Sumiah ALZAOOT ¹

**THE REALITY OF PSYCHOLOGICAL HARDINESS
OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN
JORDAN**

<http://dx.doi.org/10.47832/2717-8293.1-3.19>

Research Article

Received:

17/11/2020

Accepted:

13/12/2020

Published:

01/01/2021

This article has been
scanned by **iThenticat**
No plagiarism detected

Copyright © Published
by Rimak Journal,
www.rimakjournal.com

Rimar Academy, Fatih,
Istanbul, 34093 Turkey
All rights reserved

Abstract:

The research aimed to monitor the level of psychological hardiness of secondary school students in the Balqa Governorate in Jordan, and to reveal the differences in the responses of the sample respondents of the study according to gender. The research sample consisted of (500) male and female students. To achieve the objectives of the research, the researcher adopted the descriptive analytical approach.

The most prominent results showed that the level of the psychological hardiness of the secondary school students in Balqa Governorate in Jordan, attained the average level by (67.67%).

The researcher recommended that the concerned in the Ministry of Education should take interest in the actual psychological needs of secondary school students to improve their psychological hardiness.

Key words: Psychological Hardiness, Commitment, Control, Challenge, Secondary School.

¹ Prof. Dr., Rimar Academy, Jordan, Alusool2013@gmail.com , <https://orcid.org/0000-0002-4012-1259>

واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن

سُميَّة الزعبوط²

الملخص

هدف البحث إلى رصد مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن، والكشف عن الفروق في استجابات أفراد العينة تبعًا للجنس، وتكونت عينة البحث من (500) طالبًا وطالبة، ولتحقيق أهداف البحث اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي. وأظهرت أبرز النتائج حياة واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن على المستوى المتوسط بنسبة (67.67%). وأوصت الباحثة بأن يهتم المعنيون بوزارة التربية والتعليم بالاحتياجات النفسية الفعلية لطلبة المرحلة الثانوية؛ من أجل النهوض بمستوى الصلابة النفسية لديهم. **الكلمات المفتاحية:** الصلابة النفسية، الالتزام، التحكم، التحدي، المرحلة الثانوية.

المقدمة:

يُواجه الإنسان في هذا العصر كثيرًا من المواقف والأحداث المسببة للقلق والتوتر؛ ما ينعكس على حالته النفسية، وقد وصف الباحثون هذا العصر بعصر الأزمات النفسية؛ نظرًا لما يشوبه من تغيرات اجتماعية وطبيعية واقتصادية ومعرفية وتقنية يصعب مواجهتها؛ الأمر الذي أدى إلى ضعف النسق القيمي المتمثل بظهور أنماط سلوكية سلبية ناجمة عن اضطرابات في العلاقات الاجتماعية والإنسانية. ومن جانب آخر، جاء تركيز علم النفس الإيجابي على الاهتمام بالجوانب الإيجابية للإنسان وتنميتها وتطويرها، كذلك ركزت كثيرًا من الدراسات على المتغيرات الإيجابية في شخصية الإنسان، التي تُسهم في تعزيز قدرته على مواجهة الأزمات والأحداث الضاغطة، ومقدرته على المقاومة ليحفظ توازنه النفسي، فيتسم بالصلابة النفسية، إذ تُعد الصلابة النفسية من متغيرات الوقاية النفسية المهمة، وفي ذات الوقت هي الموضوع الرئيس في هذا البحث.

مشكلة البحث: تكمن مشكلة البحث فيما يشهده عالم اليوم من أزمات وأحداث متلاحقة الضغوط، إذ أصبح الإنسان يتعرض للاضطرابات النفسية المختلفة في جوانب حياته كافة، وهذا ينعكس على جوانب شخصيته كافة، كذلك يشمل المراحل العمرية المختلفة للإنسان، بما فيها مرحلة المراهقة التي تعد من المراحل المهمة لما فيها من حساسية خاصة، كونها تتميز بتغيرات بيولوجية سريعة؛ ما يُثير صراعات داخلية بين مخلفات الطفولة ومتطلبات مراحل البلوغ والمراهقة والنضج، ويُمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤل الآتي: ما واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن؟

أسئلة البحث: لتوضيح مشكلة البحث يُمكن طرح السؤالين الآتيين:

أ. ما مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن؟

ب. هل يوجد فروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن باختلاف الجنس.

² أ. د. ، أكاديمية ريمار، الأردن، Alusool2013@gmail.com

أهداف البحث:

1. رصد مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن.
2. الكشف عن الفروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن باختلاف الجنس.

أهمية البحث:

يستمد البحث أهميته من أهمية الصلابة النفسية التي تعد عاملاً مهماً وحيوياً من عوامل الشخصية في مجال علم النفس، إذ تُسهم في تحسين الأداء النفسي، وتُسهم في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، وتحقيق الصحة النفسية للإنسان بشكل عام. كذلك يستمد البحث أهميته من أهمية المرحلة العمرية لطلبة الثانوية العامة وهي مرحلة المراهقة التي تُعد إحدى مراحل النمو الأساسية، كونها مرحلة انتقالية وضرورية لعملية النضج، إذ يتعرض طلبة المرحلة الثانوية إلى كثير من الضغوط التي ترتبط بالتغيرات البيولوجية والنفسية والمعرفية والاجتماعية المصاحبة لمرحلة المراهقة، لذا فإن الصلابة النفسية تُعزز الجوانب الإيجابية في الشخصية، وتدعم طاقات الطلبة وإمكاناتهم، فينعكس ذلك على أدائهم.

محددات البحث وحدوده: اقتصر البحث في إمكانية تعميم نتائجه في الالتزام بالحدود الآتية:

الحدود الموضوعية: وتتمثل في رصد مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن، والكشف عن الفروق في استجابات أفراد العينة باختلاف الجنس.

الحدود البشرية: تمثلت في طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن، البالغ عددهم (11724) طالباً وطالبة.

الحدود المكانية: تمثلت في المواقع الجغرافية للمدارس الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن.

الحدود الزمنية: وتتمثل بالفترة الزمنية لتطبيق أداة البحث ميدانياً المتمثلة بالفصل الدراسي الأول من عام 2020م. أما محددات البحث فتتمثل بدرجة صدق أدواته وصدق استجابات المبحوثين.

المصطلحات العلمية والإجرائية للبحث:

الصلابة النفسية: هي "خاصية يلتزم بها الإنسان، ومن مظاهرها الشعور بالالتزام والإيمان والمقدرة على ضبط الذات والاستعداد لمواجهة التحدي، ويعتقد أن هذه الخاصية تشكل مصدراً مفيداً في التعامل مع الأحداث الضاغطة" (1). ويُمكن تعريف الصلابة النفسية إجرائياً بأنها مستوى الالتزام والتحكم والتحدي الذي يحققه المبحوثون، ويُشير إلى درجة الصحة النفسية لديه.

الالتزام: هو "مقدرة الفرد على إدراك قيمه وأهدافه وتقدير إمكانياته؛ ليكون لديه هدف يسعى لتحقيقه، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الإنسان نحو ذاته وأهدافه وقيم الآخرين، كما يمثل التزام الإنسان نحو التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة" (2). ويُعرف الالتزام إجرائياً بأنه المستوى الذي يحققه المبحوثون في إنجاز المهمات الموكلة إليهم، ومواجهة الضغوطات المختلفة، وتجنب إضاعة الوقت في أنشطة لا معنى لها.

التحكم: هو "اعتقاد الإنسان بمقدرته على التحكم في مواجهة الأحداث الضاغطة، والمقدرة على تحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث" (3). ويُمكن تعريف التحكم إجرائياً بأنه المستوى الذي يحققه المبحوثون في التحكم بالوقت، والتأثير على الآخرين، وضبط النفس عند الغضب.

التحدي: هو "اعتقاد الإنسان أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر ضروري ومثير للنمو أكثر من كونه تهديداً، فيساعده على المبادأة ومواجهة الضغوط" (4). ويُعرف التحدي إجرائياً بأنه المستوى الذي يحققه المبحوثون في السعي للتغيير؛ لمواجهة المشكلات، والمثابرة المستمرة في حلها، والرغبة القوية في النجاح.

المرحلة الثانوية: هي "المرحلة الأخيرة من التعليم المدرسي، التي يسبقها التعليم الأساسي، ويليهما التعليم العالي، وتمتد فترة التعليم الثانوي في الأردن سنتين، ويخدم الفئات العمرية بين 16 و18 سنة (5). وتعرف المرحلة الثانوية إجرائياً: بأنها المرحلة التي تشمل الصف الأول والثاني الثانوي في الأردن، بفرعيها العلمي والأدبي.

الإطار النظري

تُعد الصلابة النفسية سمة من سمات الشخصية التي تُسهم في تكوين أو تعزيز مقدرة الإنسان على مواجهة المشكلات والضغوطات والتعامل معها دون أن يتعرض للاضطرابات النفسية على اختلاف أنواعها؛ إذ يبقى محتفظًا بصحة نفسية مناسبة، وبهذا يُشير مصطلح الصلابة النفسية في اللغة إلى الصلابة من صُلْب صلابَةً أي: اشتدَّ وقوي، ويُقال في وجهه صلابَةً أي: صفة الجسم الذي يحتفظ بشكله وحجمه (6).

ويرى بعض الباحثين أن الصلابة النفسية هي "المقدرة العالية على مواجهة الضغوط بإيجابية ومواجهة التحديات المستقبلية، واستخدام كل الوسائل المناسبة لتفسير الأحداث الضاغطة وإيجاد طرق مناسبة لمواجهتها". وتُمثل الصلابة النفسية "مفهومًا مهمًا في حياة الإنسان، إذ تُسهم في إعطائه مناعة نفسية تساعد على مواجهة الأحداث الضاغطة، وتحميه من الاضطرابات النفسية والسلوكية" (7). ويرى آخرون أن الصلابة النفسية هي "إدراك الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها، إذ تشكل الصلابة النفسية واقياً من العواقب الحسية والنفسية للضغوط" (8). ويُشير الباحثان لولوة وحسن (9) إلى الصلابة النفسية بأنها "توقع للكفاءة الذاتية لدى الفرد ومقدرته على مواجهة الضغوط والمشكلات، إذ يميل الإنسان الذي لديه مستوى عالٍ من الكفاءة الذاتية إلى القيام بسلوكات تقود إلى نتائج ناجحة، مع اعتقاده بمقدرته على القيام بذلك". ويرى آخرون أن الصلابة النفسية: "نموذج من نماذج الشخصية يتضمن صفات ومزايا معرفية وانفعالية وسلوكية تُؤدي إلى حماية الفرد" (10). وعرفها مادي (11) بأنها "أسلوب نفسي مرتبط مع الصمود والصحة الجيدة والمقدرة على الأداء بشروط قاسية وضاغطة، وتحويل الظروف الضاغطة إلى فرص للنمو".

مكونات الصلابة النفسية وأبعادها: تتكون الصلابة النفسية من الأبعاد التالية:

- الالتزام: يُمثل الالتزام المقدرة على إدراك الفرد لقيمه وأهدافه وتقدير إمكانياته؛ من أجل تحقيق أهدافه واتخاذ قرارات تُسهم في توازنه، فالالتزام يُمثل التزام الفرد نحو ذاته وأهدافه وقيم الآخرين، كذلك يُظهر التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف هادفة، فالفرد الذي لديه نزعة قوية نحو الالتزام يندمج مع الناس والأشياء والأحداث التي تدور من حوله (12).
- التحكم: يُشير التحكم إلى اعتقاد الفرد بمدى مقدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث ضاغطة، ومقدرته على تحمل المسؤولية ومواجهة المشكلات والمواقف الضاغطة، فإدراك التحكم يُسهم في توجيه الفرد نحو إحساسه بالفاعلية والتأثير في مواقف الحياة المختلفة (13).
- التحدي: يُشير التحدي إلى اعتقاد الفرد أن التغيير المتجدد في أحداث الحياة، أمرٌ طبيعي بل حتمي لا بدّ منه للتعامل مع التغيير والارتقاء بالحلول المناسبة (14).

الدراسات السابقة: تناولت الدراسات السابقة العربية منها والأجنبية الصلابة النفسية بطرق مختلفة، وتم ترتيبها من الأحدث إلى الأقدم، على النحو الآتي:

تناولت دراسة هلا عردات (15) الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة، وهدفت إلى الكشف عن علاقة الصلابة النفسية بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعبلين، ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، باستخدام مقياسي الصلابة النفسية والرضا عن الحياة، إذ تم توزيع المقاسين على عينة عشوائية قوامها (100) فتاة من مؤسسة بيت الحنان، وأظهرت أبرز النتائج حيالة الصلابة النفسية لدى الفتيات عينة الدراسة على المستوى المرتفع، في حين جاء مستوى الرضا عن الحياة متوسطًا. وتمثلت أوجه الاستفادة من هذه الدراسة في الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية، واتفقت الدراسة السابقة مع البحث الحالي بالمنهج المتبع وهو المنهج الوصفي التحليلي، وتمثلت أوجه الاختلاف في طبيعة العينة، إذ تكونت عينة الدراسة السابقة من الفتيات المحرومات من أسرهن اللائي يعشن في مؤسسة للأيتام، بينما تكونت عينة البحث الحالي من طلبة المرحلة الثانوية.

وهدفت دراسة أحمد الزعبي (16) إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وكل من أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق التي بلغت (342) طالبًا وطالبة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي باستخدام مقياسي المرونة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة، والصحة النفسية، إذ أشارت أبرز النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين المرونة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية والصحة النفسية (الصلابة النفسية) التي حازت على المستوى المتوسط. وتمثلت أوجه الاستفادة من هذه الدراسة في الاهتمام بالصلابة النفسية؛ إذ أشارت إليها الدراسة السابقة بالصحة النفسية، واتفقت مع البحث الحالي في اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، بينما اختلفت عن البحث الحالي في طبيعة الأهداف، إذ هدفت الدراسة السابقة

إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وكل من أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية، بينما هدف البحث الحالي إلى رصد مستوى واقع الصلابة النفسية، وإلى الكشف عن الفروق في استجابات أفراد العينة باختلاف الجنس.

وتناولت دراسة نجاح عواد (17) موضوع الصلابة النفسية، إذ هدفت إلى تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى عاملات مصانع الأغذية في محافظتي رام الله والبيرة، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة استبانة الصلابة، تم تطبيقها على عينة مكونة من (263) عاملة تم اختيارهن بطريقة العينة الطبقية العشوائية، وأظهرت أبرز النتائج حيالة الصلابة النفسية على درجة متوسطة، وحيالة بُعد الالتزام على المرتبة الأولى بدرجة مرتفعة، ويليه بُعد التحدي الذي حاز على المرتبة الثانية بدرجة مرتفعة، وحاز بُعد التحكم على المرتبة الأخيرة بدرجة متوسطة.

برزت أوجه الاستفادة من هذه الدراسة في الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية، واتفقت الدراسة السابقة مع البحث الحالي في استخدام مقياس الصلابة النفسية، في حين تمثلت أوجه الاختلاف في طبيعة العينة، إذ تكونت عينة الدراسة السابقة من عاملات مصانع الأغذية، بينما تكونت عينة البحث الحالي من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن.

هدفت دراسة بيسلي (Beasley) وآخرون (18) إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية وعلاقته بالتكيف النفسي والاستجابة لضغوط الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (220) من الطلبة الجامعيين تم اختيارهم عشوائياً من جامعة تاسمانيا، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس الصلابة النفسية، وأشارت نتائج الدراسة إلى حيالة الصلابة النفسية على المستوى المتوسط. وتمثلت أوجه الاستفادة من هذه الدراسة في الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية، واتفقت مع البحث الراهن في اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، وتمثلت أوجه الاختلاف في الأهداف، إذ هدفت الدراسة السابقة إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية وعلاقته بالتكيف النفسي، بينما هدف البحث الحالي إلى رصد مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وإلى الكشف عن الفروق في استجابات أفراد العينة باختلاف الجنس.

وهدف دراسة تجنق (Tjong) (19) إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي، والصلابة النفسية، وضغوط العمل لدى الممرضات، وأجريت على عينة عشوائية مكونة من (123) ممرضة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت أبرز النتائج ارتفاع مستوى الصلابة النفسية. وتمثلت أوجه الاستفادة من هذه الدراسة في الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية، واتفقت مع البحث الحالي في اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، وتمثلت أوجه الاختلاف في طبيعة العينة، إذ تكونت عينة الدراسة السابقة من الممرضات، بينما تكونت عينة البحث الراهن من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن. وقد تميز البحث الحالي عن الدراسات السابقة بالآتي:

1. تناول البحث الحالي طلبة الثانوية العامة؛ بوصفهم المبحوثين الذين يُمثلون عينة البحث، إذ تُعد المرحلة العمرية للمبحوثين مرحلة مهمة؛ لما يحدث فيها من تغيرات فسيولوجية ونفسية واجتماعية، وهذا لم يتوفر لأي من الدراسات السابقة.
2. أظهر البحث أبعاد الصلابة النفسية جليةً عن طريق توزيعها في مقياس الصلابة النفسية واتخذ كل بعد الفقرات المناسبة له؛ ما يُعمق معنى البُعد ومفهومه، وهذا لم يتوفر لأي من الدراسات السابقة.
3. هدف البحث إلى الكشف عن الفروق في استجابات أفراد العينة باختلاف الجنس، وهذا لم يتوفر لأي من الدراسات السابقة.

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

1. الإلمام بمعلومات حول الصلابة النفسية، والاستفادة منها في إعداد الإطار النظري.
2. الاستفادة من أدوات الدراسات السابقة في إعداد مقياس الصلابة النفسية.
3. الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في مقارنتها بنتائج البحث الحالي.

الإطار الإجرائي للبحث

منهج البحث: اعتمد البحث المنهج الوصفي التحليلي، باستخدام مقياس الصلابة النفسية. مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن، البالغ عددهم (11724) طالباً وطالبة، والمتمثل في الجدول (1):

الجدول (1)

عدد أفراد مجتمع البحث

الرقم	محافظة البلقاء	طلبة المرحلة الثانوية/ وزارة التربية والتعليم		المجموع
		عدد الطلبة الذكور	عدد الطلبة الإناث	
	السلط	2272	2407	4679
	الشونة الجنوبية	565	576	1141
	دير علا	691	732	1423
	عين الباشا	1761	2720	4481
	المجموع	5289	6435	11724

المصدر: التقرير الإحصائي لوزارة التربية والتعليم في الأردن، للعام الدراسي 2018-2019م، ص 98.

عينة البحث:

تم افتراض عينة قوامها (500) طالباً وطالبة؛ وذلك وفقاً للأساليب والخطوات الإحصائية في اختبار العينات الاحتمالية، ويوضحها الجدول (2) على النحو الآتي:

الجدول (2)

عدد أفراد عينة البحث

مجموع الدراسة	العدد	وزن الطبقة	مفردات عينة البحث
الطلبة الذكور	5289	0.451	226
الطلبة الإناث	6435	0.548	274
المجموع	11724		500

المصدر: إعداد الباحثة، 2020

يلاحظ من الجدول (2)، أنه يمثل أفراد عينة الدراسة، والبالغ (500) طالباً وطالبة، ونظراً للتباين في الحدود المكانية لمدارس الطلبة، وفي النوع الاجتماعي للطلبة (مجتمع البحث)، فقد تم أخذ عدد أفراد العينة من كل طبقة تبعاً لوزن الطبقة في مجتمع البحث، إذ بلغ عدد الطلبة الذكور (5289) طالباً، وعدد الطلبة الإناث (6435) طالبة.

تم تحديد وزن كل طبقة من مجموع مفردات المجتمع بقسمة حجم الطبقة على مجموع مفردات المجتمع، فمثلاً: يكون وزن طبقة الذكور كالتالي: $(5289) \div (11724) = (0.451)$ ، ويكون يكون وزن طبقة الإناث كالتالي $(6435) \div (11724) = (0.548)$.

تم تحديد العدد من مفردات كل طبقة والذي سوف يدخل في عينة الدراسة، بضرب وزن الطبقة في حجم العينة المفترضة مسبقاً، مثل وزن طبقة الذكور $(0.451) \times (500) = (225.5)$ (العينة المفترضة مسبقاً) = (226) طالباً، كذلك وزن طبقة الإناث $(0.548) \times (500) = (274)$ طالبة. استناداً على ما تقدم، تم توزيع (500) استبانة عبر زيارات ميدانية لأفراد عينة البحث، وبعد فحص الاستبانة تبين أن عدد الاستبانة الصالحة للتحليل الإحصائي (470) استبانة.

مصادر بيانات البحث:

- المصادر الثانوية: تم جمع البيانات والمعلومات المتعلقة بموضوع الصلابة النفسية، عن طريق الاطلاع على أدبيات الصلابة النفسية، والمتمثلة بالكتب والدوريات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث، فضلاً عن الاستعانة بشبكة الإنترنت؛ للحصول على المعلومات المتعلقة بموضوع البحث.

- المصادر الأولية: تكونت مصادر البحث الأولية من مقياس الصلابة النفسية، الذي شمل عدداً من الفقرات وفق المجالات المحددة والتي تعكس مستوى الصلابة النفسية، وتجدر الإشارة إلى الاستفادة من مقياس الصلابة النفسية لدراسة هلا خليل أحمد عردات .

إجراءات البحث: بعد أن تم تحديد مجتمع البحث، تم بناء الأداة وتطويرها كالاتي :

- 1) اختيرت عينة عشوائية بسيطة وفقاً لإجراءات العينات الاحتمالية.
- 2) تم توزيع الأداة على المبحوثين، إذ طُلب منهم وضع إشارة (V) أمام كل فقرة تعبر عن وجهة نظرهم في مستوى الصلابة النفسية، وتضمنت الأجزاء التالية:

أ- جاء مقياس الصلابة النفسية عبر ثلاثة أبعاد هي: (بعد الالتزام)، (بعد التحكم)، (بعد التحدي)، و(30) فقرة، على النحو الآتي:

مقياس البعد	الالتزام	التحكم	التحدي
عدد الفقرات	10	10	10

(3) من أجل تفسير النتائج وتعرف مستوى الصلابة النفسية، صُممت الاستبانة وفقاً لسلم (ليكرت) الثلاثي، وأُعطي وزن للاستجابات كالتالي: دائماً وتمثلها رقمياً مستوى (3)، أحياناً وتمثلها رقمياً مستوى (2)، نادراً وتمثلها رقمياً مستوى (1)، وكان التصميم كالتالي:

الاستجابة	دائماً	أحياناً	نادراً
الوزن الاعتباري	3	2	1

(4) تم إدخال البيانات إلى الحاسوب، وتحليلها وفق الطرق الإحصائية المناسبة للبحث.
(5) كما تم تصنيف مستوى الصلابة النفسية إلى: (مرتفع، متوسط، منخفض)، فكانت المستويات الثلاثة على النحو التالي:

الحد الأعلى للمقياس – الحد الأدنى للمقياس تقسيم عدد الفئات $3 - 1 \div 3 = 0.66$ طول الفئة.
وكانت الفئات كالتالي: من 1 إلى 1.66 يكون المستوى منخفضاً.
من 1.67 إلى 2.33 يكون المستوى متوسطاً. من 2.34 إلى 3 يكون المستوى مرتفعاً.

تقنين المقياس:

(1) صدق المحكمين: تم عرض الاستبانة في صورتها الأولية على خمسة من الأساتذة الجامعيين، من أجل الاستفادة من آرائهم وملحوظاتهم حول مناسبة الفقرات للبعد المعد، ومدى انتمائها إلى البعد المعد لها، وكذلك وضوح الصياغة اللغوية، إذ حازت الفقرات على إجماعهم، وعلى ضوء ذلك، تم اعتماد الفقرات وعددها (30) فقرة.

(2) صدق المقياس: يُقصد به: قوة الارتباط بين درجات كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الرئيس الذي تنتمي إليه الفقرات.

الجدول (4)

معاملات الارتباط ومستوى الدلالة لكل فقرة من فقرات أبعاد الالتزام والتحكم والتحدي للصلابة النفسية مع الدرجة الكلية للبعد

الف	معامل ارتباط	الفقر	معامل ارتباط	الفقر	معامل ارتباط	مستوى
قرة	الفقرة	ة	الفقرة	ة	الفقرة	الدلالة
1	0.79	11	0.54	21	0.73	0.000
2	0.85	12	0.64	22	0.82	0.000
3	0.57	13	0.96	23	0.69	0.000
4	0.82	14	0.55	24	0.76	0.000
5	0.92	15	0.55	25	0.71	0.000
6	0.78	16	0.72	26	0.56	0.000
7	0.73	17	0.85	27	0.61	0.000
8	0.75	18	0.93	28	0.53	0.000
9	0.65	19	0.84	29	0.78	0.000
10	0.75	20	0.90	30	0.82	0.000

المصدر: التحليل الإحصائي / 2020م

تبين من الجدول (4) قيم علاقة كل فقرة من فقرات أبعاد الصلابة النفسية: (الالتزام والتحكم والتحدي) بالدرجة الكلية للبعد وباستعراض قيم هذه العلاقات، وتبين أن الفقرات كافة قد حازت على قيم أكبر من 0.50؛ الأمر الذي يُشير إلى درجة مقبولة من ارتباط كل فقرة من فقرات البُعد بالبُعد نفسه، وتبين أن جميع قيم هذه الارتباطات كانت دالة من الناحية الإحصائية، لأن قيم مستوى الدلالة المحسوبة والمرافقة لمعاملات الارتباط كانت أقل من 0.05؛ وهذا يدعم صدق تمثيل هذه الفقرات للأبعاد كافة، في ظروف العينة المختارة وحدودها.

ب. الصدق البنائي: هو أحد مقاييس الصدق، ويقاس مدى ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس.

الجدول (5)

معامل الارتباط بين معدل كل بعد من أبعاد الأداة والمعدل الكلي لفقرات الأداة

الرقم	المجال	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	بعد الالتزام للصلابة النفسية	0.68	0.000
2	بعد التحكم للصلابة النفسية	0.90	0.000
3	بعد التحدي للصلابة النفسية	0.81	0.000

المصدر: التحليل الإحصائي / 2020م

أظهر الجدول رقم (5) قيم معاملات الارتباط بين كل بعد والمعدل الكلي للصلابة النفسية؛ إذ تبين أن جميع قيم هذه الارتباطات دالة من الناحية الإحصائية؛ لأن قيم مستوى الدلالة المحسوبة والمرافقة لمعاملات الارتباط كانت أقل من (0.05)؛ ما يؤكد الصدق البنائي في تحقيق أهداف المقياس في ظروف العينة المختارة وحدودها.

ثانياً: ثبات المقياس:

الجدول (6)

ثبات الفقرات بأسلوب معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha Coefficient)

الرقم	الاستنباط	العدد	قيمة ألفا كرونباخ
1	بعد الالتزام للصلابة النفسية	10	0.91
2	بعد التحكم للصلابة النفسية	10	0.92
3	بعد التحدي للصلابة النفسية	10	0.88
	المعدل الكلي	30	0.93

المصدر: التحليل الإحصائي / 2020م

أظهر الجدول رقم (6) ثبات الفقرات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ وباستعراض قيم الثبات تبين أنها بلغت (0.91) لبعد الالتزام، وبلغت (0.92) لبعد التحكم، وبلغت (0.88) لبعد التحدي، وبلغت قيمة الثبات للأبعاد مجتمعة (0.93)؛ الأمر الذي يشير إلى قيمة ثبات مرتفعة، ويؤكد الاستنتاج بثبات هذه الأبعاد واستقرارها في ظروف العينة المختارة وحدودها.

متغيرات البحث:

- المتغيرات المستقلة: (طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن).
- المتغيرات التابعة: أبعاد الصلابة النفسية: (الالتزام، والتحكم، والتحدي).
- المعالجة الإحصائية: تم إجراء المعالجة الإحصائية للبيانات، والاستعانة بالأساليب الإحصائية الآتية:
 - النسب المئوية للتكرارات؛ لرصد توزيع استجابة أفراد العينة عن كل فقرة.
 - معامل كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)؛ للتأكد من درجة ثبات المقياس المستخدم.
 - معامل ارتباط بيرسون؛ لمعرفة درجة صدق المقياس المستخدم.
 - المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية؛ للإجابة عن أسئلة البحث ومعرفة الأهمية النسبية لكل فقرة.
 - نتائج اختبار ت (T-test)؛ لبيان الفروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى واقع الصلابة النفسية، تبعاً لمتغير الجنس.

إطار النتائج : تحليلها وتفسيرها

الجدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن ، مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرقم	الصلابة النفسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى	الرتبة
-------	-----------------	-----------------	-------------------	----------------	---------	--------

1	متوس ط	72.33	0.19	2.17	بعد الالتزام للصلابة النفسية	1
2	متوس ط	69.00	0.22	2.07	بعد التحدي للصلابة النفسية	3
3	متوس ط	62.00	0.15	1.86	بعد التحكم للصلابة النفسية	2
	متوس ط	67.67	0.14	2.03	مستوى واقع الصلابة النفسية	

المصدر: نتائج التحليل الإحصائي / 2020م

أظهر الجدول (7) أن مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن كان متوسطاً، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.03) بنسبة (67.67%)، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين (2.17 – 1.86)، وجاء في الرتبة الأولى بعد الالتزام للصلابة النفسية بمتوسط حسابي (2.17) وبنسبة (72.33%)، وجاء في الرتبة الثانية بعد التحدي للصلابة النفسية بمتوسط حسابي (2.07) وبنسبة (69%)، وفي الرتبة الأخيرة جاء بعد التحكم للصلابة النفسية بمتوسط حسابي (1.86) وبنسبة (62%). ويُمكن أن يعود سبب حيازة واقع الصلابة النفسية على المستوى المتوسط إلى حيازة أبعاد الصلابة النفسية كافة على مستويات متوسطة؛ وقد انعكس ذلك على مستوى الصلابة النفسية بشكل عام فجاء المستوى الكلي متوسطاً. اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة أحمد الزعبي (20) التي أظهرت وجود علاقة إيجابية بين المرونة النفسية والصحة النفسية (الصلابة النفسية) التي حازت على المستوى المتوسط، واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة نجاح عواد (21) التي أظهرت حيازة الصلابة النفسية على درجة متوسطة، كذلك اتفقت مع نتائج دراسة ببسلي (Beasley) وآخرون (22) التي أشارت إلى حيازة الصلابة النفسية على المستوى المتوسط. واختلفت نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسة عردات (23) التي أظهرت حيازة الصلابة النفسية على المستوى المرتفع، ولعل سبب الاختلاف يُعزى إلى الاختلاف في الأهداف المراد تحقيقها، وإلى الاختلاف في طبيعة العينة، إذ هدفت الدراسة السابقة إلى الكشف عن علاقة الصلابة النفسية بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعبلين، بينما هدف البحث الحالي إلى رصد مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن.

الجدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة بـ بعد الالتزام للصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن / مرتبة ترتيباً تنازلياً

رقم الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى	الرتبة
8	2.70	0.46	90.00	مرتفع	1
9	2.55	0.50	85.00	مرتفع	2
5	2.28	0.45	76.00	متوسط	3
3	2.18	0.67	72.67	متوسط	4
7	2.12	0.70	70.67	متوسط	5
10	2.12	0.62	70.67	متوسط	5
2	2.07	0.64	69.00	متوسط	7
4	2.01	0.71	67.00	متوسط	8
1	1.90	0.56	63.33	متوسط	9
6	1.75	0.59	58.33	متوسط	10
بعد الالتزام	2.17	0.19	72.33	متوسط	

أظهر الجدول (8) أن مستوى بُعد الالتزام للصلابة النفسية كان متوسطاً، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.17) بنسبة (72.33%)، وقد تراوحت قيم المتوسطات الحسابية بين (2.70 – 1.75)، وحازت الفقرة رقم (8) على الرتبة الأولى وهي: " أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين لمساعدتهم " بمتوسط حسابي (2.70) وبنسبة (90%)، وفي الرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (1) وهي: " أضع أهدافي من أجل تحقيقها " بمتوسط حسابي

(1.75) وبنسبة (58.33%). يُمكن أن يُعزى سبب حيازة بُعْد الالتزام على المستوى المتوسط إلى حيازة غالبية فقرات بعد الالتزام على المستوى المتوسط بنسبة (80%) مقارنة بالفقرات التي حازت على المستوى المرتفع بنسبة (20%)؛ وقد انعكس ذلك على المستوى الكلي لبعْد الالتزام فجاء متوسطاً، إضافة إلى ارتفاع قيمة الانحرافات المعيارية لمعظم الفقرات المتعلقة ببُعْد الالتزام؛ ما أدى إلى انخفاض قيمة المتوسطات الحسابية إلى المستوى المتوسط وهذا يُشير إلى وجود تشتت في إجابات المبحوثين؛ الأمر الذي يُؤكد حيازة بعد الالتزام على المستوى المتوسط. واختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة نجاح عواد (24) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى بعد الالتزام للصلاية النفسية؛ وقد يُعزى السبب إلى الاختلاف في طبيعة العينة والحدود المكانية، إذ تكونت عينة الدراسة السابقة من عاملات مصانع الأغذية في محافظتي رام الله والبيرة، بينما تكونت عينة البحث الحالي من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن.

الجدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة ببُعْد التحكم للصلاية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن / مرتبة ترتيباً تنازلياً

رقم الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى	الرتبة
20	2.43	0.56	81.00	مرتفع	1
19	2.33	0.78	77.67	متوسط	2
18	1.98	0.78	66.00	متوسط	3
11	1.89	0.36	63.00	متوسط	4
15	1.87	0.38	62.33	متوسط	5
12	1.79	0.41	59.67	متوسط	6
17	1.67	0.47	55.67	متوسط	7
16	1.61	0.52	53.67	منخفض	8
14	1.58	0.52	52.67	منخفض	9
13	1.45	0.50	48.33	منخفض	10
بعد التحكم	1.86	0.15	62.00	متوسط	

المصدر: نتائج التحليل الإحصائي / 2020م

أظهر الجدول (9) أن مستوى بُعْد التحكم للصلاية النفسية كان متوسطاً، إذ بلغ المتوسط الحسابي (1.86) بنسبة (62%)، وقد تراوحت قيم المتوسطات الحسابية بين (2.43 - 1.45)، وحازت الفقرة رقم (20) على الرتبة الأولى وهي: "أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص ذاته" بمتوسط حسابي (2.43) وبنسبة (81%)، وفي الرتبة الأخيرة جاءت الفقرة رقم (13) وهي: "أمتلك المقدرة على الصبر (التحمل)" بمتوسط حسابي (1.45) وبنسبة (48.33%). يُمكن أن يُعزى سبب حيازة بُعْد التحكم على المستوى المتوسط إلى حيازة غالبية فقرات البعد على المستوى المتوسط بنسبة (60%)، إذ جاءت إجابات المبحوثين بأنهم يعتقدون أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط، ويستطيعون التحكم في مجرى أمور حياتهم، ويمتلكون المقدرة على التحكم بالوقت وعلى اتخاذ القرارات والتأثير على الآخرين، وذلك بمستويات متوسطة؛ الأمر الذي أثار على مستوى بُعْد التحكم؛ ما يُؤكد حيازته على المستوى المتوسط. واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة نجاح عواد (25) التي أشارت إلى حيازة بُعْد التحكم للصلاية النفسية على درجة متوسطة.

الجدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة ببُعْد التحدي للصلاية النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن / مرتبة ترتيباً تنازلياً

رقم الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى	الرتبة
22	2.59	0.49	86.33	مرتفع	1
21	2.39	0.49	79.67	مرتفع	2
23	2.27	0.69	75.67	متوسط	3
29	2.07	0.26	69.00	متوسط	4

5	متوسط	68.33	0.54	2.05	24
5	متوسط	68.33	0.42	2.05	30
7	متوسط	65.33	0.45	1.96	28
8	متوسط	61.33	0.45	1.84	27
9	متوسط	58.00	0.51	1.74	25
10	متوسط	57.33	0.72	1.72	26
	متوسط	69.00	0.22	2.07	بعد التحدي

المصدر: نتائج التحليل الإحصائي / 2020م

أظهر الجدول (10) أن مستوى بُعْد التحدي للصلابة النفسية كان متوسطًا، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.07) بنسبة (69%)، وقد تراوحت قيم المتوسطات الحسابية بين (1.72 – 2.59). يُمكن أن يُعزى سبب حيازة بُعْد التحدي على المستوى المتوسط إلى حيازة غالبية فقرات البُعْد على المستوى المتوسط بنسبة (80%)، إذ جاءت إجابات المبحوثين حول فقرات هذا البُعْد بمستويات متوسطة مثل: الرغبة القوية بالنجاح، والسعي للتغيير، وتجنب الخوف ومواجهة المشكلات لحلها؛ الأمر الذي يعكس هذه المستويات على المستوى الكلي لبُعْد التحدي فيؤكد حيازته على المستوى المتوسط. اختلفت هذه النتيجة عن نتائج دراسة نجاح عواد (26) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى بُعْد التحدي للصلابة النفسية؛ وقد يُعزى السبب إلى الاختلاف في طبيعة العينة والحدود المكانية، إذ تكونت عينة الدراسة السابقة من عاملات مصانع الأغذية في محافظتي رام الله والبيرة، بينما تكونت عينة البحث الحالي من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن.

الجدول (11)

نتائج اختبار ت (T- test) بين متوسطات مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن / باختلاف الجنس

الصلابة النفسية	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
بعد الالتزام للصلابة النفسية	ذكور	210	2.17	0.20	0.046	0.96
	إناث	259	2.17	0.18		
بعد التحكم للصلابة النفسية	ذكور	210	1.87	0.16	0.838	0.40
	إناث	259	1.85	0.14		
بعد التحدي للصلابة النفسية	ذكور	210	2.06	0.22	0.448	0.66
	إناث	259	2.07	0.22		
الصلابة النفسية	ذكور	210	2.03	0.14	0.085	0.93
	إناث	259	2.03	0.13		

المصدر: نتائج التحليل الإحصائي / 2020م

أظهر الجدول نتائج الفروق في استجابات أفراد العينة حول مستوى واقع الصلابة النفسية وأبعادها باختلاف الجنس، وباستعراض قيم هذه الفروق تبين أن جميع قيم مستوى الدلالة التي ظهرت غير دالة من الناحية الإحصائية؛ لأنها كانت أكبر من 0.05 ما يشير إلى أنه لا يوجد فروق في استجابات أفراد العينة باختلاف الجنس. ولعل السبب في ذلك يعود إلى أن الصلابة النفسية تتعلق بالذكور والإناث على حد سواء، من هنا فهم يتعرضون لذات الظروف ويتعايشون ذات الواقع الذي يؤثر على الصلابة النفسية لديهم، ما يجعلهم يكتسبون قيمًا وسلوكات متشابهة، كذلك يرتبطون باهتمامات مشتركة؛ الأمر الذي يُتيح الفرصة لهم لحيازة نتيجة واحدة سواء أكانوا ذكورًا أم إناثًا.

خلاصة النتائج:

1. أظهرت نتائج البحث حيازة واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن على المستوى المتوسط بنسبة (67.67%).
2. تبين أن بعد الالتزام هو الأكثر دراية ومعرفة وممارسة لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن؛ إذ حاز على الرتبة الأولى بنسبة (72.33%)، يليه بعد التحدي الذي حاز على الرتبة الثانية بنسبة (69%).
3. تبين أن بعد التحكم للصلابة النفسية هو الأقل دراية ومعرفة وممارسة لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن؛ إذ حاز على الرتبة الأخيرة بنسبة (62%)،
4. أظهرت نتائج البحث أنه لا يوجد فرق في استجابات أفراد العينة حول مستوى واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة البلقاء بالأردن تبعاً للجنس.
- التوصيات: في ضوء نتائج البحث، جاءت التوصيات بما يلي:
 1. أن يهتم المعنيون بوزارة التربية والتعليم بالاحتياجات النفسية الفعلية لطلبة المرحلة الثانوية؛ من أجل النهوض بمستوى الصلابة النفسية لديهم.
 2. أن تعمل المؤسسات التربوية باختلاف أنواعها على توظيف الصلابة النفسية في عمليات التعلم والتعليم والبحث العلمي؛ لتعزيز الجانب الثقافي للممارسات الصحية السليمة التي تُشير إلى الصلابة النفسية.
 3. أن يسعى المعنيون في وزارة التربية والتعليم إلى إشراك الجانب الأسري في دورات توعوية؛ لترسيخ القيم والمبادئ والممارسات الصحية السليمة لديهم، بشكل يُعزز الصلابة النفسية لدى أبنائهم وبناتهم.
 4. أن يهتم معلمو المدارس بالجانب النفسي للطلبة عن طريق المتابعة الحثيثة داخل الصف وخارجه؛ لتعزيز مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة.
 5. إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول الصلابة النفسية، بحيث تكون شاملة لفئات المجتمع كافة.

الاستنتاجات:

- يُمكن القول أن نتائج هذا البحث لا يُمكن تعميمها على طلبة المرحلة الثانوية في محافظات الأردن، نظراً لاختلاف الظروف الاجتماعية والإدارية والتعليمية للمناطق الجغرافية التي يتواجد بها الطلبة، كذلك لا يُمكن تعميم نتائج البحث الحالي على طلبة المرحلة الثانوية في السنوات اللاحقة؛ نظراً للتغير المستمر الذي يشوب مجالات الحياة كافة، وهذا يُؤثر تأثيراً كبيراً في طبيعة الصلابة النفسية للطلبة ومستواها .
- يُمكن الاستنتاج بأنه في حال توجهت المؤسسات التربوية باختلاف أنواعها إلى الاهتمام بتوظيف الصلابة النفسية في عمليات التعلم والتعليم والبحث العلمي، سيؤدي ذلك إلى تعزيز الممارسات الصحية السليمة، وبالتالي ينعكس ذلك على تحسين مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية الطلبة في الأردن.
- ولتحقيق ما سبق ذكره، لا بد من اجتماع القرار الإداري والقرار التربوي مع وجود الحافز والرغبة والدافعية لدى أصحاب القرار؛ لتعزيز الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية الطلبة في الأردن، ومتابعة مسارات ممارستها.

References

- Bartone, P. T. (2009). Academic Stress and Health: Exploring the Moderating Role of Personlity Hardiness. *Scandinavian Journal of Educational Research*(53), 421- 429.
- Beasley, M., Thompson, T., & Davidson, J. (2003). Resilience in Response to Life Stress: the Effects of Coping Style and Cognitive Hardiness. Areport Submitted in Partial requirement for the Degree of Master of Psychology, 77- 95. Tasmania, University of Tasmania, U.S.A.
- Kobasa, S. C. (1992). Commitment and Coping in Stress Resistance Among Lawyers. *Journal of Personality Social Psychology*, 42(4), 525.
- Kopasa, S. C. (1985). Effectiveness of Hardiness Exercise and Social Suppor Tasresources Against. *Jornal of psychosomatique Research*, 42(29), 62.
- Maddi, S. R. (1999). The Personality Construct of Hardiness: Effects on Experiencing Coping and Strain. *Consulting Psychology Journal: Practic and Research*(51), 83- 94.
- Tjiong, L. (2002). The Relationship between Emotional Intelligence. Hardiness and Job Stress among Registered Nurses, 1(62), 34- 76.

- أحمد محمد الزعبي. (2016). المرونة النفسية كمتغير وسيط بين أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة جامعة دمشق، 32(2)، 59-113.
- أديب محمد الخالدي. (2003). المرجع في الصحة النفسية (الإصدار ط3). عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- حافظ بو جمعة، زبيدة ساسي، و مروة قانة. (2019). مؤشرات الصلابة النفسية لدى المرضى الراشدين المصابين بالسكري. جامعة محمد بوضياف، صفحة 13.
- زينب راضي. (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، صفحة 14.
- سيد أحمد البهاص. (2002). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. مجلة كلية التربية، 31(1)، 384-414.
- عماد مخيمر. (1997). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية تغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية (17)، 14.
- لولوة حمادة، و عبد اللطيف حسن. (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة الدراسات النفسية، 12(2)، 229-272.
- مصطفى، إ.، الزياد، أ. ح.، عبد القادر، ح.، النجار، م. ع. (1960). المعجم الوسيط. اسطنبول: المكتبة الإسلامية للطباعة والنشر والتوزيع.
- مفتاح محمد عبد العزيز. (2010). مقدمة في علم النفس- مفاهيم ونظريات. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.
- نبيل دخان، و محمد الحجار. (2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم. مجلة الجامعة الإسلامية (14)، 628.
- نجاح مصطفى عواد. (2015). مستوى الصلابة النفسية لدى عاملات مصانع الأغذية في محافظة رام الله والبيرة. رسالة ماجستير غير منشورة، 12. رام الله، فلسطين، جامعة القدس.
- هلا خليل عردات. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعلين. جامعة عمان العربية، 3. عمان، الأردن: رسالة ماجستير غير منشورة.
- وزارة التربية والتعليم. (2019). التعليم الثانوي في الأردن- التقرير الإحصائي لوزارة التربية والتعليم. عمان، الأردن. تم الاسترداد من <https://ar.wikipedia.org/wiki>

الهوامش

-
- ¹ (بو جمعة، ساسي، و قانة، 2019)
 - ² (عبد العزيز، 2010)
 - ³ (Kopasa, 1985)
 - ⁴ (مخير، 1997)
 - ⁵ (وزارة التربية والتعليم، 2019)
 - ⁶ (مصطفى، الزيانت، عبدالقادر، و النجار، 1960)
 - ⁷ (راضي، 2008)
 - ⁸ (البهاص، 2002)
 - ⁹ (حمادة و عبد اللطيف حسن، 2002)
 - ¹⁰ (Bartone, 2009)
 - ¹¹ (Maddi, 1999)
 - ¹² (الخالدي، 2003)
 - ¹³ (Kobasa, 1992)
 - ¹⁴ (دخان و الحجار، 2006)
 - ¹⁵ (عردات، 2017)
 - ¹⁶ (الزعيبي، 2016)
 - ¹⁷ (عواد، 2015)
 - ¹⁸ (Beasley, Thompson, & Davidson, 2003)
 - ¹⁹ (Tjong, 2002)
 - ²⁰ (الزعيبي، 2016)
 - ²¹ (عواد، 2015)
 - ²² (Beasley, Thompson, & Davidson, 2003)
 - ²³ (عردات، 2017)
 - ²⁴ (عواد، 2015)
 - ²⁵ (عواد، 2015)
 - ²⁶ (عواد، 2015)