

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

أ. د / سميرة محمد شند
أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي
كلية التربية - جامعة عين شمس

د . هبة سامي محمود إبراهيم
مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي-
كلية التربية جامعة عين شمس

أ. مل عبدالله سعيد السعدي
طالبة الماجستير

مقدمة:

تشير سوزان كوبازا وآخرون (1982: 707) **et al. Kobassa** إلى أن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لامفر منه، فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات والظروف الشاقة ، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالإغتراب، ولا يمكننا الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل حياتنا . ويرى لازورس وفولكمان (Folkman, 1984 & Lazarus) أن الضغوطات هي تفاعل دينامي بين الإنسان والبيئة. والفرد يواجه تلك الضغوطات بما يملكه من مصادر، تتمثل في المعرفة، والمهارات و القدرات اللازمة لإدارة متطلبات الحياة ، ويقوم الفرد بعملية التقييم المعرفي وهي العملية التي من خلالها يُقيم الفرد أهمية تلك المتطلبات ويقرر ما إذا كان لها تأثير إيجابي أو سلبي ، فإذا تجاوزت مصادر الفرد المتطلبات فيتم تقييم المتطلبات أنها تحدي وليس تهديداً، لكن عندما تتجاوز المتطلبات مصادر الفرد يتم تقييمه كتهديد أو أن الفرد عرضة للتهديد . حيث أن تقييم التهديد والتحدي يرتبطان بالطرق التي يتعامل فيها الناس مع المتطلبات (المواقف) الضاغطة (Gardner & Cash, 2011 : ٦٤٧).

ويشير حامد زهران (٢٠٠٥ : ١٣) أن القدرة على مواجهة ضغوطات الحياة تتطلب النظرة الموضوعية والسليمة للحياة ومشكلاتها اليومية والتكيف مع الحاضر بمرونة ايجابية وبصيرة نافذة ، حتى يمكن التغلب على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ، وتحمل المسؤولية الاجتماعية ، ومسئولية السلوك الشخصي والسيطرة على الظروف البيئية ، مع القدرة دوماً على التجديد والابتكار .

وبالرغم أن بعض الأشخاص يتعرضون لأحداث حياتية ضاغطة فهم يحتفظون بصحتهم الجسمية وسلامة أدايمهم النفسي رغم تعرضهم للضغوط ، مما أدى إلى ضرورة فحص مصادر المقاومة Stress- Resistance أي تلك العوامل والمتغيرات النفسية والبيئية التي

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

يمكن أن تخفف من الآثار السلبية للأحداث الضاغطة على سلامة الأداء النفسي للفرد . لذا سلط الضوء على أهمية التركيز على دراسة المتغيرات المخففة Buffering أو المعدلة Moderating والتي تشير إلى وجود متغيرات نفسية أو اجتماعية تؤثر في كيفية رؤية الفرد للأحداث الضاغطة، وكيفية إدراكه وتفسيره لها، كما تؤثر أيضاً في كيفية تقييم الفرد لمدى قدرته على مواجهة الأحداث. ومن أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للضغوط والأزمات والصدمات والاحباطات هو متغير الصلابة النفسية ، الذي درسته سوزان كوبازا Kobassa في رسالتها للدكتوراه وفي أبحاثها التي استكملت فيها الأبعاد المختلفة للصلابة النفسية والمتغيرات المرتبطة بها (عماد مخيمر ، ٢٠١٢ . 8 - 11) :

حيث اشتمت كوبازا Kobasa (١٩٧٩) مفهوم الصلابة النفسية من الفلسفة الوجودية حيث أن الهدف النهائي لحياة الإنسان هو خلق معنى للشخصية من خلال إتخاذ القرار، والسعي المستمر نحو الإمكانيات المتاحة، هذا النهج يصف الأشخاص الذين ما زالوا في صحة جيدة على الرغم من التعامل مع ضغوطات الحياة بدرجة عالية، وأظهروا مجموعة متميزة من السلوك، والمعتقدات، والإتجاهات السلوكية التي تجعلهم منفردين وذو بنية شخصية مختلفة عن الأشخاص الذين يصبحون فريسة للأمراض بفعل الحياة الضاغطة (al Lember et . ٢٠٠٣ : ١٨١).

وبدأت الشخصية الصلبة في الظهور بإعتبارها مجموعة من المواقف المترابطة وتتمثل في (الإلتزام، والتحكم، والتحدي) والتي توفر معاً الشجاعة الوجودية اللازمة لتحويل ضغوط الحياة المستمرة من كوارث محتملة إلى فرص للنمو، وبهذه الطريقة تكون الإستمرارية في بناء وإدراك معنى التجربة بدلاً من التمسك بطرق قديمة ومتصورة لفهم الحياة (al Maddi et . ٢٠١١ : ٣٧٠).

مشكلة الدراسة:

الشباب عرضة للمشكلات والضغوطات والتحديات التي يفرضها ايقاع التطور العلمي والتكنولوجي السريع والمتلاحق والذي يمثل سمة أساسية من سمات العصر مما أدى إلى تفاقم العديد من المشكلات والإضطرابات النفسية والإنفعالية والسلوكية، وبالتالي فهم يحتاجون إلى شخصية صلبة قادرة على مواجهة كل تلك التحديات

ومن ثم تكمن مشكلة الدراسة الحالية في إعداد مقياس للصلابة النفسية متعدد الأبعاد لدى الشباب، نابع من بيئتنا العربية وملائم لثقافتنا.

أهداف الدراسة :

- إعداد مقياس الصلابة النفسية لدى الشباب الجامعي .
- التعرف على الخصائص السيكومترية للمقياس من حيث صدقه وثباته .

أهمية الدراسة:

للدراسة جانبان يوضحان أهميتها :

• الأهمية النظرية :

تتمثل الأهمية النظرية للدراسة الحالية في مراجعة ظاهرة الصلابة النفسية لإلقاء الضوء على مكوناتها وأبعادها ، ومحاولة التأسيس النظري لهذا المفهوم الحديث في مجال الصحة النفسية .

ب - الأهمية التطبيقية:

تسعى هذه الدراسة إلى الاستفادة من النظريات والمفاهيم العلمية والدراسات السابقة في تصميم مقياس الصلابة النفسية ، وقد يفيد هذا المقياس كل المعنيين في تصميم برامج تربية ونفسية تسهم في توجيه وإرشاد الشباب الجامعي نحو أساليب التصدي التي تتوافق مع قدراتهم الشخصية وبيئتهم الاجتماعية .

مصطلحات الدراسة:

أولاً : الصلابة النفسية Psychological Hardiness

الصلابة النفسية لغةً: الصلابة تعني صلْبُ أي شديد ، صلْبُ الشيء صلابةً فهي صلْبُ و صلْبُ أي شديد . (محمد بن مكرم بن منظور ، ١٩٩٩ : ٢٩٧) .

الصلابة النفسية اصطلاحاً :

يُعرف كلاً من كوبازا وبوستي Puccetti & Kobasa (١٩٨٣ : ٨٤٠) الصلابة النفسية على أنها مصدر لمقاومة الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة على الصحة وهي مستمدة من النظرية الوجودية للشخصية ، وتسهم في تسهيل الإدراك والتقييم والمواجهة، التي

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

تؤدي إلى الحل الناجح للموقف الناتج عن الظروف الضاغطة، وبالتالي فالصلابة تمنع عجز الفرد المرتبط بالمطالب المستمرة، وتسهم في مساعدة الأفراد على إعادة التوافق . وتشير كوبازا وآخرون . et al Kopasa (١٩٨٥ : ٥٢٥) إلى الصلابة النفسية أنها نمط شخصية تتكون من مجموعة مواقف مترابطة تتضمن الإلتزام مقابل الشعور بالإغتراب، والتحكم مقابل الشعور بالعجز، والتحدي مقابل الشعور بالتهديد. هذه المواقف تساعد الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة.

وتُعرف الباحثة الصلابة النفسية: أنها إحدى السمات الإيجابية في شخصية الفرد، والتي تتفاعل مع قدراته لمواجهة أحداث الحياة المتغيرة، والتي تسهم في التخفيف من الآثار السلبية على الصحة النفسية، وقدرة الفرد على تنبني أهداف تجاه جوانب الحياة المختلفة، والإلتزام بها وتحمل المسؤولية نحوها. وإدراك الفرد لأحداث الحياة وتفسيرها تفسيراً واقعياً، وقدرته على السيطرة على أحداث الحياة وتحويلها إلى فرص للتعلم والنمو.

ثانياً : الشباب Youth

يُعرف حامد زهران (٢٠٠٥ ب : ٤٦٤) مرحلة الشباب بأنها مرحلة المراهقة المتأخرة أو ما يطلق عليه البعض الرشد المبكر أو الشباب وتشغل الفترة العمرية ما بين ١٨-٢٢ سنة، وهي غالباً مرحلة التعليم الجامعي والتي تواكب مرحلة التفكير بالزواج والاختيار المهني، وتوكيد الذات، وتحمل المسؤولية الاجتماعية والاستقلالية والاعتماد على الذات، وتتحدد فلسفة الفرد في الحياة في هذه المرحلة.

وأثناء هذه المرحلة يبدأ الفرد بتعزيز هويته ،لاسيما إذا كان بصدد دخول الجامعة فإنه يميل إلى أن يحدد هويته، وتأمل قيمه وصورة ذاته نتيجة التحديات التي يواجهها أثناء الجامعة، ويخبر صورة جديدة من أزمة الهوية . وعموما فترة الشباب والرشد تعتبر فترة يحسم فيها الفرد ثمة تساؤل مؤداه " كيف يرتبط بالمجتمع ؟ حيث يبدأ في تكوين نمط حياته (عادل الأشول، ٢٠٠٨ : ٦١٤) .

الإطار النظري:

أجريت دراسة الصلابة النفسية من خلال دراسة طولية لمدة اثنتا عشرة سنة من المديرين لشركة "النوا" من ١٩٧٥ - ١٩٨٦، بواسطة مادي وكوبازا وآخرون، على مجموعة من المديرين التنفيذيين ذو المناصب العليا والمتوسطة، والذين لديهم مستويات عالية من التوتر،

وأظهرت النتائج أن الأشخاص الذين أظهروا سلوك صلب هم أكثر عرضة للبقاء في صحة جيدة، والاستمرار في الإزدهار والنمو. حيث أشارت البحوث إلى متغير الصلابة ودورها في تعزيز المرونة والتخفيف من الضغوط. (Shane J . Lopez, 2009: 462).

وأشارت كوبازا Kobasa أن العديد من الأفراد لا يصابون بالمرض بالرغم من حياة مرهقة جداً، ومن هنا بدء التركيز على مفهوم الضغوط والمرض والتوجه نحو دراسة مصادر المقاومة وتحديد الآثار المنهكة لأحداث الحياة الضاغطة، وتشمل هذه المصادر البنية التكوينية (مثل التاريخ المرضي للعائلة)، والدعم الاجتماعي (الإتصال الاجتماعي)، والممارسات الصحية (كالرياضة)، والميول الشخصية (Personality disposition). وكيف يمكن أن تعمل هذه المصادر في الحفاظ على صحة الفرد خلال مواجهة الضغوط.

وترى كوبازا وفقاً لنموذج (Selye, 1956) أهمية البنية التكوينية (قوة البنية) حيث أن الإتهيار البدني يحدث في الأجهزة الضعيفة وأنظمة الجسم عندما يحدث إنهاك للتوافق (adaptation exhaustion) في مواجهة الضغوط، والنموذج الأكثر حداثة هو نموذج النهج المناعي (Immunological Approach) حيث تعمل العوامل الفيزيائية والبيولوجية كمصادر لمقاومة الضغوط. وأن المناعة تشكل آليات القوة الداخلية التي تقوم عليها الفروق الفردية في إستجابة الجسم لمختلف العوامل الضاغطة. (S et al, kobasa, 1982: 186).

وترى كوبازا (kobasa, 1979) أن تأثير الصلابة على الصحة النفسية يتوسط التقييم المعرفي للفرد للأوضاع الضاغطة، حيث يمتلك الفرد إستراتيجيات المواجهة، فالصلابة تغير اثنين من عناصر التقييم:

- تقلل من تقييم التهديد وتزيد من توقعات الفرد بأن المواجهة ستكون ناجحة.
- ترتبط الصلابة بأنشطة الفرد وتركز على إستراتيجيات مواجهة المشكلة والتعامل مع الأحداث الضاغطة.

وأن الصلابة تغير عملية التقييم المعرفي للفرد حيث أن الأفراد قادرون على إعادة صياغة وتفسير الخبرات السلبية لذا ينخفض مستوى التوتر النفسي. والأشخاص ذو الشخصية الصلبة لديهم القدرة على التعامل بطريقة تكيفية مع الضغوطات، ويفضلون الإعتماد على إستراتيجيات

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

المواجهة التحويلية النشطة التي تعمل على تحويل معرفي للحدث السلبي المحتمل إلى إنتاج تجربة نمو ينتج عنه خبرة. (Bissonnette, 1998: ٦ - ١٠) .

وتشير "كوبازا" أن إدراك وتقييم جميع جوانب أحداث الحياة الضاغطة تساعد الشخصية الصلبة على إيجاد فرص للتدريب على إتخاذ القرار، والتأكيد على أولويات الحياة، ووضع أهداف جديدة، وتقدير الأنشطة المعقدة كالقدرات الهامة للأفراد. والقدرة على تقييم أي حدث في إطار خطة الحياة العامة، حيث أن شعورهم بالهدف والمشاركة في الحياة يخفف من الفوضى المحتملة لأي حدث. وأن أساليب المواجهة للشخصية الصلبة تعكس إيمانهم بفاعليتهم وقدراتهم على الاستفادة من الموارد البشرية والبيئية المتاحة، وقدرتهم على تحويل الأحداث الضاغطة إلى إمكانيات وفرص لنمو الشخصية. (puccetti, & kobasa, 1983: 840) .

وتشير كراولي وآخرون B et al, Crowley, (٢٠٠٣: ٢٣٧) أن أساس قدرة الفرد على المواجهة الناجحة لضغوطات الحياة المجهدة والبقاء بصحة جيدة هو نمط شخصية ، فالأفراد الذين لديهم صلابة لهم رؤية مختلفة عن أنفسهم وعن العالم ، وأن أبعاد الصلابة التي تتضمن الالتزام، التحكم، التحدي، تؤثر معاً على كل من التقييم المعرفي والسلوك كرد فعل للأحداث الضاغطة .

- أبعاد الصلابة النفسية:

وفقاً لـ "كوبازا" الصلابة النفسية هي بنية متعددة الأبعاد تتكون من الإلتزام، والتحكم، والتحدي. وأكدت أن هذه المكونات ذات صلة ، وقادرة على مواجهة تحديات البيئة، وتحويل الأحداث الضاغطة في الحياة إلى فرص لنمو الشخصية، ونقص هذه الأبعاد يوصف بأنه "إنهاك نفسي". هذه البنية تهدف إلى التخفيف من أثر الإجهاد من خلال تغيير النظرة إلى الأوضاع المجهدة، ونقل من التأثير السلبي لأحداث الحياة من خلال التأثير على كل من التقييم المعرفي والمواجهة الفعالة (Lambert, 2003:181- 182) .

ويضيف Maddi (٢٠٠٤: ٢٨٦) أنه لا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة لتمدنا بالشجاعة والدافعية اللازمة لمواجهة تحديات الحياة ، بل لابد أن تعمل المكونات الثلاثة معاً.

أولاً: الالتزام Commitment

بأنه ميل الفرد للمشاركة في أنشطة الحياة بدلاً من الإغتراب، والأشخاص الملتزمون لديهم نوع من التقييم المعرفي الذي يمنحهم شعور عام بالهدف، ويتيح لهم إيجاد معنى في الناس، والأحداث، والأشياء في بيئتهم، وهؤلاء الأشخاص لا يتخلون بسهولة عن الإستثمارات التي حدثت في أنفسهم وفي بيئتهم. (et al Kobasa, 1982: 169). ويُعرفه ويبي Wiebe (1991: 89) أنه تبني الفرد قيماً وأهدافاً محددة تجاه جوانب الحياة المختلفة، وتحمل المسؤولية نحو هذه القيم والمبادئ والأهداف، والتعامل مع الأحداث الشاقة، كأحداث هادفة وذات معنى .

وتعرفه الباحثة إجرائياً: أنه قدرة الفرد على معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقدرته على التوافق مع بيئته، ومدى التزامه بقيمة نحو نفسه ونحو المجتمع، وهو المشاركة الفعالة في الأنشطة التي تعزز الثقة في النفس والقدرة على خلق معنى من المواقف الضاغطة.

ثانياً: التحكم Control

التحكم هو الميل نحو الشعور بأن الفرد هو المؤثر في أحداث الحياة وهذا لا يعني التوقع الساذج لتحديد نتائج أحداث الحياة، بل يعني إدراك الذات على أنها ذو تأثير واضح من خلال ممارسة الخيال، والمعرفة، والمهارة، والاختيار، والتحكم يعزز إدراك مقاومة الضغوط من خلال زيادة توقع أن تكون الأحداث ذو خبرة وأنها نتيجة طبيعية لأفعال الفرد، وهي ليست خبرات غريبة أو غير متوقعة (et al Kobasa, 1982).

وتُعرفه الباحثة إجرائياً: أنه قدرة الفرد على التأثير على أحداث الحياة، والقدرة على تطوير خيارات المواجهة، وتحمل مسؤولية مايتخذه الفرد من قرارات، والقدرة على تفسير أحداث الحياة تفسيراً عقلانياً، وبذل المزيد من الكفاح والجهد لضبط مشكلات الحياة والسيطرة عليها.

ثالثاً: التحدي Challenge

التحدي هو الإعتقاد بأن التغيير بدلاً من الإستقرار هو أمراً طبيعياً في الحياة، وأن التغييرات حوافز مثيرة للاهتمام والنمو بدلاً من التهديد للأمن، والتحدي يخفف من ضغوط الحياة على الجانب الحسي أو الإدراكي من خلال تلوين الأحداث كمثيرات للنمو مثل تعزيز

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

الإنتفاخ، والمرونة، والتقييم الفعال للأحداث المتناقضة. (et al ,kobasa, ١٩٨٢ :١٧٠)

وتعرفه كراولي وآخرون (Barbra et al., 2003:237,Crowley) هو الاعتقاد بأن التغيير يميز الحياة بدلاً من الاستقرار، ويمنح الفرد فرصة للتطور. ويشمل التحدي الطريقة التي يرى بها الفرد العالم الذي يسمح بالإستكشاف، والسعي وراء التجارب الجديدة والتي ينظر إليها أنها غير شاقة، وتتضمن السبل الممكنة لتوسيع آفاق التفاعل والتجارب في المستقبل.

وتعرفه الباحثة إجرائياً :

أنه قدرة الفرد على التصدي للمتغيرات التي تواجهه ، وإدراكه أن التغيير أمراً طبيعياً في الحياة ، وقدرته على تقييم الأحداث تقييماً موضوعياً ، وأن كل ما يحدث من تغيرات أو ظروف ضاغطة لايشكل مصدراً للتهديد بل مصدراً للمواجهة والكفاح والمثابرة .

الإجراءات المنهجية للدراسة :

عينة التقنين: عينة اعداد الأدوات

تكونت عينة إعداد المقياس من (٢٠٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية - جامعة عين شمس، وتم إختيارهم عشوائياً والذين يتوزعون على مختلف الأقسام العلمية والأدبية للعام الدراسي (٢٠١٤ - ٢٠١٥) وذلك بهدف التعرف على الخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة في الدراسة الحالية . حيث تم التطبيق على (٩٦ من الذكور، ١٠٤ من الإناث ، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٩-٢٢) سنة، بواقع (١٠٩) طالباً وطالبة من الأقسام الأدبية ، و (91) طالباً وطالبة من الأقسام العلمية، تم اختيار العينة من الفرقة الثانية بواقع (١١٢) طالباً وطالبة ، و(٨٨) طالباً وطالبة من الفرقة الثالثة.

- خطوات بناء المقياس :

قامت الباحثة ببناء هذا المقياس انطلاقاً من:

• الاطلاع على التراث السيكلوجي الذي تضمن العديد من المراجع والمصادر المتنوعة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية ، وذلك بهدف الوصول إلى صياغة

علمية واضحة لأبعاد المقياس وعباراته التي بصدد بنائه في الدراسة الحالية والذي
تضمن:

- الإطار النظري والتعريفات المختلفة في أعمال كل من:
Suzanne c.Kobassa ; Salvatore R. ، و (Suzanne c. Kobassa (1979
& Suzanne c.Quellette Kobasa ، (Stephen Kahn (1982 & Maddi
(Mark c. Puccetti (1983 .
- كتاب " Hardiness Turning stressful Circumstances into Resilient
"إعداد (Maddi ,Salvatore R (2013) الذي تناول بنظرة واسعة وشاملة
موضوع الصلابة النفسية ، وأكد على التطوير الفعال لمقياس الصلابة النفسية على
مدى سنوات عديدة ومكوناته من الإلتزام و التحكم والتحدي ، بالإضافة إلى
استراتيجيات مواجهة المشكلات وأهمية التفاعلات الداعمة اجتماعياً للفرد. وأهمية
التدريب على الصلابة في مواجهة الظروف المتغيرة .
- الاطلاع على المقاييس والدراسات العربية والأجنبية التي اهتمت بالصلابة النفسية
ومكوناتها (الإلتزام، التحكم، التحدي) . ومن المقاييس التي أطلعت عليها الباحثة
للاستفادة من بناء المقياس مايلي :
• دراسة (Harvatin ,Heather C.(2009)
• دراسة (Alfred ,Gregory Clifford (2011
• دراسة (Kentucky & Nunley ,Barbara lynn (2002)
• دراسة تطوير المقياس القصير للصلابة النفسية والتحقق من صحته، إعداد
(Oliver,Celina M(2003 & Sinclair,Robert R .
- دراسة تعلم الطلاب الدافعية والصلابة النفسية : التأثيرات التفاعلية لردود فعل
الطلاب على إدارة الفصل. إعداد (Field,Huberts ; Cole,Michaels &
(Harris,Stanley (2004
- دراسة تطوير وتقييم المقياس المعدل للصلابة الأكاديمية . إعداد
Mecham,Stacy & Benishek,Lois A; Feldman,Jill M ; Wolf Shipon,R
(2005)D

الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية

- مقياس الصلابة النفسية ، إعداد نبيل دخان وبشير الحجار (٢٠٠٦) .
- مقياس الصلابة النفسية ، إعداد تتهيد عادل فاضل البيرقدار (٢٠١١) .
- مقياس الصلابة النفسية ، إعداد محمد محمد عودة (٢٠١٠) .
- مقياس الصلابة النفسية ، إعداد خالد عبدالرحمن الشميري (٢٠١٠) .
- مقياس صلابة الشخصية ، إعداد أمال عبد السميع باظة (٢٠١١) .
- مقياس الصلابة النفسية ، إعداد عماد محمد أحمد ابراهيم مخيمر (٢٠١٢) .
- مقياس الصلابة النفسية ، إعداد تامر اسماعيل محمود رزيق (٢٠١٤) .

وصف المقياس:

يتكون هذا المقياس في صورته النهائية من (٥٨) عبارة تقيس أبعاد الصلابة النفسية . ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد وهي (الإلتزام ، والتحكم ، والتحدي) . وقد توزعت العبارات في المقياس كما يلي:

توزيع أبعاد المقياس وعدد العبارات في الصورة الأولية للمقياس

البعاد	ارقام العبارات
الإلتزام	1، 4، 7، 10، 13، 16، 19، 22، 25، 28، 31، 34، 37، 40، 43، 46، 49، 52، 55، 58
التحكم	2، 5، 8، 11، 14، 17، 20، 23، 26، 29، 32، 35، 38، 41، 44، 47، 50، 53، 56
التحدي	3، 6، 9، 12، 15، 18، 21، 24، 27، 30، 33، 36، 39، 42، 45، 48، 51، 54، 57

وتقع الإجابة على المقياس في ثلاثة مستويات (تنطبق دائماً، تنطبق أحياناً، لا تنطبق أبداً)، وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاثة درجات ودرجة واحدة ، بمعنى إذا كانت الإجابة (تنطبق دائماً ٣ - تنطبق أحياناً ٢ - لا تنطبق أبداً ١) . حيث تشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب للصلابة النفسية. وللتقليل من الميل لاتخاذ نمط ثابت للاستجابات تم وضع بعض العبارات في عكس اتجاه العبارات الأخرى وتشير هذه العبارات المعكوسة إلى الجانب السلبي للصلابة وبالتالي فإن العبارة تصحح كالتالي (تنطبق دائماً ١ - تنطبق

أحياناً ٢ - لا تنطبق أبداً ٣) ، وبلغ عدد العبارات التي يجب أن توضع لها الدرجة المعكوسة (١٤) عبارة أي ٢٤% من مجموع عبارات المقياس وتتمثل هذه العبارات في البنود (٩ ، ١٠ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ٢٧ ، ٢٩ ، ٣٠ ، ٣٢ ، ٣٦ ، ٣٧ ، ٤٢ ، ٤٣ ، ٥٨) ، وتم توزيع الفقرات على المقياس بطريقة دائرية . وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين ٥٨ - إلى ١٧٤ .

الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

للتأكد من صدق مقياس الصلابة النفسية تم اتباع مايلي:

• صدق المحكمين :

تم عرض المقياس في صورته الأولى على لجنة تحكيم تضم (١٠) من أساتذة علم النفس والصحة النفسية (*) ، موضحاً فيها التعريف الإجرائي الخاص بكل بعد من أبعاد المقياس ، وذلك لإبداء الرأي في

بنود المقياس وأبعاده من حيث :

- مدى ملائمة المقياس للهدف الذي وضع لقياسه .
- مدى ملائمة الأبعاد المختلفة للمقياس .
- مدى ملائمة كل بند من البنود للبعد الخاص به .
- وضوح البنود من الناحية اللغوية والنفسية .

انظر ملحق (١)

وقد اعتمدت نسبة (٨٠%) كنسبة اتفاق بين المحكمين على فقرات المقياس * ، حيث تم اعتماد الفقرة التي حظيت على إجماع مانسبته (٨٠%) من المحكمين وقد حصل المقياس على نسبة اتفاق عالية ، وفي ضوء ذلك لم يتم استبعاد أي من العبارات باتفاق المحكمين ، وتم تعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لملاحظات المحكمين .

• صدق البنية لمقياس الصلابة النفسية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي :

تهدف هذه الخطوة إلى التحقق من صدق البنية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي ، وصدق البنية **construct validit** يطلق البعض أيضاً عليه الصدق البنائي، وذلك عندما تتكون البنية من عدة أبعاد مختلفة، وذلك عند الاعتماد على نظرية سابقة أو دليل

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

مسبق تؤكد أن هذه الأبعاد تكون هذه البنية ، وذلك يتضح في التحقق من صدق المقاييس التي تعتمد على نظرية محددة ، يكون إجراء التحليل العاملي التوكيدي هو الإجراء الأمثل للتحقق من صدق البنية. ففتراض الباحثة أن أبعاد (الالتزام - التحكم - التحدى) المكونة لبنية الصلابة النفسية ولكي تتحقق الباحثة من قامت بعمل التحليل العاملي التوكيدي لهذه البنية العاملية باستخدام برنامج Amos4 وتوصلت إلى النتائج التالية:

وللتحقق من قبول صدق البنية يعتمد على مؤشرات حسن المطابقة ، ويقصد به المؤشر المستخدم في تقدير مطابقة النموذج للبيانات (كا²) :

انظر ملحق (3)

شكل (1) البناء العاملي لقياس الصلابة النفسية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي يلاحظ من الشكل السابق ان تشبع عامل الالتزام (مدى ارتباطه) بالصلابة النفسية = 0.71 ، و تشبع عامل التحكم = 0.72 ، و تشبع عامل التحدى = 0.88 . و للتحقق من قبول صدق البنية (التحليل العاملي التوكيدي) يعتمد على مؤشرات حسن المطابقة ، و يقصد به المؤشر المستخدم في تقدير مطابقة النموذج للبيانات مثل مؤشر (كا²) : (فقد كانت قيمة كا² لهذا البناء العاملي = 3.42 ب درجات حرية = 2 و هي غير دالة إحصائياً، و كانت النسبة بين قيمة كا² إلى درجات الحرية = 1.71 < 5 ، ومؤشرات حسن المطابقة (CFI= 0.97 < 0.90 ، NFI= 0.98 < 0.90 ، RMSEA= 0.02 > 0.08) مما يدل على وجود مطابقة للنموذج المفترض ، أى أن التحليل العاملي التوكيدي أكد صدق البنية للمقياس.

3- صدق الاتساق الداخلي للمقياس :

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي من خلال ارتباط كل مفردة بالبعد الذى تنتمى إليه وكانت النتائج كما بالجدول التالي :

أ. أمل عبدالله السعدى

جدول (١)

الاتساق الداخلى لأبعاد مقياس الصلابة النفسية (ن = ٢٠٠)

المفردة	الالتزام	المفردة	التحكم	المفردة	التحدى
1	**0.48	2	**0.54	3	**0.60
4	**0.44	5	**0.50	6	**0.54
7	**0.51	8	**0.53	9	**0.46
10	**0.51	11	**0.41	12	**0.57
13	**0.55	14	**0.51	15	**0.46
16	**0.44	17	**0.49	18	**0.57
19	**0.60	20	**0.61	21	**0.59
22	**0.38	23	**0.48	24	**0.58
25	**0.47	26	**0.62	27	**0.36
28	**0.46	29	**0.42	30	**0.46
31	**0.58	32	**0.46	33	**0.57
34	**0.60	35	**0.46	36	**0.42
37	**0.52	38	**0.44	39	**0.61
40	**0.56	41	**0.56	42	**0.33
43	**0.52	44	**0.43	45	**0.48
46	**0.67	47	**0.52	48	**0.44
49	**0.47	50	**0.48	51	**0.49
52	**0.45	53	**0.56	54	**0.49
55	**0.64	56	**0.62	57	**0.54
58	**0.57				

** دالة عند ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع ارتباطات المفردات بالعوامل التي تنتمي إليها كانت مرتفعة ودالة عند مستوى ٠.٠١ ، مما يؤكد صدق الاتساق الداخلى لعوامل المقياس. كما تم حساب ارتباط كل عامل والدرجة الكلية للمقياس، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالى:

الخصائص السيكومترية لقياس الصلابة النفسية

جدول (٢)

ارتباط العوامل بالدرجة الكلية للمقياس

العامل	معامل الارتباط
الالتزام	0.91**
التحكم	**0.89
التحدى	**0.90

**دالة عند ٠.٠١

يتضح من جدول (٢) أن معاملات الارتباط مرتفعة و دالة عند مستوى ٠.٠١ والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس ككل.

• ثبات عوامل المقياس Reliability Scale :

حسبت قيمة الثبات للعوامل الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات :

جدول (٣)

معاملات الثبات لأبعاد المقياس والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سيبرمان براون)
الالتزام	٠.٨٥	٠.٨٠
التحكم	٠.٨٤	٠.٨٤
التحدى	٠.٨٣	٠.٨٢
المقياس ككل	٠.٩٣	٠.٩٣

يتضح من الجدول السابق ان جميع معاملات الثبات مرتفعة سواء للأبعاد الفرعية أو المقياس ككل، مما يؤكد ثبات المقياس.

ملخص النتائج :

تكون مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية من (٥٨) عبارة ينتمين إلى ثلاثة أبعاد وهي: (الإلتزام ، التحكم ، التحدي) . وقد تحقق للمقياس الخصائص السيكومترية على النحو التالي :

للتحقق من صدق المقياس تم استخدام صدق المحكمين ، وصدق البنية لمقياس الصلابة النفسية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي ، وصدق الاتساق الداخلي . وأسفرت أن التحليل العاملي التوكيدي أكد صدق البنية للمقياس ، كما أكد صدق الاتساق أن معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى ٠,٠١ والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس ككل . وللتحقق من ثبات المقياس تم استخدام طريقة الفاكرونباخ وسبيرمان براون واتضح أن جميع معاملات الثبات مرتفعة ، وكشفت نتائج الدراسة أنه لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في أبعاد الصلابة النفسية (الإلتزام ، التحكم) بينما كان بعد (التحدي) لصالح الذكور . وفي ضوء هذه النتيجة تذكر كوبازا (Kobasa) (١٩٧٩) أن الصلابة النفسية هي بنية متعددة الأبعاد تتكون من الإلتزام والتحكم والتحدي ، وأن هذه الأبعاد ذات قدرة على مواجهة تحديات الحياة وتحويل الأحداث الضاغطة في الحياة إلى فرص لنمو الشخصية ، ونقص هذه الأبعاد يوصف بأنه إنهاك نفسي ، وهذه البنية تهدف إلى التخفيف من أثر الإجهاد من خلال تغيير النظرة إلى الأوضاع المجهدة وتقلل من التأثير السلبي للأحداث من خلال التقييم المعرفي والمواجهة الفعالة . ومن ثم تخلص الباحثة إلى أن مقياس الصلابة النفسية يُعد ذو خصائص سيكومترية تطمئن الباحثة لاستخدامه في الدراسات السيكولوجية .

المراجع:

أولاً: المراجع العربية :

١. أمال عبدالسمع باظة (٢٠١١). مقياس الصلابة الشخصية، القاهرة : مكتبة الأنجلو .
٢. تامر اسماعيل محمود زريق (٢٠١٤). فاعلية استراتيجيات التمكين في تنمية الصلابة النفسية والافتتار المهني لدى عينة من طلبة كلية الشرطة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
٣. تنهيد عادل فاضل البرقدار (٢٠١١) . الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية ، مجلة أبحاث كلية التربية، المجلد (١١) ، العدد (١) ، جامعة الموصل .
٤. حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠٥ أ) . الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط (٤) ، القاهرة : عالم الكتب .
٥. حامد عبدالسلام زهران (٢٠٠٥ ب) . التوجيه والإرشاد النفسي، ط (٢) ، القاهرة : عالم الكتب .
٦. خالد عبدالرحمن الشميري (٢٠١٠). الأعراض الإكتئابية وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية والصلابة النفسية لدى طلبة جامعة تعز ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة تعز .
٧. عادل عز الدين الأشول (٢٠٠٨) . علم نفس النمو ، القاهرة: مكتبة الأنجلو .
٨. عماد محمد أحمد مخيمر (٢٠١٢). استبيان الصلابة النفسية" دليل الاستبيان " القاهرة: مكتبة الأنجلو .
٩. محمد محمد عودة (٢٠١٠) . الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الإجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة .
١٠. محمد بن مكرم بن منظور (١٩٩٩). لسان العرب ، بيروت : دار صادر، الجزء السابع - والثاني عشر .

١١. نبيل دخان وبشير الحجار (٢٠٠٦). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية، مجلة الجامعة الإسلامية ، مجلد (١٤)، عدد (٢)، ص ص ٣٦٩ - ٣٩٨ .

ثانياً: المراجع الأجنبية:

12. Alfred, Gregory Clifford (20 . (١١) Masculinity, Hardiness, and Psychological Well- Being in male student veterans , *Ph.D Thesis* , Missouri University .
13. Benishek, Lois A ; Feldman, Jill M ; Wolf shipon, R ; Lopez , Frederick G & .Mecham , Stacy D. (2005) . Development and Evaluation of the revised Academic Hardiness Scale , *Journal of Career assessment* .Vol.(13), No . (1) pp 59 – 76.
14. Bissonnette , Michelle (1998) *Optimism ,Hardiness and Resiliency* :A review of the Literature ,prepared for child and family partnership project ٤ , August .
15. Cash, Melanie & Gardner, Dianne (2011). Cognitive Hardiness , appraisal and coping comparing two transactional , *Journal of managerial Psychology* Vol(26 (No (8) pp 646 – 664.
16. Cole , Michael S; Field, Hubert S & Harris, Stanley G . (٢٠٠٤). Student learning Motivation and Psychological hardiness : Interactive Effects on students' Reactions to a Management Class , *Academy of management learning and Education* .Vol.(3) ,No.(1) pp 64 – 85.
17. Croweley, Barbara J ; Hayslip jr, Bert & Hobdy, Juliann (2003). Psychological hardiness and Adjustment to life events in Adulthood , *Journal of adult development* Vol.(10 (No .(4) pp 237- 248.
18. Schellenberg , Dinne E (2005). Coping and Psychological hardiness and their relationship to depression in older adults , *Ph. D* Philadelphia College of Osteopathic medicine.
19. Harvtin, Heather C. (2009). *Hardiness and coping strategies* ,A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of masters if arts ,Kean University.
20. Maddi, Salvatore R.(2013): *Hardiness turning stressful circumstances into resilient growth* . Springer Dordrecht Heidelberg New York London.

21. Maddi,Salvatore R; Koshaba, Deborah M, Harvey, Richard H; Fazel,M& Resurreccion , Nephthys (2001). The Personality Construct of Hardiness, V : relationships with the Construction of Existential meaning in Life . *Journal of Humanistic Psychology* . Vol(51), No(3) pp 369 – 388.
22. Maddi,Salvatore R.(2004) .(Hardiness: An Operationalization of Existential Courage ,*Journal of Humanistic Psychology* .Vo.l(44), No.(3) pp 279 – 298.
23. Nunley, Barbara Lynn & Kentucky , Lexington. (٢٠٠٢) Stress, hardiness and psychological distress of elderly spousal caregivers of persons with dementia ,*PH.D thesis* ,University of Kentucky.
24. Kobasa ,S.C.(1997). Stressful life events ,*Journal personality and social psychology* Vol.(37),No.(1) ,pp 1-11.
25. Kobasa ,Suzann C ;Maddi,Salvatore R & Kahn,S.(1982) . Hardiness and health :A prospective study . *Journal of personality and Social Psychology*. vol.(42),No.(1) , pp 168 – 177 .
26. Kobasa , S & Puceti,M. (1983) . Personality And Social Resourcer in Stress Resistance ,*Journal of Personality and Social Psychology* ,Vol.(45), No. (4). PP 839 – 880.
27. Kobasa. S.C ; Maddi ,S.R ; Paccetti,C & Zola ,M, A.(1985) . (Effectiveness of hardiness ,Exercise and social support As Resources against illness ,*Journal of Psychometric Research* , Vol.(29) ,No.(5). Pp 525 – 533.
28. Lambert , Vickie A ; Lambert, Clinton E & Yamase , Hiroaki (2003). Psychological hardiness ,Work place and related stress reduction strategies ,*Journal of nursing and health Sciences* ,Vol .(5) , No.(2) . pp 181- 184 .
29. Sinclair, Robert R & .Oliver, Celina M . (٢٠٠٣) Development and Validation of Hardiness ,*PhD thesis* ,Portland State University.
30. Shane J . Lopez (2009). *The Encyclopedia of positive Psychology* , Vol .(1) Wiley – Blackwell.
31. Wiebe , Doborah J.(1991). Hardiness and stress moderation: A test proposed mechanism ,*Journal of personality and social Psychology* . Vol .(60), No.(1) , pp 89-99 .