

العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الشباب العاملين

هاجر محمد جابر إبراهيم*

hm1311@fayoum.edu.eg

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة من الشباب الذكور العاملين في قطاعات غير حكومية، من خلال تحليل مدى تأثير الصمود النفسي على مستوى الرضا عن الحياة لديهم. تكونت العينة الأساسية من $n=82$ (شبابًا ذكورًا، تراوحت أعمارهم بين (٢٠ - ٤٠) عامًا، بمتوسط عمري (٢٩.٣٤) وانحراف معياري (٥.٨٦٩). اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت عددًا من الأدوات البحثية، شملت استمارة بيانات أولية، ومقياس الصمود النفسي الذي طوره كونور-دافيدسون (2003) وترجمه نبيل دخان (٢٠١٣)، بالإضافة إلى مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (١٩٩٨). توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة، مما يشير إلى أن الأفراد الأكثر صمودًا نفسيًا يميلون إلى تحقيق مستويات أعلى من الرضا عن حياتهم. كما بحثت الدراسة في مدى تأثير المتغيرات الديموغرافية، مثل المستوى التعليمي والفئات العمرية، على هذه العلاقة، لكنها لم تجد فروقًا ذات دلالة إحصائية تبعًا لهذه المتغيرات.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي - الرضا عن الحياة - الشباب - التكيف النفسي - جودة الحياة - الضغوط النفسية .

* باحثة ماجستير بقسم علم النفس بكلية الآداب- جامعة الفيوم.
إشراف: أ.د. طارق عبد الوهاب حمزة - عميد كلية الآداب - جامعة الفيوم (مشرفا رئيسا)
أ.م.د/ زيزي السيد إبراهيم- أستاذ مساعد بقسم علم النفس بكلية الآداب- جامعة الفيوم(مشرفا مشاركا)

مقدمة

شهد العالم في القرن الحالي تحولات جذرية في شتى المجالات الثقافية، والاجتماعية، والتكنولوجية، مما أدى إلى تغيرات كبيرة في أنماط الحياة. وقد صاحب هذه التحولات ضغوط نفسية متزايدة أثرت بشكل مباشر على الأفراد. وأشار دريد (2010) إلى أن التطورات المتسارعة أدت إلى تراكم التحديات النفسية التي قد تسهم في زيادة احتمالية الإصابة بالاضطرابات النفسية، خاصة لدى الأفراد الذين يفكرون إلى آليات توافق فعالة (صباح وحمدى، ٢٠١٥).

عُرف الصمود النفسي بوصفه أحد المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، إذ يُمكن الأفراد من تجاوز الأزمات والضغوط الحياتية بطريقة تكيفية. وأوضحت بعض الدراسات أن المشكلة لا تكمن في الضغوط ذاتها، بل في كيفية التعامل معها فقد أشار "الأحداث الضاغطة ليست مؤشراً دقيقاً للتنبؤ بالاضطرابات النفسية، إذ تختلف الاستجابات الوجدانية وفقاً للخصائص الفردية."

وأشارت هوفلر (Hofler, 2014, 35) إلى أن الصمود النفسي ليس سمة ثابتة، بل هو عملية متغيرة تعتمد على تفاعل الفرد مع الظروف البيئية. فقد يُظهر الشخص مرونة في بعض المواقف، بينما يجد صعوبة في التكيف مع مواقف أخرى. كما أشارت الدراسات إلى أن العوامل العاطفية، مثل التفاؤل والمشاعر الإيجابية، تسهم في تحسين القدرة على التعامل مع الأزمات، مما يجعلها عنصراً مهماً في دعم الصمود النفسي.

وأيدت عدد من الدراسات هذا الطرح، ومنها:

• فريدريكسون وتاجيد : (Fredrickson & Tugade, 2004, 1170)

توصلّا إلى وجود علاقة قوية بين الصمود النفسي والمشاعر الإيجابية، حيث أظهرت الدراسات أن الأفراد ذوي الصمود النفسي المرتفع كانوا أكثر قدرة على تجاوز المواقف السلبية بفاعلية.

- **كوهين وآخرين** : (Cohn et al., 2009) استهدفت دراستهم اختبار فرضية أن العواطف الإيجابية تُساعد في بناء موارد نفسية دائمة، وأشارت النتائج إلى أن المشاعر الإيجابية ساهمت في زيادة الصمود النفسي والرضا عن الحياة، كما كانت وسيطاً في العلاقة بين مستوى الصمود النفسي عند بداية الأزمة ونهايتها.
- **شاهين** : (2013) هدفت دراسته إلى الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في الصمود النفسي لدى المراهقين ضعاف السمع، حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين، لكنها أكدت على وجود ارتباط إيجابي بين الصمود النفسي ومستويات الأمل والتفاؤل.
- بارسونز وآخرين** : (Parsons et al., 2016, 297) أشاروا إلى أن العمليات المعرفية تؤثر بشكل مباشر على العلاقة بين الشدائد والمرونة النفسية، حيث يُمكن للتفسيرات المعرفية أن تعزز قدرة الأفراد على مواجهة الأزمات بفاعلية
- أما الرضا عن الحياة، فقد تم تعريفه بأنه تقييم معرفي شامل لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد وفقاً لمعايير ذاتية. (Shin & Johnson, 1978) واعتُبر هذا الشعور عاملاً جوهرياً في التوافق النفسي والاجتماعي، حيث يؤثر في مستوى السعادة وجودة الحياة بوجه عام (ميخائيل، ٢٠١٠).
- بالإضافة إلى ذلك، تشير الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة. فالأفراد الذين يتمتعون بصمود نفسي عالٍ يكونون أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط والتحديات، مما يزيد من شعورهم بالرضا عن حياتهم (Fredrickson & Tugade, 2004) على سبيل المثال، أظهرت دراسة أجريت على عينة من المراهقين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، حيث تبين أن الأفراد ذوي الصمود النفسي العالي يتمتعون بمستويات رضا أعلى عن حياتهم (Cohn et al., 2009). بناءً على ما سبق، يمكن القول إن تعزيز الصمود النفسي لدى الأفراد قد يساهم في زيادة مستوى الرضا عن الحياة، وذلك من

خلال تحديد أهداف واضحة ومحددة تتماشى مع قيمهم ومعاييرهم الشخصية، وتطوير استراتيجيات فعّالة لتحقيق هذه الأهداف.

كما شكّلت مرحلة الشباب محور اهتمام العديد من الدراسات النفسية، إذ تمثل فترة يمر فيها الفرد بتغيرات معرفية وانفعالية وسلوكية جوهرية. وتعد هذه المرحلة نقطة تحول حاسمة في تشكيل الشخصية، حيث تتزايد المسؤوليات والضغوط الاجتماعية والمهنية، مما يجعل الشباب أكثر عرضة للضغوط النفسية (النويران، ٢٠٢٠)، وقد أظهرت بعض الدراسات أن طريقة تعامل الأفراد مع هذه التحديات تحدد مستوى توافقهم النفسي، حيث يمكن أن تؤدي الضغوط إلى إما اضطرابات نفسية أو إلى تعزيز الصمود النفسي تبعاً لاستراتيجيات المواجهة التي يعتمد عليها الفرد، وتم اختيار العينة من فئة الشباب العاملين في قطاعات غير حكومية؛ لأن العمل في هذه القطاعات في حد ذاته سلوك تكيفي.

بناءً على ما سبق، اهتم البحث الحالي بدراسة العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى الشباب، وذلك من خلال تحليل العوامل المؤثرة على هذه العلاقة، وتقديم رؤى علمية قد تسهم في تطوير استراتيجيات لتعزيز الصمود النفسي وتحسين مستوى الرضا عن الحياة في هذه الفئة العمرية.

مشكلة البحث

- بناءً على ما سبق يمكن بلورة مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على الأسئلة الآتية:
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة من الشباب العاملين؟
 - هل تختلف مستويات الصمود النفسي والرضا عن الحياة بشكل دال إحصائياً تبعاً لمستوى التعليم (تحت المتوسط - متوسط - عالٍ)؟
 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة بين الفئات العمرية المختلفة للعينة (٢٠-٢٥، ٢٦-٣٠، ٣١-٣٥، ٣٦-٤٠)؟

أهمية البحث:

الأهمية النظرية

- يساهم هذا البحث في إثراء الدراسات النفسية ضمن إطار علم النفس الإيجابي، من خلال تسليط الضوء على مفهومي الصمود النفسي والرضا عن الحياة باعتبارهما من العوامل الأساسية التي تؤثر على التوافق النفسي والصحة النفسية للأفراد.
- يركز البحث على مرحلة الشباب، والتي تُعد من أهم المراحل العمرية التي تتسم بالنضج العقلي والمعرفي، لكنها في الوقت ذاته مليئة بالتحديات النفسية والاجتماعية والمهنية، مما يجعلها بحاجة إلى فهم أعمق للمتغيرات التي تسهم في تحسين جودة الحياة والتوافق الإيجابي.
- يهدف البحث إلى تحليل العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، مما يساهم في تطوير إطار نظري يوضح مدى تأثير استراتيجيات التوافق الإيجابي على جودة الحياة لدى الشباب.
- يضيف البحث بُعداً مهماً للدراسات السابقة، حيث يُسهم في توضيح الفروق بين الشباب وفقاً للمتغيرات الديموغرافية مثل المستوى التعليمي والفئات العمرية المختلفة، مما يساعد في تقديم فهم أكثر شمولية للظروف التي تعزز الصمود النفسي والرضا عن الحياة.

الأهمية التطبيقية

- يساعد البحث في وضع استراتيجيات نفسية وعملية يمكن أن تساهم في الحد من التأثيرات السلبية للضغوط النفسية والاجتماعية على جودة الحياة، من خلال تعزيز آليات الصمود النفسي لدى الشباب.
- يمكن الاستفادة من نتائج البحث في تصميم برامج نفسية وإرشادية موجهة لتحسين الصمود النفسي وتعزيز الرضا عن الحياة، مما يساهم في دعم الصحة النفسية العامة وتحسين جودة حياة الشباب في بيئات العمل المختلفة.

- يمكن الاستفادة من نتائج البحث في مجال العلاج النفسي والتأهيل النفسي، من خلال تطوير برامج تُعنى بتعليم الأفراد استراتيجيات المواجهة الإيجابية، وتحسين مستوى رضاهم عن الحياة، لا سيما في ظل التغيرات الاقتصادية والاجتماعية التي قد تؤثر على استقرارهم النفسي.

مفاهيم البحث والأطر النظرية المفسرة لها

أولاً : الصمود النفسي

تعريف الصمود النفسي

يُعد الصمود النفسي أحد المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، حيث يُشير إلى قدرة الأفراد على التوافق مع الضغوط الحياتية، ومواجهة التحديات والصدمات بطريقة إيجابية تُمكنهم من الاستمرار في الأداء الفعال. وقد تم تعريفه بعدة طرق وفقاً للمنظور النظري الذي اعتمده كل باحث:

- ماستن (Masten, 2001, 228) عرّف الصمود النفسي بأنه "زمرة من الظواهر السلوكية التي يمكن وصفها بأنها مخرجات جيدة وإيجابية، رغم التهديدات الخطيرة التي تواجه توافق الفرد وتطوره.
- جولدستين وبروكس (Goldstein & Brooks, 2004) وصفا الصمود النفسي بأنه "قدرة الفرد على المواجهة والتعامل بكفاءة مع الضغوط الحياتية الكبرى والتحديات اليومية، إضافة إلى القدرة على النهوض بعد العثرات التي تسببها الصدمات والمحن، من خلال وضع أهداف واقعية، وحل المشكلات، وإدارة العلاقات الاجتماعية بفاعلية، مع التمتع بالتقدير الذاتي واحترام الآخرين."
- وتبنت الباحثة تعريف كونور ودافيدسون (Connor & Davidson, 2003) كتعريف إجرائي للصمود النفسي بأنه "تجسيد القدرات الشخصية التي تمكن الأفراد من النمو والازدهار في مواجهة المحن والشدائد". ويعكس هذا التعريف فكرة أن الصمود ليس مجرد تجنب الاضطرابات النفسية، بل هو

عملية تنموية مستمرة تعزز من قدرة الأفراد على التوافق والنجاح رغم المصاعب.

أبرز النظريات والنماذج المفسرة للصمود النفسي

نظرية ريتشاردسون (Richardson, 2002)

تعد من أوائل النظريات التي حاولت تفسير الصمود النفسي والاجتماعي في مواجهة الصدمات الحياتية. أشار ريتشاردسون إلى أن الصمود النفسي هو "القوة الداخلية التي تدفع الفرد نحو تحقيق الذات، الإيثار، والحكمة، إضافة إلى تحقيق التوازن النفسي والبيولوجي والروحي.

يرتكز الفرض الأساسي لهذه النظرية على مفهوم التوازن الديناميكي، حيث يُنظر إلى الصمود على أنه عملية تكيف مستمرة تشمل الجوانب الجسمية، العقلية، والروحية، مما يساعد الفرد على مواجهة الضغوط الحياتية المتوقعة وغير المتوقعة. وفقاً لهذه النظرية، فإن استجابة الأفراد للضغوط تمر بأربع مراحل أساسية:

- حالة التكيف السلبي : حيث يلجأ الأفراد إلى استراتيجيات غير فعالة مثل السلوكيات المدمرة للذات لمواجهة الضغوط.

- الشفاء الجزئي : حيث يتم استعادة التوازن لكن بمستوى أقل من الأداء النفسي والاجتماعي السابق.

- التوازن التقليدي : حيث يتمكن الأفراد من العودة إلى مستوى التكيف السابق بعد المرور بالتحديات.

- إعادة التكيف بمستوى أعلى : حيث يتمكن الفرد من تحقيق نمو نفسي إيجابي واكتساب استراتيجيات أكثر فاعلية في التكيف مع التحديات المستقبلية.

تُبرز هذه النظرية أهمية تطوير استراتيجيات المواجهة الإيجابية، بحيث لا يكون الصمود مجرد استعادة للتوازن السابق، بل فرصة للنمو النفسي والتطور الشخصي.

نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر (Luthar et al., 2000)

تُعد هذه النظرية من أكثر التفسيرات شمولاً للصمود النفسي، حيث تنظر إليه على أنه عملية ديناميكية تتضمن توافقاً إيجابياً في مواجهة الضغوط والمحن.

تفترض هذه النظرية وجود نوعين من العوامل التي تحدد مستوى الصمود النفسي لدى الأفراد:

عوامل الخطر : (Risk Factors) وهي العوامل التي تزيد من احتمالية التعرض للاضطرابات النفسية وضعف القدرة على التكيف. تشمل:

- الضغوط الأسرية (مثل الطلاق، أو فقدان أحد الوالدين).

- المشاكل الصحية المزمنة.

- العيش في بيئات خطرة تكثر فيها التهديدات الأمنية أو الاقتصادية.

عوامل الوقاية : (Protective Factors) وهي العوامل التي تعزز الصمود النفسي وتساعد الفرد على التكيف الفعال مع الضغوط، وتشمل:

- العوامل الشخصية: مثل ارتفاع معدل الذكاء، المزاج الإيجابي، فاعلية الذات، وتقدير الذات.

- الدعم الاجتماعي : حيث تؤدي العائلة، المدرسة، والمجتمع دوراً مهماً في توفير شبكة أمان نفسي تدعم الفرد في الأزمات.

- استراتيجيات المواجهة الفعالة :مثل التفكير الإيجابي، القدرة على حل المشكلات، والمرونة النفسية.

وفقاً لهذه النظرية، فإن الصمود النفسي ليس سمة ثابتة، بل عملية مستمرة تتأثر بالتفاعل بين عوامل الخطر وعوامل الوقاية، مما يعني إمكانية تعزيز الصمود النفسي من خلال التدخلات المناسبة.

النماذج المفسرة لمفهوم الصمود النفسي:

(١) نموذج كوفي (Covy,1990)

قدم كوفي نموذجاً للصمود النفسي قائماً على مبادئ دائمة تساعد الأفراد على التكيف مع الضغوط الحياتية من خلال تطوير عادات واستراتيجيات تُعزز القدرة على الصمود. تضمنت هذه المبادئ سبعة عناصر رئيسية:

١. **النشاط والفاعلية :** تضمنت قدرة الفرد على تحمل مسؤولية أفعاله، واتخاذ قرارات واعية بدلاً من أن يكون مجرد مستجيب للظروف الخارجية.

٢. **البدء بتصور واضح للأهداف** : أشار إلى أهمية أن يقوم الأفراد بتحديد القيم والأولويات بوضوح قبل وضع الأهداف واتخاذ القرارات.
 ٣. **التعامل مع الأهم قبل المهم** : ركز على إدارة الوقت بفاعلية، والتركيز على الأولويات بدلاً من الانشغال بالتفاصيل الثانوية.
 ٤. **تحقيق المكاسب المتبادلة** : أكد على ضرورة البحث عن الفرص التي تضمن تحقيق نتائج إيجابية للطرفين، مما يسهم في التكيف الإيجابي مع الآخرين.
 ٥. **التواصل الفعال** : تمثل في القدرة على الاستماع العميق للآخرين، وفهم وجهات نظرهم قبل محاولة التعبير عن الذات.
 ٦. **التعاون والعمل الجماعي** : أشار إلى أهمية بناء علاقات قائمة على القيم المشتركة، مما يعزز بيئة داعمة للصمود النفسي.
 ٧. **التجديد المستمر للذات** : أكد على الحاجة إلى تطوير المهارات الفكرية والوجدانية، وتعزيز الوعي الذاتي لتحفيز التكيف مع التحديات.
- اعتمد هذا النموذج على فكرة أن الأفراد الأكثر مرونة هم من يعملون وفق مبادئ واضحة، مما يساعدهم على تجاوز المحن بطريقة أكثر فاعلية (جوهر، ٢٠١٤، ٣٠١).
- (٢) نموذج ماستن وكوتسورث (Masten & Coatsworth, 1998)**
- قدم كل من ماستن وكوتسورث نموذجاً تنموياً للصمود النفسي، حيث حددتا مجموعة من الخصائص أطلق عليها "خصائص المرونة النفسية لدى المراهقين والشباب"، والتي تعزز من قدرة الأفراد على مواجهة التحديات المختلفة. تضمنت هذه الخصائص ثلاثة مستويات رئيسية:
- **على مستوى الفرد** : تمثلت في السمات الشخصية مثل الجاذبية، الكفاءة الاجتماعية، تقدير الذات المرتفع، والقدرة على توظيف المهارات الثقافية.
 - **على مستوى الأسرة** : أشارت إلى أهمية العلاقات الأسرية القوية ودورها في توفير بيئة داعمة للصمود النفسي.
 - **على مستوى المجتمع** : تضمنت قدرة الأفراد على بناء علاقات اجتماعية ناجحة مع المؤسسات والمجتمع المحيط بهم.

أوضحت هذه النظرية أن الصمود النفسي ليس مجرد خاصية فردية، بل هو ناتج عن تفاعل الفرد مع بيئته الاجتماعية، مما يجعل العوامل البيئية أحد المحددات الرئيسية للصمود النفسي.

تعقيب الباحثة على النماذج المفسرة للصمود النفسي

- أظهرت هذه النماذج أن الصمود النفسي ليس خاصية فردية فطرية، بل هو نتيجة لتفاعل العوامل الشخصية، الاجتماعية، والمعرفية.
- أكدت النماذج على أن الدعم الاجتماعي والأسري يلعب دورًا حاسمًا في تعزيز الصمود، حيث يُمكن للبيئة المحيطة بالفرد أن تؤثر في مدى قدرته على التكيف مع التحديات.
- بيّنت نتائج البحوث أن الصمود النفسي عملية متغيرة يمكن تعزيزها من خلال التدخلات النفسية والإرشادية المناسبة، مما يفتح المجال أمام استراتيجيات فعالة لتحسين جودة الحياة.

يتضح مما سبق هناك علاقة وثيقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، حيث يُعد الصمود النفسي أحد العوامل الأساسية التي تُمكن الفرد من مواجهة التحديات والضغوط الحياتية بثبات وقوة. فكلما زاد تمتع الإنسان بالقدرة على التكيف مع الأزمات وتجاوز العقبات، زادت احتمالية شعوره بالرضا عن حياته، بغض النظر عن الظروف المحيطة به.

ثانيًا : الرضا عن الحياة

تعريف الرضا عن الحياة

أشار شين وآخرون (Shin, et al., 1978) إلى أن الرضا عن الحياة "تقدير عام لنوعية حياة الشخص حسب المعايير التي انتقاها لنفسه".

وعرف أرجايل (١٩٩٣) الرضا عن الحياة بأنه: " تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل، أو حكم بالرضا عن الحياة، حيث يمثل مفهوم الرضا عديد من المقاييس النوعية للرضا، فهناك الشعور بالرضا عن الحياة بصفة عامة، وعن العمل، وعن الزواج، وعن الصحة".

وعرف دينر وآخرون (٢٠٠٣) الحياة الجيدة (الرضا عن الحياة) على أنها الغلبة النسبية للسعادة على التجارب العاطفية غير السارة أو السلبية في تجاربنا الواعية. والتعريف الإجرائي للرضا عن الحياة هو "التقييم الذاتي للفرد لمدى رضاه عن حياته بشكل عام، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل، الذي يعتقد أنه مناسب لحياته، ويُعتبر مؤشراً مهماً للتكيف النفسي والصحة النفسية. ويفسر الرضا عن الحياة من خلال عدة نظريات، أبرزها:

نظرية الأهداف والقيم والمعاني:

تشير هذه النظرية إلى أن الأفراد يشعرون بالرضا عندما يحققون أهدافهم التي تتماشى مع قيمهم ومعانيهم الشخصية. فكلما كانت الأهداف واضحة ومحددة، وكان الفرد قادراً على تحقيقها، زاد شعوره بالرضا عن حياته. (Oishi et al., 1999) وبالمقابل، فإن عدم وضوح الأهداف أو تعارضها قد يؤدي إلى الفشل في تحقيقها والشعور بعدم الرضا. كما تعتمد درجة الرضا على أهمية هذه الأهداف بالنسبة للفرد والقيم السائدة في البيئة التي يعيش فيها (Schwarz & Strack, 1999).

نظرية التقييم:

ترى هذه النظرية أن الشعور بالرضا يمكن قياسه من خلال عدة معايير تعتمد على الفرد ومزاجه والثقافة والقيم السائدة. فالأفراد عندما يقيمون درجة رضاهم عن الحياة، قد لا يفكرون في بعض الجوانب إلا إذا تعرضوا لمواقف تذكرهم بها. كما أن الظروف المحيطة، مثل المستوى الاقتصادي والعلاقات الاجتماعية، تؤثر على درجة الشعور بالرضا (Diener et al., 2017) فعلى سبيل المثال، قد يكون للأفراد في الدول الغنية مستويات رضا أعلى مقارنة بالدول الفقيرة، ولكن بعض الدراسات أشارت إلى أن العلاقات الاجتماعية قد تكون أكثر أهمية من الجوانب المادية للشعور بالرضا في بعض الثقافات (Helliwell et al., 2021).

كما فسر كل من (شقورة، ٢٠١٢؛ Maddax, 2018) نظريات الرضا عن الحياة من حيث:

(١) اتجاه القمة - القاع^١:

يعكس اتجاه القمة القاع محاولات الباحثين المبكرة لفهم الأسباب والعوامل التي تجعل بعض الناس أكثر رضا عن حياتهم، تلك المحاولات التي نظرت إلى أن سمات شخصية الفرد هي المسؤولة عن الرضا عن الحياة وليست العوامل الموقفية في حياة الفرد.

افتترض هذا الاتجاه أن هناك ميلا شاملا لدى الفرد، لأن يخبر الأشياء بطريقة إيجابية، ومن ثم يستمتع بالفرح لأنه يشعر بالسعادة والرضا، ويذكر هليير وآخرون (Hellar, et al., 2004) أن اتجاه القمة القاع يركز على أهمية السمات الشخصية في تحديد مستوى الرضا عن الحياة لدى الأفراد، ورأى أن الرضا عن الحياة هو نتاج لعمليات ذاتية داخلية أكثر منه نتاج لعوامل خارجية موضوعية، وطبقا لهذا الاتجاه فإن أحداث الحياة اليومية وبالرغم من تأثيرها على تقييم الفرد الذاتي وما يمر به من خبرات، إلا أن تأثير هذه الأحداث والتغيرات التي تحدثها في مستوى الرضا عن الحياة على المدى الطويل هو تأثير محدود؛ إذا ما قورن بتأثير الشخصية في الرضا عن الحياة، وبالتالي ينظر هذا الاتجاه إلى الرضا عن الحياة على أنه سمة راسخة في الشخصية، واستعداد ثابت يؤثر في حياة الفرد، يجعله يسلك بطريقة متسقة، وهذا الاستعداد الثابت في الرضا عن الحياة عن جميع جوانب الحياة المختلفة. والجدير بالذكر أن التفسيرات الجينية للسعادة والرضا عن الحياة خدمت اتجاه القمة القاع، حيث أشارت إلى أن الاختلافات بين الأفراد في الرضا عن الحياة تعزي إلى استعدادات يولد الأشخاص مزودين بها (شقورة، ٢٠١٢، ٣٦).

كما أشارت النظريات التفسيرية إلى أن: الرضا عن الحياة لا ينتج من ظروف الحياة ذاتها، بل عوامل بيولوجية أو مزاجية تؤثر على السلوكيات والمعرفة مثل (المعتقدات وتقييم ظروف الحياة والأحداث)، حيث وجدت أدلة قوية للتأثيرات

¹ Top-Down Approach

الوراثية على القابلية في الطريقة التي ينظر بها الناس إلى أحداث الحياة الإيجابية والسلبية. ويدعم هذا الاتجاه بحوث كبيرة أيضا عن الشخصية، على سبيل المثال (Wessels, et al.) (Vukasovic & Bratko) التي أكدت على العلاقة القوية بين الشخصية، والصحة العقلية، والرضا عن الحياة، وقد استخدمت معظم هذه البحوث عوامل الشخصية الكبرى، وكانت الانبساطية والعصابية من أقوى سمات الشخصية التي تتنبأ بالرضا عن الحياة (Maddax, 2018, 24).

٢) اتجاه القاع – القمة^٢:

افترض هذا الاتجاه أن الرضا الكلي عن الحياة هو نتيجة لرضا الفرد عن مجالات الحياة المختلفة، تلك المجالات التي تشكل مدخلات تحتوي على معلومات رئيسية يستخدمها الفرد في التقييم الكلي للرضا عن الحياة، واتخذ هذا الاتجاه من البيئة منطلقا لتكوين خبرة الرضا عن الحياة، فمستوى الرضا عن الحياة يعتمد على عوامل خارجية تتعلق بالبيئة المحيطة بالفرد، فأحداث الحياة المختلفة سواء أكانت إيجابية أو سلبية لها تأثير على مستوى رضا الفرد عن حياته، فالشخص الذي يشعر بمستوى عال من الرضا عن الحياة هو الذي يمر بكم من الخبرات والأحداث السارة التي تفوق الخبرات والأحداث المؤلمة والمحزنة، وهذا ما أكدته دراسة قام بها مارتسون وآخرون (Martinson, et al.) أسفرت عن وجود علاقة بين المتغيرات السلبية في الحياة ومستوى الرضا عن الحياة، بعد ضبط عدد من المتغيرات التي يمكن أن تؤثر على مستوى الرضا عن الحياة كالحالة الصحية للفرد، والشعور بالاغتراب، والتصدع الشخصي، وهذا يعني أن الذي يتمتع بعلاقات اجتماعية جيدة ومستوى اقتصادي عال أكثر رضا عن الحياة (شقورة، ٢٠١٢، ٣٦-٣٧).

كما دعمت بعض البحوث هذا الاتجاه فعلى سبيل المثال، أشار كلا من (Chen, et al., 2017) إلى دراسة طويلة لأعضاء الفرق الرياضية، وجدت أن أثر الرضا عن الفريق على الرضا عن الحياة على مر الزمن، كان أقوى من أثر الرضا عن الحياة على الرضا عن الفريق، بالإضافة إلى ذلك أشار كل من (Lance, ١٩٨٩)

² Bottom- Up Approach

et al.,) إلى أن الرضا عن الزواج ينبئ بالرضا عن الحياة وليس العكس، وأيضاً أشار (Scherpenzed & Saris, 1996) إلى أن الرضا عن السكن، والحالة المالية، والحياة الاجتماعية ينبئ بالرضا عن الحياة عموماً، ولكن ليس العكس، وتم دعم هذا الاتجاه أيضاً في البحوث المتعلقة بآثار التوظيف، والرضا عن العمل، وفقدان العمل، والصحة العقلية على الرضا عن الحياة (Maddax, 2018).

٣) الاتجاه التفاعلي^٣:

اقترح هذا الاتجاه هيدى و ويرنج (Heady, et al., 1991) واتخذ هذا الاتجاه من منظور التفاعل منطلقاً له، ونظر لكل من العوامل الشخصية والعوامل البيئية على قدر متساوي في علاقتهما بالرضا عن الحياة، وكما افترض هذا الاتجاه أنه في الوقت الذي يتسبب فيه الرضا الكلي بالرضا عن مجالات محددة في حياة الفرد، فإن الرضا عن الحياة هو أيضاً نتيجة للرضا عن هذه المجالات، وهناك مجالات معينة في الحياة كالصحة والثروة والسعادة الزوجية لعبت دوراً مهماً في تحديد مستوى رضا الفرد عن حياته. أكد هذا الاتجاه دراسة قام بها هيلر وآخرون (Heller, et al., 2004) أسفرت نتائجها على أن لكل من سمات الشخصية والعوامل الموقفية علاقة بالرضا عن الحياة، كما أكدت نتائج دراسة قام بها بريف وآخرون (Brief, et al., 1993) حيث توصلت إلى أن الحياة الموضوعية التي يمثلها اتجاه القاع القمة والشخصية التي يمثلها اتجاه القمة القاع يؤثران معاً على الوجود الشخصي الأفضل.

الدراسات السابقة:

أظهرت الدراسات السابقة اهتماماً كبيراً بفهم العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، مع التركيز على تأثير العوامل الإيجابية في تخفيف آثار الضغوط النفسية، وفيما يلي عرضاً لأبرز هذه الدراسات:

أشارت دراسة كودهارت (Coodhart, 1985) إلى أن تقييم الأحداث الحياتية الضاغطة من خلال الأفكار الإيجابية، مثل التفاؤل والرضا عن الحياة، قد يخفف من النتائج السلبية لهذه الضغوط، حيث أظهرت النتائج ارتباطاً موجباً بين الصحة النفسية

³ Bidirectional Or Reciprocal Approach

وتقييم ضغوط الحياة بطريقة إيجابية، مما يعزز قدرة الأفراد على التعامل مع التحديات النفسية بفعالية.

في السياق ذاته، أوضحت دراسة أورورك (O'Rourke, 2004) التي تناولت الصمود النفسي والاجتماعي لدى الأرمال أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، مشيرةً إلى أن القدرة على الصمود النفسي والاجتماعي كانت مؤشراً مهماً للحالة الصحية. تتفق هذه النتائج مع دراسات لاحقة أكدت أهمية الصمود النفسي في تعزيز التكيف مع فقدان الشريك وتحقيق رضا أعلى عن الحياة (Bonanno et al., 2018).

أما دراسة تقاحة (2009) فقد ركزت على الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المسنين، حيث وجدت أن هناك علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة، وأن التفاعل الاجتماعي كان من أبرز العوامل التي عززت الشعور بالرضا لدى المسنين. تتقاطع هذه النتائج مع الأبحاث التي أظهرت أن الدعم الاجتماعي والاندماج في الأنشطة الاجتماعية يساعدان في تحسين جودة الحياة لدى كبار السن (Chen et al., 2020).

تناولت دراسة كوهين وآخرين (Cohn et al., 2009) دور العواطف الإيجابية في بناء الموارد النفسية وتعزيز الصمود النفسي، حيث أشارت النتائج إلى أن المشاعر الإيجابية تسهم في زيادة المرونة النفسية والرضا عن الحياة، وتساعد الأفراد على تطوير استراتيجيات فعالة للتكيف. أكدت دراسات لاحقة أن المشاعر الإيجابية مثل الامتنان والتفاؤل ليست فقط مؤشرات لحالة نفسية جيدة، بل تؤدي دوراً في تعزيز القدرة على التعامل مع التحديات اليومية وتحقيق مستويات رضا أعلى (Fredrickson, 2013).

وفيما يتعلق بالسياق الأكاديمي والاجتماعي، كشفت دراسة عبد السميع (2014) أن الصمود النفسي لا يرتبط فقط بالرضا عن الحياة، بل يمتد تأثيره ليشمل الأداء الأكاديمي للطالبات الجامعيات. فقد تبين أن الطالبات ذوات الصمود النفسي العالي يحققن أداءً أكاديمياً أفضل ويشعرن برضا أعلى عن حياتهن، وهو ما يتوافق مع نتائج

دراسات أشارت إلى أن الصمود النفسي يُعدّ عاملاً حاسماً في تحقيق النجاح الأكاديمي والتكيف مع الضغوط الدراسية (Zimmerman & Schunk, 2021).

أوضحت دراسة عبد الجبار (2016) أن هناك علاقة قوية بين الرضا عن الحياة وكل من الصمود النفسي والحكمة، حيث وجدت أن الصمود النفسي والحكمة يساهمان في التنبؤ بمستوى الرضا عن الحياة لدى الأفراد الراشدين، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الرضا بين الذكور والإناث لصالح الإناث. تدعم هذه النتائج الأبحاث التي أكدت دور الحكمة في تعزيز التكيف النفسي والاستقرار العاطفي، مما يؤدي إلى شعور أكبر بالرضا عن الحياة (Ardelt, 2019).

هدفت دراسة كونغ وآخرين (Kong et al., 2015) إلى استخدام تقنيات تصوير الدماغ بالرنين المغناطيسي لفحص العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة من الشباب الأصحاء. أظهرت النتائج أن النشاط العفوي في القشرة الحزامية الأمامية (ACC) كان عاملاً وسيطاً في العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، مما يشير إلى أن البنية العصبية للصمود النفسي تلعب دوراً في تحديد مستوى الرضا عن الحياة.

استهدفت دراسة تشنغ وآخرين (Zheng et al., 2020) فحص التأثيرات الوسيطة للصمود النفسي على العلاقة بين الدعم العائلي، الشعور بالمجتمع، والرضا عن الحياة لدى كبار السن في الصين. أظهرت النتائج أن الصمود النفسي كان له دور وسيط في تعزيز العلاقة بين الدعم العائلي والشعور بالمجتمع وبين الرضا عن الحياة، مما يؤكد على أهمية العوامل الاجتماعية والبيئية في تحسين جودة حياة كبار السن.

وأخيراً، تناولت دراسة تشانغ وآخرين (Chang et al., 2023) دور الدعم الاجتماعي في تعزيز التأثير الوسيط للصمود النفسي على العلاقة بين الرضا عن الحياة وشدة الأعراض الاكتئابية. وجدت الدراسة أن الصمود النفسي كان عاملاً رئيسياً في الحد من التأثيرات السلبية للاكتئاب، كما أن الدعم الاجتماعي عزز من دور الصمود النفسي في تحسين الرضا عن الحياة.

بناءً على العرض السابق، يتضح أن الصمود النفسي يُعدُّ عاملاً أساسياً في تعزيز الرضا عن الحياة، سواء من خلال التفاعل مع العوامل البيئية والاجتماعية أو عبر تنمية المرونة النفسية والتفكير الإيجابي. كما يظهر أن العواطف الإيجابية والتكيف الفعال مع الضغوط يؤديان دوراً جوهرياً في تحسين جودة الحياة، مما يعكس أهمية تعزيز الصمود النفسي من خلال برامج وتدخلات نفسية واجتماعية تهدف إلى دعم الأفراد في مواجهة التحديات الحياتية المختلفة.

فروض الدراسة:

في ضوء التحديد السابق لمشكلة الدراسة وأبعادها النظرية أمكن صياغة الفروض كما يلي:-

- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة من الشباب العاملين في القطاعات غير الحكومية.
- توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمستوى التعليم (تحت المتوسط، متوسط، عال).
- توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة بين الفئات العمرية المختلفة للعينة.

منهج البحث وإجراءاته:-

أولاً: منهج البحث:

اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك بهدف الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة، من خلال تحليل مدى ارتباط المتغيرين وقياس درجة العلاقة بينهما دون التدخل في المتغيرات أو التلاعب بها.

ثانياً: وصف العينات:-

- أ- عينة البحث الاستطلاعية: للتأكد من صلاحية المقاييس للتطبيق، وللتحقق من معايير الكفاءة السيكمترية، وتكونت العينة الاستطلاعية من (٦٤) فرد، وتراوح أعمارهم بين (١٦-٥٨)، وقد رُوعي أن تكون

مواصفاتها قريبة من مواصفات العينة الأساسية، وتوضيح خصائص العينة الاستطلاعية في الآتي:

جدول (١) الإحصاء الوصفية للعينة الاستطلاعية

الانحراف المعياري	المتوسط	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتغيرات الديموجرافية (السن (ن = ٦٤)
5.796	27.42	52	16	

جدول (٢) البيانات الديموجرافية (ن = ٦٤):

النسبة المئوية (%)	التكرارات (ك)	الفئات	الخصائص الديموجرافية
100.0%	64	ذكر	النوع
0.0%	0	انثى	
19.0%	12	تحت المتوسط	مستوي التعليم
54.0%	34	متوسط	
27.0%	17	عالي	
59.4%	38	اعزب	الحالة الاجتماعية
39.1%	25	متزوج	
1.5%	1	مطلق	
0.0%	0	ارمل	

ب- عينة البحث الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٨٢) من الذكور العاملين بأعمال غير حكومية، وتراوح أعمارهم بين (٢٠-٤٠)، ينتمون إلى مستويات تعليمية واجتماعية مختلفة، وتم سحب العينة بطريقة مقصودة من العاملين في المطاعم ومحلات الملابس، لمحاولة المساواة في عدم الحصول على فرصة ثابتة للعمل الحكومي، كما أن العمل غير الحكومي يتطلب البحث عنه، والالتزام بمواعيده، مع عدم التمسك بالتخصص الذي تم دراسته. والجدول التالي يوضح خصائص العينة الأساسية:

جدول (٣)

الإحصاء الوصفية للعينة الأساسية

الانحراف المعياري	المتوسط	الحد الأدنى	الحد الأقصى	المتغيرات الديموجرافية
5.869	28.34	20	40	السن

جدول (٤)

البيانات الديموجرافية للعينة الأساسية (ن=٨٢)

النسبة المئوية (%)	التكرارات (ك)	الفئات	الخصائص الديموجرافية
100.0%	82	ذكر	النوع
0.0%	0	انثى	
14.3%	11	تحت المتوسط	مستوي التعليم
53.2%	41	متوسط	
32.5%	25	عالي	
50.6%	40	اعزب	الحالة الاجتماعية
48.1%	38	متزوج	
1.3%	1	مطلق	
0.0%	0	ارمل	

ثالثاً: أدوات البحث:

اعتمدت البحث الحالي على مجموعة من الأدوات يمكن توضيحها فيما يلي:

١- استمارة البيانات الأولية.

٢- مقياس الصمود النفسي إعداد كونور - دافيدسون (٢٠٠٣) وترجمة نبيل

دخان (٢٠١٦).

٣- مقياس الرضا عن الحياة إعداد مجدي الدسوقي (١٩٩٨).

أولاً: استمارة البيانات الأولية:

استمارة بحثية تتضمن البيانات الأولية الأساسية لأفراد العينة مثل الاسم، العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي.

ثانياً: مقياس الصمود النفسي : "Connor-Davidson Resilience Scale, 2003"

تكون المقياس في صورته بعد الترجمة من (٢٥) فقرة، وتتم الإجابة على متصل من خمس نقاط (١-٥)، للخيارات التالية: لا تنطبق أبداً (١)، لا تنطبق (٢)، متردد (٣)، تنطبق (٤)، تنطبق تماماً (٥)، وعلي المفحوص أن يحدد مدى انطباق كل فقرة عليه بوضع علامة (صح) أمام الفقرة التي تتفق معه، وجدول (٨) يوضح توزيع العبارات علي الأبعاد:

جدول (٥)

أبعاد مقياس الصمود النفسي

م	الأبعاد	تسلسل العبارات	عدد العبارات
١	الكفاءة الشخصية والتماسك	٢٥-٢٤-٢٣-١٧-١٦-١٢-١١-١٠	٨
٢	الثقة في الذات والتسامح	٢٠-١٩-١٨-١٥-١٤-٧-٦	٧
٣	التقبل الإيجابي للتغيير والعلاقات الآمنة	٨-٥-٤-٢-١	٥
٤	الضبط	٢٢-٢١-١٣	٣
٥	التأثيرات الروحية والدينية	٩-٣	٢
المجموع			٢٥

ويتم حساب الدرجة الكلية للمقياس بجميع درجاته في الأبعاد الخمسة للمقياس، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٢٥-١٢٥)، وتدل الدرجة المرتفعة على مستوى مرتفع من الصمود النفسي.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أ- الاتساق الداخلي للعبارات والأبعاد:

يوضح جدول (٦) قيم الارتباط بين العبارات مع أبعادها وارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٦)

الاتساق الداخلي لمقياس الصمود النفسي

الأبعاد العبارات	الكفاءة الشخصية	الثقة في الذات والتسامح	التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات والأمانة	الضبط	التأثيرات الروحية والدينية	الأبعاد العبارات	الكفاءة الشخصية	الثقة في الذات والتسامح	التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات والأمانة	الضبط	التأثيرات الروحية والدينية
٠١			**0.415		١٤				**0.658		
٠٢			**0.558		١٥				**0.500		
٠٣				**0.534	١٦	**0.482					
٠٤				**0.630	١٧				**0.650		
٠٥			**0.521		١٨				**0.431		
٠٦			**0.357		١٩			*0.306			
٠٧			*0.307		٢٠			**0.634			
٠٨					٢١				**0.626		
٠٩					٢٢	**0.792					
١٠			**0.538		٢٣			**0.365			
١١			**0.591		٢٤			**0.542			
١٢			**0.598		٢٥			**0.493			
١٣			**0.840	**0.831	درجة ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس	**0.691					
			**0.672	**0.696							
			**0.483								

** دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ * دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٥

يتضح من جدول (٦) تجانس جميع العبارات مع أبعادها، حيث تشير قيم معامل الارتباط بيرسون إلى وجود ارتباط طردي دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين جميع العبارات والأبعاد التي تنتمي لها، إلا أن هذا الارتباط يبلغ أدناه في العبارة السادسة حيث يبلغ ارتباطها ببعد "الثقة في الذات والتسامح" التي تنتمي له ٠.٣٠٦، بينما يرتفع لأقصى قيمه في العبارة التاسعة والتي يبلغ ارتباطها ببعد "التأثيرات الروحية والدينية" (٠.٧٩٢).

كما يتضح من جدول (٦) اتساق جميع الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس، حيث تشير قيم معامل الارتباط بيرسون إلى وجود ارتباط طردي دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين جميع الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، إلا أن هذا الارتباط يبلغ أدناه في البعد الخامس "التأثيرات الروحية والدينية" حيث يبلغ ارتباطه بالدرجة الكلية (٠.٤٨٣)، بينما يرتفع لأقصى قيمه في البعد الثاني "الثقة في الذات والتسامح" والذي

يبلغ ارتباطه بالدرجة الكلية (٠.٨٤٠)؛ وقد يرجع هذا الاختلاف بصورة كبيرة إلى الاختلاف في عدد عبارات كل بعد حيث يضم البعد الثاني سبع عبارات تُشكل نحو ثلث عبارات المقياس بينما يقتصر البعد الخامس على عبارتين فقط.

ب- الثبات:

تم حساب الثبات لهذا المقياس بثلاثة طرق وهي التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباخ، وإعادة الاختبار

- التجزئة النصفية:

بنقسيم عبارات المقياس الكلية إلى نصفين (فرديم زوجي)، وتصحيح الطول باستخدام معادلة (سبيرمان - براون) بلغ معامل الثبات الكلي (٠.٨٥١)، وهو معامل ثبات مقبول إحصائياً.

- معامل ألفا كرونباخ:

جدول (٧)

معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الصمود النفسي (ن=٦٤)

العبارة	قيمة معامل الثبات في حالة حذف العبارة	العبارة	قيمة معامل الثبات في حالة حذف العبارة	العبارة	قيمة معامل الثبات في حالة حذف العبارة
٠١	0.832	٠٩	0.845	١٧	0.831
٠٢	0.837	١٠	0.839	١٨	0.830
٠٣	0.837	١١	0.826	١٩	0.841
٠٤	0.837	١٢	0.825	٢٠	0.834
٠٥	0.836	١٣	0.833	٢١	0.841
٠٦	0.846	١٤	0.837	٢٢	0.837
٠٧	0.830	١٥	0.832	٢٣	0.838
٠٨	0.833	١٦	0.841	٢٤	0.837
قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل		0.841	٢٥	0.831	

يتضح من جدول (٧) ارتفاع ثبات المقياس، حيث تبلغ قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (٠.٨٤١) وهي قيمة مرتفعة، مما يشير إلى ارتفاع الثبات؛ لذلك لا نحتاج لحذف أي موقف لرفع قيمة الثبات، لذلك لا حاجة لقيم معامل الثبات في حالة حذف المواقف.

- ثبات إعادة الاختبار:

تم إعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة الاستطلاعية بفارق زمني (١٥) يوماً بين التطبيقين، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين (٠.٧٧٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) وتشير إلى قوة الارتباط بين التطبيقين مما يشير إلى ثبات المقياس.

ج- الصدق:

تم حساب صدق المقياس بطريقة صدق الارتباط بالمحك، حيث تم تطبيق مقياس آخر للصلابة النفسية وهو مقياس عماد مخيمر (٢٠٠٢) لما له من معايير ثبات وصدق عالية واستخدامه في الكثير من الدراسات السابقة، وقامت الدراسة بحساب ارتباط المجموع الكلي للمقياس مع المجموع الكلي للمقياس المحك، وبلغت قيمة الارتباط بينهما (٠.٧٠٤)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، كما أنها مقبولة إحصائياً مما يعني تحقق صدق المقياس.

مقياس الرضا عن الحياة

قام بإعداد هذا المقياس مجدى محمد الدسوقي (١٩٩٨)، ويتكون المقياس من (٣٠) عبارة تهدف إلى تقدير عوامل الرضا عن الحياة، كالتحمس للحياة والإقبال عليها والإحساس بالسعادة، والتقدير الاجتماعي، والاجتماعية، والطمأنينة، والاستقرار النفسي، والقناعة، وتتم الإجابة على متصل من خمس نقاط (١-٥)، للخيارات التالية: لا تنطبق أبداً (١)، لا تنطبق (٢)، متردد (٣)، تنطبق (٤)، تنطبق تماماً (٥)، وعلي المفحوص أن يحدد مدى انطباق كل فقرة عليه بوضع علامة (صح) أمام الفقرة التي تتفق معه، وجدول (٩) يوضح توزيع العبارات على الأبعاد:

جدول (٨)

توزيع العبارات على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة

م	الأبعاد	تسلسل العبارات	عدد العبارات
١	السعادة	٨،٩،١١،١٥،١٣،٧	٧
٢	الاجتماعية	١٤،١٦،١٨،٢٢،٢٨	٥
٣	الطمأنينة	١٩،٢٠،٢٣،٢٥،٢٩،٣٠	٦
٤	الاستقرار النفسي	٢،٥،١٢	٣
٥	التقدير الاجتماعي	٤،٦،٢١،٢٤،٢٦،٢٧	٦
٦	القناعة	١٠،١٣،١٧	٣

الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة:

أ- الاتساق الداخلي:

يوضح جدول (٩) العلاقة بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٩) الاتساق الداخلي لمقياس الرضا عن الحياة

العبرة	ر	العبرة	ر	العبرة	ر
١	**0.605	١١	**0.661	٢١	**0.523
٢	**0.691	١٢	**0.680	٢٢	**0.577
٣	**0.266	١٣	**0.672	٢٣	**0.495
٤	0.157	١٤	**0.382	٢٤	**0.367
٥	**0.587	١٥	**0.664	٢٥	**0.701
٦	**0.448	١٦	**0.529	٢٦	**0.630
٧	**0.685	١٧	*0.208	٢٧	**0.551
٨	**0.741	١٨	**0.569	٢٨	**0.218
٩	**0.553	١٩	**0.751	٢٩	**0.681
١٠	**0.546	٢٠	**0.579	٣٠	**0.438

ر: درجة ارتباط العبرة بالبعد * دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١

* دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٥

يتضح من جدول (٩) اتساق جميع العبارات مع الدرجة الكلية للمقياس، ما عدا العبرة (٤) التي لا تتسق مع الدرجة الكلية، فباستثناء هذه العبرة، تشير قيم معامل الارتباط بيرسون إلى وجود ارتباط طردي دال إحصائياً بين جميع العبارات والدرجة

الكلية للمقياس عند مستوى دلالة (٠.٠١) وفي العبارة (١٧) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) إلا أن هذا الارتباط يبلغ أدناه في العبارة (١٧) حيث تبلغ قيمة ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٢٠٨)، بينما يرتفع لأقصى قيمه في العبارة (١٩) حيث تبلغ قيمة ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٧٥١).

ب- الثبات:

- تم حساب الثبات لهذا المقياس بثلاثة طرق وهي التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباخ، وإعادة الاختبار.

- التجزئة النصفية:

بتقسيم عبارات المقياس الكلية إلى نصفين (فرديم زوجي)، وتصحيح الطول باستخدام معادلة (سبيرمان- براون) بلغ معامل الثبات الكلي (٠.٨٠٣)، وهو معامل ثبات مقبول إحصائياً.

- معامل ألفا كرونباخ:

جدول (١٠)

معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الرضا عن الحياة

العبارة	قيمة معامل الثبات في حالة حذف العبارة	العبارة	قيمة معامل الثبات في حالة حذف العبارة	العبارة	قيمة معامل الثبات في حالة حذف العبارة
١	0.719	١٢	0.717	٢٣	0.720
٢	0.718	١٣	0.717	٢٤	0.725
٣	0.720	١٤	0.724	٢٥	0.718
٤	0.723	١٥	0.718	٢٦	0.719
٥	0.719	١٦	0.721	٢٧	0.721
٦	0.723	١٧	0.728	٢٨	0.723
٧	0.718	١٨	0.723	٢٩	0.718
٨	0.718	١٩	0.716	٣٠	0.720
٩	0.718	٢٠	0.719	قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل = 0.728	
١٠	0.719	٢١	0.722		
١١	0.718	٢٢	0.721		

يتضح من جدول (١٠) تحقق ثبات المقياس، حيث تبلغ قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (٠.٧٢٨) وهي قيمة مرتفعة، مما يشير إلى تحقق الثبات؛ وهي أعلى من قيم معامل الثبات في حالة حذف أي عبارة من المقياس؛ لذلك لا نحتاج لحذف أي عبارة لرفع قيمة الثبات.

- ثبات إعادة الاختبار:

تم إعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة الاستطلاعية بفارق زمني (١٥) يوماً بين التطبيقين، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين (٠.٧٦٢) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) وتشير إلى قوة الارتباط بين التطبيقين مما يشير إلى ثبات المقياس.

ج- الصدق:

تم حساب صدق المقياس بطريقة الصدق العاملي، أولاً بحساب كفاية العينة، حيث تم استخدام اختبار كايزر - ماير - أولكن لحساب كفاية العينة، واختبار ما إذا كانت الارتباطات الجزئية بين المتغيرات صغيرة، وتتراوح قيمة هذا الاختبار من صفر إلى الواحد الصحيح، حيث تشير القيم القريبة من الواحد إلى كفاية العينة أو أنها مناسبة، بينما تشير القيم الأقل من (٠.٥) إلى عدم كفاية العينة، وأظهرت نتائج التحليل العاملي أن قيمة اختبار كايزر - ماير - أولكن قد بلغت (٠.٨٧١)، وهو ما يشير إلى كفاية العينة لإجراء التحليل العاملي.

كما تم استخدام مقياس كفاءة التعيين (MSA) (Adequacy Sampling of Measure) ((لتقدير كفاءة التعيين على مستوى كل متغير ومدى كفاية العينة من كل متغير لدخوله في عملية التحليل العاملي، وإذا تجاوزت قيمة مقياس MSA (٠.٥) فيعني هذا أن العينة كافية لدخول المتغير في التحليل العاملي، ويشير الجدول التالي إلى تجاوز قيمة MSA لجميع المتغيرات حاجز (٠.٥)، بل إن معظمها تجاوز حاجز (٠.٨) مما يعني أنها مرضية.

جدول (١١)

نتائج مقياس كفاءة التعيين

المتغير	قيمة MSA	المتغير	قيمة MSA	المتغير	قيمة MSA	المتغير	قيمة MSA
١	0.844	٩	0.845	١٧	0.804	٢٥	0.916
٢	0.873	١٠	0.766	١٨	0.838	٢٦	0.891
٣	0.808	١١	0.904	١٩	0.882	٢٧	0.871
٤	0.875	١٢	0.847	٢٠	0.920	٢٨	0.824
٥	0.883	١٣	0.909	٢١	0.846	٢٩	0.888
٦	0.785	١٤	0.830	٢٢	0.911	٣٠	0.889
٧	0.948	١٥	0.884	٢٣	0.853		
٨	0.937	١٦	0.856	٢٤	0.747		

أما فيما يتعلق بالصدق العاملي للمقياس فقد استخرجت معاملات الارتباط المتبادلة بين بنود المقياس وحللت عاملياً بطريقة المكونات الأساسية Principal Components لـ "هوتلنج" Hottelling مع استخدام محك الجذر الكامن (واحد صحيح) على الأقل للعوامل التي تم استخراجها، ثم تم إجراء التدوير المتعامد بطريقة الأكواماكس Equamax لـ "كايزر" Kaiser، وقد تم اعتبار أن التشبع الملائم أو الجوهري للبند هو الذي يبلغ (٠.٣)، وقد أسفر ذلك عن ظهور أربعة عوامل تراوحت نسبة التباين لهذه العوامل بين (٩.٧) و (١٥.٤) وقد بلغت نسبة التباين الكلى للعوامل الأربعة (٥٥.٤%) وهى نسبة مرتفعة تشير لأهمية العوامل المستخلصة، ونعرض في جدول (١٢) للعوامل الأربع متضمنة أرقام بنودها وتشبعاتها.

جدول (١٢)

نتائج التحليل العاملي لمقياس الرضا عن الحياة

العامل	رقم العبارة	التشبع	نسبة التباين	العامل	رقم العبارة	التشبع	نسبة التباين
الأول	١	0.713	%15.35	الثاني	٢٩	0.748	%15.28
	١١	0.692			٢٥	0.689	
	٢	0.635			٣٠	0.676	
	٧	0.569			٨	0.638	
	١٩	0.539			٥	0.574	
	٩	0.518			١٠	0.512	
	١٣	0.511			١٢	0.499	
	٢٠	0.495			٤	0.457	
	٢٣	0.459					
الثالث	١٤	0.725	%15.11	الرابع	٢١	0.628	%9.69
	٢٢	0.680			٢٧	0.603	
	١٦	0.676			٢٤	0.570	
	١٥	0.660			١٨	0.543	
	٢٨	0.658			١٧	-0.566	
	٦	0.596					
	٢٦	0.538					

يتضح من خلال جدول (١٢) أن العامل الأول قد استوعب (١٥.٤%) من التباين الكلي، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (١١.١)، وقد تشبع على هذا العامل (٩) عبارات تشبعاً دالاً أو جوهرياً، وقد تراوحت تشبعات العبارات على هذا العامل بين (٠.٤٥٩، ٠.٧١٣) وكانت جميعها تشبعات موجبة وتدور معظم عبارات هذا العامل حول الشعور بالطمأنينة، ولذا نقترح تسمية هذا العامل بعامل السلام الداخلي.

أما بالنسبة للعامل الثاني فقد استوعب (١٥.٣%) من النسبة الكلية للتباين وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (٣.٠) وقد تشبع على هذا العامل (٨) عبارات تشبعاً دالاً أو جوهرياً، وقد تراوحت تشبعات العبارات على هذا العامل ما بين

(٠.٤٥٧، ٠.٧٤٨) وتدور عبارات هذا العامل حول الشعور بالسعادة، ولذا نقترح تسمية هذا العامل بعامل التفاؤل.

أما بالنسبة للعامل الثالث فقد استوعب (١٥.١٪) من التباين الكلي، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (١.٣٣) وقد تشعب على هذا العامل (٧) عبارات تشبعاً دالاً أو جوهرياً، وقد تراوحت تشعبات العبارات على هذا العامل ما بين (٠.٥٣٨، ٠.٧٢٥) وكانت جميعها تشعبات موجبة وتدور معظم عبارات هذا العامل حول العلاقات مع الآخرين، ولذا نقترح تسمية هذا العامل بعامل تكوين العلاقات الاجتماعية.

أما بالنسبة للعامل الرابع فقد استوعب (٩.٧٪) من النسبة الكلية للتباين، وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل (١.٢) وقد تشعب على هذا العامل (٥) عبارات تشبعاً دالاً وجوهرياً، وقد تراوحت تشعبات العبارات على هذا العامل ما بين (-٠.٥٦٦، ٠.٦٢٨) وكانت أربعة تشعبات منها موجبة وعبارة واحدة سالبة وتدور معظم عبارات هذا العامل حول الثقة بالنفس وتحقيق النجاحات، ولذا نقترح تسمية هذا العامل بعامل الذكاء الاجتماعي.

من خلال ما سبق يتضح أن التحليل العاملي قد أبرز أنماطاً متسقة-إلى حد ما-من العوامل المستخرجة والتي تكشف عن اتساق في العلاقات بين البنود وبعضها البعض، وأيضاً أشارت النتائج إلى أن أغلب عبارات المقياس (٢٩ عبارة من عبارات المقياس الثلاثين) تشعب تشبعاً دالاً أو جوهرياً على العوامل المستخرجة (التي تمثل أبعاد الرضا عن الحياة)، باستثناء العبارة الثالثة التي لم تشعب على أي عامل من العوامل الأربعة. كما ترتفع قيمة النسبة الكلية للتباين مما يؤكد قيمة العوامل واتساقها مما يعد مؤشراً جيداً لصدق هذا المقياس.

جدول (١٣)

الإحصاء الوصفية لمقاييس العينة الأساسية

المقاييس	الأبعاد	الحد الأدنى	الحد الأقصى	المتوسط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	معامل التفرطح
الصمود النفسي	الكفاءة الشخصية	19	40	32.1	4.63	-0.332	-0.265
	الثقة في الذات والتسامح	19	40	27.1	4.30	0.299	0.101
	التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات الآمنة	13	25	20.8	2.82	-0.580	-0.107
	الضبط	4	15	11.9	2.46	-0.928	0.783
	التأثيرات الروحية والدينية	3	10	9.0	1.31	-1.869	5.026
	المجموع الكلي	77	125	100.8	11.19	0.037	-0.446
الرضا عن الحياة		58	150	113.6	19.32	-0.438	0.427

خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات:

(١) الإحصاء الوصفي (المتوسطات الحسابية - الانحرافات المعيارية)

(٢) حساب معاملات الارتباط لبيرسون

(٣) اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق

النتائج ومناقشتها:

الفرض الأول: توجد علاقة دالة موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن

الحياة لدى عينة من الشباب العاملين.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون بين

الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

وأبعاده الفرعية.

جدول (١٤)

قيم معاملات الارتباط بين مقياس الصمود النفسي ومقياس الرضا عن الحياة للعينة

ككل (ن = ٨٢)

الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة	مقياس الصمود النفسي					
	الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي	التأثيرات الروحية والدينية	الضبط	التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات الآمنة	الثقة في الذات والتسامح	الكفاءة الشخصية
**0.541	**0.552	0.111	0.409	**0.410	**0.485	**0.407
**0.502	**0.433	0.194	0.290	**0.321	**0.452	**0.255
**0.445	**0.457	*0.218	0.326	**0.236	**0.442	**0.390
**0.674	**0.490	0.094	0.411	**0.392	**0.482	**0.287
**0.439	**0.352	0.082	*0.225	**0.260	**0.385	*0.218
**0.511	**0.499	-0.092	0.366	**0.299	**0.465	**0.397
**0.616	**0.373	0.130	*0.213	**0.280	**0.361	*0.272
**0.535	**0.420	*0.221	*0.221	0.172	**0.292	**0.437
**0.378	**0.422	0.197	*0.259	**0.362	**0.411	*0.275
**0.551	**0.462	0.099	**0.283	**0.292	**0.456	**0.344
**0.737	**0.639	0.159	**0.412	**0.433	**0.601	**0.485

** دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٠١. * دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٠٥.

أوضحت نتائج الفرض الأول، الذي يتناول وجود علاقة دالة موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى عينة من الشباب العاملين أن هناك ارتباطاً دالاً موجباً بين الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة (٠.٥٥٢). هذه النتيجة تدعم الفرض بوضوح، حيث يشير الارتباط الإيجابي إلى أن الأفراد الذين يمتلكون قدرة أكبر على التكيف مع التحديات والتعامل مع الضغوط النفسية يميلون إلى الشعور بمستوى أعلى من الرضا عن حياتهم.

فيما يخص الأبعاد الفرعية لمقياس الصمود النفسي، أظهرت النتائج أن معظم الأبعاد، مثل الكفاءة الشخصية، الثقة في الذات والتسامح، والتقبل الإيجابي للتغير والعلاقات الآمنة، ترتبط إيجابياً بشكل دال مع الرضا عن الحياة. ومع ذلك، أظهرت التأثيرات الروحية والدينية ارتباطاً أقل، مما قد يشير إلى تأثيرات متباينة لهذه البُعد في سياق عينة الدراسة التي تشمل العاملين في القطاعات غير الحكومية.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كوهين وآخرين (2009) التي بينت أن العواطف الإيجابية تسهم في زيادة المرونة النفسية والرضا عن الحياة، مما يعزز من قدرة الأفراد على التكيف مع التحديات الحياتية. كما تدعم نتائج دراسة رخا وآخرين (2021) التي أكدت أن التفاؤل والتفكير الإيجابي يرتبطان إيجابياً مع الرضا عن الحياة، وهو ما يتناسب مع ما توصلت إليه هذه الدراسة حول تأثير الصمود النفسي في تعزيز الرضا عن الحياة. بالإضافة إلى ذلك، تتفق نتائج الدراسة مع دراسة عبد السميع (2014) التي أظهرت أن الصمود النفسي يؤثر بشكل كبير على الرضا عن الحياة والأداء الأكاديمي، مما يشير إلى أن الأشخاص الذين يمتلكون مستويات أعلى من الصمود النفسي هم أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط وتحقيق رضا أكبر عن حياتهم.

ومن خلال النظر إلى هذه الدراسات السابقة، نجد أن الصمود النفسي ليس مجرد سمة فردية، بل يتأثر أيضاً بالعوامل الاجتماعية والبيئية مثل الدعم الاجتماعي والتفكير الإيجابي والتفاعل مع البيئة. تؤكد نتائج هذه الدراسات أن تعزيز الثقة في الذات والتفاؤل من خلال التدخلات النفسية قد يكون له تأثير إيجابي في تحقيق الرضا عن الحياة، وهو ما يتوافق مع النظرية المعرفية التي ترى أن الأفراد الذين يطورون استراتيجيات التكيف الإيجابية يصبحون أكثر قدرة على تحقيق توازن نفسي أعلى، مما ينعكس في مستويات أكبر من الرضا عن حياتهم.

بناءً على ما سبق يمكن القول بأن النتائج تدعم تحقيق الفرض الأول، حيث يظهر بوضوح أن الصمود النفسي يؤثر بشكل إيجابي على الرضا عن الحياة. في ضوء التراث النظري، يشير هذا إلى أن الصمود النفسي يُعدّ عاملاً أساسياً في مواجهة تحديات الحياة، وأنه يمكن تحفيز الرضا عن الحياة من خلال تطوير مهارات التكيف النفسي، وهو ما يعزز من الصحة النفسية ويساعد الأفراد في التفاعل بشكل إيجابي مع الضغوط المحيطة بهم.

الفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة بين الفئات العمرية المختلفة للعينة. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تقسيم العينة إلى فئات عمرية خمسية (٢٠-٢٥، ٢٦-٣٠، ٣١-٣٥، ٣٦-٤٠)، ثم قامت بقياس الفروق بين هذه الفئات العمرية المختلفة باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (one-way ANOVA)، ويوضح جدول (١٥) النتيجة .

جدول (١٥)

نتائج تحليل التباين في اتجاه واحد (on-way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة بين الفئات العمرية المختلفة للعينة (ن

=٨٢)

المتغيرات	مصدر الفروق	مجموع الفروق	د.ح	متوسط الفروق	قيمة (ف)	دلالة (ف)
الكفاءة الشخصية	بين المجموعات	٢٧.١٨	٣	٩.٠٦	٠.٤١٤	٠.٧٤٣
	داخل المجموعة	١٧٠٦.٣٥	٧٨	٢١.٨٨		غير دالة
	إجمالي الفروق	١٧٣٣.٥٢	٨١			
الثقة في الذات والتسامح	بين المجموعات	٧١.١٢	٣	٢٣.٧١	١.٢٩٤	٠.٢٨٣
	داخل المجموعة	١٤٢٩.٢٨	٧٨	١٨.٣٢		غير دالة
	إجمالي الفروق	١٥٠٠.٤٠	٨١			
التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات الآمنة	بين المجموعات	٢٥.١٥	٣	٨.٣٨	١.٠٥٥	٠.٣٧٣
	داخل المجموعة	٦١٩.٧٢	٧٨	٧.٩٥		غير دالة
	إجمالي الفروق	٦٤٤.٨٨	٨١			
الضبط	بين المجموعات	٦.٦٣	٣	٢.٢١	٠.٣٥٧	٠.٧٨٤
	داخل المجموعة	٤٨٢.٥٩	٧٨	٦.١٩		غير دالة
	إجمالي الفروق	٤٨٩.٢٢	٨١			
التأثيرات الروحية والدينية	بين المجموعات	١١.١٠	٣	٣.٧٠	٢.٢٥٦	٠.٠٨٨
	داخل المجموعة	١٢٧.٨٩	٧٨	١.٦٤		غير دالة
	إجمالي الفروق	١٣٨.٩٩	٨١			
الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي	بين المجموعات	٤٥٤.٧٠	٣	١٥١.٥٧	١.٢٢١	٠.٣٠٨
	داخل المجموعة	٩٦٨٠.٢٤	٧٨	١٢٤.١١		غير دالة
	إجمالي الفروق	١٠١٣٤.٩٤	٨١			
الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة	بين المجموعات	١٩٢٣.٣٣	٣	٦٤١.١١	١.٧٦٧	٠.١٦٠
	داخل المجموعة	٢٨٣٠٤.٣٩	٧٨	٣٦٢.٨٨		غير دالة
	إجمالي الفروق	٣٠٢٢٧.٧٢	٨١			

أظهرت نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه (one-way ANOVA) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة بين الفئات العمرية المختلفة للعينه. ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال تقارب الفئات العمرية في عينة الدراسة، حيث إن جميع الأفراد ينتمون إلى مرحلة الشباب، وهي فترة يتسم فيها الأفراد بتحديات وظروف حياتية متشابهة مثل الضغوط الاجتماعية، المهنية، والاقتصادية، التي تؤثر على القدرة على التكيف والصمود النفسي والرضا عن الحياة. كما أن هذه الفترة من الحياة تتميز بوجود عوامل مشتركة في التعامل مع متطلبات العمل، مثل البحث عن الاستقرار الوظيفي، والضغط لتحقيق النجاح المهني، مما يؤدي إلى تأثيرات متشابهة على الصمود النفسي والرضا عن الحياة عبر الفئات العمرية ضمن مرحلة الشباب.

قد تكون المرحلة العمرية التي يتمركز فيها جميع أفراد العينة في الشباب، الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٠ و ٤٠ سنة، هي السبب وراء عدم ظهور فروق دالة إحصائية في هذه المتغيرات. في هذه المرحلة، يواجه معظم الأفراد تحديات مهنية، اجتماعية، وعائلية مشابهة، مثل ضغوط العمل، بداية الاستقلال المالي، والتعامل مع المسؤوليات العائلية والاجتماعية، وبالتالي قد تكون تأثيرات هذه العوامل على الصمود النفسي والرضا عن الحياة متماثلة بين الفئات العمرية المختلفة ضمن هذه المرحلة العمرية. ونتيجة لذلك، قد يكون من الصعب ملاحظة فروق جوهرية في هذه المتغيرات بين الفئات العمرية، مما يفسر سبب عدم وجود اختلافات ذات دلالة إحصائية.

من جانب آخر، يمكن النظر إلى دراسة جينج وآخرين (2007) ، التي أظهرت أن الأشخاص الأصغر سناً وذوي الدخل المرتفع والمستوى التعليمي العالي يميلون إلى تحقيق درجات مرتفعة في التفكير الإيجابي، وهو ما يعزز اتجاهاتهم الإيجابية نحو الحياة وبالتالي يزيد الرضا عن الحياة. ومع ذلك، فإن هذه الدراسة تركز على متغيرات أخرى، مثل الدخل والتعليم، التي قد تكون لها تأثير أكبر على الرضا عن الحياة مقارنة بالعمر، وهو ما قد يفسر عدم وجود فروق دالة في الدراسة الحالية التي ركزت على الفئة العمرية المتقاربة، ولم تأخذ بعين الاعتبار هذه المتغيرات الأخرى.

كما أن هذه النتيجة تشير إلى ضرورة تحليل المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية بشكل أوسع في الدراسات المستقبلية. قد تكون الاختلافات الثقافية والاجتماعية التي يمر بها الأفراد في مختلف الفئات العمرية عاملاً آخر يمكن أن يؤثر على مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة. على سبيل المثال، قد يواجه الشباب الأكبر سناً ضغوطاً اجتماعية أخرى، مثل الاستقرار العائلي أو التكيف مع التغيرات في حياتهم المهنية، التي يمكن أن تكون عوامل تؤثر بشكل أكبر على قدرتهم على الصمود النفسي مقارنة بالشباب الأصغر سناً الذين قد يكونون في مرحلة البحث عن هويتهم المهنية.

علاوة على ذلك، تشير هذه النتائج إلى أن الصمود النفسي والرضا عن الحياة لا يتأثران فقط بالعمر، بل تتداخل عدة عوامل نفسية واجتماعية واقتصادية تؤثر على هذه العلاقة. في ضوء التراث النظري، من المهم الاعتراف بأن التعامل مع الضغوط واستراتيجيات التكيف تتغير بناءً على السياق الشخصي والاجتماعي للفرد. يمكن أن تشمل هذه العوامل الدعم الاجتماعي، الاستقلال المالي، الفرص التعليمية، التصورات الذاتية، وغيرها من المتغيرات التي قد تؤثر على قدرة الأفراد في هذه الفئة العمرية على التكيف مع الضغوط والمشاكل التي تواجههم.

وبناءً على هذه النتائج، من المهم توسيع نطاق البحث في الدراسات المستقبلية بحيث تشمل فئات عمرية متنوعة و شروط اجتماعية واقتصادية مختلفة لتمكيننا من فهم أكثر تعقيداً لكيفية تأثير هذه العوامل في العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة.

الفرض الثالث: توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمستوى التعليم .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الدراسة باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (one-way ANOVA)؛ لقياس الفروق بين متوسطات عينة الدراسة في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمستوى التعليم، ويوضح الجدول (١٦) النتيجة .

جدول (١٦)

نتائج تحليل التباين في اتجاه واحد (on-way ANOVA) لدلالة الفروق في

مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمستوى التعليم (ن = ٨٢)

المتغيرات	مصدر الفروق	مجموع الفروق	د.ح	متوسط الفروق	قيمة (ف)	دلالة (ف)
الكفاءة الشخصية	بين المجموعات	٥٧.٣٣	٢	٢٨.٦٦	١.٣١٩	٠.٢٧٤
	داخل المجموعة	١٦٠٨.٣٩	٧٤	٢١.٧٣		غير دالة
	إجمالي الفروق	١٦٦٥.٧١	٧٦			
الثقة في الذات والتسامح	بين المجموعات	٢٥.٤٢	٢	١٢.٧١	٠.٦٧٨	٠.٥١١
	داخل المجموعة	١٣٨٦.٧١	٧٤	١٨.٧٤		غير دالة
	إجمالي الفروق	١٤١٢.١٣	٧٦			
التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات الآمنة	بين المجموعات	١٢.٤٠	٢	٦.٢٠	٠.٧٦٥	٠.٤٦٩
	داخل المجموعة	٥٩٩.٧٣	٧٤	٨.١٠		غير دالة
	إجمالي الفروق	٦١٢.١٣	٧٦			
الضبط	بين المجموعات	٢٠.٦٠	٢	١٠.٣٠	١.٧٤٤	٠.١٨٢
	داخل المجموعة	٤٣٧.١٩	٧٤	٥.٩١		غير دالة
	إجمالي الفروق	٤٥٧.٧٩	٧٦			
التأثيرات الروحية والدينية	بين المجموعات	٠.٣٣	٢	٠.١٧	٠.١٠٣	٠.٩٠٢
	داخل المجموعة	١١٩.٦٢	٧٤	١.٦٢		غير دالة
	إجمالي الفروق	١١٩.٩٥	٧٦			
الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي	بين المجموعات	٢٩٠.٤٥	٢	١٤٥.٢٣	١.١٦٩	٠.٣١٦
	داخل المجموعة	٩١٩٦.٤٣	٧٤	١٢٤.٢٨		غير دالة
	إجمالي الفروق	٩٤٨٦.٨٨	٧٦			
الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة	بين المجموعات	٤٤٨.٨٩	٢	٢٢٤.٤٥	٠.٦٠٧	٠.٥٤٨
	داخل المجموعة	٢٧٣٧٧.٤٢	٧٤	٣٦٩.٩٧		غير دالة
	إجمالي الفروق	٢٧٨٢٦.٣١	٧٦			

أظهرت نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه (one-way ANOVA) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمستوى التعليم في عينة الدراسة. حيث أظهرت القيم التي تم الحصول عليها لجميع الأبعاد الفرعية للصمود النفسي ودرجة الرضا عن الحياة، بما في ذلك الكفاءة الشخصية، الثقة في الذات والتسامح، التقبل الإيجابي للتغير والعلاقات الآمنة، الضبط، والتأثيرات الروحية والدينية، أن الفروق بين المجموعات لم تكن دالة إحصائية.

من خلال هذه النتائج، يمكن القبول بالفرض الصفري، مما يشير إلى أن مستوى التعليم لم يؤثر بشكل كبير على مستويات الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى أفراد العينة، وهو ما يفتح المجال لفهم أعمق حول العوامل الأخرى التي قد تؤثر في هذه العلاقة. قد يعود هذا إلى طبيعة العمل في القطاعات غير الحكومية التي لا تتطلب غالباً مستوى تعليمي معين بقدر ما تتطلب خبرات ومهارات محددة تتناسب مع نوعية العمل في هذه المؤسسات؛ حيث توفر الخبرة العملية دوراً مهماً في تنمية الصمود النفسي، خاصة إذا كانت هذه الخبرة قد ساعدت العاملين في تطوير مهارات التكيف مع التحديات المهنية اليومية.

في ضوء ذلك، يمكن تفسير أن العاملين في القطاع غير الحكومي، الذي قد يفتقر إلى متطلبات تعليمية صارمة مقارنة بالقطاع الحكومي، يعتمدون بشكل أكبر على التعلم من الخبرة العملية، مما يعزز من قدرتهم على التكيف مع الضغوط ويزيد من رضاهم عن الحياة بغض النظر عن مستوى التعليم. كلما كانت الخبرة العملية أكبر، كلما كانت القدرة على التفكير بمرونة والتكيف مع الظروف أفضل، وهو ما يعزز من الصحة النفسية والرضا عن الحياة بشكل عام.

من جانب آخر، تدعم هذه النتائج دراسة عبد الجبار (2016)، التي أكدت أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة بناءً على مستوى التعليم. كما أظهرت الدراسة أنه يمكن للصمود النفسي والحكمة أن يسهموا بشكل كبير في التنبؤ بالرضا عن الحياة، ولكنه لم يلاحظ تأثير لمستوى التعليم على الرضا عن الحياة في العينة المدروسة.

بناءً على هذه النتائج، يمكن القول إن مستوى التعليم ليس العامل الأكثر تأثيراً على الصمود النفسي والرضا عن الحياة في هذه العينة، وأن العوامل الأخرى مثل الخبرة العملية والمهارات التكيفية قد تكون أكثر أهمية في تحديد مستوى الصمود النفسي والرضا عن الحياة في العمل غير الحكومي.

توصيات البحث :

١. تعزيز برامج تدريبية لتطوير مهارات التكيف النفسي : يُوصى بتطوير برامج تدريبية تهدف إلى تعزيز الصمود النفسي لدى العاملين في القطاع غير الحكومي، مع التركيز على تنمية المهارات الشخصية مثل إدارة الضغوط والتفكير الإيجابي، التي تساعد في تعزيز قدرة الأفراد على التكيف مع التحديات المهنية والحياتية.
 ٢. تحفيز التفكير الإيجابي داخل بيئات العمل : من المهم تعزيز التفكير الإيجابي في بيئات العمل، من خلال ورش عمل أو أنشطة تدريبية تشجع الموظفين على التفاؤل والتركيز على الحلول بدلاً من العقبات. ذلك سيساهم في تحسين مستويات الرضا عن الحياة والصمود النفسي بشكل عام.
 ٣. توفير الدعم الاجتماعي داخل المؤسسات : يجب على المؤسسات غير الحكومية تحفيز إنشاء بيئة دعم اجتماعي قوية بين الموظفين، مثل إنشاء مجموعات دعم أو برامج إرشاد مهني لمساعدة الأفراد على التكيف بشكل أفضل مع الضغوط الاجتماعية والمهنية.
 ٤. تبني استراتيجيات فعالة للتعامل مع الضغوط : يُوصى بتبني استراتيجيات عملية داخل بيئات العمل غير الحكومية تساعد الأفراد على التعامل مع الضغوط اليومية بشكل فعال، مثل إدارة الوقت، وتقنيات الاسترخاء، والممارسات الرياضية التي تساهم في تحسين الصحة النفسية.
 ٥. تعزيز الاستقلالية واتخاذ القرار في العمل : من خلال تعزيز الاستقلالية في اتخاذ القرارات داخل بيئات العمل، يمكن للموظفين تحسين شعورهم بالتحكم في حياتهم المهنية، مما يساهم في تعزيز مستوى الرضا عن الحياة والصمود النفسي.
- بحوث مستقبلية:**

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة، يمكن اقتراح عدة مجالات للبحوث المستقبلية التي يمكن أن تساهم في تعميق الفهم حول العلاقة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، وكذلك في استكشاف العوامل المؤثرة في هذه العلاقة.

تهدف هذه البحوث المستقبلية إلى توسيع نطاق البحث، ودراسة تأثيرات متغيرات أخرى مثل العوامل الاجتماعية، الاقتصادية، والتعليمية، بالإضافة إلى فحص تأثير الدعم الاجتماعي والثقافة المؤسسية على هذه المتغيرات، مما يساعد في تقديم استراتيجيات وتدخلات أكثر فعالية لتحسين الصحة النفسية والرضا عن الحياة في بيئات العمل المختلفة.

١. دراسة تأثير العوامل الاقتصادية على الصمود النفسي والرضا عن الحياة :يُقترح إجراء دراسات مستقبلية لاستكشاف كيف يؤثر المستوى الاقتصادي للفرد على علاقته ب الصمود النفسي والرضا عن الحياة .قد تكشف هذه الدراسات عن تأثيرات العوامل الاقتصادية مثل الدخل أو الاستقرار المالي على قدرة الأفراد في بيئات العمل غير الحكومية على التكيف مع الضغوط وتحقيق الرضا الشخصي.
٢. استكشاف دور الدعم الاجتماعي في تحسين الصمود النفسي :يُوصى بتوسيع نطاق البحث لفحص دور الدعم الاجتماعي (من الأسرة أو الأصدقاء أو الزملاء في العمل) في تعزيز الصمود النفسي والرضا عن الحياة لدى العاملين في بيئات العمل غير الحكومية. قد يساعد ذلك في فهم كيفية تأثير التفاعلات الاجتماعية على هذه المتغيرات.
٣. إجراء دراسات طويلة لمتابعة الصمود النفسي والرضا عن الحياة :يمكن تنفيذ دراسات طويلة لفحص تطور الصمود النفسي والرضا عن الحياة على مدار فترة زمنية أطول، مما يساعد على فهم التغيرات في هذه المتغيرات نتيجة التحديات التي قد يواجهها الأفراد في بيئات العمل المختلفة.
٤. دراسة تأثير مستويات التعليم على الصمود النفسي والرضا عن الحياة في قطاعات مختلفة :يُقترح إجراء دراسة مستقبلية تشمل مستويات تعليمية مختلفة وفحص كيفية تأثير المستوى التعليمي على الصمود النفسي و الرضا عن الحياة في بيئات عمل حكومية وغير حكومية .هذا يمكن أن يساهم في تحديد ما إذا كان التعليم له تأثير أكبر في بيئات العمل الرسمية مقارنة بالقطاعات غير الحكومية.

٥. فحص تأثير الثقافة المؤسسية على الصمود النفسي والرضا عن الحياة: من المهم إجراء دراسات لفحص تأثير الثقافة المؤسسية في بيئات العمل غير الحكومية على الصمود النفسي و الرضا عن الحياة، وكيفية تأثير السياسات والإجراءات المؤسسية على قدرة الأفراد على التكيف مع تحديات العمل وتحقيق التوازن بين الحياة المهنية والشخصية.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- أرجايل، مايكل. (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة (ترجمة: يونس، فيصل عبد القادر). الكويت، عالم المعرفة.
- بسيوني، سوزان بنت صدقة. (٢٠١١). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالإنجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، (٢٨)، ٦٨-١١٤.
- تفاحة، جمال السيد. (٢٠٠٩). الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين - دراسة مقارنة. مجلة كلية التربية بالإسكندرية، ١٩ (٣)، ٢٦٨-٣١٨.
- جوهر، إيناس سيد علي. (٢٠١٤). الصمود النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة كلية التربية، ٩٧ (١)، ٢٩٤-٣٣٤.
- خديجة، عماش وميلود، حميدات. (٢٠١٦). التفكير الإيجابي وعلاقته باستراتيجية مواجهة الضغوط لدى عينة من طلبة جامعة عمار تلجي. مجلة دراسات لجامعة الأغواط، (٤٣)، ١٥٣-١٦٧.
- درويش، زينب. (٢٠١٦). الانبساطية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالصمود النفسي لدى النساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة كلية الآداب، ٣ (٢٩)، ١٣٨٩-١٤٤١.
- رخا، هاني رمضان عزب علي ويونس، ربيع شعبان عبد العليم والكبير، أحمد علي إبراهيم. (٢٠٢١). الإيجابية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة التربية، ٥ (١٩٠)، ٢٨٩-٣٢٥.
- السكندري، ابن عطاء الله. (١٩٨٨). الحكم العطائية (شرح الرندي والنفزي، ابن عباد). مركز الأهرام للترجمة والنشر.
- شقورة، يحيي. (٢٠١٢). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الأزهر في غزة، كلية التربية، ١-١٤٥.

شاهين، هيام صابر. (٢٠١٣). الأمل والتفاؤل مدخل لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من المراهقين ضعاف السمع. مجلة العلوم والتربية النفسية، ١٤ (٤)، ٦١٣-٦٥٣.

صباح، حنين وحمدى، محمد. (٢٠١٥). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطلبة العرب في جامعة حيفا [رسالة ماجستير غير منشورة].

جامعة عمان العربية، كلية العلوم التربوية والنفسية، ١-١٦٣.

الطلاح، محمد عصام محمد ودخان، نبيل كامل (٢٠١٦). النكاه الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الإسلامية بغزة، كلية التربية، ١-١٦٠.

عبد السميع، ورد مختار. (٢٠١٤). الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة والأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة عين شمس، كلية البنات.

عبد الجبار، عبد المريد. (٢٠١٦). دور كل من الصمود النفسي والحكمة في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى الراشدين. حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية، ١٢ (٣)، ٩٣-١.

فايد، فريد. (٢٠١٣). بعض العوامل الاجتماعية والديموقراطية المرتبطة بقدرة الأمثلة على الصمود بعد صدمة وفاة الزوج وتصور مقترح من منظور نظرية الأزمة في خدمة الفرد لتحسين مستوى الصمود النفسي والاجتماعي. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، ١٥ (٣٥)، ٦٨٠٦-٦٧٣٧.

قاسم، عبد المريد. (٢٠٠٩). أبعاد التفكير الإيجابي في مصر دراسة عاملية. مجلة دراسات نفسية، ١٩ (٤)، ٦٩١-٧٢٣.

القادري، عبد القادر. (د.ت). الشباب في القرآن والحديث والحكم والأمثال والوصايا. دعوة الحق،

(٢٧٥).

<http://www.habous.gov.ma/daouat.alhaq/item/7/67>.

ميخائيل، امطانيوس. (٢٠١٠). الخصائص السيكمترية المختصرة لمقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد في البيئة السورية. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*،

٧٣-٢٥.

محمد، أسيل صبار. (٢٠١٥). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة النازحين وغير النازحين.

مجلة كلية الآداب، (١١٤)، ٦٠٣-٦٢٦.

النويران، فرحان لافي. (٢٠٢٠). مستوى جودة الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية اللاجئين

السوريين في محافظة الزرقاء. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط*، ٣٦ (١٠)، ٢٢٣-٢٤٢.

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

Brief, A. P., Butcher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: The case of health. *Journal of personality and social psychology*, 64(4), 646-653.

Brooks, R., & Goldstien, S. (2004). *The power of resilience: Achieving balance, Confidence, and Personal strength in your life*. New York: MC Graw-Hill.

Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., & Mikels, J. A. (2009). Happiness Unpacked: Positive Emotions Increase Life Satisfaction By Building Resilience. *Emotion, Washington*, 9(3), 361-368.

Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual review of psychology*, 54(1), 403-425. Frisch, M. B. (2006). *Quality Of Life Therapy*. Sons Inc, New Jersey.

Headey, B., Veenhoven, R., & Wearing, A. (1991). Top-down versus bottom-up theories of subjective well-being. *Social indicators research*, 24, 81-100.

Hellar, D., Watson, D., & Hies, R. (2004). The Role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination, *Psychological Bulletin*, 130(4), 574-600.

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., & De Neve, J. E. (Eds.). (2021). *World Happiness Report 2021*. Sustainable Development Solutions Network.

- Hofler, M. (2014). Psychological Resilience Building in Disaster Risk Reduction: Contributions from Adult Education. DOI10.1007/S13753-014-0009-2, 33-40.
- Jung, J. Y., Oh, Y. H., Oh, K. S., Suh, D. W., Shin, Y. C., & Kim, H. J. (2007). Positive Thinking and Life Satisfaction among Koreans. *Med. J.*, 48(3), 371-378.
- Luther, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A critical evaluation and guidelines of future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Maddex, J. E. (2018). *Subjective Well-Being and Life Satisfaction*. Routledge, New York.
- O'Rourke, N. (2004). Psychological resilience and well-being of widowed woman. *Ageing International*, 29, 267-280.
- Parsons, S., Kruijt, A. W., Fox, E. (2016). A Cognitive Model of Psychological Resilience. *Journal Of Experimental Psychopathology*, 7(3), 296-310.
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social indicators research*, 5, 475-492.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Barrett, F. L. (2004). Psychological Resilience and Positive Emotional Granularity: Examining the Benefits of Positive Emotions on Coping and Health. *Journal of Personality*, 72(6), 1161-1190.
- well-being influences health, and future needed research. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 9(2), 133-167.

Abstract:

The present study aimed to investigate the relationship between psychological resilience and life satisfaction among a sample of young male workers in non-governmental sectors, analyzing the impact of psychological resilience on their level of life satisfaction. The primary sample consisted of (N=82) young males, aged between (20 – 40) years, with a mean age of (29.34) and a standard deviation of (5.869). The study adopted a correlational descriptive methodology and utilized several research instruments, including a primary data form, the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) developed by Connor & Davidson (2003) and translated by Nabil Dokhan (2013), as well as the Life Satisfaction Scale developed by Magdy El-Desouky (1998). The findings revealed a statistically significant positive correlation between psychological resilience and life satisfaction among the study sample, indicating that individuals with higher psychological resilience tend to achieve greater life satisfaction. Additionally, the study examined the influence of demographic variables, such as educational level and age groups, on this relationship but found no statistically significant differences based on these variables.

Keywords: Psychological resilience - Life satisfaction - Youth - Psychological adaptation - Quality of life - Psychological stress.