

الصلابة النفسية

د. الطاهر علي الطاهر*

مستخلص البحث:

هدف هذا البحث إلى معرفة السمة العامة للصلابة النفسية لدى العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور، وكذلك معرفة الفروق بين الذكور والاناث في الصلابة النفسية أيضاً معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية و سنوات الخبرة.، ولتحقيق هذه الأهداف استخدام الباحث المنهج الوصفي. شملت عينة البحث 300 فرد من العاملين بوزارة الصحة (144) ذكور و(156) إناث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، لجمع البيانات استخدم الباحث استمارة البيانات الأولية و مقياس الصلابة النفسية ، وتمت معالجة البيانات بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية من خلال الاختبارات الآتية: معادلة ألفا - كرونباخ لإيجاد معامل الثبات، معادلة سبيرمان- براون لإيجاد معامل الثبات اختبار (ت) (t-test) لعينة واحدة، اختبار (ت) (t-test) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الأحادي، تحليل التباين المزدوج، معامل ارتباط بيرسون، معامل ارتباط الرتب لسبيرمان. وكانت النتائج كالآتي: تتسم الصلابة النفسية للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور بالارتفاع، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الولاء التنظيمي تعزى للنوع لصالح الذكور. لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وسنوات الخدمة.

وفي نهاية البحث قام الباحث بوضع توصيات إجرائية استناداً إلى نتائج البحث وهي كالآتي: ضرورة تعزيز الصلابة النفسية للعاملين وذلك بإشراكهم في قضايا المؤسسة كذلك بخلق جو اجتماعي بين العاملين وكذلك ضرورة فتح مكتب للإرشاد النفسي المهني ليقدم خدمات الإرشاد النفسي للعاملين. أيضاً وضعت مقترحات لبحوث مستقبلية مثل دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية و الولاء التنظيمي و دراسة العلاقة بين الاحتراق المهني و الصلابة النفسية.

* أستاذ مساعد - جامعة الإمام المهدي - كلية الآداب

Abstract

This research is aimed to discover the level of psychological hardness among the employees in South Darfur ministry of health , the differences between male and female in psychological hardness also the relationship between the psychological hardness and years of experiences , to achieve this goals the researcher used the descriptive method. The research sample consist of 300 employer (156 female) and (144) male , for collecting data he used the primary information form and the psychological hardness scale , the data manipulated by statistical package for social science(SPSS) and the result as follow: the level of psychological hardness among the employees of south Darfur ministry of health is high , there are significant statistical differences in psychological differences between male and female in favor to male and there are no correlation relationship between psychological hardness and the years of experiences. Eventually the researcher but some procedural recommendations according to the findings like: promoting the psychological hardness by participating the employees in management of the corporation also it is very important to establish office for counseling to conduct counseling to the employees and also suggest some future research like: studying the relationship between the psychological hardness and organizational loyalty .and the relationship between the job burnout and vocational interests.

تمهيد:

نشأ مفهوم الصلابة النفسية على يد الأمريكية سوزان كوبازا Sowzan Kobaza أثناء إعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها مادي Maddi بجامعة شيكاغو بالولايات والتي انتهت منها في سنة 1977 (مخير، 2011). لذا يجب إلقاء الضوء على نشأة مفهوم الصلابة النفسية وكيفية تكوينه، حيث إن معظم الباحثين قد أعطوا أهمية كبيرة للعوامل الخارجية في تكوين هذه السمة ونموها و ارتقاها عبر مراحل العمر المختلفة بداية من الأسرة وحتى الأقران، فقد تحدث عنها إريكسون (1983) موضحاً الدور الأساسي الذي يلعبه الوالدان في تكوين هذه السمة، فمن خلال إشباعهما للحاجات الأساسية الطفل منذ الصغر، بالإضافة لإشباعهما للحاجات الثانوية، فالحاجة إلى الحب والحنان والشعور بالدفء يشعر الطفل بالأمان والقيمة الذاتية والثقة بالنفس وبالأخرين في مراحل العمرية التالية (الخير، 1996).

تعتبر الصلابة النفسية من المتغيرات المهمة في مجال العمل لاسيما وأن العاملين يواجهون صعوبات كثيرة أثناء تأدية عملهم. ووجد كل من مادي وكوبازا Maddi & Kobaza أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيد في خفض تهديد الأحداث الضاغطة من رؤيتها من منظور أوسع وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها. وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوو الصلابة المنخفضة إلى أسلوب المواجهة التراجعي، أو الذي يتضمن نكوصاً وفيه يقومون بالتجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن أن تولد ضغطاً (راضي، 2007).

مشكلة البحث:

قام علماء السلوك التنظيمي بتحديد الفئات التي تتعرض لضغوط العمل والتي بدورها تؤثر على الولاء التنظيمي حيث كان من هذه الفئات، الأطباء، المحاسبين، الإداريون والممرضون ورجال الأمن (أبو العلا، 2009) ولما كان

الصلابة النفسية

العاملون بوزارة الصحة ينضون تحت هذه الفئات فقد رأى الباحث أن يدرس الولاء التنظيمي والصلابة النفسية وأساليب القيادة. وبالتالي تكمن مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

- 1 - ما هي السمة العامة للصلابة النفسية للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور؟.
 - 2 - هل توجد فروق في الصلابة النفسية بين العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور تعزى لمتغير النوع؟.
 - 3 - هل توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وسنوات الخبرة للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور؟.
- أهمية البحث:**

تكمن أهمية البحث في ناحيتين:

أهمية نظرية: يستمد هذا البحث أهميته من أهمية العنصر البشري في العمل التنظيمي إذ يُمثل المحور الرئيس والركيزة الأساسية للوصول وتحقيق الأهداف، كما أنه يُمثل أحد أهم عناصر إنتاج الخدمة لأنه المحدد الأساسي لمدى فعالية الأداء وكفاءته. كما أن أهمية هذا البحث من أهمية الموضوع والمشكلة التي يبحثها وبالتالي فهو يتناول الولاء التنظيمي والصلابة النفسية وأساليب القيادة وبالتالي سيمثل هذا البحث إطاراً نظرياً قد يثري مكتبتنا المحلية في هذا المجال.

أهمية تطبيقية: أن المنظمات في حاضرتنا ومستقبلنا بحاجة إلى التعامل الإيجابي مع هذه المتغيرات نتيجة لآثارها الإيجابية والتي منها على سبيل الذكر (تحسين كفاءة المنظمة وفعاليتها وتقليل نسبة دوران العمل وتقليل الغياب والحد من ظاهرة التأخر عن الدوام وارتفاع الروح المعنوية للعاملين)، وجميع هذه الآثار الإيجابية تأتي لتؤكد حقيقة أنه كلما زاد ولاء الأفراد وتقانيهم في أعمالهم أثر ذلك على مستوى الأداء. وبالتالي يمكن الاستفادة من نتائج وتوصيات البحث في المجال العملي.

أهداف البحث:

تمثلت أهداف البحث في الكشف عن الآتي:

- 1 - الكشف عن السمة العامة للصلابة النفسية للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور.
- 2 - الكشف عن الفروق في الصلابة النفسية بين العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور والتي تعزى لمتغير النوع.
- 3 - الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وسنوات الخبرة للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور.

فروض البحث:

- 1- تتسم الصلابة النفسية للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور بالانخفاض.
- 2 - توجد فروق في الصلابة النفسية بين العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور تعزى لمتغير النوع.
- 3 - توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وسنوات الخبرة للعاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور.

حدود البحث:

تتمثل حدود البحث في الآتي:

حدود زمنية: الفترة من يناير 2013م إلى أغسطس 2015م

حدود مكانية: ولاية جنوب دارفور

حدود بشرية: العاملون بوزارة الصحة

مصطلحات البحث:

الصلابة النفسية اصطلاحاً:

تعرف الصلابة النفسية بأنها إحدى السمات الإيجابية للشخصية التي تساعد على تحمل أحداث الحياة الشاقة، والتعايش معها ومواجهتها إيجابياً وتخطي آثارها السلبية (جبر، 2007).

الصلابة النفسية إجرائياً:

وتعرف الصلابة النفسية إجرائياً بأنها: (الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص بعد تطبيق مقياس الصلابة النفسية عليه). الإطار النظري والدراسات السابقة

الصلابة النفسية:

مفهوم الصلابة النفسية:

الصلابة لغة: صَلَب ، أي: شديد . صَلَبَ الشيء صلابَةً فهو صَلْبٌ، أي: شديد(ابن منظور 1999)

أما في الاصطلاح فيعود هذا المفهوم إلى كوبازا Kobaza، (1979) 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 الصلابة النفسية بأنها: "مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد بفاعليته 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، التحدي".

كما يعرف فنك Funk، (1992) متغير الصلابة النفسية بأنه: "خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة (المحيطة بالفرد منذ الصغر".

وتعرف على أنها: "مجموعة من الخصائص الشخصية التي تعمل كمقاومة لأحداث الحياة الشاقة". مادي وآخرون al ، maddi ، (1994)

وعرفها كل من تيدش وكلايمر (Tedeschi & Kilmer) بأنها: "عبارة عن سمات في الشخصية". بينما عرفها بروكس Brooks على أنها: "قدرة الطفل على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية، والتعامل مع الإحباط، والأخطاء، والصدمات النفسية، والمشاكل اليومية، لتطوير أهداف محددة وواقعية لحل المشاكل، والتفاعل بسلاسة مع الآخرين، ومعاملة الآخرين باحترام، واحترام الذات" (العنزي، 2011).

الصلابة النفسية

وتعرف أيضاً بأنها: "إحدى السمات الإيجابية للشخصية التي تساعد على تحمل أحداث الحياة الشاقة، والتعايش معها ومواجهتها إيجابياً وتخطي آثارها السلبية" (جبر، 2007).

وتعرف أيضاً: على أنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة؛ كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة. (دخان والحجار، 2000)

توقع الكفاءة الذاتية عند الفرد عن قدرته في مواجهة الضغوط والمشكلات وهو يستعين بمفهوم الكفاءة الذاتية الذي افترضه باندورا والذي يقرر أن الأشخاص الذين لديهم مستوى عالٍ من الكفاءة الذاتية يميلون إلى القيام بسلوكيات تقود إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك (حمادة، عبد اللطيف، 2002).

وتعرف على أنها "إدراك الفرد وتقبله للتغيرات والضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالإرهاك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط." (البهاص، 2002). ومن تلك التعريفات تعتبر الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوط التي يتعرض لها وينظر لها على أنها نوع من التحدي وليس تهديداً فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضاً معيناً وتعود عليه بالفائدة.

والصلابة النفسية عامل حيوي ومهم من عوامل الشخصية في مجال علم النفس، ولها دور حاسم في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية وفي زيادة الدعم النفسي (عودة، 2010).

وبهذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما

الصلابة النفسية

بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية(حمادة، عبداللطيف، 2002).

وذكرت شيلي وتايلور Shely & Tailor أنه منذ الدراسة الأولى التي قامت بها كوبازا أجريت العديد من الأبحاث التي أظهرت أن الصلابة النفسية ترتبط بكل من الصحة النفسية والجسدية الجيدة (ياغي، 2000).

ومن خلال ما سبق يرى الباحث أن الصلابة النفسية تمثل حيزاً كبيراً في حياتنا اليومية ووقت الأزمات والكوارث، وهذا ما يدفعنا إلى دراستها والتعرف على مستواها في مجال العمل وذلك لأن العمل فيه الكثير من الضغوط التي يمر بها العاملون وبالتالي يكون دورنا تعزيز الصلابة عند مرتفعي الصلابة، وتعلم بعض المهارات لتقويتها ورفع مستواها عند منخفضي الصلابة، كما أنه من المهم التعرف على كيفية تشكيلها من الصغر عند الأطفال من خلال الممارسات الحياتية اليومية.

نشأة مفهوم الصلابة النفسية:

نشأ مفهوم الصلابة النفسية على يد الأمريكية سوزان كوبازا Sowzan Kobaza أثناء إعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها مادي Maddi بجامعة شيكاغو بالولايات المتحدة والتي انتهت منها في سنة 1977 (مخير، 2011). لذا يجب إلقاء الضوء على نشأة مفهوم الصلابة النفسية وكيفية تكوينه، حيث إن معظم الباحثين قد أعطوا أهمية كبيرة للعوامل الخارجية في تكوين هذه السمة ونموها وارتقائها عبر مراحل العمر المختلفة بداية من الأسرة وحتى الأقران، فقد تحدث عنها إريكسون (1983) موضعاً الدور الأساسي الذي يلعبه الوالدان في تكوين هذه السمة، فمن خلال إشباعهما للحاجات الأساسية الطفل منذ الصغر، بالإضافة لإشباعهما للحاجات الثانوية، فالحاجة إلى الحب والحنان والشعور بالدفء يشعر الطفل بالأمان والقيمة الذاتية والثقة بالنفس وبالأخرين في مراحل العمرية التالية(الخير، 1996).

ويشير زاكيا وتشمبرلين Zakia & Chamberlain 1987 إلى أهمية التركيز على دراسة المتغيرات النفسية المخففة على الضغوط ، والتي تشير إلى وجود متغيرات نفسية كالصلابة النفسية التي تؤثر في كيفية فهم الفرد للأحداث الصاغطة وكيفية تفسيره لها، وكيفية تقييم الفرد لمدى قدرته على مواجهة هذه الأحداث (المهداوي، 2010)

ثم جاء الاتجاه المعرفي عند لازوراس Lazuras (1966) والذي أكد على آراء إريكسون وأضاف لها، مشيرًا إلى أن احترام الوالدين لآراء الطفل منذ الصغر، ووضع مستوى مناسب من التواصل بينهما وبينه بالإضافة إلى تقديرهما لإنجازاته البسيطة، وتشجيعه على الاعتماد على نفسه عند أداء متطلباته الشخصية يشعر الطفل بالأمان والقيمة الذاتية ويجعله أكثر تحملاً للمسؤولية وأكثر قدرة على تحديد أهدافه في مراحل العمرية. أما في حالة رفض الأسرة لآراء الطفل وإنجازاته، وفرض الوالدين لآرائهم، فإن ذلك يشعر الطفل بالخوف ويتوقع حدوث الخطر باستمرار، كما يفقده الثقة بنفسه وبالأخرين، وضمان تقدم الأسرة للطفل أساليب تربوية تتحكم في إدراكه وتعامله مع المواقف في مراحل العمرية التالية (جودة، 2002).

كيرلك Colerick ان الصلابة النفسية تكون في حالة نمو ومستمرة مع التقدم في العمر، فكلما تقدم الشخص في العمر زادت درجة صلابته، وتعلم كيفية التعامل مع أحداث الحياة، ويتم ذلك من خلال محاولات النجاح والفشل، فضلاً عن تعلمه لأنماط من السلوك تتراكم مدى الحياة (دبور، 2007).

أطلقت كوبازا Kobaza على مجموعة الخصائص التي تميز الأشخاص الذين يقاومون الضغوط Stress-Resistant People مصطلح الصلابة النفسية

Psychological Hardiness، ولم تغفل أونتلي هل Auonti hull لكوبازا دور المتغيرات الأخرى التي تساعد على مقاومة الضغوط مثل الوراثة، التدخين، المساندة النفسية والاجتماعية، الدخل المرتفع، الوظيفة، الرعاية الطبية الجيدة، وهؤلاء الأشخاص

الصلابة النفسية

الذين يتسمون بالصلابة النفسية لديهم القدرة على التحكم، ولديهم التزام تجاه الأخلاق والقيم كذلك لديهم القدرة على التحدي واعتبار أن التحدي ليس تهديداً لهم بقدر ما هو اختبار حقوقهم وصلابتهم (مخير، 2011).

أهمية الصلابة النفسية:

تعد الصلابة النفسية احد العوامل المهمة والأساسية من عوامل الشخصية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، وكذلك المحافظة على السلوكيات الصحية. وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية الصلابة النفسية كأحد عوامل المقاومة ضد الضغوط والأزمات، إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية، التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً، وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسمية والاضطرابات النفسية (راضي، 2008).

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 يرى كل من مادي وكوبازا Maddi & Kobaza أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي وبضغط الزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسمية واضطرابات نفسية، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية، والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال عدة طرق فالصلابة:

أولاً: تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها أقل وطأة.

ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حاد إلى عادي.

ثالثاً: تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

الصلابة النفسية

رابعاً: تقود إلى التغير في الممارسات الصحية مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة، وهذا بالطبع يقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية (حمادة وعبد اللطيف، 2002).

ويرى الباحث أن الصلابة النفسية تمثل عاملاً حاسماً في التغلب على ضغوط العمل وبالتالي أيضاً تجعل الأفراد أكثر توافقاً وولاءً لمؤسساتهم.

أبعاد الصلابة النفسية:

توصلت كوبازا إلى ثلاثة أبعاد تتكون منها الصلابة النفسية وهي: الالتزام، التحكم، التحدي.

أولاً: الالتزام يعتبر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة، وقد أشار (جونسون وساراسون، 1987) إلى هذه النتيجة حيث تبين لهما أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.

ويعرف الالتزام: على أنه "اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية قيمة ذاته وفيما يفعل، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم واعتقاده أن لحياته هدفاً ومعنى يعيش من أجله". (عثمان، 2001).

ويعرف ويبي مفهوم الالتزام بوصفه "اعتقاد الفرد بضرورة تبنيه قيماً وأهدافاً محددة تجاه نشاطات الحياة المختلفة وضرورة تحمل المسؤولية تجاه هذه القيم والمبادئ والأهداف، ما يشير إلى اتجاه الفرد نحو التعامل مع الأحداث الشاقة برويتها كأحداث هادفة وذات معنى، وجديرة بالتفاعل معها". (ويبي Weibie 1991)

ويعرفه مخيمر بأنه "نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله". (مخيمر، 1998).

الصلابة النفسية

ومن خلال تلك التعريفات يتفق الباحثين أعلاه على أن الالتزام هو مجموعة من القيم والمبادئ والمعتقدات والأهداف التي يتبناها الفرد ويتمسك بها و يتحمل مسؤوليته تجاهها وتجاه نفسه ومجتمعه.

أنواع الالتزام:

الالتزام الديني: وهو التزام الفرد بما ورد في القرآن والسنة من قيم ومبادئ وقواعد.
الالتزام الأخلاقي: ويتمثل في تحلي الفرد بصفات خلقية تتناسب وواقع الحياة الاجتماعية التي يعيشها.

الالتزام الاجتماعي: يتمثل في شعور الفرد بالمسؤولية تجاه مجتمعه ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية مع أبناء مجتمعه.

الالتزام القانوني: يتمثل في تقبل الفرد للقوانين الشرعية ثم الوضعية السائدة في مجتمعه.
ثانياً التحكم: أشارت إليه كوبازا Kobaza بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها للسيطرة عليها.
ويعرفه ويبي: بأنه "اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول والتحكم فيها" (ويبي Weibi، 1991).

ويعرفه مخيمر: على أنه "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 والمواجهة الفعالة". (مخيمر، 1998).

أنواع التحكم: للتحكم أربعة أشكال رئيسة وهي:

أ – التحكم في اتخاذ القرار:

وهذا النوع المتصل باتخاذ القرار يحسم طريقة التعامل مع الموقف سواء بتخطيه أو تجنبه أو التعايش معه، ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف وظروف حدوثه.

ب - التحكم المعرفي:

وهو يعد أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة، إذا تم على نحو إيجابي، فهو يعتمد على التحكم في استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للحدث الضاغط، كالتفكير في الموقف، والنظر له من عدة أبعاد، وإدراكه بطريقة إيجابية ومتفائلة، وتفسيره بطريقة منطقية. وبمعنى آخر يمكن التحكم في الموقف الضاغط باستخدام استراتيجيات عقلية مثل تشتيت الانتباه، أو عمل خطة للتغلب على المشكلة، استخدام كافة المعلومات المتاحة عن الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه.

ج - التحكم السلوكي:

وهو القدرة على المواجهة العالية وبذل الجهد مع الدافعية للإنجاز والتحدي من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديل الموقف أو تخفيفه.

د - التحكم الاسترجاعي:

ويرتبط بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف قابل للتناول والسيطرة، بمعنى نظرة الفرد للحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته، مما قد يؤدي لتخفيف أثر الحدث الضاغط. (الرفاعي، 2003).
ثالثاً: التحدي: يعرف مفهوم التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة

هو أمر طبيعي وحتمي لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته وسلامته النفسية. (كوبازا وبوستي 1973، Kobaza، Bosti).

كما يعرف توماكا وآخرون التحدي بأنه "تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ ردًا على المتطلبات البيئية وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع معاً وتوصف بأنها استجابات فعالة" (محمد، 2002).

بينما يعرفه مخيمر: بأنه "اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدًا مما يساعده على المبادأة واكتشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية". (مخيمر، 1998).

ويرى مادي أن التحدي اعتقاد الفرد بأن التغيير المستمر في أحداث الحياة هو أمر طبيعي لا بد منه لارتقاء، أكثر من كونه أمرًا مهددًا لأمنه، وسلامته النفسية، وقد أضاف جبر: على ذلك بأنه قدرة الفرد على أداء دوره في الحياة بعزمته ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية، وتغير البيئة الاجتماعية، والطبيعية المحيطة بها.

ويظهر التحدي في افتتاح الفرد للمشكلات لحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عند مواجهة المشكلات مع استخدام استراتيجيات ومهارات تهيئه وتعدّه لعملية التحدي وبمعنى آخر أن التحدي يظهر في قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الضاغطة والمؤلمة، وتقبلها على اعتبارها أمورًا طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه. ولكن هناك اختلاف بين العلماء في هذه الأبعاد فهناك من يرى أنها تشمل الثلاثة أبعاد سالف الذكر مثل (كوبازا Kobaza) وهناك من يرى أنها تشمل بعد واحد مثل (كارفر Carver)، حيث يرى أن هناك صعوبة في إدراك مفهوم الصلابة النفسية إذا افترض أنه متعدد الأبعاد، كما أن (نونالي Nunnally، 1978) يرى أن العاملين في مجال القياس النفسي يفضلون الأسلوب أحادي البعد. و انطلاقاً مما سبق رأى الباحث استخدام المقياس أحادي البعد لقياس الصلابة النفسية.

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

أولاً: نظرية كوبازا Kobaza 1979م.

قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوماً حديثاً في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالأمراض.

واعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية، تمثلت الأسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال "فرانكل وماسلو وروجرز"، والتي أشارت إلى وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.

ويعد نموذج لازاروس Lazarus من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعوامل ثلاثة وهي:

1 — البيئة الداخلية للفرد.

2 — الأسلوب الإدراكي المعرفي.

3 — الشعور بالتهديد والإحباط.

ذكر لازاروس أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد للحدث، واعتباره موقفاً قابلاً للتعايش. وطرحت كوبازا الافتراض الأساسي لنظريتها والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرٌ ضروريٌّ بل حتميٌّ لا بد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة وهي الالتزام والتحكم والتحدي.

وقد فسرت كوبازا الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض، من خلال تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة، ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة.

الصلابة النفسية

وترى كوبازا أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطاً ومبادأة واقتداراً وقيادة وضبطاً داخلياً، وأكثر صموداً ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة، وأشد واقعية وإنجازاً وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث، كما أنهم يجدون أن تجاربهم ممتعة وذات معنى، وعلى العكس الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم لا معنى لهم، ويشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها، أو عندما تخلو من التجديد، فهم سلبون في تفاعلهم مع البيئة (راضي، 2007).

2-2-7 نموذج كوبازا في الصلابة النفسية:

رأت كوبازا Kobaza أن السبب في عدم تأثر الأشخاص بالضغط هو العوامل الوسيطة بين التعرض للضغط ونواتجها، وقدمت كوبازا نموذجها الأول بين الضغوط والأمراض Stress and Illness connection في العام 1979. إن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي يقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط، وتزيد من استخدام الفرد لأساليب المواجهة الفعالة، وتزيد أيضاً من العمل على استخدام الفرد لمصادره الشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه الظروف الضاغطة (مخير، 2011).

ثانياً نموذج فنك (Funk) المحلل لنظرية كوبازا

لقد ظهر حديثاً في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر لنظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه (فنك funk) 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 جندياً إسرائيلياً)، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة، وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي

الصلابة النفسية

للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاهها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر وبعد انتهاء الفترة التدريبية.

وتوصل فنك إلى ارتباط مكوّن الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فارتبط الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجيات ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم إيجابياً بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام استراتيجيات حل المشكلات للتعايش.

وقام فنك (Funk) بإجراء دراسة أخرى في العام 1995 تحمل الهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى، وعلى عينة من الجنود الإسرائيليين أيضاً، واستخدم فترة تدريبية عينة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين في هذه الدراسة للأوامر المطلوبة منهم، حتى وإن تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية، وذلك بصفة متواصلة ولقياس الصلابة النفسية، وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الحقيقية الشاقة، وطرق التعايش قبل التدريب، وبعد الانتهاء منها توصل إلى نفس نتائج الدراسة الأولى (عودة، 1431).

ثم طرح فنك نموذج المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها.

2-9 الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية:

حددت كوبازا Kobasa الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية في أنها:

1 — تخفف من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث والوقاية من الإجهاد المزمن.

2 — ترتبط المواجهة الفعالة للضغوط والتوافق الصحي معها.

3 — تغير الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة.

4 — تدعم عمل متغيرات المقاومة والمتغيرات المساعدة على سلامة الأداء النفسي.

(مخير، 2011).

الصلابة النفسية

يؤكد مادي (Maddi) أن الإنسان في كل مواقفه يختار الماضي المعروف، أو المستقبل المجهول فإن اختيار الإنسان المستقبل بما يحمله من آمال غير معروفة يصاحبه القلق، لأن ما من سبيل للتأكد مما سيحدث عندما يجد الإنسان نفسه في خضم بحر لم يبحر فيه أحد من قبل، وهذا القلق لا بد من احتماله لأن تجنبه يعني ضياع فرصة النمو أما إذا اختار الإنسان الماضي المألوف بتجنبه القلق سقط في الذنب الوجودي لإضاعة فرص النمو وأثرائه الحياة (الهول، 2008)

لذلك الناس الذين يعانون من درجة عالية من الضغط النفسي، دون إصابتهم بمرض لهم سمة شخصية مختلفة عن أولئك الذين يعانون من ضغط نفسي بسبب الإصابة بمرض وهذه السمة الشخصية تسمى الصلابة.

كذلك اعتمد مادي في صياغة هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية، تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال: ماسلوور وجرز وفرانكل والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد ومعنى لحياته يجعله يتحمل إحباطات الحياة، ويتقبلها وأن يتحمل الفرد الإحباط الناتج عن الظروف الحياتية الصعبة، معتمداً في ذلك قدرته واستغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة (al, maddi et, 1994).

كما اعتمد على النموذج المعرفي للآزاروس والذي يرى أن أحداث الحياة الشاقة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثيرها السلبي على الاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث الضاغط، ولها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي، والجزم بضعفها، وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد، ومن ثم الشعور بالإحباط، متضمناً الشعور بالخطر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (جبر، 2007).

الدراسات السابقة:

دراسة العيافي (2012):

بعنوان (الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث)

هدفت الدراسة إلى معرفة الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، وقد تكونت عينة الدراسة من (645) طالباً، (388) طالباً من مدينة مكة المكرمة، (292) طالباً من محافظة الليث، وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية إعداد yoonkin&Betz، 1996 وتعريب حمادة، عبد اللطيف (2002) ومقياس مواقف الحياة الضاغطة إعداد زينب شقير (2002)، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أبرزها وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين درجات الصلابة النفسية

وأحداث الحياة الضاغطة، وعدم وجود فروق في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير حالة الطالب والعمر والتخصص والجنسية، ووجود فروق في المرحلة الدراسية، لصالح طلاب (المرحلة الثانوية) التحصيل الدراسي، لصالح الطلاب ذوي التقدير (ممتاز) ومستوى دخل الأسرة لصالح مستوى الدخل (مرتفع).

كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أحداث الحياة الضاغطة، في اتجاه الأيتام، وعدم وجود فروق في أحداث الحياة الضاغطة تبعاً لمتغير العمر والتخصص، ووجود فروق في التحصيل الدراسي، لصالح الطلاب ذوي التحصيل (جيد - مقبول) ووجود فروق في مستوى دخل الأسرة، لصالح مستوى الدخل (المنخفض) وعدم وجود فروق تبعاً لمتغير المدينة والجنسية.

دراسة العبدلي (2012)

بعنوان (الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة).

الصلابة النفسية

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين، وكذلك التعرف على ترتيب استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط، وكذلك التحقق من وجود فروق بين الطلاب المتفوقين والعاديين في الصلابة النفسية وفي أساليب مواجهة الضغوط النفسية. استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وتكونت العينة من 200 طالب من طلاب التعليم الثانوي، تم اختيارهم عشوائياً طبقاً، موزعين على مكتبي الشرق والغرب أظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين غالبية أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها الالتزام، التحكم، التحدي من جهة آخر، لدى الطلاب المتفوقين وكذلك العاديين. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين.

دراسة (عبد الصمد، 2002)

بعنوان (العلاقة بين الصلابة النفسية والوعي الديني ومعنى الحياة لدى عينة من طلاب الدبلوم العام بكلية التربية بألمنيا) وكانت عينة الدراسة مكونه من (284) طالباً وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية من إعدادهِ وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى (0.5) بين أبعاد الصلابة النفسية والوعي الديني كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين أبعاد الصلابة النفسية ومعنى الحياة كما أسفرت الدراسة عن وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطات درجات لطلاب والطالبات في بعدي التحكم والالتزام (الصالح الطلاب). إلا أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في بعد التحدي من أبعاد

الصلابة النفسية. كما بينت الدراسة أن الشعور بمعنى الحياة والوعي الديني من أهم العوامل المؤثرة والأكثر فاعلية وإسهاماً في أبعاد الصلابة النفسية الثلاث.

4-4-2 دراسة المفرجي والشهري (2008)

بعنوان (العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة) وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة إضافة إلى معرفة الفروق بين عينة الدراسة في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس والعمر والتخصص والسنة الدراسية ومستوى دخل الأسرة) ومعرفة الفروق بين عينة الدراسة في الأمن النفسي تبعاً لمتغير (الجنس والعمر والتخصص والسنة الدراسية) وتوصلت هذه الدراسة إلى النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً سواء للذكور أو الإناث أو العينة الكلية بين الصلابة النفسية والأمن النفسي وعدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في متوسطات درجات الصلابة النفسية ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الأمن النفسي لصالح الذكور.

دراسة كوبازا وآخرون Kobasa et al (1982)

بعنوان: (أثر الصلابة النفسية ومكوناتها كمتغير سيكولوجي في تحقيق وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية).

(The effect of psychological hardness in investigating the effect of stressful event on psychological and physical health)

هدفت لمعرفة أثر الصلابة النفسية ومكوناتها كمتغير سيكولوجي في تحقيق وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية، وتكونت عينة الدراسة من (259) من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا كالمحاميين ورجال الأعمال، تراوحت أعمارهم بين (32-65)، واستخدمت في الدراسة الأدوات التالية: مقياس أحداث الحياة الضاغطة من إعداد راهي (1967) ومقياس الصحة والمرض وتوصلت الدراسة إلى النتائج أن الصلابة النفسية لا تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد فقط، بل

الصلابة النفسية

تمثل مصدراً للمقاومة والصمود، والوقاية من الأثر الذي تحدثه الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية، في مقابل الشعور بالاغتراب والتحكم في مقابل القلق، والتحكم في مقابل الشعور بالتهديد، ووجود ارتباط دال بين معدلي الالتزام والتحكم والإدراك الواقعي والإيجابي للأحداث الحياتية الشاقة. (العيافي، 2011)

دراسة ميتشل Metcheel ، (1989)

بعنوان: (أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على أحداث الحياة)

(The effect psychological hardness and cognitive assessment on life events)

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على أحداث الحياة، وبلغت عينة الدراسة (165) طالباً من طلاب البكالوريوس في التمريض، واستخدمت الأدوات التالية: مقياس الصلابة النفسية، وقائمة النظريات الشخصية وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود ارتباط بين الصلابة النفسية كالتقييم المعرفي للأحداث بأنها مثيرة للتحدي، ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة النفسية وتقييم الأحداث بأنها مثيرة للتهديد، ووجود ارتباط عكسي بين الطلاب واستراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة، ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة النفسية وبعض مقاييس المواجهة التي تركز على الانفعال، ووجود ارتباط إيجابي بين الصلابة وإدراك فعالية المواجهة.

مناقشة الدراسات السابقة و أوجه الاستفادة منها:

من حيث الهدف نجد أن هناك تبايناً في الأهداف ، فمنها ما هدف إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية ومنها ما هدف إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والمتغيرات الديمغرافية أما من حيث العينات فتراوحت أحجام العينات ما بين (300 إلى 500) فرد ومن حيث الأدوات استخدمت الدراسات المقاييس واستمارة البيانات الأولية كأدوات لجمع البيانات وكذلك استخدمت الدراسات برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، أما من حيث النتائج فنجد أيضاً تبايناً في

نتائجها ما بين وجود مستوى منخفض للصلابة ومرتفع وكذلك ما بين وجود علاقة بينها وبين المتغيرات الديمغرافية وعدم وجود علاقة.

واستفاد الباحث من الدراسات السابقة في تحديد حجم العينة، الأدوات المستخدمة، وأسلوب تحليل البيانات، واستفاد منها كإطار نظري وكذلك الاستبيانات كما استفاد منها في مقارنة نتائج بنتائجها. وتميز هذا البحث بأنه تناول موضوع الولاء التنظيمي وأساليب القيادة من الوجهة النفسية.

منهج وإجراءات البحث:

تمهيد:

يتناول الباحث في هذا الفصل منهج وإجراءات البحث التي اعتمد عليها في هذا البحث والتي تشمل المنهج العلمي المستخدم في البحث، ووصف لمجتمع البحث، وعينة البحث وكيفية اختيارها، والأدوات المستخدمة في جمع البيانات، وإجراءات التطبيق، والأساليب الإحصائية التي عولجت بها البيانات، والصعوبات والتحديات التي واجهت الباحث.

منهج البحث:

يعتبر المنهج الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة (بوحوش، 1999).

اتبع الباحث المنهج الوصفي ويعرف بأنه: ذلك المنهج الذي يقوم بوصف وتفسير الظاهرة كما هي عليه في الواقع ويساعد في إخضاعها للدراسة والتنبؤ بمستقبلها (أبو علام، 2008). أيضاً ويعرف بأنه: استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر النفسية كما هي قائمة في الحاضر لكشف جوانبها، وتشخيصها، وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر أخرى (كوهين ومانيون، 1990).

وأيضاً هو المنهج الذي يتناول الأبحاث والدراسات التي تبحث فيما هو كائن في حياة الإنسان أو المجتمع من ظواهر وأحداث وقضايا، (داود، 2006).

مجتمع البحث:

ويعرف مجتمع البحث بأنه: "مجموعة العناصر أو الأشياء أو الأفراد التي تتميز بخصائص مشتركة". (أبو علام، 2008).

يقصد به جميع الأفراد (أو الأشياء أو العناصر) الذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها (أبو علام، 2008م).

يشتمل مجتمع البحث علي العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور نيالا والبالغ عددهم حوالي (2000) عامل (سجلات شؤون الخدمة بالوزارة).

عينة البحث:

هي مجموعة جزئية من المجتمع يتم اختيارها بغرض التوصل إلى نتائج لتعميمها علي المجتمع المراد دراسته (أبو علام ، 2008) ولقد تم تطبيق أدوات البحث الحالي علي عينة من مجتمع العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور نيالا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وذلك لأنها هي الطريقة التي تتيح لكل فرد من مجتمع البحث أن يكون جزءاً من العينة وقد بلغ حجم العينة (300) فرد.

جدول رقم (1) يوضح أسماء الأقسام التي تم اختيار العينة منها

الرقم	القسم	العدد	النسبة المئوية
1	برنامج مكافحة الإيدز	50	16.7%
2	الوبائيات	30	10%
3	صحة البيئة	40	13.3%
4	شؤون الخدمة	30	10%
5	التحصين	100	33.3%
6	الإحصاء	50	16.7%
	المجموع	300	100%

الصلابة النفسية

جدول رقم (2) يوضح التكرار والنسبة المئوية للمعلومات الأساسية لعينة البحث من حيث النوع و سنوات الخدمة

المتغير	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
النوع	ذكور	144	48%
	إناث	156	52%
سنوات الخدمة	سنة 5- سنوات	192	64%
	6-10 سنوات	84	28%
	11 - 15 سنة	12	4%
	16 - 20 سنة	3	1%
	25 فأكثر	9	3%
الجملة		300	100%

طرق جمع البيانات والمعلومات:

اعتمد الباحث على البيانات والمعلومات من المصادر التالية:
المصادر الثانوية: وتمثلت في الكتب والمراجع العلمية والدراسات السابقة والمجلات والدوريات العلمية.
المصادر الأولية: وتمثلت في استمارة البيانات الأولية التي أعدها الباحث خصيصاً لهذا الغرض وكذلك على المقاييس
أدوات البحث:

عرفت الأداة بأنها الطريقة الوحيدة التي تستخدم في جمع المعلومات، حيث يستلزم جمع البيانات الوصفية للمتغيرات المتضمنة في الدراسة (عثمان، 1995).
للحصول على المعلومات من عينة البحث استخدم الباحث الأدوات الآتية:
— استمارة البيانات الأولية من إعداد الباحث

الصلابة النفسية

— مقياس الصلابة النفسية من إعداد (يونكن و بيتز Yuonken & Bietz، 1998) ترجمة حمادة و عبد اللطيف، (2002).

مقياس الصلابة النفسية من إعداد (يونكن و بيتز Yuonken & Bietz، 1998) وترجمة (حمادة و عبد اللطيف، 2002).

خيارات وخطوات تصحيح المقاييس:

خيارات الإجابة على المقاييس هي (أوافق بشدة، أوافق، غير متأكد، لا أوافق، لا أوافق بشدة). وبالتالي تصحيح الدرجات كالآتي (1،2،3،4،5) للعبارة السالبة و(1،2،3،4،5) للعبارة الموجبة.

الصدق الظاهري للمقياس:

وللتأكد من صلاحية العبارات قام الباحث بعرض المقياس علي عدد(9) من الخبراء والمحكمين المختصين في علم النفس وبعد اطلاع الخبراء عليه لم يذكر المحكمون أي حذف ، تعديل أو إضافة أي فقرة أو عبارة للمقياس.

الدراسة الاستطلاعية لمقياس الصلابة النفسية:

قام الباحث بتطبيق مقياس الصلابة النفسية على عينة استطلاعية بلغ حجمها 34 فرد وذلك بهدف:

- اختبار مدى وضوح العبارات وسهولة فهمها من قبل المفحوصين.
 - اكتشاف أي سوء فهم يمكن أن يحدث للمقياس.
 - التعرف على الوقت الذي تستغرقه الإجابة على المقياس.
- فقد أوضحت هذه الدراسة أن جميع فقرات المقياس كانت واضحة ومفهومة لدى المفحوصين، والزمن المستغرق في تطبيق المقياس تراوح ما بين (25 — 30) دقيقة.

الصلابة النفسية

الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية:

لمعرفة الخصائص القياسية لفقرات مقياس الصلابة النفسية في صورته الأصلية والتي تتكون من (39) فقرة، قام الباحث بتطبيقها على عينة استطلاعية حجمها (34) مفحوصاً تم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث الحالي، وبعد تصحيح الاستجابات تم إدخال البيانات في الحاسب الآلي، ومن ثم قام الباحث بالآتي:

جدول رقم (3) يوضح معاملات ارتباطات درجات الفقرات بالدرجة الكلية في مجتمع الدراسة الحالية (ن = 34) لمقياس الصلابة النفسية.

البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط
1	-058.	11	418.	21	023.	31	337.
2	278.	12	322.	22	257.	32	358.
3	021.	13	191.	23	215.	33	106.
4	233.	14	062.	24	425.	34	079.
5	-005.	15	322.	25	130.	35	-054.
6	146.	16	-006.	26	139.	36	326.
7	447.	17	-095.	27	201.	37	-104.
8	-064.	18	234.	28	347.	38	-131.
9	168.	19	099.	29	-147.	39	-334.
10	232.	20	-145.	30	242.		

الصلابة النفسية

يتضح من الجدول أعلاه أن هنالك عددًا من البنود هي إما ضعيفة الارتباط أو سالبة أو صفرية الارتباط لذلك قام الباحث بحذفها حتى لا تؤثر على ثبات المقياس.

جدول رقم(4) يوضح العبارات المحذوفة بواسطة التحليل الإحصائي لمقياس الصلابة النفسية
معاملات الثبات:

لمعرفة معامل الثبات بمقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية بمجتمع البحث الحالي، قام الباحث بتطبيق طريقتي (معادلة ألفا كرونباك) والتجزئة النصفية (معادلة سبيرمان – براون)، فبين هذا الإجراء النتائج المبينة في الجدول التالي:
جدول رقم (5) يبين معامل الثبات في صورته النهائية بمجتمع الدراسة الحالية لمقياس الصلابة النفسية.

عدد الفقرات بالصورة النهائية	معامل الثبات (ألفا)	معامل الثبات (س.ب) بعد التصحيح
20	744.	751.

المعالجات الإحصائية:

لتحليل البيانات استخدم الباحث برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية برنامج (SPSS) واستخدم للتحقيق من فروضه المعادلات الآتية:

1. معادلة ألفا - كرونباخ لإيجاد معامل الثبات.
2. معادلة سبيرمان - براون لإيجاد معامل الثبات
3. اختبار (ت) (t-test) لعينة واحدة.
4. اختبار (ت) (t-test) لعينيتين مستقلتين.
5. تحليل التباين الأحادي.

الصلابة النفسية

6. معامل ارتباط بيرسون.

7. معامل ارتباط الرتب لسبيرمان.

عرض ومناقشة النتائج

تمهيد:

في هذا الفصل سيقوم الباحث بعرض نتائج فروض البحث، وكذلك مناقشة هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة كما وأيضاً إبداء رأيه تجاه نتائج البحث.

عرض الفرض الأول وإجراءات تحليل بياناته ونتيجته:

جدول رقم (6) يوضح نتيجة اختبار (ت) لمتوسط مجتمع واحد للحكم على درجة

الصلابة النفسية لدى العاملين

حجم العينة	الوسط الحسابي	انحراف معياري	قيمة محكية	قيمة (ت) المحسوبة	د ح	دلالة إحصائية	استنتاج
300	84.1200	283.17	60	24.172	299	.000	ارتفاع الصلابة النفسية

يتضح من الجدول أعلاه أن الوسط الحسابي يساوي 84.12 والانحراف

المعياري يساوي 17.283 والقيمة المحكية تساوي 60 وقيمة (ت) المحسوبة

تساوي 24.172 بدرجة حرية 299 ومستوى الدلالة 000 وبما أن الوسط الحسابي أكبر

من القيمة المحكية فبالتالي إن الصلابة النفسية لدى العاملين تتسم بالارتفاع وهذا

اختلف مع تخمين الباحث في فرضيته أن الصلابة النفسية منخفضة.

مناقشة نتيجة الفرض الأول:

ويرى (مادي Madi) أن التحدي اعتقاد الفرد بأن التغيير المستمر في أحداث الحياة

هو أمر طبيعي لا بد منه لارتفاع أكثر من كونه أمراً مهدداً لأمنه، وسلامته النفسية، وقد

الصلابة النفسية

أضاف جبر: على ذلك بأنه قدرة الفرد على أداء دوره في الحياة بعزيمته ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية، وتغيُّر البيئة الاجتماعية، والطبيعية المحيطة بها.

ويظهر التحدي في اقتحام الفرد للمشكلات لحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عند مواجهة المشكلات مع استخدام استراتيجيات ومهارات تهيئته وتُعده لعملية التحدي وبمعنى آخر أن التحدي يظهر في قدرة الفرد على التكيف مع المواقف الضاغطة والمؤلمة، وتقبلها على اعتبارها أموراً طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه.

ويرى الباحث أن تمتع العاملين بمستوى عال من الصلابة النفسية يرجع إلى طبيعة المؤسسة التي يعملون بها وكذلك طبيعة العلاقات الاجتماعية التي تسود بين الأفراد كما يرجع ذلك أيضاً إلى مستوى الولاء التنظيمي الذي يبديه العاملون تجاه مؤسستهم وبذل قصارى جهدهم في تقدمها، كذلك يفسر الباحث ارتفاع الصلابة النفسية إلى مدى الالتزام بالمبادئ الدينية و القيم الإسلامية التي تحثهم على الصبر و الرضاء بالقضاء والقدر و أن امر المؤمن كله خير إذا أصابه خيرٌ شكرَ و إذا أصابه شرٌ صبرَ.

جدول رقم (7) يوضح نتيجة اختبار (ت) للفرق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق في درجات الصلابة النفسية لدى العاملين والتي تعزى لمتغير للنوع.

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
ذكور	144	541.85	28.715	371.1	298	0.013	توجد فروق لصالح الذكور
إناث	156	807.82	558.18				

يلاحظ من الجدول أعلاه أن الوسط الحسابي للذكور بلغ 85.541 ولدى الإناث بلغ 82.807 والانحراف المعياري للذكور بلغ 15.728 وللإناث بلغ 18.558 وقيمة (ت)

الصلابة النفسية

المحسوبة بلغت 1.371 بدرجة حرية 298 و القيمة الاحتمالية 0.13. وبما أن الوسط الحسابي للذكور أكبر من الوسط الحسابي للإناث وكذلك قيمة (ت) فالبتالي توجد فروق في الولاء التنظيمي لصالح الذكور.

مناقشة نتيجة الفرض الثاني:

يرى الباحث أن تمتع الرجال بمستوى عال من الصلابة النفسية يرجع إلى الطبيعة التكوينية البيولوجية للرجل والتي تمكنه من تحمل الضغوط والأزمات التي تعترضه في مجال العمل كذلك الرجال يتمتعون بمستوى من الاتزان الانفعالي والعاطفي أكثر من النساء مما يجعلهم يجابهون الضغوط بالصبر والتحمل. جدول رقم (8) يوضح نتيجة معاملات ارتباط بيرسون لمعرفة دلالة الارتباط بين الصلابة النفسية و الولاء التنظيمي لدى العاملين بوزارة الصحة ولاية جنوب دارفور (نيالا).

المتغيرات	معامل الارتباط	حجم العينة	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الصلابة النفسية	0.071	300	0.219	لا توجد علاقة ارتباطية
سنوات الخدمة				

يلاحظ من الجدول أعلاه أن قيم الارتباط بين المتغيرين بلغت 0.071 والقيمة الاحتمالية بلغت 0.219. وبما أن القيمة الارتباطية أقل من القيمة الاحتمالية فهذا يدل على عدم وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين. وهذه النتيجة اختلفت مع تخمين الباحث في فرضيته القائمة على وجود علاقة بين المتغيرين. يرى الباحث أن عدم وجود علاقة بين الصلابة النفسية وسنوات الخدمة يرجع إلى طبيعة الصلابة النفسية التي تتشأ وتتطور مع تطور ونمو الإنسان وهذا يعني أن الصلابة النفسية تنمو مع الإنسان قبل أن يلتحق بأي عمل، فإذا كان الفرد يتمتع بمستوى عال من الصلابة النفسية أو مستوى منخفض فإن سنوات الخدمة لا تؤثر في الصلابة بأي شكل من الأشكال.

التوصيات

- بناءً على نتائج البحث قام الباحث بوضع توصيات إجرائية كالآتي:
1. ضرورة تعزيز الصلابة النفسية للعاملين وذلك بإشراكهم في قضايا المؤسسة كذلك بخلق جو اجتماعي بين العاملين.
 2. ترقية وتطوير بيئة العمل وذلك بتوفير معينات العمل من حواسيب وأثاثات مكتبية.
 3. توفير الدعم والحوافز المادية والمعنوية للعاملين.
 4. ضرورة فتح مكتب للإرشاد النفسي المهني ليقدم خدمات الإرشاد النفسي للعاملين.
 5. تعيين الموظفين الجدد يجب أن يكون حسب الكفاءة.

المقترحات

- 1 - إجراء دراسة تجريبية عن أثر الحوافز المادية والمعنوية على الصلابة النفسية.
- 2 - دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية و الولاء التنظيمي.
- 3 - دراسة العلاقة بين الميول المهنية والاحتراف المهني.

قائمة المصادر و المراجع:

المراجع العربية:

1. ابن منظور، محمد بن مكرم (1994). لسان العرب. الجزء الثاني، ط، بيروت: دار الصادر.
2. البهاص، سيد أحمد (2002). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، مجلة كلية التربية جامعة طنطا، العدد الواحد والثلاثون.
3. الرفاعي، عزة. (2003). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها. رسالة دكتوراه غير منشورة، القاهرة، كلية الآداب، جامعة حلوان.
4. العبدلي، خالد بن محمد بن عبد الله. (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
5. العنزي، عبدالعزيز حجي (2011). الصلابة النفسية لدى المعاقين جسدياً في ضوء نظرية مادي، برنامج إرشادي نفسي تكاملي مقترح "رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
6. العيافي، أحمد بن عبد الله محمد. (2012). الصلابة النفسية و أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب العاديين والأيتام بمدينة مكة المكرمة محافظة الليث، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
7. الهلول، إسماعيل. (2007). الآثار النفسية والاجتماعية والقيمية الناتجة عن تأخر صرف رواتب معلمي الحكومة مقارنة بمعلمي الوكالة، مجلة الجامعة الإسلامية.

8. بوحوش، عمار وآخرون. (1999). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
9. جودة، يسري. (2002). تأثير نوعية الإعاقة - السواء والمستوى الاقتصادي والاجتماعي على وجهة الضبط والصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الذكور، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنوفية، كلية الآداب.
10. حمادة، لولوة وعبد اللطيف، حسن. (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، المجلد الثاني عشر، العدد الثاني.
11. داود، عزيز (2006). مناهج البحث العلمي، عمان، دار أسامة.
12. دخان، نبيل والحجار، بشير. (2000). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية سلسلة الدراسات الإنسانية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني.
13. راضي، زينب نوفل (2007). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
14. عثمان، عبد الرحمن أحمد. (1995). مناهج البحث العلمي وطرق كتابة الرسائل. السودان . دار إفريقيا للنشر.
15. عودة، محمد محمد. (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية. غزة.
16. كوهين، لويس و مانيون، لورانس. (1990). مناهج البحث في العلوم الاجتماعية. ترجمة كوثر حسين كوجك ووليم تادرس عبيد. ط1. القاهرة. الدار العربية للنشر والتوزيع.

17. مخيمر، عماد محمد(2011). مقياس الصلابة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
18. مهداوي، عبدالله محمد(2010). معنى الحياة والمساندة الاجتماعية وتوكيد الذات وبعض الاضطرابات النفسية(القلق والاكتئاب) لدي مصابي حوادث المرور بمنطقة مكة المكرمة. رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة أم القرى، مكة المكرمة.