصة للتفكير في أي شيء آخر				
24	أعتقد أن سوء الحظ يعود لسوء التخطيط				
25	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي				
26	أبادر بعمل أي شيء أعتقد بأنه يخدم أسرتي والمجتمع				
27	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها				
28	أهتم كثيرا بما يجري من حولي من قضايا وأحداث				
29	أعتقد ان حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها				
30	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحييها				
31	أؤمن بالمثل الشعبي " قيراط حظ ولا فدان شطارة"				
32	أعتقد ان الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية				
33	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم				
34	أعتقد ان لي تأثير قوي على ما يجري حولي من أحداث				
35	أهتم بقضايا الوطن و أشارك فيها كلما أمكن				

36	أخطط لأمور حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية			
37	التغيير هي سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح			
38	أغير قيمي ومبادئي إذا دعت الظروف لذلك			
39	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث			