جامعة عمار ثليجي بالاغواط

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

ميدان العلوم الإنسانية والاجتماعية

الشعبة العلوم الاجتماعية

الموضوع

مركز الضبط وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة

(دراسة ميدانية بجامعة عمار ثليجي الأغواط)

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في علوم التربية

تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبتين:

–سهام رويغي

– نعيمة كميتي

إشراف الأستاذ:

– عبد الكريم ملياني

السنة الجامعية : 2015–2016

الشكر لله عز وجل أولا وأخيرا الذي وهبنا نعمة العلم ونوره الأبدي وأضاء بصرنا بنعمتي الصبر والإيمان فالحمد لله حمدا يليق بمقامه العظيم والصلاة على رسوله سيدنا محمد عليه الصلاة والسلام النبي الكريم . .

أتقدم بجزيل الشكر إلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل

والشكر للأستاذ المشرف مليأني عبد الكريم على توجيهه وإشرافه

وأشكر كل أساتذة قسم علم النفس على المجهود الكبير

وعلى رأسهم الدكتور رئيس القسم علي قويدري وكل أساتذة القسم

كما تتقدم بالشكر إلى الدكتورين عمومن رمضان، وعون علي على دعمهما و مساعدته ما في إنجاز هذا العمل

ولا انسى أن أتقدم بالشكر إلى الأخت و الزميل صايفي فريحة على مساعدتها لنا

وإلى كل من قدم لي يد العون

سهام ونعيمة

نهدي هذا العمل العلمي والذي توجنا به وبعون الله مشوارنا الدراسي

إلى من شاركنا خطواته وعثراته وصعوباته

وإلى دفعة 2016/2015 تخصص إرشاد وتوجيه

وإلى كل الأصدقاء والزملاء

وإلى كل من يقرأ هذه الرسالة.

سهام ونعيمة

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس، كما تسعى إلى معرفة الفروق بين الجنسين في كل مركز الضبط والصلابة النفسية وكذا الفروق في السن لكل من مركز الضبط والصلابة النفسية، حيث تكونت العينة من 120 طالب جامعي ماستر علم النفس بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، بجامعة عمار ثليجي الأغواط، علما أن الطالبتان استخدمتا المنهج الوصفي الارتباطي، في حين اعتمدت الدراسة على أدوات تتناسب والموضوع، وهما مقياس مركز الضبط إعداد الأستاذ عبد الفتاح أبي ميلود (2008) ومقياس الصلابة النفسية من إعداد الدكتور عماد مخيمر (2002) قام بتكييف هذا المقياس اعتبارا إلى البيئة الجزائرية البروفيسور "بشير معمرية" كما تم جمع البيانات وتحليلها إحصائيا اعتمادا على الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS21 مستندين على أساليب إحصائية للتحقق من نتائج الدراسة وقد أسفرت نتائج الدراسة على ما يلي:

1-تحقق الفرضية الأولى التي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس.

2- تحقق الفرضية الثانية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية.

3-عدم تحقق الفرضية الثالثة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى إلى متغير الجنس، أي عدم وجود فروق.

4- عدم تحقق الفرضية الرابعة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى إلى متغير السن، أي عدم وجود فروق.

5- عدم تحقق الفرضية الخامسة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى إلى متغير الجنس، أي عدم وجود فروق.

6- عدم تحقق الفرضية السادسة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى إلى متغير السن، أي عدم وجود فروق. وبالتالي نرفض الفرضية.

ABSTRACT

This study aims at exploring the relation between the locus of control and the psychological hardiness in master's students in psychology. It also attempts to reveal the differences between sexes in terms of the locus of control and the psychological hardiness as well as the age differences in both locus of control and the psychological hardiness. The sample of the study consisted of 120 master students in psychology at the Faculty of Social and Human Sciences (Amar Telidji University- Laghouat). The two researchers used the descriptive correlational method and relied on measuring tools matching the requirements of the study, namely: the locus of control scale elaborated by Dr. Abdelfetah Abi Miloud (2008) and the scale of psychological hardiness prepared by Dr. Imad Mekheimar (2002) and adapted to the Algerian context by Professor 'Bachir Maameria'. As for data, they were collected and analyzed statistically by means of the (SPSS21) statistical package for social sciences software and through the application of statistical methods to verify the results of this research which can be summarized as follows:

1. The first hypothesis is confirmed. It suggests the existence of a correlative relationship between the locus of control and the psychological hardiness in MA students in psychology.
2. The second hypothesis is confirmed. It claims the existence of statistically significant differences between the internal and the external locus of control in psychological hardiness
3. The third hypothesis is not confirmed. It suggests the existence of statistically significant differences in the locus of control that can occur due to the sex variable. In other words, no differences are observed.
4. The fourth hypothesis is not confirmed. It says that there are statistically significant differences in the locus of control which can occur due to the age variable. In other words, no differences are observed.
5. The fifth hypothesis is not confirmed. It says that there are statistically significant differences in the psychological hardiness which can occur due to the sex variable. In other words, no differences are observed.
6. The sixth hypothesis is not confirmed. It indicates that there are statistically significant differences in psychological hardiness which can occur due to the age variable. In other words, no differences are observed; therefore, the hypothesis is rejected.

الفهارس

فهرس المحتويات

المحتويات	الصفحة
كلمة الشكر	-
الإهداء	-
ملخص الدراسة باللغة العربية	أ
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	ب
فهرس المحتويات	د
قائمة الجداول	ه
قائمة الأشكال	و
قائمة الملاحق	و
مقدمة	2-1
الجانب النظري	
الفصل الأول : مشكلة الدراسة و اعتباراتها	
1- إشكالية الدراسة	5
2- فرضيات الدراسة	7
3- أهداف الدراسة	7
4- أهمية الدراسة	8
5- الدراسات السابقة	8
6- مفاهيم ومصطلحات الدراسة	14
الفصل الثاني : مركز الضبط	
تمهيد	20
1. التطور التاريخي لمفهوم مركز الضبط	20

2. تعريف مركز الضبط Locus of Control	22
3. فئتا مركز الضبط	25
4. خصائص و سمات فئتي مركز الضبط	27
5. العوامل المؤثرة في تجديد مركز الضبط	31
6. تفسير مركز الضبط في ضوء نظرية التعلم الاجتماعي	36
7. العزو السببي (الاسناد)	40
8. الفرق بين مفهومي العزو السببي و مركز الضبط	41
9. تربية مركز الضبط	43
خلاصة الفصل	46
الفصل الثالث : الصلابة النفسية	
تمهيد	50
1-مفهوم الصلابة النفسية	50
2-نشأة الصلابة النفسية	53
3-النظريات المفسرة الصلابة النفسية	56
4-أهم المفاهيم المرتبطة الصلابة النفسية	61
5-أبعاد الصلابة النفسية	66
6-خصائص ذوي الصلابة النفسية	70
7-المضامين التطبيقية الصلابة النفسية	72
8-أهمية الصلابة النفسية	74
خلاصة الفصل	77
الجانب الميداني	

الفصل الرابع : الإجراءات الميدانية للدراسة	
تمهيد	83
1-منهج الدراسة	83
2-حدود الدراسة	84
3-متغيرات الدراسة	84
4-مجتمع الدراسة وعينة	85
5-أدوات الدراسة	87
6-الدراسة الاستطلاعية	89
7-الأساليب الإحصائية	98
الفصل الخامس : عرض و مناقشة و تفسير نتائج الدراسة	
تمهيد	101
I. عرض نتائج الدراسة	
1. عرض نتائج الفرضية الأولى	101
2. عرض نتائج الفرضية االثانية	102
3. عرض نتائج الفرضية الثالثة	104
4. عرض نتائج الفرضية الرابعة	106
5. عرض نتائج الفرضية الخامسة	107
6. عرض نتائج الفرضية السادسة	108
II. مناقشة و تفسير النتائج على ضوء الفرضيات	110
1. تفسير نتائج الفرضية الأولى	110
2. تفسير نتائج الفرضية الثانية	110
3. تفسير نتائج الفرضية الثالثة	111
4. تفسير نتائج الفرضية الرابعة	111
5. تفسير نتائج الفرضية الخامسة	112
6. تفسير نتائج الفرضية السادسة	112
الإستنتاج العام	113
التوصيات و الإقتراحات	114

الخاتمة	**115**
قائمة المراجع و المصادر	**117**
الملاحق	**ز**

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يمثل توزيع مجتمع الدراسة	85
02	يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	86
03	يمثل توزيع افراد العينة حسب متغير السن	86
04	يوضح ابعاد مقياس مركز الضبط	88
05	يمثل توزيع درجات بدائل مقياس مركز الضبط	88
06	يوضح أبعاد مقياس الصلابة النفسية وأرقام عبارات كل بعد	89
07	يمثل توزيع درجات البدائل لمقياس الصلابة النفسية	89
08	يمثل نتائج صدق الإتساق الداخلي للأبعاد وللدرجة الكلية لمقياس مركز الضبط.	90
09	يمثل نتائج صدق مقياس مركز الضبط بطريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)	91
10	يوضح نتائج الثبات لمقياس مركز الضبط بطريقة الفاكرونباخ	92
11	يمثل نتائج معامل ثبات المقياس مركز الضبط بطريقة التجزئة النصفية	93
12	يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للأبعاد وللدرجة الكلية لمقياس الصلابة	94

13	يمثل نتائج صدق مقياس الصلابة النفسية بطريقة الصدق التميزي	95
14	مثل نتائج معامل الثبات –الفا–كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية	96
15	يمثل نتائج معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية بطريقة التجزئة النصفية	96
16	يمثل معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرات	101
17	يمثل المعطيات الوصفية لمتغير الضبط الداخلي والضبط الخارجي حسب الصلابة النفسية .	102
18	يمثل نتائج اختبارTest of Homogeneity of Variances	103
19	يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لمتغير مركز الضبط(داخلي _ خرجي) حسب مستويات الصلابة النفسية	103
20	يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات مركز الضبط حسب الجنس	104
21	يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات ابعاد مركز الضبط حسب الجنس	105
22	يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات مركز الضبط حسب السن	106
23	يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات الصلابة النفسية حسب الجنس	107
24	يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات الصلابة النفسية حسب السن	108

فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	شكل يوضح مخطط توضيحي للعوامل المؤثرة في تكوين مركز الضبط	32
02	شكل يوضح التأثير السلبي المباشر لأحداث الحياة الضاغطة	59
03	شكل يوضح التأثير غير المباشر لأحداث الحياة الضاغطة من طرف متغير المقام ألا وهو الصلابة النفسية	60

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
01	مقياس مركز الضبط	ي
02	مقياس الصلابة النفسية	ن
03	جداول نتائج SPSS	ع

مقدمة الدراسة

تهدف الدراسات النفسية بصفة عامة إلى فهم السلوك الإنساني قصد ضبطه والتنبؤ ويحاول علماء النفس تحقيق هذا الهدف من خلال التعرف على متغيرات هذا السلوك وبيان العلاقات الوظيفية بينهما في سبيل تحقيق المزيد من السيطرة على المظاهر السلوكية.

ويعد مركز الضبط من بين أهم المتغيرات التي تفسر السلوك الإنساني ويتنبأ به حيث يكتسي مركز الضبط أهمية بالغة في بناء وتكوين شخصية الإنسان وفي تحديد وتقييم السلوك الإنساني وتوجيهه، تعود نشأة هذا المفهوم إلى نظرية التعلم الاجتماعي التي وضعها **جوليان روتر Rotter** ، حيث يعرف **روتر** مركز الضبط بأنه الطريقة التي يدرك بها الفرد التدعيمات التي تحدث له في حياته سواء منها الإيجابية أو السلبية فبعض الأفراد يرون أن هذه التدعيمات ترتبط بشكل مباشر بسلوكهم وقراراتهم وهم من فئة الضبط الداخلي ولهذا فهم يتحملون المسؤولية وهذا ما يجعلهم أفراد إيجابيين، في حين نجد البعض الآخر لا يجيدون ارتباط بين التدعيمات التي يحصلون عليها والسلوكات التي يصدرونها أي أنهم من فئة الضبط الخارجي وهذا ما يؤدي بهم إلى انخفاض الشعور بالمسؤولية لكونهم لا يدركون العلاقة بين سلوكاتهم وما يترتب عنها من نتائج.

في حين أن الصلابة النفسية مصدر من مصادر الشخصية الذاتية ولمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من أثارها على الصحة النفسية والجسمية حين يتعرض لها الفرد وينظر لها على أنها نوع من التحدي وليست تهديدات.

ودراستنا تناولت موضوع مركز الضبط وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس لما له من أهمية من حيث معرفة العلاقة وكذا محاولة تنمية وتربية روح المسؤولية لدى الطالب وكيفية التصدي للمشكلات حيث احتوت الدراسة على خمسة فصول.

- **الفصل الأول:** احتوى على مشكلة الدراسة وتساؤلاتها.
- **الفصل الثاني:** وقد خصص للمتغير الأول وهو مركز الضبط من حيث التطور التاريخي والمفهوم والخصائص وفئاته والعوامل المؤثرة فيه.
- **الفصل الثالث:** وقد خصص للصلابة النفسية تناولنا فيها بعض المفاهيم حول الصلابة النفسية ونشأتها والنظريات المفسرة لها وأبعادها وخصائصها وأهميتها.
- **الفصل الرابع** :فتم التطرق فيه إلى الأجراءات الميدانية للدراسة من حيث المنهج وحدود الدراسة والعينة والأساليب الإحصائية المستخدمة
- **الفصل الخامس:** خاص بعرض ومناقشة تفسير النتائج الدراسة وصولا إلى استنتاج عام واستخلاص بعض الاقتراحات والتوصيات ثم ختم الدراسة بالمراجع والملاحق.

الفصل الأول

إشكالية الدراسة واعتباراتها

1-إشكالية الدراسة

2-فرضيات الدراسة

3-أهداف الدراسة

4-أهمية الدراسة

5-الدراسات السابقة

6-مفاهيم ومصطلحات الدراسة.

7- إشكالية الدراسة:

يتحدد سلوك الفرد وفق التصورات التي يحملها عن ذاته ومحيطه وكيف يتعامل معها وهذا يلعب دورا هاما في نجاح الفرد أو إخفاقه ، ومنه ظهرت العديد من النظريات المفسرة لسلوك الفرد ومن بين النظريات المهمة والحديثة والتي أتى بها كل من **ألبرت باندور وجوليان روتر** نظرية التعلم الاجتماعي التي تفسر سلوكات الأفراد اتجاه المواقف المختلفة بناءا على عمليات التعلم السلوكية التي تحدث في الوسط الاجتماعي وتؤثر في العمليات السلوكية والأفعال وتبعا لهذه النظرية يتحدد سلوك الإنسان بأهداف ولقد شكل مركز الضبط اهتمام الباحثين في جميع المجالات الحياتية لما له من قدرة على التنبؤ بدوافع السلوك في المواقف المختلفة ،فضلا على انه متغير هام من الشخصية نستطيع من خلاله تحديد مصدر المسؤولية عن نتائج سلوكاتنا ، وانطلاقا من هذا فان الأفراد ذوي الضبط الداخلي يعتقدون أنهم مسؤولون عن نتائج أفعالهم إذ كانت سلبية أو ايجابية ويرون انه تحكمها قوى داخلية (الجهد ، القدرة ، أو المهارة) بالمقابل فان ذوي الضبط الخارجي يعتقدون أنهم غير مسؤولين عن ما يحدث لهم إن كان سلبيا أو ايجابيا ويرون إن نتائج أفعالهم تحكمها قوى خارجية (الحظ ، الصدفة ، تدخل الآخرين).

كما اعتبر علماء النفس المعرفي " إن درجة الضبط هي العملية الذهنية التي تضبط أداء الفرد وتحكم توجهاته وتعكس مدى سيطرته على ما يدور حوله من أحداث وافترضوا إن عملية الضبط وتحمل المسؤولية هي ظاهرة ذهنية أدائية تنمو مع العمر وتتحسن بزيادة تفاعلات الطلبة مع المواقف والمتغيرات التي تعد لهم **(نايفة فطامي،2003، ص61)**

- كما إن العوامل المتعلقة بشخصية الفرد مثل نمط الشخصية ومركز الضبط وفاعلية الذات والصلابة النفسية لها أهمية كبيرة في تحديد قدرة الفرد على التحكم والتعامل مع الضغوط.

(لؤلؤة حمادة ، حسن عبد اللطيف ، 2002 ، ص53)

قد حاولت الدراسات الاهتمام بمجال الضغوط خلال السنوات الأخيرة وقد تناولت هذه الدراسات متغير الصلابة كأحد أهم هذه المتغيرات الإيجابية.

(نبيل كامل دخان وإبراهيم بشير الحجار،2006، ص277)

ويتصف ذوو الصلابة النفسية بالتفاؤل والهدوء الانفعالي والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط فهم بذلك يحققون النجاح في التعامل مع الضغوط ومنه الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم المواجهة بفاعلية وهذا يدل على أن الفرد لديه سوى حال من الثقة النفسية وهكذا فان ذلك الفرد يقدر المواقف الضاغطة على أنها اقل تهديدا ويستمر بشكل إيجابي. **(عباس مدحت، 2010،ص157)**

- ومنه فان الدراسة المقدمة تصبوا إلى معرفة العلاقة بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس ومنه جاءت تساؤلات الدراسة كالتالي:

أ. هل توجد علاقة بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس؟

ب. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الضبط الداخلي وذوي الضبط الخارجي في الصلابة النفسية ؟

ج. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى إلى متغير الجنس ؟

د. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى إلى متغير الجنس ؟

ه. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى إلى متغير السن ؟

و. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى إلى متغير السن ؟

8- فرضيات الدراسة:

أ. توجد علاقة ارتباطيه بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس.

ب. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية.

ج. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى إلى متغير الجنس لدى طلبة علم النفس.

د. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى إلى متغيرالجنس لدى طلبة علم النفس.

ه. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى إلى متغير السن لدى طلبة علم النفس.

و. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى متغير السن لدى طلبة علم النفس.

9- أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس.
- التعرف عن الفروق بين ذوي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس.
- معرفة الفروق بين الجنسين في مركز الضبط لدى طلبة علم النفس.
- إبراز الفروق في السن في مركز الضبط لدى طلبة علم النفس.
- إلقاء مزيد من الضوء على مفهوم الضبط الداخلي – الخارجي من حيث النشأة والتطور.
- معرفة مستوى متغيرات الدراسة لأفراد العينة (مركز الضبط – الصلابة النفسية – الجنس– السن).

10- أهمية الدراسة:

ترجع أهمية الدراسة إلى:

- أهمية مركز الضبط في حد ذاته لكونه متغير أساسي من متغيرات الشخصية أو ضرورة البحث في تربية الضبط الداخلي لدى الطلبة لما له من دور فعال وايجابي في حياة الطالب والمجتمع معا لان رعاية رأس المال البشري وحسن توجيهه هو جوهر كل تنمية وبناء.

لذلك تبرز أهمية هاته الدراسة في أهمية مركز الضبط في العمل الإرشادي الذي يمارسه مستشاري التوجيه في المؤسسات لمساعدة الطلبة في حل مشاكلهم

كما تسهم هذه الدراسة في تسليط الضوء على علاقة الصلابة النفسية بمركز الضبط وتفاعل الطلبة مع هذين المتغيرين.

11- الدراسات السابقة:

أولا-الدراسات التي تناولت مركز الضبط :

الدراسات العربية:

1. **دراسة دروزة 1988 :** حول **مركز الضبط وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي للطالب الجامعي وجنسه وتخصصه وفق امتحان البكالوريا** من بين النتائج التي وجدت إن هناك علاقة ايجابية بين مركز الضبط وارتفاع مستوى التحصيل الدراسي لصالح الضبط الداخلي وفي سنة 1997 أعدت **دروزة** الدراسة باستخدام عينة مكونة 250 طالب من نفس الجامعة وجدت نفس النتائج.

(افنان دروزة ،2008 ، ص449-450)

دراسة ابتسام هادي احمد العفاري2011 : حول **معرفة العلاقة بين وجهة الضبط والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى** إعداد العينة (874) من مختلف التخصصات

تم تطبيق (مقياس وجهة الضبط الداخلي–الخارجي) من إعداد **علاء الدين كفافي 1982** ومقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية إعداد **عبد الله الرويتع 2007** واستخدمت المنهج الوصفي وانتهت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه ودالة إحصائية بين وجهة الضبط والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية. **(ابتسام هادي احمد العفاري ، 2011 ،105)**

2. **دراسة سناء العطاري (1999)** : معرفة مستوى التفكير الناقد لدى طلاب الجامعات الفلسطينية وعلاقته بمركز الضبط لديهم واتجاه مقياس مركز الضبط واختبار كاليفورنيا لقياس مهارات التفكير الناقد وكانت النتائج وجود علاقة دالة إحصائيا بين التفكير الناقد ومركز الضبط ووجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في مركز الضبط لصالح الإناث .

(ابتسام هادي احمد العفاري ، 2011 ، ص66)

3. دراسة نبرين بكير (2001) : بدراسة معرفة اثر برنامج إرشادي في الضبط الذاتي في تحسين مستوى التحكم بالغضب ومركزية الضبط لدى عينة من طالبات الصف الأول الثانوي (36) طلبة واستخدمت مقياس التحكم بالغضب من إعداد **(للينيت LYNETTE 1988)** ومقياس مركز الضبط **(لبرهوم 1979)** وكانت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتين التجريبية والضابطة، حيث أصبحت المجموعة التجريبية أكثر توجها نحو مركز الضبط الداخلي.

(المرجع السابق.ص68)

4. **دراسة منيرة منصور (2008)** : حول معرفة العلاقة بين الخجل ووجهة الضبط الداخلي – الخارجي) عينة الدراسة (750) طالبة من المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة واستخدمت مقياس الخجل للدريني ومقياس مركز التحكم للأطفال إعداد **(فاروق موسى 1981)** وكانت النتائج إلى إن الخجل يتوزع بمستويات مختلفة بين طالبات المرحلة المتوسطة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في

وجهة الضبط الداخلي الخارجي لدى مرتفعات ومنخفضات الخجل من طالبات المرحلة المتوسطة توجد فروق ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط (الداخلي) لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، تبعا للمستوى التعليمي للأب والأم. **(مرجع سابق، ص68).**

5. **دراسة جرادي تجاني (2007): مركز التحكم و الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الابتدائية لدى عينة من معلمي المدرسة الابتدائية** متكونة من (220) معلم و معلمة (123) ذكور و (97) إناث مختارة عشوائيا واستخدم المنهج الوصفي و استخدم مقياس مركز التحكم **(جوليان روتر)** و مقياس الاحتراق النفسي **(لماسلاش و جاكسون)** الذي قام بإعداده **(فاروق عثمان 1988)** و انتهت الدراسة إلى إن هناك علاقة ارتباطيه (0.63) و هي نتيجة دالة إحصائيا . **(جرادي تجاني،2007)**

الدراسات الغربية:

1. **دراسة بارتال BARTAL 1980** حول **علاقة مركز الضبط بكل من التحصيل الأكاديمي ومستوى القلق والطموح** استخدم عينة عشوائية تكونت من 2438 تلميذ وتلميذة من الصف الأول ثانوي من مختلف القوميات (افريقية – أسيوية – أوروبية – أمريكية) باستخدام مقياس **بيك وروتر** للضبط فوجد إن الطلبة المنضبطين داخليا كانوا أعلى تحصيلا واقل قلقا وأعلى طموحا مقارنة بنظائرهم المنضبطين خارجيا . **(افنان دروزة ،2008 ، ص448)**
2. **دراسة ابداون1980** في **العلاقة بين مركز الضبط وكل من الذكاء والتحصيل الأكاديمي** وجد إن التحصيل الدراسي يتأثر باتجاه الضبط وكلما كان الضبط أكثر داخليا كان التحصيل الدراسي أكثر ارتفاعا عند المراهقين الأسوياء ولم يتأثر بمستوى الذكاء

(زينب بن بريكة ،2003 ، ص58)

دراسة وود وآخرين WOOD ETA (2009) موضع الضبط والنجاح الأكاديمي على عينة من المتنوعين عرقيا (106) من طلاب كلية التمريض في بعض الجامعات الكبرى (16) الذكور و(90) إناث وتوصلت الدراسة إلى إن طلاب التحكم الخارجي اقل مستوى الدراسي وتميز طلاب التحكم الداخلي بوجود استراتيجيات النجاح الأكاديمي ، وحتى علاقاتهم الاجتماعية كانت جيدة.

(المرجع السابق ، ص65)

ثانيا-الدراسات التي تناولت متغير الصلابة النفسية :

-الدراسات العربية:

1. **دراسة حدة يوسفي (2013)** بعنوان **الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة** تكونت العينة من 75 طالبة من جامعة باتنة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي واستخدمت مقياس الصلابة من إعداد **عماد مخيمر** ومقياس استراتيجيات المواجهة من إعداد **أنور الشرقاوي.** **(حدة يوسفي ، 2013 ، ص117)**

2. **دراسة قام بها السيد (2007)** بعنوان **العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية** وكانت العينة من 242 طالب جامعي أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب ودال إحصائيا بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية. **(بشير معمرية ، 2012 ، ص76)**

3. **دراسة خالد العبدلي (2012)** تحديد علاقة الصلابة النفسية بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة وكانت النتائج وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة نفسية والصلابة النفسية.

4. **دراسة مخيمر (2002):** بعنوان اثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرين من متغيرات المقاومة والوقاية من الأحداث الضاغطة ، كانت العينة من 75 طالب و96 طالبة وأظهرت

النتائج إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية لصالح الذكور والمساندة الاجتماعية لصالح الإناث.

5. **دراسة الدكتورة تنهيد عادل فاضل البيرقدار (2011):** بعنوان **الضغط النفسي وعلاقته الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بالموصل** واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي بلغت عينة الدراسة (843) طالب وطالبة من جميع الأقسام استخدمت مقياسين الأول الضغط النفسي والثاني الصلابة النفسية الذي أعدته الباحثة وكانت النتائج وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغط النفسي و الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور ووجود فروق في الضغط النفسي و الصلابة النفسية لصالح التخصص العلمي .

-الدراسات الغربية:

1. **دراسة كلارك (1995) CLARK** : قابلية التعرض للضغوط وعلاقته بعدة عوامل وهي الجنس والسن ومصدره الضبط والصلابة النفسية ونمط السلوك ، تكونت العينة من 283 طالب جامعي في نيوزيلندا وأظهرت النتائج على إن التباين بين عاملي الصلابة النفسية والسن هو الأكثر مساهمة في مدى التعرض للضغوط ، والأفراد الأكثر صلابة والأصغر سنا ذوي عادات صحية جيدة مقاربة بالأفراد الأكبر سنا والأقل صلابة نفسية. **(بشير معمرية ، 2012 ، ص76)**

2. **دراسة جيرسون (1998):** بعنوان **العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات العليا** كانت العينة من 101 طالب وخلصت الدراسة إلى إن الطلبة المرتفعي الصلابة النفسية كانوا يستخدمون مهارات مواجهة الضغوط حيث وجد إن الطلاب الذين

حصلوا على درجات عالية من الصلابة النفسية كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها اقل ضغطا من الطلاب الأقل الصلابة النفسية.

(نبيل كامل دخان وإبراهيم بشير الحجار ، 2006 ، ص376)

3. **دراسة وليام ويد سميث (1992):** بعنوان **دور عمليات المواجهة كوسائط في العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة الجسمية** تكونت العينة من 166 من طلبة الجامعة وأظهرت النتائج وجود علاقة بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة الفعالة مثل التركيز على المشكلة وأشارت الدراسة على وجود علاقة حسابية بين الصلابة واستراتيجيات المواجهة الغير الفعالة مثل التجنب. **(زينب نوفل احمد راضي ، 2008 ، ص126)**

ثالثا–التعليق على الدراسات السابقة:

نلاحظ من الدراسات السابقة والبحوث التي أجريت في هذا المجال مايلي :

أن الدراسة الحالية اتفقت مع بعض الدراسات واختلفت مع بعضها من حيث المتغيرات والعينة وأدوات القياس وفيما يلي سنناقش أوجه الاتفاق والاختلاف.

- الاتفاق مع الدراسات من حيث دراسة إحدى متغيري الدراسة بحيث أن كل متغير وحده وهذا احد الاختلافات مع الدراسات السابقة بحيث لم نجد دراسة تضم المتغيرين مع ، إلا إن جل الدراسات تناولت كل متغير على حدي ، لكن اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث العينة وأدوات القياس والمنهج المستخدم في الدراسة فمثلا دراسة " **دروزة**" و"**ابتسام هادي احمد العفاري** " كانت على طلبة الجامعة ودراسة " **وود وآخرون** " و" **سناء العطاري**" أيضا على الطلبة الجامعة ودراسة " **نبرين بكير** " و " **منيرة منصور** " أيضا الطلبة الجامعيين وكذلك دراسة " **حدة يوسفي** " **ودراسة السيد** " على الطلبة الجامعيين وان اختلفت العينة ومعظم الدراسات فيها عينة الطلبة ، فمثلا دراسة " **مخيمر**

" أظهرت متغير الجنس أي وجود فروق في متغير الجنس لصالح الذكور أما دراسة " **بارتال** " فكانت العينة تلاميذ المرحلة الثانوية.

- أما من حيث الأدوات فاتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات من حيث أدوات الدراسات حيث استخدم في جميع الدراسات مقياس كل من مركز الضبط والصلابة النفسية.

12- مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

تعد المصطلحات و التعريفات وجهة نظر معينة يلتزم بها الباحث في بحثه و بما ان علم النفس غني بالنظريات فهو غني بالتعريفات و لذلك سيتم إدراج التعاريف الإجرائية للمفاهيم الأساسية في الدراسة و الالتزام بها .

a. مركز الضبط Locus of Control :

إصطلاحا: يعتبر مفهوم مركز الضبط من المفاهيم الحديثة نسبيا في الدراسات السيكولوجية ، و لهذا تعددت الترجمات العربية للمصطلح الأجنبي " Locus of Control " مثل مركز التحكم ، مصدر التحكم وجهة التحكم – وجهة ضبط – مصدر الضبط ، موقع الضبط ، مركز الضبط، و كل هذه الترجمات لا تكشف عن المعنى المقصود، و من الوجهة النفسية فالفرد ذو البنية النفسية الداخلية يتحكم بسلوكاته و الأحداث من حوله ، أما الفرد ذو البنية النفسية الخارجية تتحكم الأحداث و المواقف به ، دون تدخل يذكر من جانبه ، و بذلك يكون مركز الضبط أكثر الترجمات دلالة على المفهوم من الناحية السيكولوجية. **(أمل الأحمد ، 2001 ، ص 209)**

إجرائيا: هو الدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة في استبيان مركز الضبط المعتمد من طرف **أبي مولود 2008** و ينقسم إلى بعدين:

- **بعد الضبط الداخلي:**هو اعتقاد الطالب انه ليس مسؤولا عما يحدث له سواء كانت الأحداث ايجابية او سلبية وذلك نظرا لما يملكه من قدرات و مجهودات و خصائص شخصية .

إجرائيا: وهو حصول الطالب على درجات منخفضة على مقياس مركز الضبط.

- **بعد الضبط الخارجي:** اعتقاد الطالب انه ليس مسؤولا عن مايحدث له سواء كانت الأحداث ايجابية او سلبية و هذا بتدخل عوامل خارجية كالقدرة و الصدفة الحظ او مساعدة الآخرين له.

إجرائيا: وهو حصول الطالب على درجات مرتفعة على مقياس مركز الضبط.

ب- الصلابة النفسية:

إصطلاحا: يعود مفهوم الصلابة النفسية إلى الباحثة **كوبازا** حيث توصلت إلى هذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص لصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم لضغوط .

تعرف **كوباز** الصلابة النفسية بأنها اعتقاد عام لدى الفرد بفاعلية وقدرته على استخدام من كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة التي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراك غير محرف ويفسرها بواقعية ومنطقية ومتعاين معها على النحو الايجابي ومتضمن ثلاثة أبعاد وهي بالالتزام والتحكم والتحدي.

ويعرفها "**مخيمر**" بأنها مجموعة من الحالات الشخصية ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية وهي ذات حالة فرعية تقف للالتزام والتحدي والتكم يراها الفرد على أنها خصال له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة وفي التعايش معها. **(بشيرمعمرية 2013 ، ص65)**

إجرائيا: هي قدرة الفرد علي تجاوز الضغوط النفسية التي يتعرض لها عن طريق استخدامه المعطيات المتوفرة في مجتمعه كالمساندة الاجتماعية و تقاس عن طريق الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته علي فقرات مقياس الصلابة النفسية.

هوامش الفصل الأول :

1. ابتسام هادي احمد العفاري ، علاقة وجهة الضبط والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى.
2. أفنان دروزة ، 2008 ، العلاقة بين مركز الضبط ومتغيرات أخرى ذات علاقة لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية ، ومجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد الخامس، العدد 01 ، جامعة النجاح الوطنية ، غزة.
3. بشير معمرية ، 2012 ، دراسات في علم النفس الايجابي ، دار الخلدونية الجزء 03 ، الجزائر
4. حدة يوسفي 2013 ، الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من طالبات الجامعة ، مجلة دراسات ، العدد 24 جامعة الاغواط .
5. زينب بن بريكة ، 2004 ، علاقة مركز بمستوى الطموح وتأثيرها على الأداء الدراسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر.
6. زينب نوفل احمد راضي ،2008 ، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير في الصحة النفسية ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة.
7. عباس مدحت 2010 الصلابة النفسية كمبني لخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي الإعدادية، مجلة كلية التربية المجلد ، 26 ، الرياض.
8. لؤلؤة حمادة، حسين عبد اللطيف، 2002 ، الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة ، مجلة الدراسات النفسية ، المجلد 12 ، العدد 02.

9. نايفة الفطامي ، 2003 ، أثير للتغير الجنس والصف ودرجة داخلية الضبط في درجة الدافعية المعرفية للتعلم عند المتفوقين دراسيا مجلة العلوم التربوية ، الدوحة.

10. نبيل كامل دخان وإبراهيم بشير الحجار، 2006، الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها الصلابة النفسية، المجلد الرابع، العدد 2.

الفصل الثاني

مركز الضبط

-تمهيد .....

1- التطور التاريخي لمفهوم مركز الضبط

2- تعريف مركز الضبط

3- فئتا مركز الضبط

4- خصائص و سمات فئتي الضبط

5- العوامل المؤثرة في تحديد مركز الضبط

6- تفسير مركز الضبط في ضوء نظرية التعلم الإجتماعي

7- العزو السببي

8- الفرق بين مفهومي العزو السببي ومركز الضبط

9- تربية مركز الضبط

- خلاصة الفصل .

تمهيد

إن مفهوم مركز الضبط من المفاهيم القديمة والحديثة بحيث هو مفهوم قديم جدا في فلسفتنا إلى ما ينسب إلى المسؤولية والجزاء وهو حديث من حيث التناول والاهتمام بها بشكل كبير في السنوات الأخيرة على اعتبار انه متغير هام من متغيرات الشخصية وهو السمة التي نستدل من خلال توقعاتنا لما تحدثه سلوكاتنا .

وفي هذا الفصل سنتعرف على التطور التاريخي لهذا المفهوم ثم مفهوم مركز الضبط ومن خلاله نحدد فئتي الضبط بحيث نستدل على أبعاده ونتعرف على خصائص كل فئة والعوامل المؤثرة في في نشأة هذين البعدين لمركز الضبط وسنحاول إيضاح أعمق لهذا المتغير من خلال التعرف على النظرية التي نشا منها وثم نحاول تفسير الاختلاف بين مفهومي مركز الضبط والعزو السببي كمفهومين طال الخلط بينهما في بعض البحوث النفسية .

10. التطور التاريخي لمفهوم مركز الضبط:

ان اول ما ظهرت كلمة الضبط في المجال السيكولوجي كانت من خلال نظرية **سايبرنتكس Cybernetics** العلامة **فينز (Fiener 1948)** والتي كانت تعني القدرة على التحكم أو السيطرة، وهي في الأصل كلمة يونانية تعني ربان السفينة ، وأخذت هذه النظرية مفاهيم آلية إذ أن العلماء في زمن ما بعد الحربين تأثروا كثيرا بالآلات والتطور التكنولوجي وحاولوا إيجاد حلول لكثير من المشاكل التي كانت تواجههم واهتموا بالتفسير الآلي لسلوك الإنسان وأهملوا دور الحاجات والدوافع التي تمكن وراء هذا السلوك ، وكذا القدر على الفهم وإدراك المواقف ومحاولة التحكم فيها .

حينها ظهر اتجاه جديد أعطى قيمة اكبر للإنسانية وأثر العوامل النفسية والاجتماعية في توجيه السلوك وكان ذلك على يد **(روتر Rotter)** ونظريته في التعلم الاجتماعي ، ففي السنوات الأخيرة من

الأربعينيات وأوائل الخمسينيات تطورت نظرية التعلم الاجتماعي حيث تم نشر كتاب هام لروتر وهو "التعلم الاجتماعي وعلم النفس الإكلينيكي" سنة 1954 لذلك يعتبر **روتر** أول من قدم مفهوم لمركز الضبط في نسق نظرية متكامل يستند فيه إلي مدرستين كبريتين هما المدرسة السلوكية والمدرسة المعرفية بالإضافة إلى الدراسات التي تناولت الأداء الناجح والفاشل.

(فاروق عبد الفاتح ،1988 ، ص955)

و في الستينات من القرن الماضي تضافرت الجهود لتوضيح وتطبيق النظرية في المجالات المتعددة في إطار تطور بحوث الشخصية والقياس ، فتم نشر كتاب **لروتر** خاص بالضبط الداخلي والخارجي، وعلي العموم توصلت هذه النظرية في سنة **1966** إلى أن الاستجابة تتوقف علي نوع المكافأة، سواء كانت إيجابية أو سلبية ، هذا ما جعل **روتر** يقول الأثر الذي يتركه التعزيز على السلوك لا يجب ان ينظر إليه على انه مجرد عملية إدراك بسيطة فمركز الضبط يصف اعتقاد الفرد فيما يخص حتمية تعزيز سلوكه. **(محمد عناصيري ، 2002 ، ص66)**

ثم قام كل من **فارس Phares وجيمس James** بتطوير هذا المفهوم ليحتل مكانة هامة منذ ذلك الحين في بحوث علم النفس الاجتماعي والشخصية **(زينب بن بريكة ، ص15).**

و قد اهتم عدد من الباحثين بدراسة المفهوم بوصفه متغيرات هاما لتفسير السلوك الإنساني في مختلف المواقف الحياتية الهامة وإمكانية التنبؤ به وذلك من خلال البحوث والدراسات التي استخدمت هذا المفهوم على نطاق واسع في مجالات مختلفة من الدراسات الشخصية وتعديل السلوك والتنشئة الاجتماعية والتوافق والصحة النفسية والعلاج النفسي والتعليم والتحصيل الدراسي ... الخ.

11. تعريف مركز الضبطLocus of Control :

يعتبر مفهوم مركز الضبط من المفاهيم الحديثة نسبيا في الدراسات السيكولوجية ، ولهذا تعددت الترجمات العربية للمصطلح الأجنبي " Locus of Control " مثل مركز التحكم ، مصدر التحكم وجهة التحكم – وجهة ضبط – مصدر الضبط ، موقع الضبط ، مركز الضبط ، وكل هذه الترجمات لا تكشف عن المعنى المقصود ، ومن الوجهة النفسية فالفرد ذو البنية النفسية الداخلية يتحكم بسلوكاته والأحداث من حوله ، أما الفرد ذو البنية النفسية الخارجية تتحكم الأحداث والمواقف به ، دون تدخل يذكر من جانبه ، وبذلك يكون مركز الضبط أكثر الترجمات دلالة على المفهوم من الناحية السيكولوجية **(أمل الأحمد ، 2001 ، ص 209)**

و قد تعددت التعريفات لهذا المفهوم وسوف نأخذ بعضها حسب تسلسلها التاريخية.

تعريف روتر Rotter 1966 :

« هو سمة من سمات الشخصية وهو متغير سيكولوجي ساعد على فهم السلوك والتنبؤ به ، ويرتبط اعتقاد الفرد بأن القدرة على السيطرة في الأحداث والأفعال الخاصة بحياته الشخصية بموقع الضبط الداخلي ، في حين يرتبط اعتقاد الفرد أنه ليس لديه القدرة على السيطرة في الأحداث والأفعال الخاصة بموقع الضبط الخارجي ».

تعريف ليفكورت Lefcourt 1976 :

« مركز الضبط يعتبر بعدا من أبعاد الشخصية حيث تؤثر في العديد من أنواع السلوك ، وان اعتقاد الفرد بأنه يستطيع التحكم في أموره الخاصة والعامة ويسمح ذلك له بالاستمرار علي قيد الحياة دون قهر ويتمتع بحياته ، ومن ثم يمكنه التوافق مع البيئة التي يعيش فيها » **(المرجع سابق ، ص14)**.

تعريف لازاروس Lazarus 1981 :

« إن الفرد صاحب الضبط الداخلي يعتقد كفاءته وقدرته على ضبط النتائج في عالمه الخاص ، وله توقعات إيجابية فيما يتعلق بالثقة والاعتماد على النفس ، أما صاحب الضبط الخارجي لديه توقعات سلبية فيما يتعلق بالثقة بالنفس وبكفاءته على التحكم في نتائج الأحداث ولديه اعتقاد بأنه يعمل في عالم عدائي » .

تعريف موريس 1982 :

« مركز الضبط يعتمد على كيفية تأثير التدعيمات في السلوك »

(زينب بريكة ، مرجع سابق ، ص 16).

تعريف روهر Rohr 1985:

« مركز الضبط الداخلي يرتبط بالاعتقاد بأن الفرد لديه قدرة السيطرة على الأحداث والأفعال الخاصة بحياته الشخصية بينما مركز الضبط الخارجي يرتبط بالاعتقاد أن الفرد ليست لديه القدرة على السيطرة من الأحداث الخاصة بحياته » .

تعريف فارس Phares :

« مركز التحكم يؤدي دورا مهما فضلا عن متغيرات أخرى في اكتساب الفرد المعلومات مثل قيمة الحاجة المطلوبة إشباعها وتوقعات النجاح وطبيعة الموقف وتوقعات حل المشكلة ».

(مصطفى القمش ، 2006 ، ص18).

تعريف أفنان دروزة 1988 :

« الموقع أو المصدر الذي تنطلق منه مسببات السلوك التي يدرك بها الفرد أنها المسؤولية عن نجاحه أو فشله ، بمعنى أخر مركز الضبط يعني الطريقة التي يدرك بها الفرد العوامل المسببة لنتائج سلوكه ،

سواء كانت هذه النتائج مرضية ، كالثواب وبجميع أنماطه أو غير مرضية كالعقاب بجميع أشكاله هي كامنة في نفسه أو صادرة عن ظروف وأحداث خارجية فوق قدرته وطاقاته وإمكانياته ».

(أفنان دروزة ، 2007 ، ص445)

تعريف ليوناردي Leonardi 1996 :

« مركز الضبط يتعلق بالتصورات التي يحددها الفرد عن قدرته في التحكم للتوصل الى ضبط الوضعية الداخلي يرتبط بالاعتقاد بان الفرد لديه قدرة السيطرة على الأحداث والأفعال الخاصة بحياته الشخصية بينما مركز الضبط الخارجي يرتبط بالاعتقاد إن الفرد ليست لديه القدرة على السيطرة من الأحداث الخاصة بحياته » . **(حكيمة ايت حمودة وآخرين ، 2008 ، ص154)**

تعريف نايفة قطامي 2003 :

« عملية الضبط هي عملية ذهنية فمركز الضبط هو متغير أساسي من متغيرات الشخصية يتركز على الاعتقادات التي يكونها الفرد وعلى أساسها يحدد توقعات للاستجابة السلوكية » .

(نايفة قطامي ، 2003 ، ص64)

تعريف حمودة ، خطار ، بوشوب 2008 :

« مركز الضبط هو متغير أساسي من المتغيرات الشخصية يتركز على الاعتقادات التي يكونها الفرد وعلى أساسها يحدد توقعات للاستجابة السلوكية.»

(حكيمة ايت حمودة وآخرين ، مرجع سابق ، ص154)

من خلال هذه التعاريف نجد أنها كلها اتفقت علي إن مركز الضبط متغير أساسي من المتغيرات الشخصية يرتبط بالاعتقاد والتوقع لمحددات السلوك ونجد أن كل من **روتر ليفكورت** ، **روهر** أضافت التعريف باتجاهي الضبط . فيما قدمت التعاريف الباقية **(أفنان دروزة)** **(ليوناردي)** **(حمودة ، خطار** ،

بوشوب) (نايفة قطامي) انه متغير ذهني يعني بالتصورات المتسببة لسلوك الأفراد ، وقدم **فارس Phares** في تعريفه دور مركز الضبط في إدراك السلوك وحيثياته وكيفية التعامل مع الموقف.

12. فئتا مركز الضبط:

أشار **روتر (1971)** أن الأفراد الذين لديهم الشعور بالمسؤولية الاجتماعية على ما يحدث لهم هم أفراد ذوو اتجاه داخلي ، بينما الأفراد الذين يعتقدون أنهم لا حول ولا قوة لهم وأن مصائرهم تحت رحمة القدر يعتقدون أنهم لا يتمتعون بالمسؤولية الكاملة عما يحدث لهم ذوو توجيه خارجي.

(رشاد عبد العزيز موسى ،1989 ، ص18).

و من خلال التعاريف المقدمة لمركز الضبط يمكننا القول أن الأفراد ينقسمون إلي فئتين في مركز الضبط، أو في تكوين الاعتقاد الخاص بالسلوك ، وهم فئة الضبط الداخلي وفئة الضبط الخارجي .

3-1- فئة الضبط الداخلي:

الضبط الداخلي سمة شخصية تمكن الشخص من أن ينسب إنجازاته وقراراته وأعماله سواء كانت هذه الإنجازات والأعمال والقرارات ناجحة أو فاشلة إلى ما لديه من قدرات ، وما يستطيع أن يبذله من جهود ، وما يقدر عليه من مثابرة من أجل قيامة بالنشاطات والإجراءات اللازمة لتحقيق الأهداف التي يضعها نصب عينية ، وبذلك يغدو بإمكانية التحكم بالكثير من مجريات الأمور في بيئته.

(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص17)

و ترى **أمل الأحمد 2001** أن المتعلم الذي يدرك العلاقة السببية بين سلوكه والمعززات الداعمة لها سواء كانت هذه المعززات إيجابية أو سلبية ، ينشأ لديه اعتقاد بالتحكم الداخلي ويولي المهارات والمكانة هامة في تعلمه مختلف أساليب السلوك في معظم المواقف التي يمر بها إن لم يكن كافة.

(أمل الأحمد ، مرجع سابق ، ص 209)

فتوقعات التحكم الداخلي تنمو عند أفراد يؤمنون بالفعل أن ما يقومون به من أفعال تؤثر في طريقة معيشتهم ، فهم يعتبرون بهذا ايجابيون لهم القدرة علي التأثير في الحياة الاجتماعية.

(فاروق عبد الفتاح ، مرجع سابق ، ص93)

و مما سبق يمكننا القول أن ذوي الضبط الداخلي هم أفراد ايجابيون يتحملون مسؤول نتائج سلوكاتهم فيرون أن النجاح والأحداث الإيجابية نتيجة لجهدهم وكفاءتهم ، ويرون أن الفشل والأحداث السلبية هي كذلك نتيجة لقلة جهدهم وعدم كفاءتهم .

إذا فالأفراد ذوي الضبط الداخلي يتحملون مسؤولية كل ما يحدث لهم وينسبون المسؤولية إلي عوامل شخصية .

3-2- فئة الضبط الخارجي:

مركز الضبط الخارجي سمة يمكن الشخص من ان ينسب إنجازاته وقدراته وأعماله ، سواء كانت هذه الإنجازات والأعمال والقرارات ناجحة أو فاشلة إلي عوامل خارجية بعيدة عن قدراته وإمكانياته الذاتية مثل الصدفة ، الحظ ، والقدر ، وسلطة الآخرين ، وبالتالي فهو عاجز عن توجيه معظم ما يجري من أمور في بيئته أو عالمه الشخصي والتحكم بها.

(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص18)

و يري **روتر** أن الضبط الخارجي يصفه الفرد الذي يعتقد أن ما يحدث له في مواقف معينة ليس مرتبطا بما يفعله في هذه المواقف ، بل مرتبط بالحظوظ ، ولأن القدر بجانبه ، أو بسبب تدخل أشخاص ذوي نفوذ ، أو تأثيرهم ، أو لهذا الأشياء جميعها ، أي أن الأفراد ذوي الضبط الخارجي هم فئة الأفراد الذين يرون أنفسهم تحت تحكم قوى خارجية لا يستطيعون التأثير فيها.

(فاروق عبد الفتاح ، مرجع سابق ، ص95)

و ترى **أمل الأحمد** أن المتعلم الذي لا يدرك العلاقة السببية بين سلوكاته والمعززات الداعمة لها ، ينشأ لديه اعتقاد بالتحكم الخارجي ، ويولي الصدفة الدور الأكبر في تعلمه أساليب السلوك المختلفة.

(أمل الأحمد ، مرجع سابق ، ص210)

و من خلال ما تقدمه يمكننا القول أن فئة الضبط الخارجي هم الأفراد الذين يعتقدون أن الفشل والنجاح أو الأحداث الإيجابية أو السلبية هي نتيجة لحسن الحظ أو القدرة أو سواهما ومساعدة الآخرين لهم وغير ذلك من القوى الخارجية

إذا فالذين لديهم ضبط خارجي هم أولئك الذين يعتقدون بأنهم غير مسؤولين عن الأحداث التي تحدث لهم سواء كانت هذه الأحداث إيجابية أو سلبية .

13. خصائص وسمات مركز الضبط

توصل **وينر Weiner** إلى أربعة عوامل تؤثر في مواقف الفرد من حيث وجهة الضبط ، وهذه العوامل هي : قدرة الفرد ، المجهود الذي يبذله ، وصعوبة الموقف ، والحظ وأو الصدفة ، كما توصل الى أن الأفراد يختلفون في تقديرهم لأهمية هذه العوامل. **(الجوهرة عبد الذواد ،ص 120)**

و هذه العوامل في الحقيقة هي مؤشرات تتحدد بها خصائص كل فئة ، وتتمثل هذه المؤشرات حسب **روتر**في الذكاء والمهارات والجهد أو السمات الشخصية المميزة للداخلين والحظ والصدفة وتدخل الآخرين للذين لهم التحكم الخارجي .

4-1- خصائص وسمات ذوي الضبط الداخلي :

إن الأفراد ذوو الضبط الداخلي يعتقدون في أنفسهم أنهم أذكياء يملكون قدرات عقلية تؤهلهم للسيطرة على أحداث حياتهم ، كما أنهم يملكون المهارات والكفاءة المكتسبة من تجاربهم السابقة ، وكذا الجهد المبذول في سبيل الوصول الى أهدافهم، ويملكون مجموعة من السمات تمكنهم من التحكم في الأحداث.

وسنأخذ مجموعة من هذه السمات حسب أراء الباحثين:

يرى برودلينغ(Prodling 1975) أن ذوي التحكم الداخلي أكثر دافعية للعمل من ذوي التحكم الخارجي. **(المرجع السابق ، ص127)**

و يري أبراين 1984 أنهم أكثر قدره على التخطيط ، وأكثر استقلالية ، مستعدون لبذل الجهد الأكبر من عماهم ، يستغلون أوقات فراغهم ، كما أنهم يرون أنفسهم منجزون مسيطرون على المواقف متحكمون بها ، أذكياء حازمون فعالون ، ذوو نفوذ ، عمليون ، لديهم نظرة بعيدة للزمن ، مدركون للحاضر والماضي والمستقبل. **(أفنان دروزة ، مرجع سابق ، ص46.47)**

هذا من الناحية العملية أو من الناحية نظرية وقناعاتهم في العمل ، فهم يملكون صفات تجعل منهم قادرين على النجاح في هذا الميدان .

أما من الناحية المعرفية فترى فاطمة فرير (1984) أنهم ذوو تفكير سليم وإرادة قوية، واثقون في أنفسهم **(الجوهرة عبد الله الذواد، مرجع سابق،ص127)**

و يرى مصطفى القمش أن لديهم : – ذاكرة جيدة وقدرة جيدة على التدرب ، – لديهم القدرة على النسيان الإخفاقات المعرفية ، – لديهم الجرأة وحب المغامرة والاطلاع ، – الأكاديمي مرتفع .

(مصطفى القمش ، 2006 ، ص18)

و هذا ما يراه مارماروش Marmaroch وايليون Elliott (1994) أن ميلهم للنشاط المعرفي يجعلهم متفوقين ، ويستخدمون استراتيجيات مواجهة أكثر تركيزا في حل المشكلات ، واثقين في قدرتهم علي اتخاذ قراراتهم الدراسية. **(حسين فايد ،2004، ص178)**

أما من الناحية الاجتماعية والانفعالية ، وحسب دراسات **دروزة (1988-1993-1997أ-1997ب)** فإنهم يتسمون بأنهم أقل قلقا – أكثر تحملا – أكثر تكيفا – أكثر مقاومة للأمراض النفسية ، أقل عدوانية ، ويتميزون بصحة جسمية وبفروق ذات دلالة إحصائية مع نظائرهم الخارجيين.

(أفنان دروزة ، مرجع سابق ، ص446)

و ترى زينب بن بريكة 2004 أنهم يشعرون بالمسؤولية ، لديهم تقدير عال لذاتهم واثقون في فعالية ما يقدمون به. **(زينب بن بريكة، مرجع سابق ، ص18)**

و ترى الجوهرة عبد الله الذواد 2002 أنهم يتصفون بالانتباه والحذر لتلك النواحي المختلفة التي تزودهم بمعلومات مفيدة عن سلوكهم المستقبلي ويقاومون محاولات الآخرين في التأثير عليهم ، يعطون قيمة كبيرة لتعزيز المهارات أو الأداء. **(الجوهرة عبد الله الذواد، مرجع سابق،ص127)**

و في دراسة مستقلة لـــــ : **أماندا ستانك Stanke 2004** ترى أنهم أقل إيمانا بالسلوك الخرافي والشعوذة وحدوث الأشياء الخارقة والمعجزات ، كما يتصف تفكيرهم بالعملية والواقعية والمنطقية.

(أفنان دروزة، مرجع سابق ، ص447)

4-2- خصائص وسمات ذوي الضبط الخارجي :

و هم الأفراد الذين يعتقدون في السيطرة الخارجية لما يحدث لهم في مواقف الحياة المختلفة .

أن هناك خصائص لذوي الضبط الخارجي ، وهي أن يكون لديه سلبية عامة ، وقلة في المشاكل والإنتاج ، وينخفض لديه الإحساس بالمسؤولية الشخصية عن نتائج أفعاله الخاصة ، ويرجع الأحداث الإيجابية والسلبية إلى ما وراء الضبط الشخصي ، ويفتقر إلى الإحساس بوجود سيطرة داخلية على هذه الأحداث. **(الجوهرة عبد الله الذواد، مرجع سابق،ص128)**

و ترى أمل الأحمد أنهم يولون الصدفة الدور الأكبر في تعلمهم أساليب السلوك ، المسايرة المفرطة ، وانعدام الثقة ، وتوقعات عالية للنجاح .

و يرى مصطفى القمش في هذا الإطار أنهم ذوي أداء أكاديمي منخفض لا يملكون الجرأة على الاستمرار في المعرفة خاملين كسالي .

و من الناحية الاجتماعية والانفعالية فهم يعانون انعدام الثقة بالنفس ، يعتقدون أنهم لا حول ولا قوة لهم ، وأن مصائرهم تحت رحمة القدر ، وانخفاض واضح في درجة الإحساس بالمسؤولية عن نتائج أفعالهم الشخصية ، لديهم مفهوم منخفض عن ذواتهم (مفهوم الذات متدني) ويتميزون بالعصابية والذهانية واضطرابات الشخصية وضعف الدافعية ، وهذا حسب دراسات (مورقان Moragan 1986) كما أن لديهم مشكلات في التكيف الاجتماعية . **(مصطفى القمش، مرجع سابق،ص128)**

و ترى دروزة 2007 أن ذوي الضبط الخارجي يدركون الزمن بنظرة ضيقة فيعون حاضرهم أكثر من ماضيهم ومستقبلهم ، وهم أكثر وهنا وقلقا وعدوانية وتشككا وأقل ثقة بالأخرين وبأنفسهم ، وأقل تبصرا بالأمور ، لا يستطيعون ضبط ما يحدث لهم ، وبالتالي فهم مضطرون غير مرتاحين :

– غير متكيفين – يعزون مسؤولية فشلهم للقوى الخارجية.

(أفنان دروزة، مرجع سابق ، ص 446 –447)

و من خلال ما تقدم حول سمات وخصائص فئتي الضبط فانه من الواضح أن ذوي الضبط الداخلي أشخاص فاعلون في المجتمع، يستطيعون تغيير مصائرهم ومصائر من حولهم لتلك القوة الداخلية المحركة لديهم.

أما ذوو الضبط الخارجي فهم أفراد سلبيون غير قادرين حتى على اتخاذ قراراتهم الشخصية، وبهذا فهم يمثلون عائقا في وجه التغيير إلى الأفضل.

بالإضافة إلى ما ذكرنا فانه من الخطأ الاعتقاد بأن كل فرد يكون أما داخلي الضبط أو خارجي الضبط تماما ، وإنما الصواب أن لكل فرد خط متصل يمتد بين النهايتين نهاية فئة الضبط الداخلي ونهاية فئة الضبط الخارجي. **(الجوهرة عبد الله الذواد، مرجع سابق،ص128)**

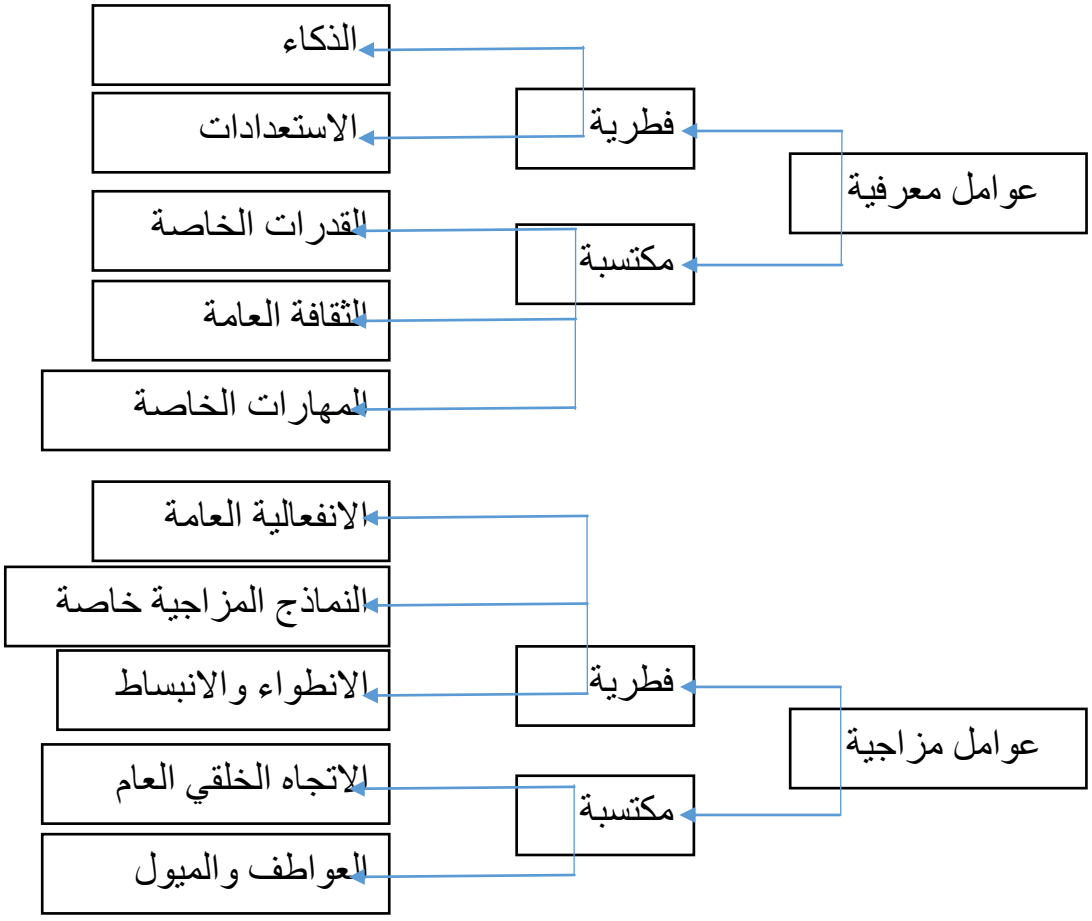
أي أنه قد نجد أشخاصا نعتقد أنهم ذوي الضبط الداخلي في موقف معين فيما يظهر أنهم لديهم ضبطا خارجيا في مواقف أخرى مختلفة، فهي مسألة نسبية لنسبة كبيرة من الأشخاص تعتمد على الموقف والاختيار.

14. العوامل المؤثرة في تحديد مركز الضبط

5-1- العوامل الفيزيائية : وهي المكونات الحيوية والمميزة للفرد كالطول والقصر وشكل الوجه ، وهي وراثية فالشكل الخارجي عامل أساسي مؤثر في شخصية الفرد وسلوكياته واختياراته .

و قد أشارت دراسة **أرشر وكاس (Archer and cach)** إن الأفراد الأقل جاذبية جسمية أكثر اعتقادا في الضبط الخارجي. **(رشاد عبد العزيز موسى ، مرجع سابق ،ص75).**

5-2- العوامل النفسية : وهي العمليات النفسية والعقلية التي يعتمد عليها الفرد أثناء القيام بسلوكاته، وقيمها **محمد العديلي 1955** إلى عوامل معرفية وعوامل مزاجية وفق المخطط التالي :



شكل رقم (01): مخطط توضيحي للعوامل المؤثرة في تكوين مركز الضبط

وهذا ما أكد عليه صلاح الدين أبو ناهية (1994) أن الضبط الداخلي يرتبط بعوامل داخلية تتعلق بالسلوك والقدرات وخصائص الشخصية. **(الجوهرة عبد الله الذواد، مرجع سابق،ص147)**

و هذا ما أكده **عبد الله سليمان 1989** من قبل، وهو أن وجهة الضبط تتأثر بالخبرات السابقة للفرد سواء كانت ناجحة أو فاشلة، وتعتمد في تكوينها ونموها على إمكانيات الفرد من ذكاء وقدرات وعلى المواقف الاجتماعية وعلى وضع الفرد وظروفه الاجتماعية.

5-3- العوامل البيئية:و هي منعكسات المحيط الذي يعيش فيه الفرد، وهي تنقسم إلى ظروف اجتماعية واقتصادية وتربوية.

الظروف اجتماعية تتعلق بالأسرة والوالدين والتنشئة الاجتماعية وما يترتب على العلاقات بين الأفراد إن كانت سلبية أو إيجابيه ، وترى **فؤاده محمد علي** 1991 أن ظروف بيئة معينة تدفع بالأفراد إلى تنمية مركز داخلي للضبط وظروف أخرى قد تدفع إلى تنمية مركز الخارجي للضبط . ويقصد بها التنشئة الاجتماعية ، فالحالة المدنية للأم والأب ، الانفصال ، أو فقدان أحد الوالدين ، يعرض الفرد إلى نوع من الحرمان العاطفي خاصة بالنسبة للأطفال .

كما أكد الباحثون أن المعاملة الوالدية هي أسلوب تربوي منهم في تحديد ملامح نفسية الطفل . فالتنشئة الأسرية تؤثر علي أسلوب التفكير وجميع الجوانب النمو الأخرين وبالتالي يتأثر بتأثر مركز الضبط وينشأ اتجاه معين للضبط تتحكم فيه وتتنبأ به وذلك اثر وجود تعزيز معين في موقف معين .

كما يرى ماكدونال (1971) أن وجهة الضبط تتعزز لدى الأبناء ويساهم في تحديدها الآباء ، وذلك أن المعاملة الوالدية وعلاقة الطفل بوالديه له أثر في تحديد وجهة الضبط.

(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص19)

كما يؤكد **الديب (1991)** أن أساليب التنشئة الاجتماعية الأسرية تؤثر في نمو الضبط الداخلي ، وتؤكد على تحملهم المسؤولية والحرية في إدارة شؤونهم ومن ثم دفعهم إلى اتخاذ القرارات بأنهم يحققون النتائج في تعلمهم. **(نايفة قطامي ، مرجع سابق ، ص65)**

كما أن الخبرات البيئة التي يكسبها الطفل أو يعيشها تساهم في تدني مفهوم الذات، وبالتالي يتكون لديه مركز ضبط بالاتجاه السلبي ، وقد أكدت هذا الكثير من الدراسات مثل **(بوكهرسين ، بونيكو ، بلاس ، وبان)** حول الحرمان الاجتماعي وأثاره على مرحلة الطفولة ، فتوصلوا إلى أن الأفراد الأكثر استغراقا

في العمليات الإجرامية والانحرافية ينتمون لبيئة والدية متدهورة تتميز بالصراعات والخلافات بين الوالدين ، وقد سجلوا درجات مرتفعة على مقياس مركز الضبط ، أي أن لديهم توجه خارجي للضبط.

(رشاد عبد العزيز موسى ،مرجع سابق ،ص76)

5-4- الظروف الاقتصادية والسياسية :مما لا شك فيه أن الظروف الاقتصادية والثقافية والسياسية تؤثر على شخصية الفرد ، وبالتالي فهي عوامل مهمة في تحديد اتجاه مركز الضبط .

يرى Joe 1981 أن المنطقة الجغرافية والظروف الاقتصادية التي يعيش فيها الطالب لها أثر كبير في تطوير مفهوم داخلية الضبط ، والتي تظهر في مواقف تعليمية تسهم في دافعيتهم المعرفية للتعلم كذلك .

و تؤكد **قطامي** "أن الطلاب الذين يعيشون في ظروف ثقافية غنية أو في المدن الكبرى يمكن أن يكونوا أكثر اعتمادا على أنفسهم ، ويزداد لديهم الضبط الداخلي" . وقد أكد هذا **عبد العزيز عبد الباسط (1993).** **(نايفة قطامي ، مرجع سابق ، ص64-65)**

و أظهرت **دراسات دروزة (1988-1993-1997ب)** التي أجريت على عينات من الطلبة الجامعيين لثلاث جامعات فلسطينية أظهرت النتائج في كل دراسة أن الشعب الفلسطيني يميل إلى الانضباط الداخلي أكثر من الانضباط الخارجي وأرجعته الباحثة إلى الظروف الصعبة التي بها من احتلال وانتفاضات ومعيقات أخرى تزيد من درجة إيمانه بنفسه وشعوره المسؤولية عن نتائج أوضاعه خيرها وشرها بما يبذله من جهد ويتحمله من مسؤولية والى تفادي أي نقص فيها.

(أفنان دروزة ، مرجع سابق ،ص485)

و في نفس السياق بالنسبة للتأثير السياسي نجد دراسة "**ماكارثي**" و"**مبير**" **1983** حول أثر العنصرية علي بعض متغيرات الشخصية اختار عينة من البيض والسود فكانت النتائج أن السود أثر ميلا للضبط الخارجي. **(رشاد عبد العزيز موسى ، مرجع سابق ،ص87)**

لذا نقول أن الظروف الاجتماعي والاقتصادية لها أثر كبير في تحميل الفر مسؤولية سلوكاته وبناء شخصيته إما سلبيا أو ايجابيا .

5-5- العوامل الدينية والثقافية :مما لا شك إن المعتقدات الدينية في تكوين شخصية الفرد ورسم اتجاهاته الفكرية والنفسية لها تأثير كبير في بناء مركز الضبط وتحديد اتجاهاته . يرى زو 1981zoe إن المجتمعات التي ترتكز علي قيم المعنية كالأصالة في الشخصية تدفع افرداها إلي أن يكونوا ذوي مصدر ضبط داخلي .

و **أكدت دراسة الجوهرة 2002** والتي كانت على مركز الضبط لدي عينة من الطالبات السعوديات والمصريات وعلاقته بالطموح ، أن الطالبات السعوديات سجلن درجات منخفضة علي مقياس مركز الضبط وكن أكثر ميلا للضبط الداخلي من الطالبات المصريات وأرجعت الباحثة هذا الفرق إلي تعميق روح العقيدة والتمسك بالتعاليم الدين الإسلامي والمناخ الديني الذي يلف حياة الفتاة السعودية .

(الجوهرة عبد الله الذواد ، مرجع سابق ، ص149)

لكن يمكننا القول أنه لا يمكن حصر التمسك بالعقيدة على السعوديات دون المصريات وربما في دراسة أخرى نجد العكس ، لكن الشيء المهم في الأمر أن الدين عامل أساسي في تكوين وجهة الضبط ، خاصة بالنسبة لنا نحن كمسلمين وهذا أشار إليه مصطفى كامل ومحمود الشوفي 2000 ، في دراستهما أن الدين الإسلامي يشكل جوهر المحتوي الثقافي فيما يتصل بأنماط التنشئة الاجتماعية بتعاليم الدين الإسلامي. **(المرجع السابق ، ص150)**

5-6- الجنس : أظهرت الكثير من الدراسات علاقة الجنس بالتكوين مركز الضبط خاصة تلك المتعلقة بالبيئة العربية اذ بينت معظم الدراسات التي استطعنا جمعها في هذا البحث أن الذكور أكثر توجها للضبط الداخلي مقارنة بالإناث .

و يعود هذا حسب أراء الباحثين إلى أن الذكر يتم تنشئته اجتماعيا لتطوير شخصيته واستقلاليته ، فتزداد لديه الدافعية لتفوق وتزداد لديه درجة الضبط الداخلي ، وهذا حسب الدراسات **(نايفة قطامي 2002)** و**(دروزه 2006)** وقبلهم **(عبد العزيز عبد الباسط 1993)**.

5-7- العمر :ترى **نايفة قطامي (2003)** أن التغيرات النهائية في المرحلة الطفولة المتأخرة حتي مرحلة المراهقة ليست بالعادية إذ يمر الطفل بتغيير المفاجئ في النواحي المختلفة لشخصيته يترتب علي ذلك تغيرات مختلفة في سلوكه وعلاقاته وتحمله للمسؤولية وتنظيمه واختياره للخبرات المناسبة للحاجات المعرفية والذهنية . **(نايفة قطامي ، مرجع سابق ، ص67)**

وقد أكد **روتر** قبل هذا أن التحكم الداخلي يزداد بتقدم عمر الطفل ، وأكد كل من **Weiner 1979** و**Wentzel 1991** أن هناك علاقة بين تطور العامل الضبط والعمر، لكن لم تزل الدراسات الحديثة في مجال مركز الضبط وعلاقاته بمتغيرات كثيرة من متغيرات الشخصية في بداياتها ، ولعل الباحثين يسعون لتحديد أسباب أخرى تساهم في بناء مركز الضبط لدى الأفراد .

(المرجع السابق ، ص65)

15. تفسير مركز الضبط في ضوء نظرية التعلم الاجتماعي:

تعتبر نظرية التعلم الاجتماعي **لروتر** من أهم المحاولات التي أخذت على عاتقها استكمال أبعاد نظريات التعلم التقليدية التي أغلقت دور متغيرات هامة وجوهرية في حياة الإنسان كالتوقع والإدراك

الذاتي ، الدافعية ، السياق أو الوسط الاجتماعي الذي يحي فيه الفرد ، وفي نفس الوقت حاولت تجنب استخدام المصطلحات الغامضة والفضفاضة التي تتسم بها النظريات التحليلية بصفة عامة .

(الجوهرة عبد الله الذواد ، مرجع سابق ، ص119)

و قد روتر أربع متغيرات أساسية في نظريته للتعلم الاجتماعي والتي انبثق منها مفهوم مركز الضبط والتي من خلالها نستطيع تكوين مفهوم أعمق بطريقة تفسيرية حول هذه السمة الشخصية .

1.6- الطاقة السلوكية Behavior Potentiel :

يعرف روتر الطاقة السلوكية بأنها إمكانية حدوث سلوك معين في علاقته بتعزيز معين أو مجموعة من التعزيزات ، ومفهوم السلوك في نظرية التعلم الاجتماعي واسع بدرجة كبيرة فهو يشمل أنماط سلوكية يمكن ملاحظتها وقياسها كالأفعال الحركية الحقيقية ، السلوكات اللفظية ، السلوكات التعبيرية غير اللفظية. **(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص21-22)**

في حين أن التبرير والنكوص والتخطيط وإعادة التطبيق مجموعة أخرى من السلوكات الضمنية التي يمكن قياسها بطريقة غير مباشرة **(رشاد عبد العزيز موسى ، مرجع سابق ،ص 22)**

فالتلميذ أثناء الامتحان يسعي للحصول على جملة من التعزيزات كالعلامات الجيدة واحترام الزملاء وافتخار الأهل واتخاذ قدوة من الأخرين ، وهذه التعزيزات تستدعي العديد من السلوكات لتحقيق ذلك كالمذاكرة الجيدة أو الغش ...الخ ، وهذه السلوكات هي ما تدعمها الطاقة السلوكية.

2.6- التوقع Expenctancy :

يقول **روتر (1954)** بأن التوقع هو احتمالية موجودة لدى الفرد بأن تعزيزا معينا سوف يحدث كوظيفة لسلوك معين يصدر عنه في موقف أو مواقف معينة ، ويكون التوقع مستقلا بشكل منتظم عن قيمة أو أهمية التعزيز **(المرجع السابق ، ص23)**

و يري 1987Duboi أن التوقعات تتعلق بالتجارب السابقة ونتائجها ولهذا فهي تختلف من فرد لآخر، فقد يحدث أن يكون الفرد قد تعلم طرقا كثيرة للحصول على رعاية الآخرين له كطفل ، لكنه في الوقت الحاضر قد يكون توقعه بأنها تؤدي إلى أية إشباعات ضئيلة.

(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص23).

3.6- قيمة التعزيز Reinforcement Value :

يعرفها روتر 1954 بأنها درجة تفضيل الفرد لحدوث أي تعزيز معين أذا كانت إمكانية حدوث هذه التعزيزات متساوية جميعا ويؤثر التعزيز على حدوث واتجاه أنواع السلوك.

(رشاد عبد العزيز موسى ، مرجع سابق ، ص24)

أو نقول أن التعزيز هو كل ما يؤدي للقيام بسلوكات معينة دون الآخرين وذلك في موقف معين وتوقعات معينة ويؤثر التعزيز على حدوث السلوك ونوعه ، ويمكن تحديد التعزيز انطلاقا من إرتباطه بالتوقع ويرى أن التعزيز يقوى التوقع أو التنبؤ بسلوك معين.

4.6- الموقف النفسي Psychologiical Situation :

و هو البيئة الداخلية أو الخارجية التي تحفز الفرد بناءا على التجارب السابقة كي يتعلم كيف يستخلص أعظم إشباع في أنسب مجموعة من الظروف. **(الجوهرة عبد الله الذواد، مرجع السابق ، ص120)**

و يقول روتر (1972) أن السلوك لا يحدث من فراغ ، فالفرد يتفاعل باستمرار مع ظاهرة بيئته الداخلية والخارجية بطريقة تتفق مع خبرته الفريدة.

و يعطى هذه النظرية قيمة كبيرة للموقف النفسي في محاولة فهمه والتنبؤ به ، ويؤكد أن الفرد يتعلم بناءا على تجاربه السابقة ، كما أن بعض الإشباعات تكون محتملة أكثر من غيرها في بعض المواقف ، فالموقف النفسي له دور جوهري في تحديد السلوك ويعطي رشاد عبد العزيز مثالا أن التلميذ الذي

يحصل باستمرار على دراجات ضعيفة وسوء تحصيل دراسي ، فهو قد تعلم أن يتوقع العقاب أو الفشل أو النبذ ، ونتيجة لهذه التوقعات يحاول الحصول على إشباعات بطريقة واقعية ، مثل الاستغراق في الأحلام اليقظة ، أو الأساليب الرمزية للحصول على الإشباع.

و هذه الأساليب لا تعتبر غير سوية ، لكنها تعتبر محاولات ذات معنى لتجنب عقوبات معينة ، أو الحصول على إشباعات على مستوى غير واقعي.

(رشاد عبد العزيز موسى ، مرجع سابق ، ص25-26)

و قد قدم روتر ست حاجات تشمل وتضم السلوك النفسي المتعلم وهي :

1. الحاجة إلى الاعتراف والمكانة (الحاجة إلى التفوق)
2. الحاجة إلى السيطرة (الحاجة إلى التحكم في أعمال الآخرين)
3. الحاجة إلى الاستقلال (الحاجة إلى اتخاذ القرار)
4. الحاجة إلى الاعتماد على الأجرين
5. الحاجة الحب والعطف (تقبل الآخرين وحبهم)
6. الحاجة إلى الراحة الجسمية (الحاجة إلى الأمان ، تجنب الألم ، الرغبة في الملذات)

إذا بالاعتماد على مفاهيم نظرية التعلم الاجتماعي فانه م الواضح إن هذه النظرية تهتم بالطريقة التي ينتقى بها الأفراد سلوكا معيينا من كل السلوكات التي يمكن القيام بها وفق نظرية التعلم الاجتماعي ، وقد يختلف الأفراد في طرق استجاباتهم إلي التعزيز أو في توقعهم له أو في الطرق التي يتقربون بها من مختلف المواقف المتشابهة .

ومن هذا اقترح كل من فارس وسانش 1972 وروتر الصياغة الأساسية لمعادلة السلوك وهي كمايلي:

احتمال صدور أي سلوك في أي موقف سيكولوجي كعين هو دالة لتوقع بان هذا السلوك سوف يؤدي إلي تعزيز معين في هذا الموقف مع وضع قيمة هذا التعزيز في الاعتبار.

(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص23)

16. العزو السببي (الاسناد):

من أهم المصطلحات التي لها علاقة بمركز الضبط نجد العزو السببي ولذا نحاول فهم هذه العلاقة :

يعرفه سكوبلر 1993 "تعبر عملية الغزو أو الاسناد أو الانتساب على الجهد الذي يبذله الشخص في فهم الثوابت في بيئته ويستخدم في تفسير الادراك الشخصي" . **(جرادي التجاني،2007 ، ص15)**

و تهتم نظرية العزو بما يستطيع الفرد أن يدركه من أسباب ينسب اليها الفعل والسلوك ، ولا تبحث هذه النظرية عن القوى الداخلية أو الذاتية أو الأسباب المسؤول عن حدوث ذلك السلوك ، بل تعطي هذه النظرية أهمية للأسباب التي ينسب الفرد بها سلوكه إلى محكات خارجية ، فالتعزيز الداخلي يعتبر مؤشرا لحدوث السلوك وليس سببا له ، تفترض نظرية العزو أن الأفراد يجاهدون لشرح وفهم التنبؤ بالسلوك المتوقع ، ويستلزم هذه العملية قدرا من تدفق المعلومات عن السلوك المراد تفسيره ، وكذلك معرفة نسبة الفاعل للسلوك أو البيئة أو كليهما معا.

(فاروق السيد عثمان ، 2006 ، ص406 – ص407)

إذا فنظرية العزو تشير إلى العملية التي يعزو فيها شخص أسبابا معينة لسلوك ما سواء أكان هذا السلوك صادر عن الشخص ذاته أم عن أشخاص أحرين ، كما أن الإسناد أو العز يمثل صيرورة تحليل شيء لبناء الواقع الاجتماعي. **(جرادي التجاني ، مرجع سابق ، ص 15)**

و يعتبر هايدر 1958 مؤسس هذه النظرية ، فقد انصب اهتمامه علي دراسة سيكولوجية الحواس كمصدر للمعرفة التي يستخدمها الأفراد في علاقاتهم اليومية مع الآخرين ، وتهتم هذه النظرية بما يستطيع الفرد أن يدركه من أسباب ينسب إليها الفعل أو السلوك.

(فاروق السيد عثمان ، 2006 ، ص407)

و قد شهدت الحقبة الأخيرة من القرن العشرين قدرا متزايدا من الأبحاث تناولت مفهومي العزو السببي ، ومركز الضبط بطريقة مستقلة في بدايتها ، وسرعان ما ظهر الخلط الشديد في استعمال المفهومين.

17. الفرق بين مفهومي الغزو السببي ومركز الضبط :

كثر الخلط بين الباحثين في تناول المفهومين ، فقد وجدنا تعاريف كثيرة تفسير الضبط في ضوء العزو، مع أن تعريف كل منها ظاهر شكل مفهوم وواضح فمركز الضبط L.O.C يتعلق بادراك مصدر الضبط في التعزيزات والعزو هو سياق التفسير السببي للسلوكات والوجدانات ، _ كان هذا في البداية _ ثم تقارب المفهومان واختلطا حتى أصبح من الصعب التمييز بينهما لدرجة اعتبار بعض الباحثين الضبط جزء مكمل للانتساب ، وهناك من شبه المفهومين ببعضهما أو تفسير مركز الضبط في ضوء نظريات الإسناد حيث نجد Collins 1974 حلل سلم روتر في إطار نظريات الانتساب للعزو ، كذلك Miller 1988 ، أما فارس 1981 وCrandall فقد حللا مركز الضبط كمقياس لسياق العزو. **(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص 26)**

كما أنه في سنة 1971 أعاد **Weiner** تفسير مفهوم الضبط في إطار سببي فتحدث عن بعدين ، بعد مركز السببية (Lieu de Causdlité) أو المتمثل بين الداخلي (الجهد والقدرة) والخارجي الحظ وصعوبة المهمة وبعد الثبات (Stabilité) والمتمثل في الثبات بالنسبة (القدرة وصعوبة المهمة) وغير

ثابتة (الجهد والحظ) ثم أضاف **Weiner 1979** بعدا أخر هو بعد التحكم (Contrôle au contrôlabité).

و حسب فورنر Fourner فان مركز الضبط سمة شخصية متعددة الأبعاد ، ويمكننا تمييز البعض منها _ سمة داخلي خارجي _ (Interne Externe) ومثال ذلك الجهد ، الحظ .

سمة الثبات (Stabilité) فالجهد مثلا هو سمة داخلية وغير ثابتة ، أما القدرة فهي سمة داخلية لا يمكن التحكم فيها . **(المرجع السابق ، ص27)**

و من الأسباب الهامة التي أدت إلى الخلط بين هذين المجالين حسب روتر هو دراسة مفهوم الضبط الداخلي الخارجي بصفة مستقلة عن الإطار النظري الصادر عن نظرية التعلم الاجتماعي لروتر.

و من بين التعاريف المخلوطة نجد تعريف أمل الأحمد 2001 إذ ترى أن الفرد يعزو سلوكه غالبا للمواقف المختلفة إما لأسباب داخلية شخصية وبذلك يكون مركز الضبط داخلي أو يعزو إلى أسباب خارجية لا علاقة لها بقدراته وإمكانيات وبذلك يكون مركز الضبط خارجيا.

(أمل الأحمد ، مرجع سابق ، ص209)

و يعرفه **الجبوري 1996** في قوله "إن الأفراد ذوي الضبط الداخلي هم الذين يعزون نجاحهم أو فشلهم إلى قدراتهم ، أما ذوي الضبط الخارجي فإنهم يعزون فشلهم أو نجاحهم إلى أمر مستقل خارج عن تأثيرهم كالحظ" . **(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص28)**

ملخص الفرق بين المفهومين :

من خلال قراءتنا يمكننا حصر الفروق فيمايلي :

1) مركز الضبط يقابله من التاريخ الناحية اللغوية "Locus of control" وصاحبه جوليان روتر 1954 أما العزو السببي أو الانتساب أو الإسناد يقابله "Attribution" وصاحبه هذا المصطلح هو **هايدر (1958).**

2) أن مركز الضبط كان البحث فيه قبل العزو السببي (4سنوات قبله).

3) في العزو يفسر الحدث بعد وقوعه ، أي ما حدث كان يسبب (بعد) ، أما مركز الضبط فهو اعتقاد عام مستقر معد قبل الوصول إلى النتيجة (قبل).

4) مركز الضبط يركز على مدى اعتقاد الفرد في إمكانية تحكمه في الأحداث ، أي يتجاوز تفسير السلوك إلى مدى قدرته أو عدم قدرته في التحكم فيها.

5) أن العزو السببي تفسير الأسباب مغطى بالدفاع الذاتي ، حيث يميل الفرد إلى تفسير نجاحه لجهده وذاته فيما يفسر الفشل إلى عوامل غير ذاتية.

18. تربية مركز الضبط

حسب عرضنا للدراسات السابقة ولسمات الداخليين والخارجيين على مستوى مركز الضبط ،نستطيع القول انه بتنمية داخلية الضبط نستطيع المساهمة في ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة.

و هذا ما أكدته ليفكورت 1981 بأن تربية الضبط الداخلي عملية ممكنة يقوم بها الأخصائيون والنفسانيون حيث يعملون على تنمية الضبط الداخلي لدى المرضى المترددين عليهم ، واستجابة المرض للعلاج هو في حد ذاته دليل علي ارتفاع مستوى ضبطهم الداخلي.

(المرجع السابق ، ص27-28)

و قد توصل **أوتري 1985 ولانجنباش (Poetry et Langenbach)** أن الطلبة الذين دربوا لأن يتحكموا بأنفسهم ونتائج أعمالهم زادت علاماتهم على البعد الداخلي في مقياس مركز الضبط وزاد سلوكهم البناء في حين قل سلوكهم المشاغب.

كما نجد كلا من هايدر 1958 ودي شارمز1971 كما جاء في كتاب جونسون في تدريب الطلبة الخارجيين وتحويلهم الي الطلبة داخليين نوعا ما ، وذلك عن طريق استعمال كلمات مثل أنت تقدر حاول ، إذا حاولت ستنجح ، وغيرها من الأساليب التدريبية ، إذ أن استعمال مثل هذه العبارات قد تجعل الطالب يدرك حقيقة نفسية ويثق بقدراته وتدفعه الى بذل مزيد من الجهد لتحقيق النتائج التي يريدها. **(أفنان دروزة ، مرجع سابق ، ص462)**

و لقد قدم ريتشارد دي شارمز أربعة نقاط أساسية وجب احترامها في عملية تربية الضبط الداخلي وهي:

1) معرفة نقاط القوة والضعف الكامنة فيه.

2) تعليمة كيفية اختيار أهدافه بشكل محدود، والمعرفة الجادة لقدراته واستعداداته الشخصية وحقائق الموقف الموجود فيه.

3) أن يتعلم كيفية تحديد العمل أو النشاط المركز الذي يمكنه القيام به الآن والذي سيساعده على الوصول إلى هدفه.

4) كيفية تحقيقه وكون عمله ذا أثر ونتيجة مطلوبة أم لا ، وقد أكدت دروزة على فاعلية هذا البرنامج في رفع درجة داخلية الضبط **(المرجع السابق ، ص463)**

و يبقي مركز الضبط بحاجة الي المزيد من الاهتمام من جانب الباحثين خاصة ونحن نحتاج الي العديد من الدراسات لمعرفة كيفية تشكل هذا المتغير المهم والظروف البيئية التي تساعد علي تربيته بالاتجاه

الصحيح ، وكما تقول فؤادة محمد علي هدية (1994) "لعلنا نستطيع في المستقبل أن نوجه الأساليب التعليمية التربوية لتنشئة أطفال قادرين على التحكم في طاقاتهم"

(زينب بن بريكة ، مرجع سابق ، ص26)

و قادرين علي أخذ قراراتهم اتجاه المواقف التعليمية التي يتفاعلون معها ، وتحمل مسؤولية تصرفاتهم ولديهم ثقة بأنفسهم تمكنهم في النهاية من تحقيق أهدافهم والوصول بمجتمعاتهم إلى التطور والرقي.

خلاصة الفصل

في الأخير يمكن تلخيص ما تم رؤيته في هذا الفصل فلقد تعرضنا فيه إلى تطور مفهوم مركز الضبط منذ ظهوره في نظرية التعلم الاجتماعي وتطرقنا إلى بعض التعاريف الخاصة بمركز الضبط حيث اختلفت هذه التعاريف حسب الطرق التي تناولته بها الباحثون بحيث قدمناه في هذه الدراسة على أساس انه مكون معرفي يقصد به مدى اعتقاد الفرد بأنه مسؤول أو غير مسؤول عن الأحداث بناءا على ماتلقاه من تعزيزات لسلوكه وتوقعه للنتائج .بحيث إن مركز الضبط ينقسم إلى فئتين فئة الضبط الداخلي وفئة الضبط الخارجي ولكل فئة محدداتها فئة الضبط الخارجي هي الحظ أو الصدفة أو القدر أو قوة الآخرين حيث يمتاز ذو الضبط الداخلي بأنهم أكثر إيجابية ولديهم سمات تؤهلهم ليكونوا ناجحين في حين تميز ذو الضبط الخارجي بأنهم سلبيون بحيث أن أدائهم يكون فاشل في جميع المجالات كما تم التطرق الى لعوامل شخصية ونفسية وفيولوجية وثقافية واجتماعية وبيئية ولقد تم في هذا الفصل التطرق الى النظرية المفسرة لمركز الضبط وهي نظرية التعلم الاجتماعي من خلال أربعة متغيرات وهي الطاقة السلوكية وقيمة التعزيز والتوقع والموقف السيكولوجي كما تم التعرف على العزو السببي والفروق بينه وبين مركز الضبط بحيث يمثلان في الوهلة الأولى نفس المفهوم لكن الفروقات الدقيقة واضحة بينهما في تاريخ البحث لكل متغير كما تم التعرف على إمكانية تربية مركز الضبط من خلال تنمية داخلية الضبط بحيث تساهم في ارتفاع مستوى الصلابة.

هوامش الفصل الثاني

1) افنان دروزة ، "العلاقة بين مركز الضبط ومتغيرات اخري ذات علاقة لدي طلبة الدراسات العليا في كلية التربية"، **مجلة الجامعة الإسلامية**، المجلد الخامس، العدد الأول ، 2007 جامعة النجاح الوطنية.

2) امل الأحمد "العلاقة الارتباطية بين دافعية الإنجاز ومركز الضبط"، **بحوث ودراسات في علم النفس**، مؤسسة الرسالة ، بيروت 2001.

3) الجوهرة عبد الله الذاود ، "وجهة الضبط وعلاقتها بمستوي الطموح لدي طالبات الجامعة السعودية والمصرية " ،**دراسات عربية في علم النفس** ، المجلد الأول ، العدد الثالث ، دار عيربت للطباعة والنشر 2002.

4) جرادي تجاني "مركز التحكم وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الابتدائية" ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة الجزائر 2006-2007.

5) حسين فايد ، **علم النفس العام** ، مؤسسة طيبة للنشر ،ط1 ، 2004.

6) حكيمة ايت حمودة وراهية نطار وشهزاد بوشوب ، " ،أهمية مركز الضبط في إدارة الضغوط النفسية المهنية لدى مدرسي التعليم الثانوي "، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس** ، المجلد السادس ، العدد الثاني ، دمشق 2008.

7) رشاد عبد العزيز موسى ، **العجز النفسي** ، دار النهضة العربية ، القاهرة 1989.

8) زينب بن بريكة ، "علاقة مركز التحكم بمستوى الطموح وتاثيرها علي الأداء الدراسي" ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة الجزائر ، 2003-2004.

9) فاروق السيد عثمان ، **سيكولوجية الفروق الفردية** "القدرات العقلية" ، دار الأمين للنشر والتوزيع ، ط1.

10) فاروق عبد الفتاح موسى ، "علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين" ، **مجلة جامعة الملك عبد العزيز للعلوم التربوية** ، المجلد الأول ، قطر 19880

11) محمد نجيب عناصيري ، مركز التحكم والقلث والدعم الاجتماعي بالضيط المهني لدى أساتذة التعليم العالي ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة ورقلة ، 2001-2002.

12) مصطفى القمش ، "الفروق في مركز التحكم وتقدير الذات بين ذوي صعوبات القراءة والعاديين من تلاميذ المرحلة الابتدائية" ، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس** ، المجلد الرابع ، العدد الثاني ، دمشق 2006.

13) نايفة قطامي،"اثر متغير الجنس والصف ودرجة داخلية الضبط في درجة الدافعية المعرفية للتعلم عند المتفوقين دراسيا" ،**مجلة العلوم التربوية** ، قطر 2003.

الفصل الثالث

تمهيد

1- مفهوم الصلابة النفسية

2- نشأة الصلابة النفسية

3- النظريات المفسرة الصلابة النفسية

4- أهم المفاهيم المرتبطة الصلابة النفسية

5- أبعاد الصلابة النفسية

6- خصائص ذوي الصلابة النفسية

7- المضامين التطبيقية الصلابة النفسية

8- أهمية الصلابة النفسية

خلاصة الفصل

تمهيد

يعتبر مفهوم الصلابة النفسية من أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للضغوط بحيث درسته كوبازا (1982) وفيه الأبعاد والمتغيرات المرتبطة بها ، ولكن ما السبب الذي يجعل الأفراد الذين يتميزون بالصلابة يتمتعون بصحة جسمية وعقلية أفضل وشعوره بالالتزام ، والقدرة وضبط الأمور والاستعداد لقبول التحدي يجعلهم يقيمون أحداث الحياة التي يمكن أن تكون ضاغطة بطريقة أفضل من أولئك الأشخاص الذين لا يتميزون بالصلابة ، ولذلك فقد يتخذون إجراءات أكثر مباشرة لمعرفة المزيد عن هذه الأحداث ، ودمجها في مجريات حياتهم ولتعلم منهم ما يمكن إن يستفيدوا منه في المستقبل ويتم في هذا الفصل عرض لمفهوم الصلابة النفسية والذي يتضمن مفهوم الصلابة النفسية ، مفاهيم ذات علاقة بمفهوم الصلابة النفسية النشأة والنظريات المفسرة الصلابة النفسية.

أبعاد الصلابة النفسية ، خصائص الصلابة النفسية ، بعض المضامين التطبيقية الصلابة النفسية وكذا أهمية الصلابة النفسية .

ويرى **لانج** (lang) : إن الصلابة النفسية سمة شخصية ، بحيث إن كل فرد يظهر بعض المستويات على الصلابة النفسية ، ويعتمد ارتفاع ذلك أو انخفاضه على الموقف ، ومنه صلابة قدرة متعلمة يمكن إن تتغير أي إن الصلابة مصدر شخصي وليس سمة شخصية لدى الفرد

(عباس مدحت ، 2010 ، ص184)

9- مفهوم الصلابة النفسية:

تعتبر الصلابة النفسية أهم احد أسباب الوصول بالفرد إلى درجة عالية من الاستقرار النفسي والقدرة على مواجهة ضغوط الحياة ، فهي تعمل على ترحيب الفرد وتقبله بالتغيرات والمشاكل التي يتعرض

لها ، حيث تعمل كمصدر أو كواقي ضد العواقب النفسية التي يتعرض لها الفرد في مختلف جوانب الحياة اليومية .

(حسن عبد الرزاق الخضراوي ، 2013 ، ص47)

أولا–لغة : صلب أي شديد ، صلب الشيء صلابته فهو صلب أي شديد

(ابن منظور ، 1999 ، ص197)

الصلب هو الشديد

(علي بن هادية وآخرون ، 1999 ، ص566)

كما انه في معجم الوسيط مأخوذ في مادة صلب بمعنى اشد وقوى على المال وغيره ، والصلابة يقال في وجهة صلابة أي صفة الجسم الذي يحتفظ شكله وحجمه

(إبراهيم أنيس وآخرون ، 1973 ، ص519)

- تعريف بارون (1998) الصلابة النفسية يعرفها بارون بأنها التحدي والالتزام والتحكم في حياة الفرد وان هذا التحكم في حياة الفرد يجب إن يهدف إلى التطور والنمو الإنساني

(عبد الحميد سيد حسن ، 2010 ، ص62)

- يعرف السيد احمد البهاص الصلابة النفسية بأنها إدراك الفرد وتحمله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها وهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط ، وتساهم في تقديم العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالنهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط

(السيد احمد البهاص ، 2002 ، ص391)

- ويلاحظ من تلك التعريفات إجماع علماء النفس والباحثين على كون الصلابة النفسية مصدر من المطالب 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 تهديدا

ثانيا- اصطلاحا :

عرفت سوزان كوباز kobassa من خلال الدراسات التي قامت بها في السنوات (1979 ،1982، 1983) مفهوم الصلابة النفسية على أنها اعتقاد الهام للفرد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة

(فاروق السيد عثمان 2001 ، ص209)

ويعود الفضل إلى سوزان كوباز (1979) في تحويل مسار البحوث في سجل الضغوط النفسية من دراسات مسببات وأثار الضغوط إلى التعرف على المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط

(عبد الله جاد محمود ،2006 ، ص415)

*أما موسوعة علم النفس فقد عرفت الصلابة النفسية على أنها شكل مقاومة التغيير يتميز باستمرار الموافق والمعتقدات بالرغم من تأثيرات الوصف والأحداث الخارجية التي من شانها إن تقود إلى التغيير . إننا نلاحظها بأشكال الحدة المتغيرة مثل سمة في الطبع مرضية إلى حد ما

(رولان وفرنسوا ،2012،ص886)

*يعرف فنك "funk" متغير الصلابة النفسية بأنه " خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة المحيطة بالفرد منذ الصغر

(فاروق السيد عثمان ،2001 ، ص210)

*تعريف لانسي : يعرف لانسي الصلابة النفسية أو المقاومة على أنها " توقع الكفاءة الذاتية عند الفرد في قدرته في مواجهة الضغوط والمشكلات وهو يستعين بمفهوم الكفاءة الذاتية يميلون إلى القيام بسلوكيات تقود إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك

(لؤلؤة حمادة وعبد اللطيف ، 2002 ، ص230-235)

2/ نشأة الصلابة النفسية :

الصلابة النفسية من السمات الايجابية للشخصية والتي ظهرت متزامنة مع مفاهيم علم النفس الايجابي حيث إن طبيعة هذا العصر وزيادة معدلات التغيير مع انتشار الضغوط ، أدى تحويل نظر الباحثين التركيز على الصحة ولي ليس المرض في مجال الضغوط .

الصلابة النفسية ليست مفهوما حديثا ، ولكنه إعادة صياغة لسمة الشخصية العصبية للأفراد ذوو الدرجات المرتفعة على سمة الصلابة المنخفض الدرجات على العصبية ، فالعصبي هو الشخص الذي يسر على المعاناة لأنه لا يستطيع تحمل الواقع ومواجهته والأفراد ذوو الدرجات المرتفعة في العصبية منخفض الصلابة النفسية ، لذلك نالت الصلابة النفسية كأحد أنماط الشخصية قدرا كبيرا من اهتمام البحثي كمتغير وسيط للضغوط .

(بشرى إسماعيل ، 2004 ، ص89)

كما يعتبر مفهوم الصلابة من المفاهيم التي تم تداولها بيننا منذ القدم ولكنها لم تظهر كمصدر للمقاومة إلا من خلال أبحاث علم النفس الايجابي كما اشارنا سابقا فلقد تم تنظيم هذا المناخية العكسية في مجال الزراعة حيث يشير إلى جودة المحصول القادر على مقاومة الظروف المناخية العكسية ، تم تبيينه بعد ذلك بواسطة باحثي الإدارة في فحص العلاقات بين الشخصية والضغط المرتبط بالعمل والصحة ، ثم ظهر بعد ذلك في أبحاث الصحة والمرض.

)law.1996.p590(

لذلك أول الباحثون اهتماما بمعرفة المتغيرات الشخصية والبيئية الايجابية ، التي تساعد الفرد على الوقاية من الأثر النفسي والجسمي عند التعرض للضغوط والتي تزيد فعاليتها بقدر استخدام الفرد لها ومنها الصلابة النفسية .

لقد أثبتت كوبازا دور الصلابة في إدراك الأحداث الشاقة وتفسيرها على النحو الايجابي وإنها تشارك في ارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي وزيادة خبراته في مواجهة المشكلات الشاقة ، وربما تساعدنا على تحويل متاعبنا إلى معنى بدلا من اعتلال الصحة حيث أنها تعمل كمنطقة عازلة تخفف من الآثار السلبية للضغوط .

كما أعطى معظم الباحثين أهمية كبيرة للعوامل الخارجية بداية من الأسرة حتى الأقران في تكوين الصلابة النفسية ونموها عبر مراحل العمر المختلفة فتحدث " اركسون " (1963) عن دور الوالدين الأساسي في تكوين الصلابة النفسية وذلك من خلال إشباع الحاجات الأساسية بالإضافة للحاجات الثانوية كالحاجة إلى الحب والحنان والشعور بالأمن والقيمة الذاتية والثقة بالنفس وبالآخرين .

(عماد محمد 1996 ، ص278)

أضاف " لازوس" (1966) و" ماكوبي"(1980) إلى ذلك احترام الوالدين لأراء ابنيهما منذ الصغر ، ووضع مستوى مناسب من التواصل معه وتقدير انجازاته وتشجيعه على الاعتماد على نفسه الأمر الذي يشعره بالأمان والقيمة والقدرة على تحمل المسؤولية وتحديد أهدافه في مراحله العمرية كما تعمل الأسرة على تنمية الاعتقاد لديه بان خبرات النجاح ترجع لعمله ومجهوده ومدى مثابرته وتحديه للأحداث الشاقة من حوله ، أما في حالة رفض الأسرة لأرائه وعدم الاهتمام به فان ذلك يشعره بالخوف ويجعله يتوقع حدوث الخطر باستمرار ويفقده الثقة بالنفس وبالآخرين ، مما يزيد لديه الشعور بالتهديد في أي موقف مع تقدمه في العمر

(جيهان احمد ، 2002 ، ص.ص32.33)

وتؤكد أيضا كوبازا على دور التعلم الاجتماعي من الأسرة والمجتمع في ظهور هذه السمة وكذلك دور القدوة أو النموذج في تكوين هذه السمة منذ الطفولة فوجود والديه تتسم بالثقة بالنفس والصلابة النفسية تمثل أساسا لارتقاء هذه السمة لدى الأبناء في المراحل العمرية التالية .

)kobasa 1980-p840-841(

كما يوضح " بولبي " الدور الرئيسي الذي تلعبه المدرسة في تنمية قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي ، وذلك من خلال مشاهدته لسلوكيات يؤديها المعلم أو الأقران فيبدأ بمحاكاتها فيكتسبها بسهولة خاصة إذا كانت هذه السلوكيات مدعومة من قبل الآخرين وملائمة لميوله واتجاهاته وقدراته ومهاراته الاجتماعية كالمبادلة والاعتماد على النفس ومع تقدمه في العمر تمثل هذه السلوكيات الأساس لظهور القدرة على التحدي والالتزام والتحكم لديه.

(sarafino -1999-p123)

ويعتقد معظم الباحثين انه يمكن التعرف على الصلابة النفسية على أنها نظام للشخصية يمكن تطويره لدى كل الأفراد ، حيث أثبتت الدراسات أنها مخفف فعال للضغوط وتساعد في استمرار وتعزيز الأداء والقيادة والأخلاق والصحة فهي مؤشر ايجابي لفعالية الأداء ولجودة الحياة لدى الذين يعانون التفاعلات المدعومة اجتماعيا والتي يمكن إن تساعد على خفض الضغط والإجهاد والاكتئاب والغضب على إن يتضمن التدريب على الانفعالية والعضوية ، الأمر الذي يؤدي إلى خفض إشارات الإجهاد الذاتية والموضوعية

(khoshba –maddi-1999-p107)

وبناءا على ما سبق يتضح إن الصلابة النفسية سمة مكتسبة تساعد الأسرة كثيرا في تكوينها كما تساعد المؤسسات الخارجية الأخرى كالمدرسة والأقران وزملاء الجامعة والعمل والمؤسسات الدينية من أنمائها عبر مراحل العمر المختلفة.

3/النظريات المفسرة للصلابة :

من أهم النظريات المفسرة الصلابة النفسية، نظرية (كوبازا)ونموذج (فنك)المحلل لنظرية (كوبازا) وهي كما يلي :

أولا : نظرية كوبازا :

لقد قدمت (كوبازا) نظرية رائدة في مجال الصلابة النفسية الوقاية من الاضطرابات النفسية والجسمية وتناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها حديثا في هذا المجال ، واحتمالات الإصابة بالأمراض ، اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية في أراء بعض العلماء ، أمثال (فرانكل ، ماسلو، روجرز)والتي أشارت إلى انه يوجد هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة

(زينب نوفل احمد راضي ، مرجع سابق ، ص35)

كما اعتمدت "كوبازا" على النموذج المعرفي (للازاروس) والذي يرى إن أحداث الحياة الضاغطة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثير سلبي على الاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث أو الضاغط ولها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي فتقديم الفرد لقدراته على نحو سلبي والحزم لضعفها ، وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمرا يشعره بالتهديد وثم الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل.

(احمد محمد العيافي ، 2013 ، ص32)

ويعد نموذج (لازاروس) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاثة عوامل رئيسية وهي :

- البيئة الداخلية للفرد
- الأسلوب الإدراكي المعرفي

- الشعور بالتهديد

(زينب نوفل احمد راضي ، مرجع سابق ، ص35)

وترضها فعلى سبيل المثال : يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي للمواقف والقدرات ومدى ملائمتها لتناول الموقف ، كما يؤدي الإدراك الايجابي إلى تضاؤل الشعور بالتهديد ويؤدي الإدراك السلبي إلى زيادة الشعور بالتهديد.

ويؤدي أيضا إلى تقديم لبعض الخصال الشخصية ، تقدير الذات ، أما الأساس التجريبي لصياغة النظرية فقد استطاعت "كوبازا " من خلال اعتمادها على نتائج نظريتها والتي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شانها مساعدة الفرد الاحتفاظ بصحة الجسمية والنفسية ، رغم تعرضه للمشقة ، كما استهدفت معرفة الدور لهذه المتغيرات في إدراك الضغوط والإصابة بالمرض ، وذلك على عينة متباينة الأحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا من المحامين ورجال الأعمال ممن تراوحت أعمارهم بين 32–65 سنة ، ثم تم تطبيق عدد من الاختبارات عليهم كاختبار الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة "كوبازا " واختبار " ايلر" المرضى النفسي والجسمي واختبار (هولمز ، وراهي) لأحداث الحياة الشاقة مما جعلها تصل إلى عدد من النتائج التي ساعدتها في صياغة الأسلوب التي اعتمدت عليها في وضع نظرياتها ومن أمثلة هذه النتائج ما يلي :

الكشف عن مصدر ايجابي جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية وهو الصلابة النفسية بأبعادها وهي الالتزام والتحكم والتحدي.

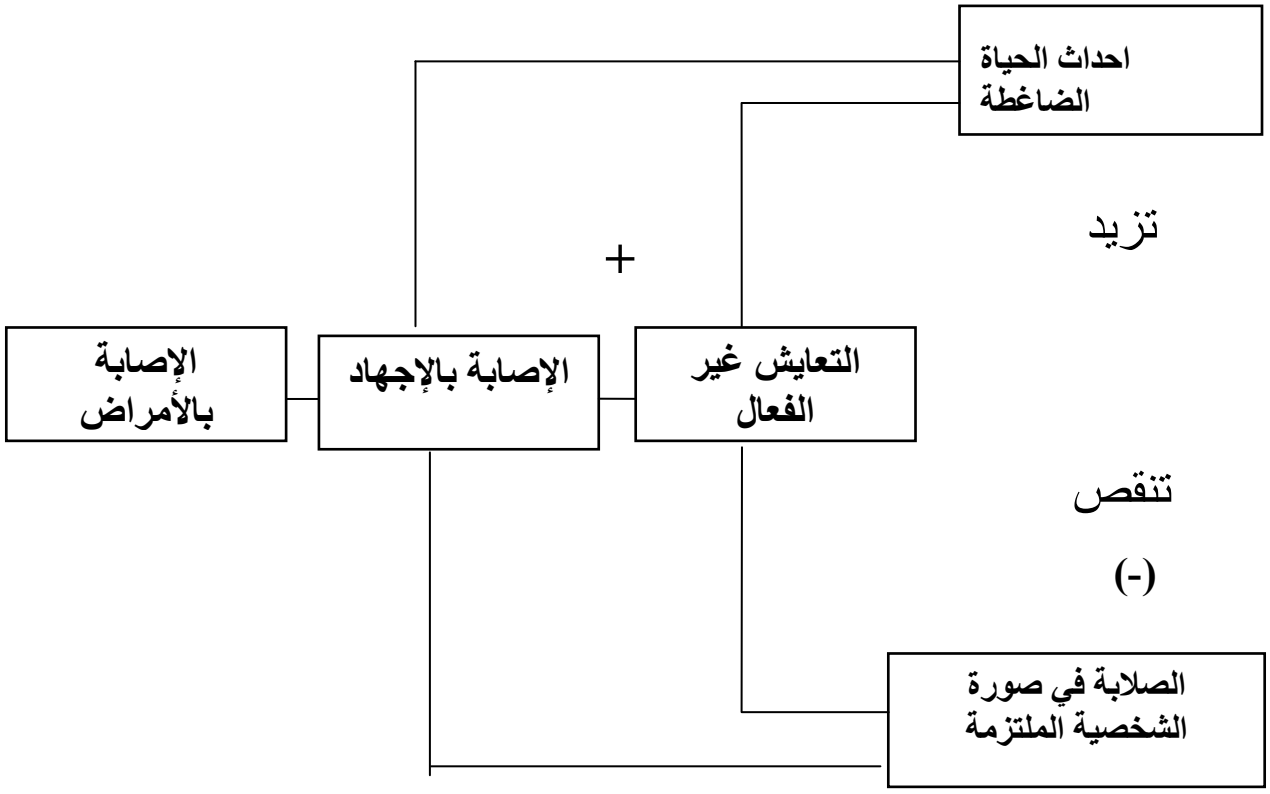
يكشف الأفراد ذو الصلابة المرتفعة عن معدلات اقل للإصابة بالاضطرابات على الرغم من تعرضهم للضغوط الشاقة وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صلابة ، وقد يعود ذلك إلى الدور الفعال الذي يقوم به متغير الصلابة النفسية في إدراك الضغوط والأحداث الشاقة للحياة وتفسيرها وترتيبها على النحو الايجابي .

طرحت كوبازا الافتراض الأساسي لنظريتها والقائلة بان التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرا ضروريا ، بل انه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي وان المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عن التعرف لهذه الأحداث ومن ابرز هذه المصادر الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة وهي الالتزام ، التحدي ، التحكم .

ثانيا : نموذج فنك المحلل لنظرية كوبازا:

لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات ، احدث النماذج الحديثة المطورة التي قدمها (فنك) من خلال دراسة التي أجراها بهدف بحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الانفعالي من ناحية والصحة العقلية من ناحية أخرى وعلى عينة قوامها (167 جنديا) وقد اعتمد في تحديده لدور الصلابة النفسية على المواقف الشاقة الواقعية ، وقد قام بقياس المتغير الصلابة والإدراك المعرفي للأحداث الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية العنيفة التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصل إلى نتائج مهمة وهي: ارتباط الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجدية للأفراد من خلال تحقيق الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم ايجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك المواقف على انه اقل مشقة واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعايش.

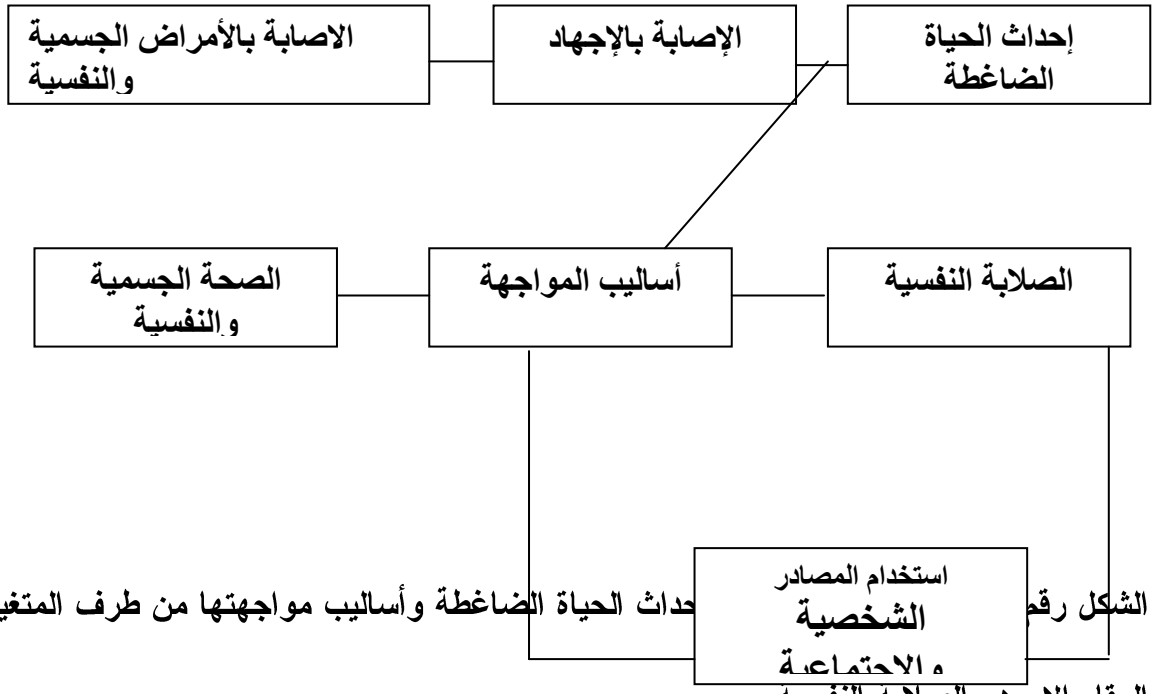
وفي ما يلي عرض لبعض الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد ، وتوضح منظورا جديدا للمتغيرات البناءة في علم النفس الحديث.



الشكل(2) : التأثير السلبي المباشر لأحداث الحياة الضاغطة

يوضح هذا الشكل أثار الصلابة النفسية في صورة الملتزمة التي تقلل بشكل مباشر من التأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة إذا انخفضت أساليب التعايش غير الفعالة

(زينب نوفل احمد راضي ، مرجع سابق ، ص.ص37-38).



الشكل رقم حداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها من طرف المتغير المقام إلا وهو الصلابة النفسية

يوضح الشكل التالي إن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاوم ووقائي حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط وتزيد من استخدام الفرد أساليب التعايش الفعال وتزيد أيضا من العمل على استخدام الفرد كمصادر الشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه الظروف الضاغطة

(علاء دارب نصر ، 2013 ، ص12)

وقام (فنك) بإجراء دراسة أخرى عام (1995) الهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى وأجريت الدراسة على عينة من الجنود أيضا واستخدام فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم من خلالها تنفيذ المشاركين في هذه الدراسة للأوامر المطلوبة منهم ، حتى وان تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية وذلك بصفة متواصلة وذلك لقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقة وطرق التعايش قبل التدريب وبعد . **(سناء محمد ، 2012 ، ص.ص25-26)**

4/أهم المفاهيم المرتبطة بالصلابة النفسية:

تشير كوبازا (kobasa1979) إلى إن مفهوم الصلابة النفسية يتشابه مع مفاهيم أخرى كتقدير الذات والفاعلية الذاتية وكذلك بتشابه مع مفهوم التماسك والتفاؤل ، ويمكن توضيح الفرق بين مفهوم الصلابة النفسية وهذه المفاهيم من خلال ما يلي :

4-1تقدير الذات :

وعرفه روزنبرج (Rosenberg1989) بأنه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه (سالبة أم موجبة) فالتقدير المرتفع للذات يعني اعتقاد الفرد في قيمته وأهميته ، بينما يعني تقدير الذات المنخفض عدم رضا الفرد عن نفسه ومن ثم رفضه لها واحتقارها.

(تغريد حسنين ، 2007 ، ص51)

وأوضح يسري أبو العنين إن الاختلاف بين تقدير الذات و الصلابة النفسية يرجع إلى تقدير الذات يركز إلى مدى اعتزاز الفرد بنفسه أو مستوى تقييمه لها في المواقف العادية ، بينما مفهوم الصلابة النفسية يبرز جليا في مواقف الشدة ويتضمن جزئيات تقدير الذات والجدارة والكفاءة والثقة في النفس والقوة والمرونة والانجاز والاستقلالية وجميعها سمات للشخصية ذات الصلابة النفسية المرتفعة بينما لا نستطيع الجزم بوجودها عند ذوي التقدير المرتفع للذات ، بمعنى أخر إن كل مرتفعي الصلابة النفسية لديهم تقدير مرتفع للذات ولكن لا يشترط إن يكون مرتفعوا تقدير الذات لديهم الصلابة النفسية مرتفعة تجاه الظروف الضاغطة.

4-2قوة الأنا :

يوضح يسري محمد تداخل كل من مفهومي قوة الأنا و الصلابة النفسية ، فقوة الأنا تعمل على تدعيم سلامة الفرد النفسية تجاه الأحداث الضاغطة بينما تعمل الصلابة النفسية جاهدة على وقاية الفرد من وطأة الاضطراب النفسي والجسدي عند الأزمات والشدة

(يسري محمد ، 2002،ص56)

4-3 التفاؤل :

يتشابه كل من مفهومي الصلابة النفسية والشعور بالتفاؤل في التأثير الايجابي على الصحة بينما توجد عدة أمور مميزة بين مفهومين ، فالشعور بالتفاؤل يرتبط بالتكيف مع الأحداث الضاغطة ولكن لا يمكنه التقليل من الإصابة بالأمراض الناتجة عن التعرض لأثار هذه الأحداث الضاغطة ، بينما يعتبر مفهوم الصلابة النفسية متغيرا واقيا من الإصابة بالأمراض عند التعرض للأحداث الضاغطة

(جيهان احمد ، مرجع سابق ، ص.ص.76-78)

4-4علاقة الكفاءة الذاتية بالصلابة النفسية:

هناك علاقة قوية بين الصلابة النفسية والكفاءة الذاتية ، وهو ما يؤكده بيرنارد و آخرون ()الذي يرى إن الأفراد الذين لديهم مستوى عال من الكفاءة الذاتية يميلون إلى سلوكيات تقودهم إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد في قدرتهم على ذلك لان الكفاءة الذاتية ترتبط ارتباطا ايجابيا بالصلابة النفسية وان الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية اقل احتمالا للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية نتيجة لأحداث الحياة الضاغطة. **(سالم المفرجي وعبد الله الشهيري ، 2008،ص5)**

4-5علاقة المرونة النفسية بالصلابة النفسية:

المرونة النفسية يعرفها (رزوق 1979) هي خاصية في الفرد تساعده على التكيف والتلاؤم ، وهي ميزة تشير إلى الانفتاح على صعيد القدرات والاستعداد من جانب الفرد لتطويعها وملائمتها للظروف المستجدة ، ويعرف (الطحان 1992) المرونة النفسية بأنها القدرة على التكيف في المواقف التي تحمل الإحباط حيث يلتمس الحلول المختلفة للمشكلات ولا يظهر العجز عن مواجهتها .

(شقورة يحي عمارة ، 2012 ،ص9)

فقد ورد في الكتابات المتعلقة بعلم النفس وبالتحديد في مجال الصحة النفسية مفهومان مستقلان ومتداخلان لهما علاقة بقدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها ومواصلة شق طريقه في الحياة بشكل ايجابي وهذان المفهومان هما المرونة النفسية و الصلابة النفسية .

(شقورة يحي عمارة ، نفس المرجع ، ص17)

4-6علاقة الفاعلية الذاتية بالصلابة النفسية :

الفاعلية الذاتية هي إحدى المتغيرات الوسيطة بين إدراك الفرد للأحداث الضاغطة وبين مواجهة الفرد لها باندورا على أنها " اعتقاد الفرد في كفايته واقتداره وتمكنه وقيمته الذاتية ، مما يعطيه شعورا بالثقة بالنفس والقدرة على التغلب على مشكلاته والتحكم في أمور حياته ، وتصبح الفاعلية الذاتية في نفس الوقت مؤشرا لقدرة الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة بكفاية واقتدار وثقة وتمكن ، والوظيفة الأساسية للفاعلية الذاتية هي تمكين الفرد من التحكم والتنبؤ بأحداث حياته "

وبالرغم من إن مفهوم الفاعلية الذاتية يحمل الثقة بالنفس وإدراك القدرة على التحمل في الظروف الحياتية ، كما يختص بتزويد الأفراد ببعض المهارات الخاصة ، لكنه لم يرق لمستوى السمة أو

الخصلة الثابتة في الشخصية ، ومن ثمة فهو يتميز عن مفهوم لصلابة النفسية في احتياج الفرد له ولظهوره في جميع المواقف الحياتية التي لا تستدعي بالضرورة إن تكون لها صفة الضغط.

(زينب نوفل ، مرجع سابق ، ص45)

4-7علاقة الصبر بالصلابة النفسية:

قيل إن أصل كلمة الصبر من الشدة والقوة ، ومن الصبر للدواء ، المعروف بشدة مرارته وكراهته وبهذا فان الصبر معاني الشدة والتحمل والضبط والقوة .

ويعرفه (رجب 1997) :" الصبر يعني التجلد واحتمال الشدائد والهدوء والطمأنينة في مواجهة المصائب "

(اعتماد يعقوب محمد الزيناتي ، 2003 ، ص26)

ويتدخل مفهوم الصلابة النفسية بمفهوم الصبر قدرة التحمل ومواجهة الضغوطات ، فالصبر يعني تحمل شتى أنواع الابتلاءات والضغوط من اجل غاية نبيلة وهذا الصبر يحتاج من المرء إلى الفهم الصحيح والإدراك الجيد للأمور ،بالإضافة إلى الكظم والتوكل وقوة الإرادة والرضا في جميع الأحوال

فالصبر حالة نفسية تجد فيها الصابر ساكنا ، هادئا ، حامدا شاكرا ، دائبا على العمل وكأنه في حالة عادية لا يضجر ولا يشكو ، ولا يغضب ولا يتذمر ، ولا يعبس

(اعتماد يعقوب محمد الزيناتي ، نفس المرجع ، ص26).

4-8علاقة المناعة النفسية بالصلابة النفسية :

المناعة النفسية مفهوم الرضا ، ويقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب وسخط وعداوة وانتقام ، وأفكار ومشاعر يأس وعجز وانهزامية وتشاؤم وتقسم المناعة النفسية إلى ثلاث أنواع :

- **مناعة نفسية طبيعية :** وهي مناعة ضد التأزم والقلق وهي موجودة عند الإنسان في طبيعة تكوينه النفسي الذي ينمو من التفاعل بين الوراثة والبيئة ، فالشخص صاحب التكوين النفسي الصحي ومواجهة الصعاب بمناعة نفسية عالية ضد الأزمات والكروب ، والقدرة على تحمل الإحباط ، ومواجهة الصعاب وضبط النفس .
- **مناعة نفسية مكتسبة طبيعيا** : وهي مناعة ضد التأزم والقلق يكتسبها الإنسان من التعلم والخبرات والمهارات والمعارف التي يتعلمها في مواجهة الأزمات والصعوبات السابقة.
- **مناعة نفسية مكتسبة صناعيا :** هي تشبيه المناعة الجسمية التي يكتسبها الفرد في حق الجسم عمدا بالجرثومة المسببة للمرض ، للحد من خطورتها وتبقى مناعتها مدة طويلة ، وتسمى مناعة مكتسبة فاعلة.

(شقورة يحي عمارة ، مرجع سابق ، ص12)

ويترابط مفهومي المناعة والصلابة النفسية إن كلاهما بمثابة مقاومة كافة المواقف والأحداث الحياتية الضاغطة والقدرة على تحمل المصاعب والتصدي لها بفاعلية ومرونة حتى تساعد الفرد على التكيف والتعايش مع ظروف الحياة القائمة.

5-أبعاد الصلابة النفسية :

تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها كوازا والتي أشارت إلى إن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون إن يكون لديهم التأثير على مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها وهذه الأبعاد هي (الالتزام – التحكم – التحدي).

وترى كوبازا " إن هذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة ، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص النمو الشخصي .

كما إن نقص الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه احتراق نفسي ، ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة النفسية الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمور أكثر ايجابية فالصلابة النفسية بحسب " كوبازا" مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس :

5-1 – الالتزام: يعتبر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة ، وقد أشار " جونسون " و" سارسون " (sarson.johnson 1978) إلى هذه النتيجة حيث تبين لهم إن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب ، كما أشار هينك هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة والتمريض وطب الأسنان (hardines the pleausures of psychogical) .

ويعرفه (مخيمر 1997) بأنه نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين ومن خلال التعريفات للالتزام يتبين اتفاق الباحثين حول تحديد ماهيته من حيث كونه تبني الفرد لقيم ومبادئ ومعتقدات محددة وتمسكه بها وتحمله المسؤولية تجاه نفسه ومجتمعه ويعكس مستوى الصلابة النفسية للفرد.

5-2 التحكم : اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث ، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له ، فإدراك التحكم يمثل توجه للشعور والتصرف كما لو كان

الفرد على التأثير في مواجهة الكوارث وطوارئ الحياة ، ويشير " فولكمان " إلى إن التحكم يتضمن : اعتقاد الفرد بإمكانية تحكمه في المواقف الضاغطة التي يتعرض له .

(زينب نوفل راضي ، مرجع سابق ، ص27)

كما يعرفه (wiebe 1991) التحكم بأنه اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كموقف وأحداث شديد قابلة للتناول والتحكم فيها أو إمكانية التحكم الفعال فيها "

ويعرف مخيمر 1996 التحكم بأنه " اعتقاد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث وانه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته ، وانه يتضمن القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل وتفسير الأحداث والمواجهة الفعالة .

وترى جيهان حمزة (2002) إن التحكم هو اعتقاد الفرد في قدرته على التحكم معرفيا أو وجدانيا أو سلوكيا .

ويرى فونتانا "fontana" إن المراحل الأساسية التي يمر بها التحكم هي المبادئ والإدراك والفعل ، فيبدأ الفرد في التعامل مع الموقف ذو تأثير عبر اتخاذ القرار المناسب تجاهه فإذا كان القرار يهدف لتغيير الموقف فانه يمثل إتمام مرحلة المبادئ والدخول في مرحلة الإدراك أو المعرفة بالموقف وتعني فهم الفرد التام للموقف ، وتحديد مصادر الخطر والمعيقات التي تحول دون التعامل معه يتم تحديد الفرد لقدرته ومصادره الذاتية التي تحول دون التعامل معه قهم الفرد لقدراته ومصادره الذاتية التي سوف تحميه من الآثار السلبية للموقف ، وأخيرا مرحلة الفعل أو اتخاذ القرار الذي يقوم به الفرد تجاه الأحداث الشاقة أو مسببا للقضاء عليها ، وتختلف أشكال اتخاذ القرار الذي يقوم الفرد فأما إن تكون لقدراته ومصادره الذاتية التي سوف تحميه من الآثار السلبية للموقف ، وأخيرا مرحلة الفعل أو اتخاذ

القرار الذي يقوم به الفرد ، فأما إن تكون موجهة للقضاء على المشكلة ، أو أفعالا غير موجهة كتجاهل الموقف بأكمله .

(جيهان احمد ، مرجع سابق ، ص52)

5-3 التحدي :

التحدي هو التغيير المتجدد في أحداث الحياة وهو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية.

كما يعرف (توماك وآخرون) التحدي بأنه تلك الاستجابات المنظمة على متطلبات البيئة وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فيزيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع معا وتوصف بأنها استجابات فعالة .

(زينب نوفل راضي ، مرجع سابق ، ص29)

بينما يعرفه مخيم ربانه اعتقاد الشخص إن ما يطرأ من تغير على جوانب حياته وهو أمر مثير أو ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا مما تساعده على المباداة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الحياة الجديدة وتقبلها بما فيها من مستجدات ضارة أو سارة ، باعتبارها أمور طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية وهذه الخاصية تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المؤلمة ، وتخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة ، وإذ اتسم المرء بقوة التحدي وهو يعني اعتقاد الفرد إن ما يطرأ من متغيرات على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري وبشكل فرصة للنمو والنضج وليس أمر باعث على التهديد فانه يستمر في التعلم من تجاربه السابقة والموجبة ، ويعتبرها مصدر للنمو والانجاز ، وعلى ذلك فان الحرص على المرور بالتجارب مألوفة والإحساس بالتهديد نتيجة

للتغير تبدو له أمور سطحية كما يعتقد إن التغيير وليس الثبات هو أمر طبيعي في الحياة الايجابية مع التغير يؤدي إلى النضج والإحساس بالأمن . **(خالد بن محمد العبدلي ، مرجع سابق ،ص30)**

ويتضح من ذلك إن التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة ، وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة باعتبارها أمور طبيعية لابد من حدوثها لنموه وارتقائه مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية ، وهذه الخاصية تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المؤلمة ، وتخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة.

6-خصائص ذوي الصلابة النفسية :

حصر (tylor) 1995 خصائص الصلابة النفسية فيما يلي :

- الإحساس بالالتزام (sens of commtent) أو النية لدفع النفس للانخراط في أي مستجدات تراجعهم .
- الإيمان (الاعتقاد) بالسيطرة (belief of control) والإحساس بان الشخص نفسه هو سبب الحدث في حياته يستطيع إن يؤثر على البيئة .
- الرغبة في أحداث التغيير ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تمثل أو تكزن بمثابة فرص للنماء والتطوير.

أكد " عماد مخيمر " على هذه الخصائص في دراسته لأدبيات الموضوع ، حيث قام بالعديد من الدراسات العربية في مجال الصلابة النفسية ، واعتمد على هذه الخصائص في دراسته كأبعاد بقياس الصلابة النفسية استنادا إلى تعريف ومقياس الذي طورته كوبازا .

(محمد عودة ، 2010،ص210)

وتنقسم خصائص دوي الصلابة النفسية إلى قسمين هما :

أولا : خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة :

توصلت كوبازا من سلسلة دراساتها (1983.1982.1979) وكذلك " مادي " وآخرون إلى خصائص ذوي الصلابة المرتفعة كما يلي :

- وجود نظام قيمي ديني لديهم يقيهم من الوقوع في الانحراف أو الأمراض أو الإدمان
- وجود أهداف في حياتهم ومعاني يتمسكون ويرتبطون بها
- الالتزام والمساندة للآخرين عند الحاجة
- المثابرة وبذل الجهد على التحمل والعمل تحت الضغوط
- الميل للقيادة
- القدرة على الانجاز والإبداع
- القدرة على الصمود والمقاومة
- التفاؤل والتوجه الايجابي نحو الحياة
- الهدوء والقدرة على التنظيم الانفعالي والتحكم في الانفعالات
- القدرة على تحقيق الذات
- الواقعية والموضوعية في تقييم الذات والأحداث ووضع الأهداف المستقبلية
- الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات
- الاهتمام بالبيئة ، والمشاركة الفعالة في الحفاظ عليها
- توقع المشكلات والاستعداد لها
- القدرة على التجديد والارتقاء

- الشعور بالرضا عن الذات
- اعتبار إن الحياة الضاغطة أمر طبيعي ، وليس تهديدا لهم
- تزداد الصلابة النفسية مع تقدم في العمر فهي حالة نمو مستمر

(احمد بن عبد الله العافي ، مرجع سابق ، ص26)

ويصف " حمادة " و " عبد اللطيف " إن الأفراد الذين يمتازون ب الصلابة النفسية بأنهم :

- هؤلاء الأفراد ملتزمون بالعمل الذي عليهم أداؤه بدلا من شعورهم بالغربة
- يشعرون إن لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلا من شعورهم بفقد القوة
- ينظرون إلى التغير على انه تحدي عادي بدلا من إن يشعر بالتهديد
- يجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ القرار

(محمد عودة ، مرجع سابق ، ص67)

ونستخلص من هذه الخصائص السابقة إن الأفراد الذين يمتازون بالصلابة النفسية المرتفع بأنهم يتصفون بالقدرة على المقاومة والصمود والإسراع في انجاز العمل واتخاذ القرارات السليمة ، وحل المشكلات ، التي تواجههم في أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها .

ثانيا : خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

يتصف ذو الصلابة النفسية المنخفضة بعدم شعورهم بقيمة ومعنى حياتهم ولا يتفاعلون مع بيئتهم بالايجابية ويوقعون التهديدالمستمر والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغيرة ويفضلون ثبات الأحداث الحياتية ، وليس اعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون على تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة .

ويتضح مما سبق إن ذوي الصلابة المنخفضة يتصفون بما يلي :

- عدم القدرة على الصبر ، وعدم تحمل المشقة .
- عدم القدرة على تحمل المسؤولية
- قلة المرونة والتوازن
- الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة
- سرعة الغضب والحزن ويميل إلى الاكتئاب والقلق
- ليس لديهم قيم ولا مبادئ معينة
- عدم القدرة على تحمل الذات

(الحسين بن حسن ، 2012 ، ص18)

7-المضامين التطبيقية الصلابة النفسية :

ومن المنطلق إن الصلابة تعتبراهم المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية في مواجهة الضغوط فانه يمكن الاستفادة منه في المجالات التالية .

7-1 في التنشئة الاجتماعية :

تمثل التنشئة الاجتماعية السوية التي تقوم على الحب والدفء والتعاون قاعدة الأمن والأمان للقدرة على الثقة بالنفس والقدرة على التحكم ونمو الصلابة النفسية حيث أشارت دراسة (عماد مخيمر 1996) عن إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية إلى النمو الصلابة النفسية يتوقف بصف أساسية على طبيعة العلاقة بين الوالدين وأبناؤهم ، فإدراك الأبناء للدفء والمحبة وتشجيعهم على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم وحل مشكلاتهم وتشجيعهم على المبادئ والاستكشاف ،

والاقتحام والتحدي للظروف الضاغطة ، فان هذا من شانه إن يجعلهم أكثر صلابة وشعورا بالقيمة والكفاية والفاعلية.

2-7 في البرامج الوقائية والإرشادية والعلاجية :

أثبتت الدراسات إن الصلابة النفسية من المفاهيم التي تلعب دورا في مواجهة الصعوبات والعقبات وضغوط العمل وتحقيق الانجاز ، كما أنها تلعب دورا ايجابيا في التصدي للمشكلات والنزاعات الزوجية والسلوك المرضي والضغوط لذلك يجب إن تركز البرامج الإرشادية والعلاجية على الخبرات التي من شانها إن تزيد من الصلابة النفسية للأفراد ، ومن ثم تدريبهم على كيفية مواجهة مشكلات وأعباء الحياة وتنمية قدرتهم على تحمل المسؤولية والقيام بالمهام الموكلة إليهم ، وتقبل النقد أو الجزاء

(محمد عبد المؤمن ، 1990 ، ص37)

3-7 مجالات أخرى :

وتفيد الصلابة النفسية ومكوناتها في الكثير من مجالات الحياة الأخرى منها على سبيل المثال لا الحصر :

- التخلص من الوزن الزائد
- مقاومة الأمراض الجسمية وسرعة الشفاء منها
- النجاح الدراسي والتغلب على خبرات الفشل سواء في العلاقات أو في الدراسة أو العمل
- النجاح في الألعاب والمسابقات الرياضية والمنافسة فيها ، حيث أكدت
- الدراسات على وجود علاقة بين الصلابة والتمارين الصحية الايجابية والتمارين الرياضية

(جبر محمد ، 20055،ص163)

- تدريبات القيادة والإدارة
- في المهن التي تتطلب التعرض لضغوط مستمرة (كالأطباء ، رجال الأعمال، المحامين)
- في مرحلة المراهقة والشباب ، حيث تساعد المراهق في تخطي أزمة الهوية بصفة خاصة من خلال تنمية قدرته على التحكم في الضغوط وتحديها وفي نفسه جيدا ومعرفة ماذا يريد وما الذي بإمكانه إن يفعله مما يساعد على عبور هذه الأزمة بهدوء

(تغريد حسنين ، مرجع سابق ، ص80)

8-أهمية الصلابة النفسية:

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من أثار الضواغط الحياتية والمختلفة وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلا وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة كما تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية ، ولهذا فهي تعتبر عامل مهم وحيوي في الشخصية في مجال علم النفس ، ولها دور حاسم في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية وفي زيادة الدعم النفسي

(البهاص سيد احمد ، 2002 ، ص13)

*وقد أشارت (كوبازا) إلى إن الصلابة النفسية ومكوناتها اعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية للفرد فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون.

(زينب نوفل راضي ، 2008 ، ص52)

*ذكرت "شيلي " و" تايلور" انه منذ الدراسة الأولى قامت بها كوبازا ، أجرت العديد من الأبحاث (89-81) التي أظهرت إن الصلابة ترتبط بكل من الصحة الجسمية الجيدة والصحة النفسية الجيدة

*وقد قامت (كوبازا) توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص اثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى كل من (ماريا) و(كوبازا) إن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الأوجاع تؤدي إلى استشارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن في ما يؤدي فيها بعض إلى الإرهاق وما صاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة :

أولا : تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدوا اقل وطأة .

ثانيا : تؤدي إلى أساليب مواجهة النشطة أو تنقله من حال إلى حال .

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

رابعا : تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة

(شاهر يوسف ياغي ، 2006،ص38)

- وقد أكدت البحوث أهمية إدراك الأحداث في العور بالضغوط من عدمه ، فقط وجد كل من "رودرات " و " زون " انه بمقارنة الأشخاص ذوي الصلابة المرتفعة بأقرانهم ذوي الصلابة المنخفضة وجودهم يميلون أكثر لنظر إلى أحداث الحياة الماضية على أنها كانت ايجابية وكانت لديهم القدرة على التحكم فيها .

(العبدالي ، مرجع سابق ، ص32)

• ويري " لوثر" الصلابة النفسية تعمل كمخفف الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط أما " روتر" فيعتبر الأفراد الذين يتسمون بالدرجة العالية من الصلابة النفسية يمثلون التحكم والضبط الخارجي في إدراكهم وموجهاتهم .

(زينب نوفل راضي ، مرجع سابق ، ص54)

• أما الدراسة الحالية نرى إن الصلابة النفسية مهمة في حياة الطالب الجامعي وخصوصا في السنوات الأخيرة من الدراسة فهي تفرض تحديات عدة ومنافسات والتفكير في المستقبل وغيرها من الأمور التي من شانها إن تزيد في الضغط والإرهاق .

• ومن خلال ما سبق تظهر أهمية الصلابة النفسية سفي حياتنا اليومية وقت المواقف الصعبة والحرجة ، حيث إن الصلابة النفسية تكون درعا واقيا للفرد وجدارا مانعا يساعدها على التكيف الايجابي والهدف للتعامل مع أحداث الحياة الضاغطة وتؤدي إلى تحقيق شخصية قادرة على احتمال الضغوط ومقاومتها .

خلاصة الفصل :

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل يتضح إن الصلابة النفسية تلعب دورا هاما في حماية الفرد من الأحداث الضاغطة كما أنها تساعد الفرد على التغلب على ما يواجهه في أحداث ضاغطة حيث حدوثها وتحديدها إلى مصادر قوة داعمة له .

وهذا ما اوضحناه من خلال تناول كل من نشأة ومفهوم وأبعاد الصلابة إلى الجانب الخاص من كل ذوي الصلابة النفسية المنخفضة إلى جانب تدعيم هذه المعلومات بالدراسات التي تناولت متغير الصلابة النفسية .

هوامش الفصل الثالث :

1. إبراهيم أنيس وآخرون (1973) معجم الوسيط ، ط2،دار الأحياء .
2. ابن منظور (1999) ، سان العرب ، الجزء السابع ، دار المصادر بيروت .
3. الحسين بن حسن محمد سيد (2012) الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية (المتضررين وغير المتضريين من السيول بمحافظة جدة)ماجستير في الإرشاد النفسي ، جامعة أم القرى ، السعودية .
4. احمد محمد العيافي (2013) ، الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث ، مذكرة لنيل درجة الماجستير في علم النفس
5. اعتماد يعقوب محمد الزيناتي (2003) ، أنماط الشخصية الصبورة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الطالبات الجامعة الإسلامية بغزة ، رسالة ماجستير في علم النفس ، الجامعة الإسلامية غزة.
6. بشرى إسماعيل (2004) ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة مصر .
7. تغريد حسنين (2007) ، المناخ الأسري وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين من الجنسين رسالة ماجستير تخصص الصحة النفسية جامعة القاهرة.
8. جبر محمد جبر (2005) مدى فاعلية ثلاث أساليب التوجيه والإرشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات و الصلابة النفسية مؤتمر الإرشاد الاجتماعي النفسي ودوره في العملية التعليمية سوريا.
9. جيهان احمد حمزة 2002 دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المنبثقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل ، رسالة ماجستير ، كلية الأدب جامعة القاهرة .
10. حسن عبد الرزاق الخضراوي ، 2013
11. خالد بن محمد عبد الله العبدلي (2012) الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب الثانوية المتفوقين والعاديين ، مذكرة التخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي جامعة أم القرى ، مكة المكرمة .
12. رولان دورون فرنسوا زيارو ، 2012 ، موسوعة علم نفس ، معجم مصطلحات شرح المعاني ، دار عويدات للنشر والطباعة .

13. زينب نوفل احمد راضي (2008) ، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير في الصحة النفسية ، كلية التربية الجامعة الإسلامية ، غزة
14. سالم محمد عبد الله المفرجي وعبد الله علي أبو عراد الشهري (2008) الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة ، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية جامعة المنيا ، العدد 15
15. سناء محمد إبراهيم أبو حسين (2012) الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة ، رسالة ماجستير تخصص علم النفس ، جامعة غزة .
16. سيد البهاص ،2002 ، النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا ، العدد 31 ، المجلد الأول .
17. شاهير يوسف ياغي (2006) الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية ، رسالة ماجستير تخصص علم النفس الجامعة الإسلامية ، غزة .
18. شقورة يحي عمارة (2012) المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة ، رسالة ماجستير في علم النفس ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة
19. عباس مدحت ، 2010 ، الصلابة النفسية كمنبئ لحفظ الضغوط النفسية وسلوك العدواني لدى معلمي الإعدادية ، مجلة كلية التربية ، المجلد 26 ، رياض .
20. عبد الحميد سعيد حسن ، 2010 ، الصلابة الذهنية والشعور بالأمل والضغوط النفسية كمنبئات للنجاح الأكاديمي لطلاب جامعة السلطان قابوس ، مجلة دراسات الخليج الجزيرة العربية ، العدد 137 ، جامعة الكويت .
21. عبد الله جاد محمود ، 2006 ، السلوك التوكيدي كمتغير وسيط في عاقة الضغوط النفسية بكل من له كتاب والعدوان ، المؤتمر العلمي الأول كلية التربية النوعية ، جامعة المنصورة ، مؤتمر
22. علا دارب نصر (2013) ، الصلابة النفسية المجلة العربية للعلوم النفسية ، المجلد الثامن ، العدد 39-37 .
23. عماد مخيمر (1996) إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، العدد 02 .

24. فاروق السيد عثمان ، 2001 ، القلق والإدارة ، الضغوط النفسية ، دار النهضة العربية الطباعة والنشر ، بيروت ، لبنان .

25. لؤلؤة حمادة وعبد اللطيف .2002 ، الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات النفسية ، المجلد 12 ، العدد 02 .

26. محمد عبد المؤمن (1990) الشخصية والأمراض النفسية والعقلية دار المطبوعات الجديدة الإسكندرية .

27. محمد عودة (2010) الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمكانة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة ، ماجستير إرشاد نفسي ، الجامعة الإسلامية ، غزة .

28. يسرى محمد (2002) تأثير نوع الإعاقة على السواء والمستوى الاقتصادي الاجتماعي على وجه الضبط و الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى الذكور ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، جامعة المنوفية.

29. Kheshaba .d.m.maddi s.r.1996 :early experiences .in hardiness derelepment .consulting pcy chelegy sournal .pratice and research .vol.15.

30. Kobasa.s.c.maddis .rouccatte m..zola.m.1984 effective ness of hardinese exercise and social support as reseurces againse illnes .jeurnnal of psy chosontic research .vol.29.no.5

31. Low.j.ma.1996.the concept of hardiness .abiefbut critical aemmentary . journal of advanced mussing .vol24

الفصل الرابع

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- حدود الدراسة

3-متغيرات الدراسة

4-مجتمع الدراسة وعينة

5-أدوات الدراسة

6-الدراسة الاستطلاعية

7-الأساليب الإحصائية

تمهيد :

إن الوقوف على النتائج النهائية للدراسة يتطلب معرفة الإجراءات المنهجية المستخدمة للوصول إليها ، فصحة نتائج أي دراسة أو خطئها يرجع في الأساس إلى الخطوات المنهجية المتبعة في ذلك فوضوح المنهج ، وتجانس العينة ، وسلامة طرق تحديدها وحصرها ، واختيار أدوات القياس المناسبة ومالها من صدق وثبات ، واستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لذلك كلها إجراءات تساعد على الوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية ، وهذا ما سيعرض في هذا الفصل .

1/منهج الدراسة : في ضوء أهداف الدراسة التي تسعى إلى معرفة العلاقة بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس، اعتمدت الطالبتان على المنهج الوصفي وهذا لملائمته الدراسة وبما يشمل عليه هذا المنهج من خطوات علمية تنطلق من التساؤل والافتراض ، وصولا إلى اختيار الفرضيات وفقا للمنهج العلمي

ويعتمد هذا المنهج على وصف الظاهرة أو الموضوع كما هي في الواقع ، ويعتبر المنهج الوصفي الأكثر شيوعا وانتشارا واستخداما في الدراسات التربوية والنفسية ، بصفة خاصة والاجتماعية بصفة عامة ويعبر عن جميع البيانات بنوعيها الكمية والكيفية حول الظاهرة من اجل التحليل تفسير واستخلاص النتائج لمعرفة طبيعتها وخصائصها وتحديد العلاقات بين عناصرها وبينها وبين الظواهر الأخرى وصولا إلى تقييمها .

(محمد داودي ، محمد بوفاتح ، 2007 ، ص81)

2/حدود الدراسة :

أ- **الحدود المكانية :** اقتصرت الدراسة على كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة عمار ثليجي بالاغواط

ب- **الحدود الزمنية** : تتحدد هذه الدراسة بالسياق الزمني الذي أجريت فيه ، وهو السنة الجامعية 2016/2015 واقتصرت على المدة الزمنية الممتدة من بداية شهر فيفري 2016 إلى غاية بداية شهر افريل 2016

ت- **الحدود البشرية :** تتحدد عدد أفراد عينة الدراسة على الطلبة الجامعيين في جامعة عمار ثليجي بالاغواط طلبة ماستر علم النفس.

ث- **الحدود الأداتية** : تتحدد نتائج الدراسة بالأدوات المستخدمة فيها وهي : استبيان الصلابة من إعداد الباحث (عماد مخيمر) قام بتكييف مقياس الصلابة على البيئة الجزائرية البرفسور " بشير معمرية " ومقياس مركز الضبط "عبد الفتاح ابي مولود" 2008.

ج- **الحدود الموضوعية** : يقتصر الموضوع الدراسة الحالية على التعرف على العلاقة بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس وكذا الفروق بين المتغيرات الديمغرافية السن و الجنس.

ح- **الحدود الديموغرافية:** السن والجنس.

3/**متغيرات الدراسة** : اشتملت الدراسة على متغيرين اثنيين

أ- الأول هو مركز الضبط يتكون من (40) فقرة

ب- والثاني هو الصلابة النفسية يتكون من (48) فقرة

ت- المتغيرات الديمغرافية : وهي

- الجنس : حيث اشتملت الدراسة على الجنسين ذكور وإناث
- السن : ويتراوح ما بين 23 سنة إلى 47 اي اقل من 35 سنة و اكثر من 35 سنة.

4/مجتمع الدراسة وعينته :

4-1مجتمع الدراسة : لتحقيق أهداف البحث لابد من تحديد مجتمع البحث والذي يشمل الطلبة الجامعيين بجامعة عمار ثليجي بالاغواط ماستر علم النفس ، لذا كان اخذ العينة بطريقة عشوائية حين كان مجتمع الدراسة (531) طالبا جامعيا في قسم علم النفس ماستر.

4-2عينة الدراسة :

اقتصرت عينة الدراسة على طلبة الماستر بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، بقسم علم النفس ، وقد تم اختيار عينة الدراسة اختيارا عشوائيا عرضيا بنسبة (22.59%) والجدول التالي يوضح عدد وتوزيع مجتمع الدراسة.

جدول رقم (1) : توزيع مجتمع الدراسة

الرقم	مجتمع الدراسة	التكرار	النسبة المئوية %
01	تخصصات الماستر قسم علم النفس (السنة الأولى والثانية)	531	%100
02	عدد الأفراد المختارين للعينة	120	%22.59

4-2-1خصائص عينة الدراسة ، تتسم عينة الدراسة بعدة سمات وخصائص في ضوء متغيرات الدراسة يمكن توضيحها في الجداول التالية :

جدول رقم (2) توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

المتغيرات	عدد الطلبة	النسبة المئوية
ذكور	54	%45
إناث	66	%55
المجموع	120	%100

نلاحظ من خلال الجدول إن عينة الدراسة شملت (45%) ذكور و(55%) إناث

جدول رقم (3) توزيع افراد العينة حسب متغير السن

السن	التكرار	النسبة
أكثر من 35	28	%24
أقل من 35	92	%76
المجموع	120	%100

يتضح من الجدول أعلاه إن (28) من أفراد عينة الدراسة يمثلون ما نسبته (24%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة والتي اشرنا إليها بفئة أكثر من 35 سنة أي اعمارهم تتراوح مابين (24 سنة الى 35 سنة) في حين ان (92) من اجمالي أفراد عينة الدراسة تراوحت اعمارهم مابين (35سنة الى 48سنة) اي مايمثل نسبة (76%) من اجمالي عينة الدراسة وهم يمثلون الفئة الكبيرة من أفراد العينة.

4-3-مبررات اختيار العينة

أ. اختيار جامعة واحدة : تفاديا للصعوبات

ب. اختيار منطقة جغرافية واحدة لتفادي تأثير العوامل الأخرى

ج. استقطاب الكلية عدد هائل من الطلبة حيث تعتبر ممثلة لمجتمع الطلبة ككل .

5/الأدوات المستخدمة لجمع البيانات : تم استخدام مقاييس تضم موضوع الدراسة والتي تمثلت في :

- الأداة الأولى مقياس مركز الضبط (**أبي مولود 2008**)
- الأداة الثابتة : مقياس الصلابة النفسية (**مخيمر 2002**).

5-1وصف مقياس " مركز الضبط ":

اعد مقياس مركز الضبط لدى الطالب الجامعي من طرف الأستاذ عبد الفتاح أبي مولود (2008) بهدف التعرف على مركز الضبط لدى الطالب الجامعي يتكون المقياس من 40 بند لقياس الضبط الداخلي والخارجي

ويتمتع المقياس بدرجة صدق وثبات عالي قام الباحث بقياس الثبات عن طريقتين الاتساق الداخلي حيث تتراوح بين 0.60 و0.72 وطريقة الفا كرونباخ حيث تتراوح بين 0.72 و 0.92 ويقيس الصدق بطريقة الصدق الظاهري وطريقة الصدق التلازمي حيث تم حساب الارتباط بين درجات مقياس قوة الانا فبلغ 0.75

جدول رقم (4) يوضح ابعاد مقياس مركز الضبط

	الأبعاد	أرقام العبارات
1	مركز ضبط خارجي	1.3.5.7.9.11.13.15.17.19.21.25.27.29.31.33.35 .37.39
2	مركز ضبط داخلي	..2.4.6.8.10 12.14.16.18.20.22.24.26.28.30.32.34.36.38.40

جدول رقم (5) يمثل توزيع درجات بدائل مقياس مركز الضبط

البدائل	أوافق بشدة	أوافق نوعا ما	له أوافق
درجة الإجابة	3	2	1

2-5 وصف مقياس الصلابة النفسية : اعد بعده القائمة عماد محمد احمد مخيمر 2002 يتكون في الأصل من 47 بند موزعة على ثلاث أبعاد هي

أ- الالتزام ويقيسه 16 بند

ب- التحكم ويقيسه 15 بند واخذ البروفيسور " بشير معمرية " إلى هذا البعد بندا واحدا هو رقم 47 فصار عددها 16 بندا

ت- التحدي وتقيسه 16 بندا وصار عدد البنود في القائمة كلها 48 بندا ، والجدول الموالي يوضح توزيع العبارات لكل بعد.

جدول رقم(6) يوضح أبعاد مقياس الصلابة النفسية وأرقام عبارات كل بعد

	الأبعاد	أرقام العبارات
1	الالتزام	1.4.7.10.13.16.19.22.15.18.31.34.37.40.43.46
2	التحكم	2.5.8.11.14.17.20.24.27.30.33.36.38.41.44.47
3	التحدي	3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.33.36.39.42.45.48

يجاب عنها ضمن أربعة بدائل هي لا وتنال صفرا ، قليل تنال درجة (1)متوسط وتنال درجتين (2) وكثيرا وتنال ثلاث درجات (3) وتتراوح كل مفحوص نظريا بين صفر و144 والارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية ، والجدول الموالي يوضح درجة كل بديل .

جدول رقم (7) يمثل توزيع درجات البدائل لمقياس الصلابة النفسية

البدائل	لا	قليلا	متوسط	كثيرا
درجة الإجابة	0	1	2	3

(بشير معمرية ، 2011 ، ص76-83)

6-الدراسة الاستطلاعية :

- **عينة التقنيين :** تكون عينة التقنيين من (50) طالب جامعي ماستر علم النفس، تم اختيارهم عشوائيا.

- **الخصائص السيكومترية لأدوات القياس**

أولا-مقياس مركز الضبط

أ- حساب الصدق :

1-صدق الاتساق الداخلي INTERNAI CONSISTENCY وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثتان بحساب ارتباط درجات الابعاد بالدرجات الكلية للمقياس و الجدول الموالي يوضح ذلك.

جدول رقم (08) : يمثل نتائج صدق الإتساق الداخلي للأبعاد وللدرجة الكلية لمقياس مركز الضبط.

رقم البعد	$\overline{X}$	S	قيمة "R"	مستوى الدلالة
الضبط الداخلي	47.23	7.43	0.795	0.000
الضبط الخارجي	36.15	4.85	0.370	0.004
الدرجة الكلية	83.38	7.70		

من خلال الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط المحسوبة لأبعاد مركز الضبط من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بعد الضبط الداخلي 0.795 عند متوسط حسابي 47.23 وانحراف معياري 7.43 عند مستوى الدلالة 0.000 وهي اقل من مستوى الدلالة 0.05 وقيمة معامل ارتباط بعد الضبط الخارجي بلغت القيمة 36.15 عند متوسط حسابي 4.85 وانحراف معياري عند مستوى الدلالة 0.004 وهي اقل من مستوى الدلالة 0.05، بالتالي الارتباط كان مرتفع ودال عند مستوى الدلالة 0.05 وبذلك تعطي هذه النتائج مؤشرا لصدق المقياس.

2-حساب صدق المقياس بطريقة صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) :

وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها حيث يطبق المقياس على مجموعة من المفحوصين ثم ترتيب الدرجات التي تم الحصول عليها تنازليا او تصاعديا ثم يقارن بين المجموعتين المتناقضتين اللتان تقعان على طرفي الخاصية من حيث درجتهما عليها احدهما المجموعة العليا من حيث ارتفاع درجتهما على الخاصية و الأخرى امجموعة الدنيا من حيث انخفاض درجتهما على الخاصية و يستعمل أسلوبا احصائيا ملائما و هو اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطين الحسابيين ويكون المقياس صادقا كلما كان قادراعلى التمييز تمييزا بين المجموعتين المتطرفتين .

لذا تم الاعتماد على الصدق التمييزي لحساب صدق المقياس بحيث رتبت الدرجات من الأدنى الى الأعلى تم اخد (27%) من اعلى التوزيع و (27%) من درجات ادنى التوزيع فكان عدد الافرد (28) فردا و بعد ذلك تم حساب ب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين الجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (9) يمثل نتائج صدق مقياس مركز الضبط بطريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	الدلالة الحصائية
المجموعة الدنيا	14	97.2857	1.93862	22.32	26	0.000 دالة احصائيا
المجموعة العليا	14	85.2143	0.57893			

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه الذي يمثل حساب الصدق بطريقة المقارنة الطرفية (الصدق التميزي) نلاحظ أن قيمة (T) بلغت (22.32) عند درجة الحرية (26) بمستوى الدلالة الإحصائية (0.000) هي دالة احصائيا لان الدلالة (0.000) اصغر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي توجد فروق بين القيم الدنيا و القيم العليا لصالح المجموعة الدنيا حيث بلغ متوسط المجموعة الدنيا (97.28) بينما بلغ

متوسط المجموعة العليا(85.21) وبالتالي المقياس له القدرة عتى التمييز بين الافراد و هذا ما يؤكد ان المقياس صادق .

ب-حساب الثبات:

1-حساب ثبات المقياس بطريقة الفاكرونباخ :

يعتبر معامل الفاكرونباخ احد مؤشرات الاتساق الداخلي للمقياس و يمثل معامل الفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئةالاختبار بطرق مختلفة ويتم حساب تباين كل بند من بنود الاختبار بطرق مختلفة ويتم حساب تباين كل بند من بنود المقياس ثم مجموع التباينات و كذلك تباين الدرجة الكلية للمقياس و تشترط ان تقنيين بنود المقياس سمة واحدة فقط . **(السيد محمد أبو هاشم,2006,ص9).**

تم حساب البيانات بطريقة الفاكرونباخ بمقياس مركز الضبط و الجدول التالي يوضح ذلك

-جدول رقم (10) يوضح نتائج الثبات لمقياس مركز الضبط بطريقة الفاكرونباخ .

المقياس	عدد البنود	عدد الافراد	قيمة ألفا كرونباخ	الدلالة الحصائية
مركز الضبط	40	50	0.56	0.05 دالة

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه ان النتائج المحصل عليها من حيث معامل الثبات بلغ (0.65) عند مستوى الدلالة (0.05) وهذا يدت على ثبات المقياس و بالتالي فمقياس مركز الضبط ثابت .

2-حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية split-half و الجدول يلخص لنا نتائج معالجة البيانات بطريقة التجزئة النصفية كمايلي:

الجدول رقم (11): يمثل نتائج معامل ثبات المقياس مركز الضبط بطريقة التجزئة النصفية

المقياس	البنود	$\overline{X}$	S	N	معامل الثبات		
مركز الضبط	الفردية	41.18	22.25	20	قبل التصحيح	بعد التصحيح	طريقة التصحيح
	الزوجية	43.56	16.55	20	0.51	0.67	جوتمان
	الكلية	84.75	58.46	40			

من خلال نتائج الجدول المحصل عليها نلاحظ أنّ قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى (0.51) قبل التصحيح وبعد التصحيح بطريقة جوتمان وصلت القيمة إلى (0.67) وهي قيمة عالية بالتالي مقياس مركز الضبط مقياس ثابت .

ثانيا- مقياس الصلابة النفسية

أ- الصدق

1-صدق الاتساق الداخلي Int

ernalaonsistenay وللتحقق من ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (12)يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للأبعاد وللدرجة الكلية لمقياس الصلابة

البعد	المؤشر الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر)	مستوى الدلالة
الالتزام	36.8500	6.60720	0.875	0.000
التحكم	34.9833	6.65746	0.902	0.000
التحدي	36.0000	8.01693	0.917	0.000
الدرجة الكلية	107.8333	19.14013	1.00	0.000

من خلال الجدول السابق يتضح إن معاملات الارتباط المحسوبة للأبعاد الثلاثة اكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بعد الالتزام (0.875) عند متوسط حسابي (30.85) وانحراف معياري (0.60) وقيمة معامل ارتباط بعد التحكم بلغت القيمة (0.902) عند متوسط حسابي (34.98)وانحراف معياري (6.65) وأخيرا قيمة معامل ارتباط بعد التحدي بلغت (0.917) عند متوسط حسابي (36.00) وانحراف معياري (8.01) كما إن متوسط الدرجات الكلية بلغ (108.83) وبالتالي الارتباط كان مرتفع ودال عند مستوى الدلالة (1.01) وبذلك هذا مؤشر على صدق المقياس

2- الصدق التميزي (المقارنة الطرفية)

تم الاعتماد لحساب صدق المقياس على الصدق التمييزي ، حيث تم ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى بحيث أخذنا 27% من أعلى التوزيع و27% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد وبعد ذلك تم الحساب (t) لمعرفة الفروق بين المجموعتين

والجدول التالي يوضح ذلك :

الجدول رقم (13) يمثل نتائج صدق مقياس الصلابة النفسية بطريقة الصدق التميزي

متغير المقياس	مجموعات المقارنة	N	X	S	T	DF	الدلالة الإحصائية
الصلابة النفسية	المجموعة العليا	16	83.65	13.23	11.83	30	دال عند
	المجموعة الدنيا	16	129.31	8.91			0.000

نلاحظ من خلال الجدول إن قيمة (t) بلغت (11.83) عند درجة الحرية (30) بمستوى الدلالة الإحصائية (0.00) أي توجد فروق ذات دلالة في المقياس الصلابة عند الطلبة بين مجموعتين ، وذلك لصالح المجموعة العليا أي المقياس لديه قدرة تمييزية ، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا (83.68)بينما متوسط الدنيا بلغ (129.31) وهذا ما يؤكد إن المقياس الصادق .

ب-الثبات :

1- ثبات المقياس بطريقة الفاكرونباخ Cronbache-Alpha الذي يعتبر من أهم الطرق في الحساب الثبات وأيضا لان عدد البدائل بلغ أربعة بدائل وهو يعتمد على قياس الارتباط المختلفة الممكنة بين البنود وذلك بحساب قياسيين كل بند على التباين الكلي للمقياس تم حسابه بـــــ SPSS

والجدول الموالي يوضح نتائج اختبار الفا-كرونباخ

جدول رقم (14)مثل نتائج معامل الثبات -الفا-كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية

المقياس	عدد البنود	N	X	S	معمل الثبات الفاكرونباخ
الصلابة	48	50	365.04	19.12	0.928

نلاحظ من خلال النتائج الجدول المحصل عليها إن معامل الثبات بلغ قيمة (0.928) وهذا يدل على الثبات وبما إن قيمة تقرب الواحد (1) فهي قيمة عالية وتدل على الثبات المرتفع للمقياس ومنه المقياس ثابت

2-حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية SPLIT-HALF

جدول رقم (15) يمثل نتائج معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية بطريقة التجزئة النصفية

المقياس	البنود	X	S	N			
الصلابة	الفردية	54.55	9.27	24	قبل التصحيح	بعد التصحيح	طريقة التصحيح
	الزوجية	53.26	10.84	24	0.806	0.877	جوتمان
	الكلية	107.81	19.12	48			

من خلال نتائج الجدول المحصل عليه إن قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى (0.806) قبل التصحيح وبطريقة جوتمان وصلت إلى (0.877) وهي قيمة عالية وبالتالي المقياس ثابت

ثالثا-إجراءات تطبيق الدراسة : تم اجراء الدراسة الأساسية خلال السنة الجامعية 2016/2015 حيث كان تطبيق أداة البحث على شكل بطارية واحدة شملت مقياس مركز الضبط و مقياس الصلابة

النفسية . اجري التطبيق بشكل جماعي حينا و بشكل فردي حينا اخر بعد الحصول على موافقة الطلبة للمشاركة قبل ان توزع عليهم أدوات الدراسة كما تم الحرص على اتباع مجموعة من التوجيهات و التعليمات للمستجوبين من اجل التحكم في سير تطبيق الدراسة الميدانية ومن هده الإجراءات .

-تقديم الطالبتان لنفسيهما و الغرض من الدراسة.

-شرح طريقة الإجابة على المقياس

-التأكد من فهم الطلبة لطريقة الإجابة.

-التأكد من انهم لم ينسوا الفقرة و لم يجيبوا عنها قبل تسليم اذوات البحث.

-الالتزام باختار نوع الفقرة التي تناسبها .

- التأكد من تسجيل جميع البيانات الخاصة بالجنس و السن .

- شكر الطلبة علي مشاركتهم الفعالة في اعداد الدراس .

- استغرقت مدة التطبيق حوالي (من 15 الي 30 دقيقة) بشكل فردي أما التطبيق الإجمالي دامة حوالي أسبوع .

7/الأساليب الإحصائية المعتمدة :

تم الاعتماد على رزمة التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية ال (SPSS)نسخة (21) لتحليل النتائج والتحقق من صحة الفرضيات وبالتالي الإجابة عن أهداف الدراسة، حيث تم الاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

1- التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة

2- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة درجة التشتت بين أفراد العينة على المقياسين

3- معادلة الفاكرونباخ ومعادلة جوتمان Guttman لحساب معامل الثبات لمقياس الصلابة النفسية ومركز الضبط لعينة الدراسة الاستطلاعية وعادلة سبيرمان براون لحساب معامل ثبات العينة الدراسة الاستطلاعية

4- اختبار ت (t.teste) لمعرفة الفروق.

5- اختبار التباين أحادي الاتجاه

هوامش المراجع للفصل الرابع:

1- بشير معمرية (2012) ، دراسات في علم النفس الايجابي ، دار الخلدونية للنشر والتوزيع ، الطبعة 3 ، الجزائر

2- محمد داودي ومحمد بوفاتح (2007) ، منهجية كتابة البحوث العلمية والرسائل الجامعية ، ط1 ، دار مكتبة الاوراسية ، الجلفة

الفصل الخامس

عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة .

2- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات.

3-الاستنتاج.

4- الاقتراحات.

خاتمة.

عرض نتائج الدراسة:

تمهيد:

بعد تطبيق استبيانات الدراسة على أفراد العينة اعتمدت الطالبتان الباحثتان في تحليل نتائج على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين وتم عرض نتائج التي أسفرت عنها الدراسة في الجداول الإحصائية مرتبة حسب فروض الدراسة.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولي:

نص الفرضية "توجد علاقة ارتباطية بين مركز الضبط و الصلابة النفسية لدى طلبة ماستر علم النفس "

جدول رقم (16) يمثل معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرات

المتغير	N	$\overline{X}$	S	R	Sign
الصلابة النفسية	120	101.18	18.35	0.214	دال احصائيا 0.019
مركز الضبط		84.49	7.42		

دال عند 0.05

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن قيمة المتوسط الحسابي للصلابة بلغت 101.18 وقيمة الانحراف المعياري بلغت 18.35 بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لمركز الضبط 84.49 وقيمة الانحراف المعياري بلغت 7.42 بينما بلغت قيمة معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومركز الضبط 0.214 عند مستوى الدلالة 0.019 وهي قيمة اقل من 0.05 مما يعني وجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة إحصائيا ويشير ذلك الى أن العلاقة طردية بين متغيرات الدراسة، أي كلما إرتفعت الصلابة النفسية ارتفع مركز الضبط عند العينة والعكس صحيح.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية:" توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ذوي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية"

نص الفرضية : " توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية "، للتحقق من هذه الفرضية تم حساب تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق لمركز الضبط الداخلي _ الخارجي في ثلاث مستويات من الصلابة النفسية ثم حساب تحليل التباين الاحادي للتغير والنتائج يوضحها الجدول الموالي:

جدول (17) يمثل المعطيات الوصفية لمتغير الضبط الداخلي والضبط الخارجيحسب الصلابة النفسية .

المتغيرات	N	$\overline{X}$	S
الضبط الداخلي	120	6.76	47.04
الضبط الخارجي	120	5.41	37.45
الصلابة النفسية	120	18.35	101.18
المجموع	360	30.43	61.89

من خلال الجدول يتضح أنّ:

- جميع المتوسطات متفاوتة بين ضبط الداخلي والضبط الخارجي والصلابة النفسية حيث نجد أنّ قيمة المتوسط الحسابي في الضبط الداخلي بلغت 6.76 وبانحراف معياري قدر بقيمة 47.04 ومتوسط الحسابي للضبط الخارجي بلغ 5.41 وبانحراف معياري قدر بقيمة 37.45 والمتوسط الحسابي للصلابة النفسية بلغ 18.35 وبانحراف معياري قدر بقيمة 101.18وهذا يدل على وجود فروق دالة احصائيا في الضبط الداخلي والضبط الخارجي فيالصلابة النفسية.

جدول (18يمثل نتائج اختبارTest of Homogeneity of Variances

Test of Homogeneity of Variances

متغيرات

LeveneStatistic	df1	df2	Sig.
83.786	2	357	0.000

في هذا الجدول تظهر قيمة إحصاء ليفين = 83.786، وقيمة مستوى الدلالة بلغت 0.000 وهذا يدل على عدم التجانس في الفروق.

جدول (19) يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لمتغير مركز الضبط(داخلي _ خرجي) حسب مستويات الصلابة النفسية

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
مركز الضبط (داخلي_خارجي)	داخل المجموعات	283410.317	2	141705.158	824.1031	0.000 دال احصائيا
	بين المجموعات	49028.458	357	137.335		
	المجموع	332438.775	359			

و يتضح من خلال الجدول أعلاه أن :

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية حيث بلغت قيمة (ف) 824.1031عند مستوى دلالة (0.000) .

– عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية:" توجد فرزق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس "

جدول رقم (20): يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات مركز الضبط حسب الجنس

المتغير	الجنس	N	$\overline{X}$	S	T	DF	Sign
مركز الضبط	اناث	66	84.06	6.37	0.701	118	غير دال احصائيا 0.485
	ذكور	54	85.01	8.57			

دال عند 0.05

يتبن من الجدول أعلاه أنّ : قيمة (ت) على مقياس مركز الضبط التي تقدر ب (0.701) وهي قيمة غير دالة عند درجة الحرية 118 وبمستوى الدلالة الإحصائية 0.485 أي لا توجد فرزق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغ متوسط الذكور85.01 والانحراف المعياري بلغ قيمة 8.57 بينما بلغ متوسط الإناث84.06 والانحراف المعياري بلغ القيمة 6.37

- بينما اذا قمنا بحساب دقيق حسب الابعاد فالنتيجة مغايرة ونجد فروق في احد الابعد انظر الجدول الموالي، **نص الفرضية:**" توجد فروق ذات دلالة احصائية في ابعاد مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس "

جدول رقم (21): يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات ابعاد مركز الضبط حسب الجنس

المتغير	الجنس	N	$\overline{X}$	S	T	DF	Sign
الضبط الداخلي	اناث	66	47.65	5.29	1.09	118	غير دال احصائيا 0.27
	ذكور	54	46.29	8.21			

الضبط الخارجي	اناث	66	36.40	5.32	2.37		دال احصائيا 0.019
	ذكور	54	38.72	5.29			

دال عند 0.05

يتبن من الجدول أعلاه أن:

- قيمة (t)المحسوبة في الضبط الداخلي بلغت 1.09 عند درجة الحرية 118 وبمستوى الدلالة الإحصائية 0.485 وبالتالي لم تتحقق فرضية الجزئية ونرفضها أي لا توجد فرزق ذات دلالة احصائية في الضبط الداخلي تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغ متوسط الاناث 47.65 والانحراف المعياري بلغ قيمة 5.29 بينما بلغ متوسط الذكور 46.29 والانحراف المعياري بلغ القيمة 8.21

- بينما قيمة (t)المحسوبة في الضبط الخارجي بلغت 1.09 عند درجة الحرية 118 وبمستوى الدلالة الإحصائية 0.485 وبالتالي تحققت فرضية الجزئية ونقبلها توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضبط الخارجي تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغ متوسط الاناث 36.40 والانحراف المعياري بلغ قيمة 5.32 بينما بلغ متوسط الذكور 38.72 والانحراف المعياري بلغ القيمة 5.29.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

نص الفرضية: "توجد فروق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن"

جدول رقم (22): يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات مركز الضبط حسب السن

المتغير	الجنس	N	$\overline{X}$	S	T	DF	Sign
مركز الضبط	أقل من 35 سنة	92	85.04	7.64	1.482	118	غير دال احصائيا 0.141
	أكثر من 35 سنة	28	82.67	6.46			

دال عند 0.05

يتبن من الجدول أعلاه أن:

- قيمة (t)المحسوبة في مركز الضبط بلغت 1.482 عند درجة الحرية 118 وبمستوى الدلالة الإحصائية 0.141 أي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن، حيث بلغ متوسط الفئة الاقل من 35 سنة 85.04 والانحراف المعياري بلغ قيمة 7.64 بينما بلغ متوسط الفئة الاكبر من 35 سنة 82.67 والانحراف المعياري بلغ القيمة 6.46

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

نص الفرضية:"توجد فرزق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس"

جدول رقم (23): يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات الصلابة النفسية حسب الجنس

المتغير	الجنس	N	$\overline{X}$	S	T	DF	Sign
الصلابة النفسية	اناث	66	101.74	17.31	0.368	118	غير دال احصائيا 0.714
	ذكور	54	100.50	19.69			

دال عند 0.05

يتبن من الجدول أعلاه أنّ :

- قيمة (t)المحسوبة في الصلابة النفسية بلغت 0.368عند درجة الحرية 118 وبمستوى الدلالة الإحصائية 0.714 أي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس، حيث بلغ متوسط الذكور100.50 والانحراف المعياري بلغ قيمة 19.69 بينما بلغ متوسط الإناث 101.74 والانحراف المعياري بلغ القيمة 17.31.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية السادسة:

نص الفرضية: "توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن

جدول رقم (24): يمثل نتائج اختبار (T) للمقارنة بين متوسطات الصلابة النفسية حسب السن

المتغير	الجنس	N	$\overline{X}$	S	T	DF	Sign
مركز الضبط	أقل من 35 سنة	92	100.79	18.58	0.420	118	غير دال احصائيا 0.675
	أكثر من 35 سنة	28	102.46	17.85			

يتبن من الجدول أعلاه أنّ :

- قيمة (t)المحسوبة في الصلابة النفسية بلغت 0.420 عند درجة الحرية 118 وبمستوى الدلالة الإحصائية 0.675 أي لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن، حيث بلغ متوسط الفئة الاقل من 35 سنة 100.79 والانحراف المعياري بلغ قيمة 18.58 بينما بلغ متوسط الفئة الاكبر من 35 سنة 102.46 والانحراف المعياري بلغ القيمة 17.85

عرض عام لنتائج الدراسة:

نص فرضيات الدراسة	الأسلوب الاحصائي	نوع الفرضية	مستوى الدلالة 0.05 0.000	الملاحظة

توجد علاقة ارتباطية بين مركز الضبط و الصلابة النفسية لدي طلبة الجامعة ماستر علم النفس	-المتوسط الحسابي -الانحراف المعياري -معامل الارتباط بيرسون	علاقة	دال احصائيا	تحققت الفرضية
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الضبط الداخلي و الضبط الخارجي في الضلابة النفسية	-تحليل التباين الأحادي -الانحراف المعيار	فروق	دال احصائيا	تحققت الفرضية
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى الي متغير الجنس	-المتوسط الحسابي -الانحراف المعيار -اختبار(T)	فروق	غير دال احصائيا	لم تحقق الفرضية
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى الي متغير السن	-المتوسط الحسابي -الانحراف المعيار -اختبار(T)	فروق	غير دال احصائيا	لم تحقق الفرضية
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى الي متغير الجنس	-المتوسط الحسابي -الانحراف المعيار -اختبار(T)	فروق	غير دال احصائيا	لم تحقق الفرضية
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى الي متغير السن	-المتوسط الحسابي -الانحراف المعيار -اختبار(T)	فروق	غير دال احصائيا	لم تحقق الفرضية

-مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات:

بناءا على النتائج المتوصل إليها في الدراسة وبعد عرض وتحليلها وذلك من خلال المعالجات الإحصائية للبيانات سنتطرق إلى تفسيرها بناء على ما جاء في الإطار النظري والدراسات السابقة.

1-مناقشة الفرضية الأولى: "توجد علاقة ارتباطية بين مركز الضبط والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس" بعد المعالجة الإحصائية للبيانات من خلال الجدول رقم 16 تبين أنه توجد علاقة ارتباطية بين مركز الضبط والصلابة النفسية ومنه يمكن تفسير ذلك أنه كلما ارتفعت الصلابة النفسية ارتفع مركز الضبط عند العينة والعكس صحيح، ومنه تحقق صحة الفرضية الأولى.

2-مناقشة الفرضية الثانية: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الضبط الداخلي، والضبط الخارجي في الصلابة النفسية"، من خلال النتائج التي يوضحها الجدول رقم 17، نجد أن الفروقات الحسابية متفاوتة وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضبط الداخلي والخارجي في الصلابة النفسية ولجأنا إلى حساب قيمة ليفين levene تبين أنه يدل على عدم تجانس الفروق أي أن الفروق تختلف وهذا ما بينه الجدول رقم كذلك من خلال نتائج اختبار التباين الأحادي لمتغير مركز الضبط (داخلي-خارجي) حسب مستويات الصلابة والتي يمثلها الجدول رقم17، يتضح وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية واتفقت الدراسة مع دراسة نسرين بكير 2001 في الفروق بين كل من الضبط الداخلي والضبط الخارجي وكذا دراسة وود وآخرون 2005 في الاختلاف بين طلاب التحكم الخارجي، وطلاب التحكم الداخلي. ومنه تحقق الفرضية الثانية.

مناقشة الفرضية الثالثة: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس" من خلال نتائج الجدول رقم 20 يتبين لنا أنه لا توجد فروق في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس، وهذا ما يتفق مع دراسة كل من **Wagnon 1989** و **طارق دغيش 1991** و**محمد علي ديب** 1991 بينما إذا قمنا بتدقيق الحساب حسب الأبعاد فالنتيجة تختلف وتجد أنه

توجد فروق ذلت دلالة إحصائية في أبعاد مركز الضبط الخارجي وليس الضبط الداخلي لصالح الذكور وهذا ما نجده يتفق مع دراسة كل من سناء العطاري 1999، وكانت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث ومنه تحقق الفرضية هنا يكون جزئيا فقط.و هذا بسبب تقارب المرحلة العمرية و الادوار التي كان يقوم بها الذكر اصبحت تقوم بها الانثى و لهذا لا يوجد فرق بينهما مما يؤدي الى نفس الدرجة في مركز الضبط لهما. أي أن التنشئة الاجتماعية والأدوار التي تقوم بها اليوم الأنثى ومجالات متعددة كما ان للتربية مبادئ مبادئ يتربى عليها الذكر هي نفسها التي تتربى عليها الانثى . كما نجد أن المسؤولية التي تتحملها الانثى هي نفسها التي يقوم بها الذكر خاصة في العمل و تسيير شؤون الاسرة، الإعلام ، الرياضة، الثقافة،...(عدم تحقق الفرضية)

4-مناقشة الفرضية الرابعة: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن".من خلال الجدول رقم 22 يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن.

حيث أن السن في ظل المعطيات التربوية الحالية والتنشئة الاجتماعية المعتمدة من طرف الأسرة تقريبا أصبحت لاتعير لها الاهتمام لهذا العامل، حيث اتفقت مع **دراسة التميمي 1999** حول عدم وجود فروق بين الجنسين أي أن الفرضية لم تتحقق.

5-مناقشة الفرضية الخامسة: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس" من خلال الجدول 23 تبين أنه لا توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة **مخيمر (2002)** من حيث أنه وجد فروق في الصلابة النفسية لصالح الذكور وكذلك **دراسة الدكتورة تنهيد عادل فاضل** وجدت

فروق في الصلابة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور وهذا ما اختلف مع دراستنا، ومنه عدم تحقق هذه الفرضية.

6-مناقشة الفرضية السادسة: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن" من خلال الجدول رقم 24 يتبين عدم وجود فروق الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن وهذا ما اختلف مع **دراسة كلارك** حيث أثبت عكس ذلك بوجود فروق في الصلابة تعزى لمتغير السن بإثبات أن الفئة الأقل سنا من أكثر صلابة والعكس وهذا ما أردنا التوصل إليه من خلال إدخال عامل السن ومدى تأثيره في متغيرات الدراسة، ومنه عدم تحقق الفرضية.

الاستنتاج العام

تناولنا في هذه الدراسة الموسومة ب: مركز الضبط وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة مستوى ماستر، تخصص علم النفس، حيث جاءت النتائج بعد تحليلها كما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية بين مركز الضبط والصلابة لدى طلبة الجامعة ماستر علم النفس.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن.

الاقتراحات والتوصيات:

الاقتراحات

سعيا لإثراء ميدان البحث العلمي لمواضيع نقترح ما يلي:

1-إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية بمعايير تصنيف أكثر دقة واتساعا للإحاطة بالموضوع.

2-إجراء دراسات في مركز الضبط والصلابة ترتبط مع متغيرات أخرى أي البحث في العلاقة لكل من الجنس الحالة الاقتصادية والاجتماعية.

3- دراسة لمركز الضبط وعلاقته بالذكاء.

4- الاهتمام أكثر بموضوع مركز الضبط من طرف القادة والباحثين التربويين، خاصة وعلاقته بمتغيرات أخرى ذات أهمية.

5-إجراء برامج إرشادية وهذا لتنمية جهة الضبط الداخلي خاصة عند الطلاب.

التوصيات:

من خلال الدراسة الحالية نوصي بالقائمين على التعليم الجامعي:

1-القيام بدور فعال في إدراك وجهة الضبط لدى الطالب وهذا باستخدام برامج تدريبية وتعليمية.

2-تهيئة وجهة الضبط الداخلي لدى أبنائنا من خلال تعلمهم تحمل المسؤولية والثقة واتخاذ القرار.

3-إعداد أمهات الغد أي كأم من إعداد وتربية أطفال يتمتعون بوجهة ضبط داخلية وشخصية سوية.

4- دراسة مركز الضبط وعلاقته بالتنشئة الأسرية.

5- دراسة مركز الضبط وعلاقته بشخصية الأم.

خاتمة

نأمل أن تكون هذه الدراسة نقطة هامة في البحوث الاجتماعية و الأسرية باعتبار أن موضوع مركز الضبط والصلابة النفسية من المواضيع الأكثر طرحا على الساحة الاجتماعية والنفسية ، وسمة هامة من سمات الشخصية وهذا لما لمركز الضبط من أهمية بالغة في تحديد مستويات الأفراد فهو سمة ايجابية كما هو سمة سلبية كما إن الصلابة النفسية هي سمة من سمات الشخصية وارتفاعها يجعل الفرد يتمتع بقوة الشخصية و انخفاضها يجعله هش وغير قادر على مواجهة ضغوط الحياة ومن خلال محاولة الوصول إلى نتائج مقبولة يمكن الوثوق بها وتعميمها باستغلال المعطيات و البيانات المتوفرة حول متغيرات الدراسة حيث كشفت هذه الدراسة عن جملة من الحقائق التي تدعم توقعاتنا إلى أن لكل من الأسرة و المؤسسات الاجتماعية لاتزال في اعتقادنا توفر لأبنائنا الدعم و التعزيز من خلال شبكة التفاعلات والتي تعد مصدرا هاما لزيادة المرونة النفسية هذا من ناحية و من جهة أخرى فان الطلبة الجامعيين بحكم تقاربهم و احتكاكهم مع بعض وتطلعهم لنفس الأهداف و اشتراكهم في نفس الانشغالات يجعل نظرتهم متقاربة خاصة في قدرتهم على السيطرة و التحكم و التحدي و كذلك تقاسمهم نفس الأدوار والمسؤولية يوضح عدم وجود فارق بينهم كذكور وإناث من ناحية ضبطهم الداخلي والخارجي .

وفي الأخير نرجوا أن تكون هذه الدراسة زيادة للعلم وأن تواصل البحوث والدراسات في مثل هذه المتغيرات والوصول إلى نتائج جديدة تخدم البحث العلمي.

قائمة المراجع:

1- المراجع العربية:

أ-المعاجم والقواميس

1-إبراهيم أنيس وآخرون (1973) **معجم الوسيط** ، ط2،دار الأحياء .

2-ابن منظور (1999) ، **لسان العرب** ، الجزء السابع ، دار المصادر بيروت .

3-رولان دورون فرنسوا زيارو ، 2012 ، **موسوعة علم نفس ، معجم مصطلحات شرح المعاني** ، دار عويدات للنشر والطباعة .

ب-الكتب:

4-بشرى إسماعيل (2004) **ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية** ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة مصر .

5-بشير معمرية (2012) ، **دراسات في علم النفس الايجابي** ، دار الخلدونية للنشر والتوزيع ، الطبعة 3، الجزائر

6-حسين فايد ، **علم النفس العام** ، مؤسسة طيبة للنشر ،ط1 ، 2004.

7-رشاد عبد العزيز موسى ، **العجز النفسي** ، دار النهضة العربية ، القاهرة 1989.

8-فاروق السيد عثمان 2006، **سيكولوجية الفروق الفردية "القدرات العقلية"** ، دار الأمين للنشر والتوزيع ، ط1.

9-فاروق السيد عثمان ، 2001 ، **القلق والإدارة ، الضغوط النفسية** ، دار النهضة العربية الطباعة والنشر ، بيروت ، لبنان .

10-محمد داودي ومحمد بوفاتح (2007) ، **منهجية كتابة البحوث العلمية والرسائل الجامعية** ، ط1، دار مكتبة الاوراسية ، الجلفة

11-محمد عبد المؤمن (1990) **الشخصية والأمراض النفسية والعقلية** دار المطبوعات الجديدة الإسكندرية .

ج-المجلات والدوريات:

12-أفنان دروزة ، 2008 ، **العلاقة بين مركز الضبط ومتغيرات أخرى ذات علاقة لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية** ، ومجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد الخامس، العدد 01، جامعة النجاح الوطنية، غزة.

13-البهاص سيد أحمد ،2002 ، **النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة** ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا ، العدد 31 ، المجلد الأول .

14-الجوهرة عبد الله الذاود ، "**وجهة الضبط وعلاقتها بمستوي الطموح لدي طالبات الجامعة السعودية والمصرية** " ،**دراسات عربية في علم النفس** ، المجلد الأول ، العدد الثالث ، دار عيربت للطباعة والنشر 2002.

15-امل الأحمد "**العلاقة الارتباطية بين دافعية الإنجاز ومركز الضبط**"، **بحوث ودراسات في علم النفس**، مؤسسة الرسالة ، بيروت 2001.

16-حدة يوسفي 2013 ، **الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من طالبات الجامعة** ، مجلة دراسات ، العدد 24 جامعة الاغواط .

17-حكيمة ايت حمودة وراهية نطار وشهزاد بوشوب ، " ،أهمية **مركز الضبط في إدارة الضغوط النفسية المهنية لدى مدرسي التعليم الثانوي** "، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس** ، المجلد السادس ، العدد الثاني ، دمشق 2008.

18-سالم محمد عبد الله المفرجي وعبد الله علي أبو عراد الشهري (2008) **الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة** ، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية جامعة المنيا ، العدد 15

19-عباس مدحت ، 2010 ، **الصلابة النفسية كمنبئ لحفظ الضغوط النفسية وسلوك العدواني لدى معلمي الإعدادية** ، مجلة كلية التربية ، المجلد 26 ، رياض .

20-عبد الحميد سعيد حسن ، 2010 ، **الصلابة الذهنية والشعور بالأمل والضغوط النفسية كمنبئات للنجاح الأكاديمي لطلاب جامعة السلطان قابوس** ، مجلة دراسات الخليج الجزيرة العربية ، العدد 137 ، جامعة الكويت .

21-علا دارب نصر (2013) ، **الصلابة النفسية المجلة العربية للعلوم النفسية** ، المجلد الثامن ، العدد 39-37 .

22-عماد مخيمر (1996) **إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة** ، مجلة دراسات نفسية ، العدد 02 .

23-فاروق عبد الفتاح موسى ، "**علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين**" ، مجلة جامعة الملك عبد العزيز للعلوم التربوية ، المجلد الأول ، قطر 1980

24-لؤلؤة حمادة وعبد اللطيف .2002 ، **الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة** ، مجلة دراسات النفسية ، المجلد 12 ، العدد 02 .

25-مصطفى القمش ، "**الفروق في مركز التحكم وتقدير الذات بين ذوي صعوبات القراءة والعاديين من تلاميذ المرحلة الابتدائية**" ، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس** ، المجلد الرابع ، العدد الثاني ، دمشق 2006.

26-نايفة الفطامي ، 2003 ، **أثير للتغير الجنس والصف ودرجة داخلية الضبط في درجة الدافعية المعرفية للتعلم عند المتفوقين دراسيا** مجلة العلوم التربوية ، الدوحة.

27-نبيل كامل دخان وإبراهيم بشير الحجار، 2006، ال**ضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها الصلابة النفسية**، المجلد الرابع، العدد 2.

د- الرسائل العلمية:

28-ابتسام هادي احمد العفاري ، **علاقة وجهة الضبط والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى.**

29-احمد محمد العياقي (2013) ، **الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث** ، مذكرة لنيل درجة الماجستير في علم النفس

30-اعتماد يعقوب محمد الزيناتي (2003) ، **أنماط الشخصية الصبورة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الطالبات الجامعة الإسلامية بغزة** ، رسالة ماجستير في علم النفس ، الجامعة الإسلامية غزة.

31-الحسين بن حسن محمد سيد (2012) **الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية (المتضررين وغير المتضريين من السيول بمحافظة جدة)**ماجستير في الإرشاد النفسي ، جامعة أم القرى ، السعودية .

32-تغريد حسنين (2007) ، **المناخ الأسري وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين من الجنسين** رسالة ماجستير تخصص الصحة النفسية جامعة القاهرة.

33-جرادي تجاني "**مركز التحكم وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الابتدائية**" ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة الجزائر 2006-2007.

34-جيهان احمد حمزة 2002 **دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المنبئقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل** ، رسالة ماجستير ، كلية الأدب جامعة القاهرة .

35-خالد بن محمد عبد الله العبدلي (2012) **الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب الثانوية المتفوقين والعاديين** ، مذكرة التخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي جامعة أم القرى ، مكة المكرمة .

36-زينب بن بريكة ، 2004 ، **علاقة مركز بمستوى الطموح وتأثيرها على الأداء الدراسي** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر.

37-زينب نوفل احمد راضي (2008) ، **الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات** ، رسالة ماجستير في الصحة النفسية ، كلية التربية الجامعة الإسلامية ، غزة

38-سناء محمد إبراهيم أبو حسين (2012) **الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهما بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن** في محافظة شمال غزة ، رسالة ماجستير تخصص علم النفس ، جامعة غزة .

39-شاهير يوسف ياغي (2006) **الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية** ، رسالة ماجستير تخصص علم النفس الجامعة الإسلامية ، غزة .

40-شقورة يحي عمارة (2012) **المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية** بمحافظة غزة ، رسالة ماجستير في علم النفس ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة

41-محمد عودة (2010) **الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمكانة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة** ، ماجستير إرشاد نفسي ، الجامعة الإسلامية، غزة .

42-محمد نجيب عناصيري ، **مركز التحكم والقلق والدعم الاجتماعي بالضيط المهني لدى أساتذة التعليم العالي ، رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة ورقلة ، 2001-2002.

43-يسرى محمد (2002) **تأثير نوع الإعاقة على السواء والمستوى الاقتصادي الاجتماعي على وجه الضبط و الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى الذكور** ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، جامعة المنوفية.

هـ-المؤتمرات والندوات

44-جبر محمد جبر (2005) **مدى فاعلية ثلاث أساليب التوجيه والإرشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات و الصلابة النفسية مؤتمر الإرشاد الاجتماعي النفسي ودوره في العملية التعليمية** سوريا.

45-عبد الله جاد محمود ، 2006 ، **السلوك التوكيدي كمتغير وسيط في عاقة الضغوط النفسية بكل من له كتاب والعدوان** ، المؤتمر العلمي الأول كلية التربية النوعية ، جامعة المنصورة .

2-المراجع الأجنبية:

46-Kheshaba .d.m.maddi s.r.1996 :**early experiences .in hardiness derelepment** .consulting pcy chelegy sournal .pratice and research .vol.15.

47-Kobasa.s.c.maddis .rouccatte m..zola.m.1984 **effective ness of hardinese exercise and social support as reseurces againse illnes** .jeurnnal of psy chosontic research .vol.29.no.5

48- Low.j.ma.1996.**the concept of hardiness .abiefbut critical aemmentary** . journal of advanced mussing .vol24.

الملاحق

الملحق رقم 01

جامعة عمار ثليجي الأغواط

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

استبيان

البيانات الأولية:

- الجنس ذكر أنثى

التعليمية أخي الطالب، أختي الطالبة:

فيما يلي مجموعة من العبارات الرجاء منك أن تقرأها بتمعن وتجيبنا بكل صراحة بما ينطبق عليك بوضع علامة (×) في الخانة المناسبة علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإعلم وتأكد بأن إجابتك سوف تحاط بالسرية التامة ولا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

الرقم	العبارة	أوافق بشدة	أوافق نوعا ما	لا أوافق
01	أعزو حسن سير أموري إلى حسن حظي			
02	أسير شؤون حياتي كما أريد أنا			
03	أشعر أني لا أمتلك القدرة الكافية للتحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي			
04	لا أعمل عملا إلا إذا كنت مقتنعا به			
05	لا أعتقد بأن يصل الطالب إلى ما يبتغيه إذا لم يكن محظوظا في حياته			
06	أطلب الاعتذار من أي شخص أخطأت في حقه			
07	شعوري بالرضا عن قراراتي يعود دوما لاعتمادي على أراء الأخرين			
08	حسن اختياري للتخصص يشعرني بالارتياح في دراستي			
09	علي أن أنتظر الفرصة حتى أستطيع أن أحقق ما أرجوه			
10	عندما أضع خطة فإنني غالبا ما أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها بنجاح			
11	لا جدوى من التخطيط للمستقبل مادامت الظروف تتحكم فينا			
12	أعتقد بأن المراجعة المستمرة للدروس تؤدي إلى النجاح			
13	في كثير من الأحيان لا أسيطر على الأحداث التي تقع لي في حياتي			
14	أعتقد أنه باستطاعتي حل المشكلات والخلفيات التي يصعب على زملائي حلها			
15	أعتقد أن الحظ يولد مع الشخص			
16	أعتقد بأن لدي الثقة في قدراتي على صنع النجاح بنفسي			
17	أعتقد مادامت أموري مسطرة من الخالق فلا داعي أن أخطط لها			
18	أعتقد بأن وصولي لهذا المستوى يعود إلى الجهود التي بذلتها			
19	أعتقد بأني شخص محظوظ في حياتي			
20	أسير شؤون حياتي كما أريد أنا			

21	أشعر أني لا أمتلك القدرة الكافية للتحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي			
22	لا أعمل عملا إلا إذا كنت مقتنعا به			
23	لا أعتقد بأن يصل الطالب إلى ما يبتغيه إذا لم يكن محظوظا في حياته			
24	أطلب الاعتذار من أي شخص أخطأت في حقه			
25	أشعر أني لا أمتلك القدرة الكافية للتحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي			
26	لا أعمل عملا إلا إذا كنت مقتنعا به			
27	لا أعتقد بأن يصل الطالب إلى ما يبتغيه إذا لم يكن محظوظا في حياته			
28	أطلب الاعتذار من أي شخص أخطأت في حقه			
29	أشعر أني لا أمتلك القدرة الكافية للتحكم في الاتجاه الذي تسير فيه حياتي			
30	لا أعمل عملا إلا إذا كنت مقتنعا به			
31	لا أعتقد بأن يصل الطالب إلى ما يبتغيه إذا لم يكن محظوظا في حياته			
32	أعتقد أنه باستطاعتي حل المشكلات والخلفيات التي يصعب على زملائي حلها			
33	أعتقد أن الحظ يولد مع الشخص			
34	أعتقد بأن لدي الثقة في قدراتي على صنع النجاح بنفسي			
35	أعتقد مادامت أموري مسطرة من الخالق فلا داعي أن أخطط لها			
36	أعتقد بأن وصولي لهذا المستوى يعود إلى الجهود التي بذلتها			
37	أعتقد بأني شخص محظوظ في حياتي			
38	أسير شؤون حياتي كما أريد أنا			
39	أعتقد بأن المراجعة المستمرة للدروس تؤدي إلى النجاح			
40	في كثير من الأحيان لا أسيطر على الأحداث التي تقع لي في حياتي			

الملحق رقم 02:

قائمة الصلابة النفسية

عماد محمد أحمد مخيمر 2002

الجنس..... العمر.....

تعليمات

فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة إقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (×) تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسط أو كثيرا وذلك حسب انطباق العبارة عليك.

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
01	مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي	.....	.....	.....	.....
02	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي	.....	.....	.....	.....
03	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
04	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
05	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
06	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي	.....	.....	.....	.....
07	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
08	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي	.....	.....	.....	.....
09	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
10	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
11	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
12	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
13	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
14	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
15	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
16	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
17	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
18	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
19	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
20	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
21	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....

22	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
23	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
24	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
25	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
26	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
27	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
28	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
29	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
30	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
31	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
32	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
33	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
34	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
35	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
36	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
37	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها	.....	.....	.....	.....
38	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
39	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
40	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
41	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
42	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
43	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
44	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
45	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
46	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....
47	أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	.....	.....	.....	.....
48	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	.....	.....	.....	.....

الملحق 03:

الاتساق الداخلي للصدق

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
داخلي.ضبط	47,2333	7,43416	60
خارجي.ضبط	36,1500	4,85318	60
الضبط.مركز	83,3833	7,70668	60

Correlations

		داخلي.ضبط	خارجي.ضبط	الضبط.مركز
داخلي.ضبط	Pearson Correlation	1	-,269*	,795**
	Sig. (2-tailed)		,038	,000
	Sum of Squares and Cross-products	3260,733	-573,100	2687,633
	Covariance	55,267	-9,714	45,553
	N	60	60	60
خارجي.ضبط	Pearson Correlation	-,269*	1	,370**
	Sig. (2-tailed)	,038		,004
	Sum of Squares and Cross-products	-573,100	1389,650	816,550
	Covariance	-9,714	23,553	13,840
	N	60	60	60

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

الصدق التمييزي

Group Statistics

	المجموعات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضبط.مركز	العليا المجموعة	16	73,8125	4,54927	1,13732
	الدنيا المجموعة	16	92,2500	4,95984	1,23996

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
الضبط.مركز	Equal variances assumed	,440	,512	-10,958	30	,000	-18,43750	1,68255	-21,87373	-15,00127
	Equal variances not assumed			-10,958	29,779	,000	-18,43750	1,68255	-21,87481	-15,00019

- ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ cronbach Alpha

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,694	,690	40

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
84,75000	58,462	7,646036	40

- حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية Split-

Scale Statistics

	Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
Part 1	41,18333	22,254	4,717410	20[a]
Part 2	43,56667	16,555	4,068759	20[b]
Both Parts	84,75000	58,462	7,646036	40

a. The items are: q1, q2, q3, q4, q5, q6, q7, q8, q9, q10, q11, q12, q13, q14, q15, q16, q17, q18, q19, q20.

b. The items are: q21, q22, q23, q24, q25, q26, q27, q28, q29, q30q, q31, q32, q33, q34, q35, q36, q37, q38, q39, q40.

- توجد علاقة ارتباطية بين مركز الضبط و الصلابة النفسية لدى طلبة ماستر علم النفس

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
النفسية.الصلابة	101,1833	18,35458	120
الضبط.مركز	84,4917	7,42808	120

Correlations

		النفسية.الصلابة	الضبط.مركز
النفسية.الصلابة	Pearson Correlation	1	,214*
	Sig. (2-tailed)		,019
	Sum of Squares and Cross-products	40089,967	3470,183
	Covariance	336,890	29,161

	N	120	120
الضبط.مركز	Pearson Correlation	,214*	1
	Sig. (2-tailed)	,019	
	Sum of Squares and Cross-products	3470,183	6565,992
	Covariance	29,161	55,176
	N	120	120

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ذوي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية.

Descriptives

متغيرات

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum	Between-Component Variance
						Lower Bound	Upper Bound			
داخلي ضبط		120	47,0417	6,76918	,61794	45,8181	48,2652	30,00	64,00	
خارجي ضبط		120	37,4500	5,41217	,49406	36,4717	38,4283	29,00	54,00	
النفسية الصلابة		120	101,1833	18,35458	1,67554	97,8656	104,5011	60,00	135,00	
Total		360	61,8917	30,43047	1,60383	58,7376	65,0457	29,00	135,00	
Model	Fixed Effects			11,71899	,61764	60,6770	63,1063			
	Random Effects				19,84000	-23,4729	147,2563			1179,73186

Test of Homogeneity of Variances

متغيرات

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
83,786	2	357	,000

ANOVA

متغيرات

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	283410,317	2	141705,158	1031,824	,000
Within Groups	49028,458	357	137,335		
Total	332438,775	359			

Robust Tests of Equality of Means

متغيرات

	Statistic[a]	df1	df2	Sig.
Brown-Forsythe	1031,824	2	173,460	,000

a. Asymptotically F distributed.

Multiple Comparisons

Dependent Variable: متغيرات

Scheffe

(I) المتغيرات.قيم	(J) المتغيرات.قيم	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
داخلي ضبط	خارجي ضبط	9,59167*	1,51291	,000	5,8728	13,3105
	النفسية الصلابة	-54,14167*	1,51291	,000	-57,8605	-50,4228
خارجي ضبط	داخلي ضبط	-9,59167*	1,51291	,000	-13,3105	-5,8728
	النفسية الصلابة	-63,73333*	1,51291	,000	-67,4522	-60,0145
النفسية الصلابة	داخلي ضبط	54,14167*	1,51291	,000	50,4228	57,8605
	خارجي ضبط	63,73333*	1,51291	,000	60,0145	67,4522

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

- توجد فرزق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضبط.مركز	اناث	66	84,0606	6,37031	,78413
	ذكور	54	85,0185	8,57924	1,16749
داخلي.ضبط	اناث	66	47,6515	5,29874	,65223
	ذكور	54	46,2963	8,21097	1,11737
خارجي.ضبط	اناث	66	36,4091	5,32043	,65490
	ذكور	54	38,7222	5,29655	,72077

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
الضبط.مركز	Equal variances assumed	4,661	,033	-,701	118	,485	-,95791	1,36593	-3,66282	1,74700
	Equal variances not assumed			-,681	95,720	,497	-,95791	1,40637	-3,74965	1,83382
داخلي.ضبط	Equal variances assumed	12,613	,001	1,092	118	,277	1,35522	1,24110	-1,10250	3,81294
	Equal variances not assumed			1,047	87,032	,298	1,35522	1,29380	-1,21634	3,92678
خارجي.ضبط	Equal variances assumed	,000	,992	-2,374	118	,019	-2,31313	,97430	-4,24251	-,38375
	Equal variances not assumed			-2,375	113,537	,019	-2,31313	,97386	-4,24242	-,38384

-توجد فروق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن

Group Statistics

	السن	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضبط.مركز	سنة 35 من أقل	92	85,0435	7,64445	,79699
	سنة 35 من أكثر	28	82,6786	6,46388	1,22156
داخلي.ضبط	سنة 35 من أقل	92	47,3696	6,90074	,71945
	سنة 35 من أكثر	28	45,9643	6,31566	1,19355
خارجي.ضبط	سنة 35 من أقل	92	37,6739	5,86311	,61127
	سنة 35 من أكثر	28	36,7143	3,53666	,66837

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
الضبط.مركز	Equal variances assumed	,983	,324	1,482	118	,141	2,36491	1,59522	-,79406	5,52387
	Equal variances not assumed			1,621	52,079	,111	2,36491	1,45856	-,56180	5,29162
داخلي.ضبط	Equal variances assumed	,041	,840	,962	118	,338	1,40528	1,46147	-1,48884	4,29940
	Equal variances not assumed			1,008	48,294	,318	1,40528	1,39362	-1,39633	4,20689
خارجي.ضبط	Equal variances assumed	8,472	,004	,820	118	,414	,95963	1,16973	-1,35676	3,27602
	Equal variances not assumed			1,059	75,406	,293	,95963	,90574	-,84454	2,76379

-توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسية.الصلابة	اناث	66	101,7424	17,31279	2,13106
	ذكور	54	100,5000	19,69652	2,68036

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
النفسية.الصلابة	Equal variances assumed	1,093	,298	,368	118	,714	1,24242	3,38026	-5,45141	7,93626
	Equal variances not assumed			,363	106,488	,717	1,24242	3,42428	-5,54619	8,03104

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن

Group Statistics

	السن	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسية.الصلابة	سنة 35 من أقل	92	100,7935	18,58130	1,93723
	سنة 35 من أكثر	28	102,4643	17,85846	3,37493

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
الصلابة. النفسية	Equal variances assumed	,010	,922	-,420	118	,675	-1,67081	3,97530	-9,54298	6,20137
	Equal variances not assumed			-,429	46,234	,670	-1,67081	3,89141	-9,50273	6,16112

الاتساق الداخلي للصدق

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
داخلي.ضبط	47,2333	7,43416	60
خارجي.ضبط	36,1500	4,85318	60
الضبط.مركز	83,3833	7,70668	60

Correlations

		داخلي.ضبط	خارجي.ضبط	الضبط.مركز
داخلي.ضبط	Pearson Correlation	1	-,269*	,795**
	Sig. (2-tailed)		,038	,000
	Sum of Squares and Cross-products	3260,733	-573,100	2687,633
	Covariance	55,267	-9,714	45,553
	N	60	60	60
خارجي.ضبط	Pearson Correlation	-,269*	1	,370**
	Sig. (2-tailed)	,038		,004
	Sum of Squares and Cross-products	-573,100	1389,650	816,550
	Covariance	-9,714	23,553	13,840
	N	60	60	60

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

الصدق التمييزي

Group Statistics

	المجموعات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضبط.مركز	العليا المجموعة	16	73,8125	4,54927	1,13732
	الدنيا المجموعة	16	92,2500	4,95984	1,23996

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
الضبط.مركز	Equal variances assumed	,440	,512	-10,958	30	,000	-18,43750	1,68255	-21,87373	-15,00127
	Equal variances not assumed			-10,958	29,779	,000	-18,43750	1,68255	-21,87481	-15,00019

- ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ cronbach Alpha

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,694	,690	40

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
84,75000	58,462	7,646036	40

- حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية Split-

Scale Statistics

	Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
Part 1	41,18333	22,254	4,717410	20[a]
Part 2	43,56667	16,555	4,068759	20[b]
Both Parts	84,75000	58,462	7,646036	40

a. The items are: q1, q2, q3, q4, q5, q6, q7, q8, q9, q10, q11, q12, q13, q14, q15, q16, q17, q18, q19, q20.

b. The items are: q21, q22, q23, q24, q25, q26, q27, q28, q29, q30q, q31, q32, q33, q34, q35, q36, q37, q38, q39, q40.

- توجد علاقة ارتباطية بين مركز الضبط و الصلابة النفسية لدى طلبة ماستر علم النفس

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
النفسية.الصلابة	101,1833	18,35458	120
الضبط.مركز	84,4917	7,42808	120

Correlations

		النفسية.الصلابة	الضبط.مركز
النفسية.الصلابة	Pearson Correlation	1	,214*
	Sig. (2-tailed)		,019
	Sum of Squares and Cross-products	40089,967	3470,183
	Covariance	336,890	29,161

	N	120	120
الضبط.مركز	Pearson Correlation	,214*	1
	Sig. (2-tailed)	,019	
	Sum of Squares and Cross-products	3470,183	6565,992
	Covariance	29,161	55,176
	N	120	120

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ذوي الضبط الداخلي والضبط الخارجي في الصلابة النفسية.

Descriptives

متغيرات

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum	Between-Component Variance
						Lower Bound	Upper Bound			
داخلي ضبط		120	47,0417	6,76918	,61794	45,8181	48,2652	30,00	64,00	
خارجي ضبط		120	37,4500	5,41217	,49406	36,4717	38,4283	29,00	54,00	
النفسية الصلابة		120	101,1833	18,35458	1,67554	97,8656	104,5011	60,00	135,00	
Total		360	61,8917	30,43047	1,60383	58,7376	65,0457	29,00	135,00	
Model	Fixed Effects			11,71899	,61764	60,6770	63,1063			
	Random Effects				19,84000	-23,4729	147,2563			1179,73186

Test of Homogeneity of Variances

متغيرات

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
83,786	2	357	,000

ANOVA

متغيرات

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	283410,317	2	141705,158	1031,824	,000
Within Groups	49028,458	357	137,335		
Total	332438,775	359			

Robust Tests of Equality of Means

متغيرات

	Statistic[a]	df1	df2	Sig.
Brown-Forsythe	1031,824	2	173,460	,000

a. Asymptotically F distributed.

Multiple Comparisons

Dependent Variable: متغيرات

Scheffe

(I) المتغيرات.قيم	(J) المتغيرات.قيم	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
داخلي ضبط	خارجي ضبط	9,59167*	1,51291	,000	5,8728	13,3105
	النفسية الصلابة	-54,14167*	1,51291	,000	-57,8605	-50,4228
خارجي ضبط	داخلي ضبط	-9,59167*	1,51291	,000	-13,3105	-5,8728
	النفسية الصلابة	-63,73333*	1,51291	,000	-67,4522	-60,0145
النفسية الصلابة	داخلي ضبط	54,14167*	1,51291	,000	50,4228	57,8605
	خارجي ضبط	63,73333*	1,51291	,000	60,0145	67,4522

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

- توجد فرزق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير الجنس

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضبط.مركز	اناث	66	84,0606	6,37031	,78413
	ذكور	54	85,0185	8,57924	1,16749
داخلي.ضبط	اناث	66	47,6515	5,29874	,65223
	ذكور	54	46,2963	8,21097	1,11737
خارجي.ضبط	اناث	66	36,4091	5,32043	,65490
	ذكور	54	38,7222	5,29655	,72077

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
الضبط.مركز	Equal variances assumed	4,661	,033	-,701	118	,485	-,95791	1,36593	-3,66282	1,74700
	Equal variances not assumed			-,681	95,720	,497	-,95791	1,40637	-3,74965	1,83382
داخلي.ضبط	Equal variances assumed	12,613	,001	1,092	118	,277	1,35522	1,24110	-1,10250	3,81294
	Equal variances not assumed			1,047	87,032	,298	1,35522	1,29380	-1,21634	3,92678
خارجي.ضبط	Equal variances assumed	,000	,992	-2,374	118	,019	-2,31313	,97430	-4,24251	-,38375
	Equal variances not assumed			-2,375	113,537	,019	-2,31313	,97386	-4,24242	-,38384

-توجد فروق ذات دلالة احصائية في مركز الضبط تعزى لمتغير السن

Group Statistics

	السن	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الضبط.مركز	سنة 35 من أقل	92	85,0435	7,64445	,79699
	سنة 35 من أكثر	28	82,6786	6,46388	1,22156
داخلي.ضبط	سنة 35 من أقل	92	47,3696	6,90074	,71945
	سنة 35 من أكثر	28	45,9643	6,31566	1,19355
خارجي.ضبط	سنة 35 من أقل	92	37,6739	5,86311	,61127
	سنة 35 من أكثر	28	36,7143	3,53666	,66837

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
الضبط.مركز	Equal variances assumed	,983	,324	1,482	118	,141	2,36491	1,59522	-,79406	5,52387
	Equal variances not assumed			1,621	52,079	,111	2,36491	1,45856	-,56180	5,29162
داخلي.ضبط	Equal variances assumed	,041	,840	,962	118	,338	1,40528	1,46147	-1,48884	4,29940
	Equal variances not assumed			1,008	48,294	,318	1,40528	1,39362	-1,39633	4,20689
خارجي.ضبط	Equal variances assumed	8,472	,004	,820	118	,414	,95963	1,16973	-1,35676	3,27602
	Equal variances not assumed			1,059	75,406	,293	,95963	,90574	-,84454	2,76379

-توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسية.الصلابة	اناث	66	101,7424	17,31279	2,13106
	ذكور	54	100,5000	19,69652	2,68036

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
النفسية.الصلابة	Equal variances assumed	1,093	,298	,368	118	,714	1,24242	3,38026	-5,45141	7,93626
	Equal variances not assumed			,363	106,488	,717	1,24242	3,42428	-5,54619	8,03104

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير السن

Group Statistics

	السن	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسية.الصلابة	سنة 35 من أقل	92	100,7935	18,58130	1,93723
	سنة 35 من أكثر	28	102,4643	17,85846	3,37493

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
الصلابة. النفسية	Equal variances assumed	,010	,922	-,420	118	,675	-1,67081	3,97530	-9,54298	6,20137
	Equal variances not assumed			-,429	46,234	,670	-1,67081	3,89141	-9,50273	6,16112