



مجلة التربوي
مجلة علمية محكمة نصف سنوية تصدر عن
كلية التربية / الخمس
جامعة المرقب

العدد السابع والعشرون
يوليو 2025م

هيئة التحرير

رئيس هيئة التحرير	د. سالم حسين المدهون
عضو هيئة التحرير	د. نور الدين سالم ارحومة
عضو هيئة التحرير	د. بشير علي الطيب
عضو هيئة التحرير	أ. سالم مصطفى الديب
عضو هيئة التحرير	أ. محمد حسن اقدورة
عضو هيئة التحرير	أ. محمد أبو عجيبة البركي

- المجلة ترحب بما يرد عليها من أبحاث وعلى استعداد لنشرها بعد التحكيم .
 - المجلة تحترم كل الاحترام آراء المحكمين وتعمل بمقتضاها .
 - كافة الآراء والأفكار المنشورة تعبر عن آراء أصحابها ولا تتحمل المجلة تبعاتها .
 - يتحمل الباحث مسؤولية الأمانة العلمية وهو المسؤول عما ينشر له .
 - البحوث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها نشرت أو لم تنشر .
- (حقوق الطبع محفوظة للكلية)



ضوابط النشر:

- يشترط في البحوث العلمية المقدمة للنشر أن يراعى فيها ما يأتي :
- أصول البحث العلمي وقواعده .
- ألا تكون المادة العلمية قد سبق نشرها أو كانت جزءا من رسالة علمية .
- يرفق بالبحث تزكية لغوية وفق أنموذج معد .
- تعدل البحوث المقبولة وتصحح وفق ما يراه المحكمون .
- التزام الباحث بالضوابط التي وضعتها المجلة من عدد الصفحات ، ونوع الخط ورقمه ، والفترات الزمنية الممنوحة للتعديل ، وما يستجد من ضوابط تضعها المجلة مستقبلا .

تنبيهات :

- للمجلة الحق في تعديل البحث أو طلب تعديله أو رفضه .
- يخضع البحث في النشر لأولويات المجلة وسياستها .
- البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر أصحابها ، ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة .

Information for authors

- 1- Authors of the articles being accepted are required to respect the regulations and the rules of the scientific research.
- 2- The research articles or manuscripts should be original and have not been published previously. Materials that are currently being considered by another journal or are a part of scientific dissertation are requested not to be submitted.
- 3- The research articles should be approved by a linguistic reviewer.
- 4- All research articles in the journal undergo rigorous peer review based on initial editor screening.
- 5- All authors are requested to follow the regulations of publication in the template paper prepared by the editorial board of the journal.

Attention

- 1- The editor reserves the right to make any necessary changes in the papers, or request the author to do so, or reject the paper submitted.
- 2- The research articles undergo to the policy of the editorial board regarding the priority of publication.
- 3- The published articles represent only the authors' viewpoints.





الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض متغيرات الخلفية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة المرقب
(دراسة امبيريقية)

ليلي محمد اکتیبی¹ أحلام محمد الجرای²
قسم التربية وعلم النفس كلية الآداب جامعة المرقب

¹ lmaktibi@elmergib.edu.ly

² amaljaray@elmergib.edu.ly

ملخص البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات لدى طلبة السنة الثانية بجامعة المرقب، وتكونت عينة البحث من (200) طالبا وطالبة، واستخدم المنهج الامبيريقى، كما استخدم مقياس الصلابة النفسية وهو من اعداد الباحثين، وتمتع المقياس بالصدق والثبات، واستخدمت الاساليب الاحصائية لتحقيق أهداف البحث مثل: معامل ألفا كرونباخ، واختبار مان وتنى، واختبار كروسال وأليس. وتوصل البحث إلى النتائج التالية: عدم وجود فروق دالة احصائية بين رتب درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الجنس، ووجود فروق دالة احصائية بين رتب درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الكلية وبعض متغيرات الخلفية . المقدمة:

يعيش الانسان المعاصر زمن كثرت فيه روافد الضغوط النفسية، حيث امتاز هذا العصر بالتغير السريع في جميع المجالات مما جعل الفرد يواجه العديد من التحديات عن طريق تحديد أهدافه وتلبية احتياجاته وصولا لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، ومن خلال تفاعله مع البيئة يصبح في حاجة إلى عملية مؤائمة مستمرة بين مكوناته الذاتية وظروفه الخاصة، وهو ما يسمى بأساليب مواجهة الضغوط (الرشيد، 1999: 12) .

وافترضت (Kobasa) أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير نفسى له تأثير كبير في تخفيف الضغوط على صحة الفرد النفسية والجسدية ، وتفترض أن الصلابة النفسية تتأصل في مرحلة الطفولة من خلال التعايش مع الخبرات المعززة التى تقوى دعائم الشخصية، حيث أن الفرد ذو الصلابة ينظر إلى الموقف الضاغط على أنه موقف مثير للانتباه ، كما يرى أن الموقف الضاغط قابل للتغيير وأن التغيير جانب طبيعى من جوانب حياة الرد وفرصة للتطوير بدلا من النظر إليه كتهديد ، والفرد الذى يمتلك هذه الخصائص يكون قادراً على المحافظة على صحته تحت وطأة الأحداث الضاغطة (الرشيد، 2020: 7) .

وقد أشار (هانتون Hanton) إلى أن الفرد الذى يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم التقييم واستراتيجيات المواجهة بفاعلية، وهذا يشير إلى أن لدى الفرد مستوى عالى من الثقة النفسية، وهكذا فإن ذلك الفرد يقدر الموقف الضاغط بأنه أقل تهديداً، ثم يعيد بناءه إلى شيء أكثر إيجابية (عباس، 2010: 175) .

وتوصل (Walker) إلى أن الصلابة النفسية تنمو كنتيجة للخبرة، فالنجاح في الدراسة والحياة يزيد من احساس الفرد بالالتزام والتحكم والتحدى ، أما من جهة أخرى فإن الفشل يمكن أن يقلل من تلك المتغيرات، فادراك التحكم هو احساس الفرد بالفاعلية والتأثير فى ظروف الحياة المتنوعة (Walker, 2006, p.172) .



ويساعد متغير الصلابة على الإدراك المعرفي للأحداث اليومية إذا ماتم رؤيته على نحو واقعي، فيعتقد الأفراد ذو الصلابة كفايتهم في تناول الأحداث الحياتية، ومن ثم فهم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية وتقاولية (راضى، 2008: 47).

كما وجد أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط حيث تفيدهم في تخفيض تهديد الأحداث الضاغطة حيث يرونها من منظور أوسع ويحلونها إلى مركباتها الجزئية ويضعون الحلول المناسبة لها، وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة أسلوب المواجهة التراجعي أو الذي يتضمن نكوصاً، وفيه يقومون بالتجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن أن تولد ضغطاً (السيد، 2012: 63).

مشكلة البحث: تحددت مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات أفراد العينة باختبار مان وتني على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لبعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية والشخصية؟

2. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات أفراد العينة باختبار كروكسال وأليس على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لبعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية والشخصية؟

أهداف البحث:

1. معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات أفراد العينة باختبار مان وتني على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لبعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية والشخصية.

2. معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات أفراد العينة باختبار كروكسال وأليس على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لبعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية والشخصية.

أهمية البحث:

1. تناول البحث لفئة عمرية يؤكد على أهميتها الكثير من البحوث والدراسات التي اهتمت بهذا المجال.
2. إعادة اختبار المعرفة النظرية والعلمية المتعلقة بالصلابة النفسية كما وردت في الدراسات والابحاث النفسية والاجتماعية على عينة مختارة من طلبة المرحلة الجامعية بغية التحقق من صدقها واثراء المعرفة الانسانية.

3. سد النقص في الدراسات التي تناولت العوامل المؤدية لانتشار مظاهر الصلابة النفسية ولم تتناول الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض متغيرات الخلفية.

حدود البحث: أجري هذا البحث على عينة مختارة عشوائياً من طلاب وطالبات السنة الثانية بكليات (الآداب والعلوم والاقتصاد والتربية والصيدلة) بجامعة المرقب خلال العام الجامعي 2023-2024.

مصطلحات البحث:

1. الصلابة النفسية: هي ادراك الفرد وتقبله التغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية للضغوط ، وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالنهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط (البهاص، 2002: 391).

وتعرفها الباحثين اجرائياً: بأنها الدرجة التي يتحصل عليها المبحوث على مقياس الصلابة النفسية.



2. متغيرات الخلفية:

3. طلبة الجامعة: يقصد بهم أولئك الطلاب والطالبات الذين اجتازوا مرحلة التعليم الثانوي وتتراوح أعمارهم من (19-20 سنة).

الاطار النظري:

مفهوم الصلابة النفسية Hardiness :

تعرف لا تسي الصلابة النفسية بأنها: توقع للكفاءة الذاتية عند الفرد في قدرته في مواجهة المشكلات في مواجهة الضغوط والمشكلات، وهو يستعين بمفهوم الكفاءة الذاتية الذي افترضه باندورا والذي يقرر بأن الاشخاص الذين لديهم مستوى عال من الكفاءة الذاتية يميلون الى القيام بسلوكيات تقود إلى نتائج ناجحة مع الاعتقاد بقدرتهم على القيام بذلك (حمادة وعبد اللطيف، 2002: 235-236).

وتعرفها كوبازا (Kobasa, 1979) بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ، ويتعايش معها على نحو ايجابي، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي "الالتزام، التحكم ، التحدي" (Kobasa, 1979: 67) ويعرفها فنك (Funk, 1992) بأنها خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر (عثمان، 2001: 211). أهمية الصلابة النفسية:

لقد قدمت كوبازا الكثير من التفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد، ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، وهي ترى بأن الأحداث الضاغطة تقود الفرد إلى سلسلة من الارجاع لاستثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط الدائم يؤدي مع الوقت إلى الارهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية. ومن هنا يأتي دور الصلابة النفسية حيث أنها تقوم بتعديل هذه العلة التي بدأت بالضغط لتنتهي بالإرهاق، وتعمل الصلابة كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الاحداث الضاغطة على السلامة النفسية والجسمية للفرد، فلأفراد قد يتعرضون لنفس المواقف الضاغطة ولكن الأكثر صلابة من بينهم لا يتأثرون من جراء هذه الضغوط (عبد اللطيف: 2002، 238).

فالصلابة النفسية تعدل من ادراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل وطأة ، كما تؤدي الى اعتماد اساليب مواجهة نشطة ، وتؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال التأثير على الدعم الاجتماعي للفرد، وقد تقوده إلى التغيير في الممارسة الصحية باتباع نظام غذائي معين أو القيام بالنشاطات الرياضية ، والذي يقود إلى تخفيف الاصابة بالأمراض النفسية والجسمية (عودة 2010: 95). أبعاد الصلابة النفسية: وتشمل الصلابة النفسية ثلاث أبعاد هي:

1. الالتزام: وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدها وقيمة الآخرين من حوله.
2. التحكم: ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له.



3. التحدي: وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر يثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له.

إن المكونات المترابطة للصلاية النفسية من شأنها المحافظة على سلامة الأداء النفسي للفرد، والتخفيف من الآثار السلبية للضغوط كما ترى "كوبازا" أن توفر هذه المكونات الثلاثة يرتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدى ضغوط البيئة ، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة إلى فرص للنمو الشخصي، وبالتالي لا يكفي مكون واحد ليمد الفرد بالشجاعة والدافعية لتحويل نظرتة للضغوط إلى نظرة أكثر إيجابية(أبو الفتوح،2014: 9).

خصائص ذوي الصلاية النفسية:

- . يمتازون بالالتزام في العمل الذي عليهم أدائه بدلا من الشعور بالغربة.
 - . يشعرون أن لديهم القدرة على التحكم في الاحداث بدلا من شعورهم بفقدان القوة.
 - . يجدون في ادراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ القرار.
 - . ينظرون إلى التغيير على أنه تحدى عادى بدلا من أن يشعروهم ذلك بالتهديد.
 - . يمتازون بالقدرة على وضع الخطط لمواجهة المشكلات.
 - . يجدون في ادراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة للممارسة اتخاذ القرار.
 - . يمتازون بالهدوء والثبات في أشد الظروف. (معمرى، 2021: 648).
- النظريات المفسرة للصلاية النفسية:

أولاً: نظرية كوبازا(1979): اعتمدت هذه النظرية على عدد من الاسس النظرية والتجريبية، تمثلت أسسها في آراء بعض العلماء (فرانكل، وماسلور، وروجرز) والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال مكانته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة. ويعد نموذج لازروس "Lazours" من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث إنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل ، وحددها في ثلاثة عوامل رئيسية وهى:

1. البنية الداخلية للفرد.

2. الاسلوب الإدراكي.

3. الشعور بالتهديد والاحباط.

ذكر لازاروس أن حدوث خبرة الضغوط يحددها فى المقام الاول طريقة إدراك الفرد للموقف، واعتباره ضغطا قابلا للتعايش، تشمل عملية الادراك الثانوي وتقييم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد لمدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة.

فنتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم يضعفها وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد ، وهو ما يعنى عند لازاروس توقع حدوث الضرر سواء البدني أو النفسي، ويؤدى الشعور بدوره إلى الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالحظر أو بالضرر الذى يقرر الفرد وقوعه(راضى،2008: 36).

ثانياً: نظرية فينك المحلل لنظرية كوبازا(1979): لقد ظهر حديثا فى مجال الوقاية من الاصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذى أعاد النظر في نظرية كوبازا، وحاول وضع تعديل جديدا لها،



وهذا النموذج قدمه فينك(1992) وتم تعديل تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والادراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى ، وذلك على عينة قوامها 167 جنديا اسرائيليا، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديد لذو الصلابة. وقام بقياس متغير الصلابة والادراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية. توصل إلى نتائج مهمة: ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط في الصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام لاستراتيجية التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد الحكم ايجابيا بالصحة العقلية من خلال ادراك الموقف على أنه مشقة واستخدام استراتيجية حل المشكلات بالتعايش(راضى، 2008: 39-40).

الاجراءات المنهجية للبحث:

1. منهج البحث: استخدم المنهج الامبيرقي في تنفيذ خطوات البحث وذلك باتباع اجراءات منهجية تساعد في التوصل إلى فهم الظاهرة المدروسة واخضاعها للاختبار والمقارنة بين النتائج ومحاولة ربطها ببعض المتغيرات.
2. مجتمع البحث: وتكون من طلاب وطالبات الذين يدرسون بالسنة الثانية ببعض كليات جامعة المرقب خلال العام الدراسي 2024/2023م.
- عينة البحث: وتألفت العينة من(200) طالبا وطالبة بكليات (الآداب، العلوم الاقتصادية، التربية، الصيدلة)الذين يدرسون بالسنة الثانية، بواقع (54. وتم اختيارهم بطريقة عشوائية.
- الاجراءات المنهجية للبحث:
3. منهج البحث: استخدم المنهج الامبيرقي في تنفيذ خطوات البحث وذلك باتباع اجراءات منهجية تساعد في التوصل إلى فهم الظاهرة المدروسة واخضاعها للاختبار والمقارنة بين النتائج ومحاولة ربطها ببعض المتغيرات.
4. مجتمع البحث: وتكون من طلاب وطالبات الذين يدرسون بالسنة الثانية ببعض كليات جامعة المرقب خلال العام الدراسي 2024/2023م.
5. عينة البحث: وتألفت العينة من(200) طالبا وطالبة بكليات (الآداب، العلوم الاقتصادية، التربية،
6. أدوات البحث: استخدم الاستبيان المغلق كوسيلة لجمع بيانات البحث والاجابة عن أسئلته. وتضمنت استمارة البحث المجالات التالية:

1. المجال الأول: وتألف من (32) عبارة تقيس بعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية والانفعالية.
- 2.المجال الثاني: وتألف من (43) عبارة تقيس مظاهر الصلابة النفسية وقد تألفت سلالمة المقياس من عبارات(دائما،أحيانا،لا). وبلغ العدد الكلي لعبارات الاستبيان(75)عبارة.
- 5.الخصائص السيكو مترية لمقياس الصلابة النفسية:
- 1.صدق المحتوى: تمتع مقياس البحث بصدق المحتوى؛ حيث تقيس فقراته ماتود قياسه فعلاً.



2.الصدق الظاهري: تمتع المقياس بالصدق الظاهري، حيث أن جميع فقراته كانت على علاقة بموضوع البحث، ولاحظت الباحثتين تحمس المبحوثين للإجابة على عبارات الاستبيان.
6.ثبات المقياس: حسب معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية بطريقة(ألفا كرونباخ)،وقد بلغت قيمة معامل الثبات (0.69) ، وهو ما يعكس ثبات واتساق إجابات المبحوثين على استمارة البحث.
نتائج البحث:

نستعرض فيما يلي الاجابة عن أسئلة البحث وذلك على النحو التالي:
أولاً: الاجابة على السؤال الأول والذي مفاده:(هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية باختبار مان وتنى وفق بعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية وقد تمت الاجابة على هذا السؤال من خلال الآتي:

1.حساب دلالة الفروق وفق متغير الجنس :
حسبت قيمة مان وتنى لمعرفة نوعية الفروق بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الجنس وبيانات الجدول الآتي توضح ذلك:
الجدول (1)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الجنس

الاحصاء المقياس	الحجم	الجنس	م. ر	Z	مستوي الدلالة
الصلابة النفسية	45	ذكور	5266.50	-442	0.658
	146	اناث	14833.50		

وبالنظر في بيانات الجدول السابق يلحظ أنه لا توجد فروق دالة احصائية بين درجات المبحوثين على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الجنس. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة(الرفاعي،2003) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة احصائية بين الذكور والاناث في الصلابة النفسية. وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (مخيمر،2002) التي توصلت إلى وجود فروق دالة احصائية في الصلابة النفسية لصالح الذكور.

ثانياً : الاجابة على السؤال الثاني : والذي مفاده:(هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية باختبار كوكسال وأليس وفق بعض متغيرات الخلفية الشخصية والاجتماعية وقد تمت الاجابة على هذا السؤال من خلال الأسئلة الفرعية التالية:

1.هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الكلية ؟

الجدول (2)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الكلية

الصلابة النفسية	الحجم	م. ر
اسم الكلية		



110.50	41	الأداب
126.03	38	العلوم
89.34	40	الاقتصاد
109.84	40	التربية
68.62	41	الصيدلة
	23.634	كا
	4	د.ح
	0.000	مستوى الدلالة

وبالتأمل في بيانات هذا الجدول يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الكلية، وأن هذه الفروق جاءت لصالح أفراد العينة الذين يدرسون بكلية العلوم . وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (الفاقي، وآخرون، 2021) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة احصائية في الصلابة النفسية ترجع للتخصص لدى طلاب الجامعة.

2. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسكال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير ضبط الغضب ؟

الجدول (3)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير ضبط الغضب

م. ر	الحجم	الصلابة النفسية ضبط الغضب
93.40	48	لا
109.02	106	قليلا
88.28	46	كثيرا
	5.080	كا
	2	د.ح
	0.079	مستوى الدلالة

وبالتمعن في الجدول السابق يلحظ أنه لا توجد فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير ضبط الغضب وجاءت الفروق لصالح من أجاب ب(قليلا).

3. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسكال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الاتسام بالنضج ؟

الجدول (4)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الاتسام بالنضج

م. ر	الحجم	الصلابة النفسية الاتسام بالنضج
92.32	11	لا



89.58	102	قليلًا
114.33	87	كثيرًا
	8.838	كا
	2	د.ح
	0.012	مستوى الدلالة

وبالنظر إلى البيانات السابقة يتضح وجود فروق في الرتب ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق لمتغير الاتسام بالنضج وقد جاءت الفروق لصالح من أجاب ب(كثيراً).
4. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير إمكانية تحقيق الهدف ؟

الجدول (5)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير إمكانية تحقيق الهدف

الصلابة النفسية	الحجم	م.ر
إمكانية تحقيق الهدف		
لا	30	70.53
قليلًا	90	103.64
كثيرًا	80	108.21
كا	5.080	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.008	

ويلاحظ من البيانات السابقة وجود فروق دالة احصائية في الرتب على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير إمكانية تحقيق الهدف . وقد جاءت الفروق لصالح من أجاب ب(كثيراً).
4. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الايمان بلغة العلم ؟

الجدول (6)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الايمان بلغة العلم

الصلابة النفسية	الحجم	م.ر
الايمان بلغة العلم		
لا	55	100.33
قليلًا	50	88.99
كثيرًا	95	106.66
كا	3.060	



د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.217	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير الايمان بلغة العلم.

6. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الاتسام بالغضب ؟

الجدول (7)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الاتسام بالغضب

الصلابة النفسية / الاتسام بالغضب	الحجم	م.ر
لا	52	76.18
قليلا	64	115.95
كثيرا	84	103.79
كا	14.038	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.001	

ويلحظ من البيانات السابقة عدم وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير الاتسام بالغضب . وقد جاءت هذه الفروق لصالح من أجابوا ب(قليلا).

7. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير تعدد الحلول ؟

الجدول (8)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير تعدد الحلول

الصلابة النفسية / تعدد الحلول	الحجم	م.ر
لا	17	88.21
قليلا	110	103.60
كثيرا	73	98.70
كا	1.155	
د.ح	2	



	0.561	مستوى الدلالة
--	-------	---------------

يتبين من بيانات الجدول السابق عدم وجود فروق دالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير تعدد الحلول.

8. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير التنازل عن الأفكار ؟

الجدول (9)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير التنازل عن الأفكار

الصلابة النفسية التنازل عن الأفكار	الحجم	م.ر
لا	64	107.14
قليلا	76	104.55
كثيرا	60	88.28
كأ	3.897	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.143	

يلحظ من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير التنازل عن الأفكار.

9. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير التأثير بالآخرين ؟

الجدول (10)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير التأثير بالآخرين

الصلابة النفسية التأثر بالآخرين	الحجم	م.ر
لا	48	103.46
قليلا	97	110.25
كثيرا	55	80.72
كأ	9.325	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.009	



وبالنظر إلى البيانات السابقة يتضح أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير التأثير بالآخرين وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(قليلًا).
10. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير استثارة الآخرين ؟

الجدول (11)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير استثارة الآخرين

الصلابة النفسية وفقا لمتغير استثارة الآخرين	الحجم	م.ر
لا	24	64.71
قليلًا	87	99.07
كثيرًا	89	111.55
كأ	12.503	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.002	

يلحظ من البيانات السابقة عدم وجود فروق في الرتب ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير استثارة الآخرين ، وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).
11. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الشعور بالقلق ؟

الجدول (12)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير الشعور بالقلق

الصلابة النفسية الشعور بالقلق	الحجم	م.ر
لا	62	83.61
قليلًا	82	114.12
كثيرًا	56	99.25
كأ	9.868	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.007	



ويتضح من بيانات الجدول (12) عدم وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الشعور بالقلق وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(قليلًا).
12. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير النوم المريح ؟

الجدول (13)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير النوم المريح

الصلابة النفسية	الحجم	م.ر
النوم المريح		
لا	43	63.79
قليلًا	71	113.26
كثيرًا	86	108.32
كا	22.368	
د.ج	2	
مستوى الدلالة	0.00	

وبالتمعن في البيانات السابقة يتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير النوم المريح . وقد جاءت هذه الفروق لصالح من أجابوا ب(قليلًا).
13. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير التسرع في الأحكام ؟

الجدول (14)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير التسرع في الأحكام

الصلابة النفسية	الحجم	م.ر
التسرع في الأحكام		
لا	41	68.55
قليلًا	86	104.28
كثيرًا	73	89.60
كا	2.056	
د.ج	2	
مستوى الدلالة	0.358	



يلحظ لا توجد فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير التسرع في الأحكام.
14. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الاتسام بالصبر ؟

الجدول (15)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق الاتسام بالصبر

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية
		الاتسام بالصبر
68.55	38	لا
104.28	76	قليلا
89.60	86	كثيرا
	1.293	كا
	2	د.ج
	0.524	مستوى الدلالة

يلحظ من البيانات السابقة عدم وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الاتسام بالصبر.
15. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الاستمتاع بصداقة للآخرين ؟

الجدول (16)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الاستمتاع بصداقة للآخرين

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية
		متغير الاستمتاع بصداقة للآخرين
68.55	41	لا
104.28	86	قليلا
89.60	73	كثيرا
	2.056	كا
	2	د.ج
	0.358	مستوى الدلالة



وبالنظر في بيانات الجدول السابق يتضح وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الاستمتاع بصداقة للآخرين، وقد جاءت هذه الفروق لصالح من أحابوا ب(كثيراً).

16. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الاتسام بالطيبة ؟

الجدول (17)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الاتسام بالطيبة

الصلابة النفسية الاتسام بالطيبة	الحجم	م.م
لا	22	60.43
قليلا	54	91.08
كثيرا	124	111.71
كأ	16.661	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.000	

ويتضح من البيانات السابقة وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الاتسام بالطيبة، وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).
17. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير الاتسام بالمرونة ؟

الجدول (18)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفق متغير الاتسام بالمرونة

الصلابة النفسية الاتسام بالمرونة	الحجم	م.م
لا	23	80.30
قليلا	96	103.53
كثيرا	81	102.64
كأ	3.182	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.204	

ويتضح من البيانات السابقة عدم وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الاتسام بالمرونة.



18. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير حب الحياة ؟

الجدول (19)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير حب الحياة

م.م	الحجم	الصلابة النفسية متغير حب الحياة
75.40	21	لا
89.60	73	قليلا
112.98	106	كثيرا
	11.493	كا
	2	د.ح
	0.003	مستوى الدلالة

يلحظ من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير حب الحياة، وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).

19. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير المسؤولية عند النجاح والفشل ؟

الجدول (20)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير المسؤولية عند النجاح والفشل

م.م	الحجم	الصلابة النفسية المسؤولية عند النجاح والفشل
67.77	22	لا
92.52	48	قليلا
108.98	130	كثيرا
	10.764	كا
	2	د.ح
	0.005	مستوى الدلالة



ويتضح من بيانات الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير المسؤولية عند النجاح والفشل ، وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).

20 . هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الإيمان بالحظ ؟

الجدول (21)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير الإيمان بالحظ

الصلابة النفسية الإيمان بالحظ	الحجم	م.ر
لا	32	97.09
قليلا	72	102.16
كثيرا	96	100.39
كأ	171	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.918	

يلحظ من بيانات الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الإيمان بالحظ.

21. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الاتسام بالروتينية ؟

الجدول (22)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير الاتسام بالروتينية

الصلابة النفسية الاتسام بالروتينية	الحجم	م.ر
لا	80	109.53
قليلا	74	102.84
كثيرا	46	81.03
كأ	7.289	
د.ح	2	
مستوى الدلالة	0.026	



ويلحظ من الجدول (22) وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير الانتماء بالروتينية. وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(لا).
22. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير سهولة الاستسلام ؟

الجدول (23)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير سهولة الاستسلام

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية
		سهولة الاستسلام
106.05	90	لا
101.31	62	قليلا
89.04	48	كثيرا
	2.727	كا
	2	د.ح
	0.256	مستوى الدلالة

يلحظ أنه لا توجد فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير سهولة الاستسلام.
23. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير توقع المشاكل ؟

الجدول (24)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير توقع المشاكل

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية
		توقع المشاكل
98.98	20	لا
99.70	91	قليلا
101.66	89	كثيرا
	0.067	كا
	2	د.ح
	0.967	مستوى الدلالة

ويتضح من بيانات الجدول السابق عدم وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير توقع المشاكل.



24. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير تسخير الجهود ؟

الجدول (25)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير تسخير الجهود

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية تسخير الجهود
82.00	17	لا
105.92	82	قليلا
99.21	101	كثيرا
	2.512	كا
	2	د.ح
	0.285	مستوى الدلالة

ويتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير تسخير الجهود.

25. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير العمل على التطوير ؟

الجدول (26)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير العمل على التطوير

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية العمل على التطوير
53.81	8	لا
77.02	46	قليلا
110.46	146	كثيرا
	17.132	كا
	2	د.ح
	0.000	مستوى الدلالة

وبالتنم في بيانات الجدول السابق يتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير العمل على التطوير.



26. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير اتخاذ القرار؟

الجدول (27)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقاً لمتغير اتخاذ القرار

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية اتخاذ القرار
68.55	41	لا
104.28	86	قليلاً
89.60	73	كثيراً
	2.056	كأ
	2	د.ح
	0.358	مستوى الدلالة

ويلحظ من الجدول (27) وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير اتخاذ القرار. وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).

27. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير تنفيذ العهود؟

الجدول (28)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقاً لمتغير تنفيذ العهود

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية تنفيذ العهود
64.98	27	لا
98.24	77	قليلاً
112.30	96	كثيراً
	14.309	كأ
	2	د.ح
	0.001	مستوى الدلالة

وبالتمعن في الجدول السابق يتضح وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير تنفيذ العهود. وجاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).

28. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير سهولة الاستسلام للمشاكل؟



الجدول (29)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير سهولة الاستسلام للمشاكل

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية
		سهولة الاستسلام للمشاكل
100.07	82	لا
101.94	72	قليلا
99.02	46	كثيرا
	2.079	كا
	2	د.ح
	961	مستوى الدلالة

وبالنظر إلى بيانات الجدول (29) يتضح أنه لا توجد فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير سهولة الاستسلام للمشاكل. 29. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير قيادة الآخرين ؟

الجدول (30)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا لمتغير قيادة الآخرين

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية
		قيادة الآخرين
78.03	40	لا
102.51	78	قليلا
109.55	82	كثيرا
	8.150	كا
	2	د.ح
	0.017	مستوى الدلالة

وبالنظر إلى البيانات السابقة يتضح وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفق متغير قيادة الآخرين . وقد جاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً). 30. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقا لمتغير حب المهام ؟

الجدول (31)



يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقاً لمتغير حب المهام

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية حب المهام
70.15	24	لا
94.47	79	قليلاً
112.92	97	كثيراً
	11.948	كأ
	2	د.ح
	0.003	مستوى الدلالة

ويلحظ من الجدول (31) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير حب المهام. وجاءت الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).
31. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الرتب باختبار كروكسال وأليس بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير الفشل كمحفز؟

الجدول (32)

يوضح حساب دلالة الفروق بين درجات أفراد العينة وفقاً لمتغير الفشل كمحفز

م.ر	الحجم	الصلابة النفسية الفشل كمحفز
82.39	44	لا
98.50	77	قليلاً
112.54	79	كثيراً
	7.836	كأ
	2	د.ح
	0.20	مستوى الدلالة

وبالنظر إلى بيانات الجدول (32) يتضح وجود فروق دالة احصائية في الرتب بين درجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغير الفشل كمحفز. وقد جاءت هذه الفروق لصالح من أجابوا ب(كثيراً).
التوصيات:

1. تصميم برامج لزيادة الخبرات التي من شأنها أن تزيد من شعور الطلاب بالصلابة النفسية، والتي تمكنهم من المثابرة في تحقيق أهدافهم.



2. توعية المعلمين بأهمية مراعاة الفروق الفردية في سمات الشخصية لدى الطلاب وإن تختلف المعاملة للطلاب على حسب قدراتهم واستعداداتهم.
3. اعداد برامج ودورات نفسية واجتماعية تهدف إلى تنمية مهارات الطلاب في إدارة الضغوط، واكتساب الأساليب الايجابية لمواجهتها.
المقترحات:

1. اجراء بحث لاختبار علاقة الصلابة النسبية بالدافعية للإنجاز.
2. اجراء بحث لاختبار الصلابة النفسية وعلاقتها بمتغيرات (الجنس- المستوى الاقتصادي).

المراجع:

1. اسماعيل، هبة حسين، نشميه عمهوج الرشيدى (2020). علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 107، المجلد الثلاثون، أبريل، ص 468-503.
- 2- أبو الفتوح، نهى عبد الرحمن (2014). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 24، العدد 540، ص 85-483.
- 3- البهاص، سيد أحمد (2002). النهك النفسى وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمى ومعلمات التربية الخاصة، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، (5)، 395-390.
- 4- الرشيد، لولوة صالح (1999). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى بعض ذوات الظروف الخاصة والعاديات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الملك سعود: الرياض.
- 5- السيد، الحين بن حسن (2012). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة، المملكة العربية السعودية.
- 6- الفقى، هشام القطب، رضا رزق حبيب، فتحى السيد لطفى. (2021). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة التربية (الازهر)، المجلد (40)، العدد (191)، ص 421-457.
- 7- الرفاعى، عزة. (2003). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين ادراك احداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها. رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة حلوان : القاهرة.
- 8- حمادة، عمرو عبد اللطيف، عز (2002). الصلابة النفسية والرغبة فى التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، العدد الثانى، 229-272.
- 9- راضى، زينب نوفل (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية، غزة.
- 10- عباس، مدحت (2010). الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الاعدادية. مجلة كلية التربية، مجلد 26، (1)، 168-233.



- 11- عثمان، فاروق السيد(2001).القلق وادارة الضغوط النفسية، القاهرة: دار الفكر العربى.
- 12- عودة، محمد محمد(2010). الخبرة الصادة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير ، كلية التربية، الجامعة الاسلامية ، فلسطين.
- 13-معمري، عبد النور(2012). درجة توافر الصلابة النفسية لدى المعاقين حركيا بالجزائر- دراسة ميدانية بولاية المسيلة، مجلة الجامع فى الدراسات النفسية والعلوم التربوية ، المجلد 7، العدد2،639-662.
- 14-مخير، عماد.(2002). مقياس الصلابة النفسية ، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ص 85.
- المراجع الأجنبية:**
- 15-Walker,M.J.(2006).The effects of nurses :practicing of the heart ochTechnique on perceived stress , spiritual well-being, and hardiness. Journal holistic Nursing,23, 164-175.
- 16- Kobasa SC. (1979). Stressful life evens , Journal personali and Social Psychology.37-111.