



# الصلابة النفسية لدى عينة من الإخصائيين النفسيين في سلطنة عُمان

*Psychological toughness for a sample of psychiatrists in the  
Sultanate of Oman*

جزء من رسالة ماجستير مقدمة من الباحثة  
نوره بنت حمد بن محمد الرئيسي

تحت إشراف

د/ أكرم يونس زيدان  
مدرس علم النفس – كلية الآداب  
- جامعة المنصورة

أ.د/ بدرية كمال أحمد  
أستاذ علم النفس- كلية الآداب  
- جامعة المنصورة

**الصلابة النفسية لدى عينة من الإخصائيين النفسيين في سلطنة عُمان**  
*Psychological toughness for a sample of psychiatrists in the Sultanate of Oman*  
 جزء من رسالة ماجستير مقدمة من الباحثة  
 أ / نوره بنت حمد بن محمد الرئيسي

تحت إشراف

د / أكرم يونس زيدان  
 مدرس علم النفس - كلية الآداب  
 - جامعة المنصورة

أ.د / بدرية كمال أحمد  
 أستاذ علم النفس - كلية الآداب  
 - جامعة المنصورة

### ملخص البحث

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الصلابة النفسية لدى عينة من الأخصائيين النفسيين في سلطنة عُمان وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) أخصائي وأخصائية من مدارس سلطنة عمان ، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥-٣٥ سنة ) ، بمتوسط عمري قدره (٣٠ سنة ) وانحراف معياري قدره ( $٨.١ \pm$ ) ، استخدمت الباحثة مقياس الصلابة النفسية إعداد كوبازا (*Robasa* ، ترجمة عماد مخيمر، ٢٠٠٢). وأوضحت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الإخصائيين في الصلابة النفسية ، وذلك في إتجاه الذكور ، وتشر هذه النتيجة إلى تحقق صحة الفرض . وقد فسرت الباحثة نتائج الدراسة في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وقد خرجت الباحثة ببعض التوصيات والبحوث المقترحة .

### المقدمة:

من العوامل النفسية التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية، الصلابة النفسية أو ما يسمى أحياناً المقاومة النفسية أو المناعة النفسية أو المرونة عند تلقي الصدمات. وتتمثل أبعاد الصلابة النفسية في "الالتزام" وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، و"التحكم" ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم في القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة، التحكم المعرفي أي القدرة على التفسير والتقدير للأحداث الضاغطة، والقدرة على المواجهة الفعالة، وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي، والبعد الثالث للصلابة النفسية

"التحدي" وهو اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمرٌ مثيرٌ وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة، ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية .  
وبما أن الأخصائيين النفسيين من أهم عناصر النظام التربوي التعليمي لما لهم من أهمية بالغة في النهوض بالمجتمع العماني وتحقيق أهدافه وغاياته، أصبح من الضروري توحيد كل الجهود والمساعي للاهتمام بهذه الفئة وتوفير كل الظروف الملائمة لضمان نجاح العاملين بهذه المهنة من الأخصائيين النفسيين، ومحاولة حمايتهم من المشاكل والضغوطات التي قد تواجههم خلال ذلك، والتي قد تنعكس سلباً على أدائهم الوظيفي، وقد تكون حاجزاً وعائقاً كبيراً أمام الكثيرين تمنعهم حتى من مواصلة عملهم بشكلٍ فعّال.

### مشكلة الدراسة :

يُعدُّ الأخصائي النفسي عرضة للكثير من العوامل التي تؤثر عليه، والتي تنعكس سلباً أو إيجاباً على حياته، إذ أنّ تلك العوامل الناتجة عن ظروف البيئة والعمل، والمواقف والأحداث التي تتعلق بوظيفته المتمثلة بالتعامل مع مشكلات الطلاب النفسية والشخصية والاجتماعية والتحصيلية ، كما أن العوامل الاجتماعية والضغوط النفسية لها أيضاً تأثيراً واضحاً على حياة الأخصائي النفسي، مما يستلزم وجود الصلابة النفسية لديهم.

### فروض الدراسة :

١- هل توجد فروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الإخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية ؟

### أهداف الدراسة .

يمكن تحديد أهداف الدراسة في محاولة التعرف على :

١. الفرق بين الأخصائيات والأخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية

### أهمية الدراسة :

١- الأهمية النظرية :

أ- تتناول هذه الدراسة فئة من الأخصائيين النفسيين في سلطنة عمان وتحتاج إلى الكثير من الدراسة للتعرف عليها بشكل واضح.

٢- الأهمية التطبيقية :

أ- يمكن أن تسهم هذه الدراسة مستقبلاً في وضع تصور لبرامج إرشادية لمواجهة المشكلات التي يعاني منها الأخصائيين النفسيين العاملين بالمدارس.

ب- قد تُسفر نتائج الدراسة عن إعداد برامج تدريبية لتنمية الصلابة النفسية لدى العاملين في مؤسسات الدولة .

### مصطلحات الدراسة :

## ١. الصلابة النفسية Psychological hardiness

كما يُعرّف البهاص الصلابة النفسية بأنها "إدراك الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط، وتسهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالتهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط" (البهاص، ٢٠٠٢: ٣٩١) .  
التعريف الإجرائي :

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية المستخدم في الدراسة.

## ٢- الإخصائي النفسي Psychologist

هو الذي يتخرج من أحد الأقسام الجامعية المختلفة في مجال التشخيص والعلاج النفسي، ويختص بالمقياس النفسي وإجراء الاختبارات النفسية ودراسة سلوك العميل واتجاهاته ومساعدة المعالج النفسي (زهران، ٢٠٠٣: ٥) .

**حدود الدراسة :**

تحدد الدراسة الحالية بالحدود الآتية :

١. العينة: تقتصر الدراسة على عينة من الأخصائيين النفسيين (ذكور ، إناث) من مدارس سلطنة عمان .
٢. الأدوات : تتحدد الدراسة الحالية بالأدوات النفسية المستخدمة فيها وهي ( مقياس الصلابة النفسية)، .
٣. المتغيرات: تتحدد الدراسة الحالية بمتغيرات الصلابة النفسية .
٤. الفترة الزمنية .
٥. المنهج : تعتمد الدراسة على المنهج الوصفي المقارن .

**الإطار النظري :****أولاً: الصلابة النفسية :**

تعدُّ الصلابة النفسية مصدرًا من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من أثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث ينظر الفرد للتغيرات والضغوط التي يتعرض لها على أنها نوع من التحدي وليس تهديدات، ويظهر الأفراد الذين يتميزون بالصلابة كفاءة في استخدام استراتيجيات التعامل الفعّالة النشطة مثل استراتيجيات التعامل المتمركزة حول المشكلة، والبحث عن المساندة الاجتماعية (راضي، ٢٠٠٨: ٢٢) .  
١- أبعاد الصلابة النفسية.

والصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد وهي: (الالتزام، التحكم، التحدي) وأشار " مخيمر (١٩٩٦: ٢٧٥) إلى تعريف كوبازا للصلابة النفسية مؤكداً أبعاده المتضمنة وهي:

#### أ- الالتزام Commitment :

وقد أشارت "كوبازا" إلى أنّ الالتزام يمثل القدرة على إدراك الفرد لقيمه وأهدافه وتقدير إمكانياته ليكون لديه هدفٌ يحققه، وكذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن والتركيبة الداخلية، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين .

وقد أوضح هاريز Harris أن الالتزام يمثل "رؤية الفرد أن نشاطات تلك الحياة لها معنى وفائدة وأهمية لذاتها" (عباس، ٢٠١٠ : ١٧٦).

إذاً فالإنسان المتسم بالالتزام يود الانخراط مع الناس والأحداث من حوله بدلاً من أن يكون سلبياً ويبدو له هذا الطريق الحصول على المعنى والتجربة المثيرة، ومما يزعجه أن يغرق في الوحدة والاعتراب، ويبدو أن من يتسمون بالالتزام العالي يؤدون عملهم في حالة من البهجة والجهد القليل (مجدي، ٢٠٠٧ : ٩٨) .

أنواع الالتزام :

وقد صنف (ابو ندى، ٢٠٠٧) الالتزام إلى ثلاثة أنواع هي :

١- الالتزام القانوني .

٢- الالتزام الديني .

٣- الالتزام الأخلاقي .

ب- التحكم Control :

يشير (الرفاعي، ٢٠٠٣ ، ٤٥) إلى أن التحكم يتضمن أربع صور رئيسية هي :

١- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة.

٢- التحكم المعرفي (المعلوماتي) استخدام العمليات الفكرية في التحكم في الحدث الضاغط.

٣- التحكم السلوكي: وهو القدرة على المواجهة الفعّالة على التعامل مع الموقف بصورة علنية، بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديله أو تغييره.

٤ التحكم الاسترجاعي: ويرتبط التحكم الاسترجاعي بمعتقدات الفرد السابقة عن الموقف وطبيعته .

### ج- التحدي Challenge :

تُعرِّفُه "كوبازا" بأنه: " اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة، هو أمرٌ طبيعي بل حتميٌّ لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية " .

العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية للفرد :

- ١- السمات الشخصية للفرد " الكفاية، الاستقلالية، الذكاء، التقدير العالي للذات "
- ٢- المساندة الاجتماعية وتتمثل في " ترابط الأسرة وتماسكها وإحساس الفرد بالدفء "

### ثانياً : الأخصائي النفسي :

أصبح من المهم دخول خدمات الإرشاد النفسي إلى مؤسساتنا التعليمية، بل وفي كل مؤسسات المجتمع، وهذه قضية تربوية نفسية مجتمعية، تستحق الاهتمام والدراسة والمتابعة، ومن المفروض طالما أن مجتمعاتنا قد تأخرت في إدخال خدمات الإرشاد النفسي وقتاً طويلاً قارب على قرن كامل من الزمان، أن نبدأ من حيث انتهى الآخرون ( زهران، ٢٠٠٣: ٧ ) .

ولقد أصبحت الحاجة إلى المرشد (الإخصائي) النفسي ملحة و ضرورية في جميع دول العالم بصفة عامة ولاسيما بعد أن شملتها مظاهر حضارية تكنولوجية غيرت من تصورات الأفراد حول مجتمعاتهم، و طورت مفاهيم الكثير منهم عن أنفسهم، مما جعلهم يعيدون النظر في قدراتهم الذاتية بما يتلاءم مع التغيرات الاجتماعية التي واكبت ذلك التطور الصناعي الهائل في بلادهم، وحتى يكونوا أكثر تقبلاً للدعوات الفكرية الجديدة والثورات الثقافية المعاصرة التي صاحبت ذلك التقدم التكنولوجي (عمر ، ١٩٩٩: ٣٥).

### الدراسات السابقة :

قام (دخان والحجار، ٢٠٠٦) بدراسة عن "الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم" هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادره، لدى طلبة الجامعة الإسلامية، وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم، وإضافة إلى أثر بعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الجامعة، والصلابة النفسية لديهم، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة

الدراسة ٥٤١ طالباً وطالبة. واستخدم الباحثان استبانتين، الأولى لقياس الضغوط النفسية والصلابة النفسية لدى الطلبة، والثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم . أوضحت الدراسة إلى عدة نتائج منها: وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية، أجرى كريستوفر ( Kristopher , 1996 ) دراسة تهدف إلى التعرف على الصلابة النفسية والفاعلية الذاتية ووجهة الضبط وعلاقتهم بدافعية العمل لدى المعلم ، وذلك لدى عينة تكونت من ( ١٤٩ ) معلماً ومعلمة . استخدم الباحث استبيان دافعية العمل ، واستبيان الصلابة النفسية ، ومقياس فاعلية المعلم ، ومقياس للضبط الداخلي . أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة بين وجهة الضبط الداخلي وبين دافعية العمل وكذلك ارتبطت الصلابة السلبية بعزم أفرادها على تبني وجهة الضبط الخارجية ، كما أوضحت نتائج الدراسة أهمية وجهة الضبط كمفهوم مهم لزيادة الدافعية تجاه العمل ، وأن الافراد ذوي الضبط الداخلي يعتقدون أن ضبطهم الشخصي يزيد من فعالية سلوكياتهم ، كما توجد علاقة بين الصلابة النفسية وفاعلية الذات ووجهة الضبط الداخلي .

أجرى لي ( Lee , 1991 ) دراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة وأحداث الحياة الضاغطة وذلك لدى عينة تكونت من ( ١٦٢ ) من كلا الجنسين تراوحت أعمارهم ما بين ( ٢٤ - ٨٥ ) سنة . استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية ، ومقياس للضغوط واساليب مواجهتها . أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الصلابة النفسية والصحة البدنية والعقلية والضغوط ، كما أوضحت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية لصالح الذكور .

### منهج الدراسة وإجراءاتها :

#### - المنهج المُتبع في الدراسة

منهج هذه الدراسة هو المنهج الوصفي المقارن ، حيث يتم التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في هذه المتغيرات.

#### ثانياً- مُجتمع الدراسة

يتكون مُجتمع الدراسة من جميع الإخصائيين النفسيين في سلطنة عمان والبالغ عددهم (٢٧٠) اخصائى نفسى على مستوى السلطنة.

#### ثالثاً- عينة الدراسة وخصائصها

تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) من الأخصائيين النفسيين بمختلف سلطنة عمان، منهم ( ٥٠ ذكر ، ٥٠ أنثى)، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥-٣٥ سنة ) ، بمتوسط عمرى قدره ما بين (٣٠ سنة) وانحراف معيارى قدره (٨.١+) ، وقد تم

اختيارهم بطريقة عشوائية من مختلف مدارس سلطنة عمان ، ويوضح جدول ( ١ ) توزيع أفراد العينة على مختلف مدارس سلطنة عمان .

جدول ( ١ ) توزيع أفراد العينة على مختلف مدارس محافظات سلطنة عمان .

النوع		عدد المدارس	المحافظة
إناث	ذكور		
٦	٦	١٢	محافظة مسقط
٥	٥	١٠	محافظة الباطن شمال
٢	٥	٧	محافظة جنوب الباطنة
٤	٦	١٠	محافظة الداخلية
٥	١٠	١٥	محافظة الشرقية جنوب
٥	٥	١٠	محافظة الشرقية شمال
٥	٢	٧	محافظة البريمي
٣	٣	٦	محافظة الظاهرة
٦	٤	١٠	محافظة ظفار
٥	٢	٧	محافظة الوسطى
٤	٢	٦	محافظة مسندم
٥٠	٥٠	المجموع	
١٠٠			





**رابعاً - إجراءات الدراسة الميدانية :****الأدوات المستخدمة في الدراسة .**

استخدمت الباحثة مقياسين لقياس متغيرات الدراسة الحالية وهما ، مقياس الصلابة النفسية ، ومقياس الاحتراق النفسي، وفيما يلي عرضٌ لكل مقياس على حدة ، والخصائص السيكومترية له :

- ١ - مقياس الصلابة النفسية (إعداد: كوبازا . ترجمة : عماد مخيمر ، ٢٠٠٢ )  
أ - وصف مقياس الصلابة النفسية  
يتكون هذا المقياس من (٤٧) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي الإلتزام ،  
والتحكم ، والتحدى .

ب - الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية :

تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية التي أُجريت عليها مُعاملات الصدق والثبات لجميع مقياس الدراسة الحالية من ( ١٠٠ ) من الأخصائيين النفسيين في سلطنة عمان ، ولهم نفس خصائص عينة الدراسة الحالية .

( ١ ) حساب صدق المقياس Scale Validity :

أجرى عماد مخيمر ، ٢٠٠٢ معاملات صدق وثبات لمقياس الصلابة النفسية وتراوحت ما بين معاملات متوسطة ومرتفعة ، وهذا ولم تكثف الباحثة بهذه المعاملات وقامت بالتحقق من صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية كما يلي:

أ - صدق المُحكِّمين(\*)

عُرِض المقياس على مجموعة من السادة المُحكِّمين المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية ، والإرشاد النفسي ؛ للإدلاء بأرائهم حول مدى مُناسبة المقياس لعينة الدراسة الحالية ، ومدى مُلائمة عباراته للتطبيق على البيئة العمانية ، وفي ضوء آرائهم تم تعديل بعض عبارات المقياس .

ب - صدق الاتساق الداخلي للمقياس :

قامت الباحثة بحساب قيم مُعاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على كل عبارة والدرجة الكلية على كل بعد من أبعاد مقياس الصلابة النفسية ، ويُوضح جدول ( ٢ ) قيم مُعاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على كل عبارة والدرجة الكلية على كل بعد من أبعاد مقياس الصلابة النفسية .

جدول ( ٢ ) قيم مُعاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على كل عبارة والدرجة الكلية على كل بعد من أبعاد مقياس الصلابة النفسية

جدول ( ٢ ) قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على كل عبارة والدرجة الكلية على كل بعد من أبعاد مقياس الصلابة النفسية

م	قيم مُعامل الارتباط	م	قيم مُعامل الارتباط	م	قيم مُعامل الارتباط	م	قيم مُعامل الارتباط
	** ٠.٤١	٢٧	** ٠.٥١	٣٢	** ٠.٣٠	٤٠	الإلتزام
١	٠.٠٥	٣٠	** ٠.٥٥	٣٥	٠.٠١	٤٣	** ٠.٤٣
٤	** ٠.٤٣	٣٣	** ٠.٥٦	٣٨	* ٠.٢١	٤٦	** ٠.٤٠
٧	** ٠.٤٥	٣٦	٠.٠٣	٤١	التحكم		٠.٠٣
١٠	٠.٠٢	٣٩	** ٠.٥٠	٤٤	٠.٠٢	٢	** ٠.٣١
١٣	** ٠.٤١	٤٢	التحدي		** ٠.٤٠	٥	** ٠.٤٥
١٦	٠.٠٣	٤٥	** ٠.٤٠	٣	** ٠.٤٣	٨	** ٠.٤٥
١٩	** ٠.٥١	٤٧	** ٠.٤٤	٦	** ٠.٥١	١١	** ٠.٥١
٢٢			** ٠.٤٨	٩	** ٠.٤٥	١٤	** ٠.٤٦
٢٥			** ٠.٥٠	١٢	٠.٠٥	١٧	٠.٠٤
٢٨			٠.٠٤	١٥	** ٠.٥٦	٢٠	** ٠.٥٣
٣١			** ٠.٤٩	١٨	** ٠.٥٨	٢٣	** ٠.٤٧
٣٤			** ٠.٤٨	٢١	** ٠.٦٠	٢٦	** ٠.٥٠
٣٧			** ٠.٤٠	٢٤	** ٠.٤٦	٢٩	٠.٠٩
** دالة عند مستوى ٠.٠١							
* دالة عند مستوى ٠.٠٥							

يتضح من جدول ( ٢ ) ما يلي:

١. جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على العبارة والدرجة الكلية على البُعد الأول (الإلتزام) كانت دالة ، فيما عدا أربع عبارات غير دالة هي ( ٧ ، ٢٥ ، ٣٧ ، ٤٣ ) ، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين ( ٠.٢١ - ٠.٥٣ ) وهي قيم دالة إحصائياً عند مُستوى ٠.٠٠٥ ، ٠.٠٠١ ، وهذا يُشير إلى اتساق هذه العبارات مع البُعد الأول .

٢. جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على العبارة والدرجة الكلية على البُعد الثاني (التحكم) كانت دالة ، فيما عدا ثلاث عبارات غير دالة هي ( ٢ ، ١٧ ،

٤١ ) ، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (٠.٤٠ - ٠.٦٠) وهى قيم دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ ، وهذا يُشير إلى اتساق هذه العبارات مع البُعد الثانى .

٣. جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على العبارة والدرجة الكلية على البُعد الثالث (التحدى) كانت دالة فيما عدا أربع عبارات غير دالة هى ( ١٥ ، ٣٠ ، ٣٩ ، ٤٥ ) ، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (٠.٤٠ - ٠.٥١) وهى قيم دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ ، وهذا يُشير إلى اتساق هذه العبارات مع البُعد الثالث .

ثم قامت الباحثة بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على البُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية ، ويوضح جدول ( ٣ ) قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على البُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية.

جدول ( ٣ ) قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على البُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

م	الأبعاد	قيم معاملات الارتباط
١	الإلتزام	٠.٨٦ **
٢	التحكم	٠.٨٠ **
٣	التحدى	٠.٨٥ **

يتضح من جدول ( ٣ ) أنّ : جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين الكلية على البُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية كانت دالة ، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (٠.٨٠ - ٠.٨٦) وهى قيم دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ ، وهذا يُشير إلى أنّ هناك اتساقاً بين الدرجة الكلية على البُعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية.

(ب) حساب ثبات درجات مقياس الصلابة النفسية فى الدراسة الحالية:

مُعامل ألفا كرونباخ *Cronbach's Alpha* :

قامت الباحثة بحساب ثبات درجات المقياس عن طريق مُعامل ألفا كرونباخ ، ويوضح جدول ( ٤ ) معامل مُعامل ألفا كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية فى الدراسة الحالية .

جدول (٤) معاملات ثبات درجات مقياس الصلابة النفسية باستخدام مُعامل ألفا كرونباخ

المقياس	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية	٠.٨٦ *

يتضح من جدول (٤) أن : قيم مُعامل ارتباط ألفا كرونباخ تُعد قيم ثبات مُرتفعة مما يُطمئن الباحثة إلى استخدام هذا المقياس في الدراسة الحالية . ٥ - طريقة تصحيح مقياس الصلابة النفسية:

يُصحح مقياس الصلابة النفسية من خلال ثلاث بدئل هي (نعم) وتُعطى ثلاث درجات ، و(أحياناً) وتُعطى درجتين، و( لا ) وتُعطى درجة واحدة ، وذلك في العبارات موجبة الاتجاه ، وتُشير الدرجة المرتفعة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية.

#### ٦ - وصف مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية (\*):

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٦) عبارة ، لقياس ثلاثة أبعاد

هي :

١. الالتزام : يشير إلى إحساس الأفراد بروح تحمل المسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم العائلية ويتضمن (١٢) عبارة .
٢. التحكم : هو اعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث و أنه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته، وأنه يتضمن القدرة على اتخاذ القرار ، وإختيار بين البدائل، وتفسير وتقدير الأحداث والمواجهة الفعالة ويتضمن (١٥) عبارة .
٣. التحدي : هو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته، وهو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً مما يساعد على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية ويظهر التحدي في اقتحام المشكلات لحلها والقدرة على المثابرة و عدم الخوف عند مواجهة المشكلات ويتضمن (١٢) عبارة .
٤. نتائج الدراسة وتفسيرها:

(\* ملحق (٢) مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية .

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الأخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية. وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب قيمة "ت" T-Test، ويوضح جدول (٥) دلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الأخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية.

جدول (٥) دلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الأخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
الذكور	٥٠	٧٨.٥	٧.٢	٥.٦١ **
الإناث	٥٠	٧١.٢	٦.٤	

يتضح من جدول (٥) أن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث من الأخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية، وذلك في اتجاه الذكور، وتشير هذه النتيجة إلى تحقق صحة الفرض.

## المراجع العربية :

حمادة ، لولوة وعبد اللطيف، حسن(٢٠٠٠)، الصلابة النفسية والرغبة يف التحكم لدى طالب  
 لجامعة"، جملة دراسات نفسية، اجملد الثاني عشر، العدد الثاني، القاهرة.  
 دخان ، نبيل والحجار، بشير (٢٠٠٦). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية  
 وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم. مجلة الجامعة الإسلامية ، ٣٦٩-٣٩٨ (٢ ، ٤) امجلد  
 راضي ، زينب نوفل. (٢٠٠٨). الصلابة النفسي لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى  
 وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية  
 غزة.

الرفاعي، عزة . (٢٠٠٣). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث حياة الضاغطة  
 وأساليب مواجهتها. رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس ،كلية الآداب ، جامعة حلوان  
 : القاهرة.

سيد أحمد البهاص (٢٠٠٢): "النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي  
 ومعلمات التربية الخاصة"، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد الواحد والثلاثون،  
 المجلد الأول ص ص ٣٨٤ - ٤١٤ .

عباس ، منحت (٢٠١٠) . (الصلابة النفسية كمنبئ بخص الضغوط النفسية والسلوك العدوانى لدى  
 معلمي المرحلة الإعدادية . مجلة كلية التربية، مجلد ٢٦ ، ) ١ (٢٣٣-١٦٨  
 ماهر محمود عمر، (١٩٩٩): الإرشاد النفسي المدرسي، ط٢، دير بورن، ولاية  
 ميتشيغان، الولايات المتحدة الأمريكية.

مجدي ، محمود فهم . (٢٠٠٧) . بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية ، مجلة  
 البحوث النفسية والتربوية ٢-، ( ) ٦٩ ١١١.

مخيمر ، عماد (٢٠٠٢) ، (مقياس الصلابة النفسية ، مكتبة الانجلو المصرية.  
 مخيمر ، عماد . (١٩٩٦) . (إدراك القبول/ الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب  
 الجامعة. مجلة دراسات نفسية، مجلد ٦ ( ٢ )، ٢٧٥-٢٩٩.

## المراجع الاجلزية :

kristopherss , A.(1996) .the pleasuvers of psychology icalhavdiness: new  
 American library,newyok.

Lee, J.(1991). relationship of hardiness and current life events to perceived  
 health in rural adults, research in nursing and health, vol.14,No .(5),pp.351-  
 359.

## Abstract

This study aims to identify the mental toughness among a sample of psychologists in Oman

The study sample consisted of 100 psychiatrists from various areas in the Sultanate of Oman, 50 males and 50 females, aged between 25 and 35, with an average age of 30 years, and a standard deviation (+\_8,1). The researcher used Psychological toughness scale (prepared by : Kobaz). The results of the study There are statistical differences between the mean scores of male and female psychiatrists in psychological toughness. And in the male direction , and mention this result to check the health of imposition. Researcher results of the study have been interpreted in the light of the theoretical framework and previous studies have emerged researcher proposed some recommendations and research.