أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المراهقين الايتام

بحث مستل مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية

(تخصص الصحة النفسية والإرشاد النفسي)

إعداد

مـــروه حلمـــى محمـــد علـــى

إشراف

أ.د/ أشرف أحمد عبد القادر
أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة
وعميد الكلية سابقًا- كلية التربية
جامعة بنها

أ.م.د/ رحاب يحيي أحمد
أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة
المساعد- كليـــة التربيـــة- جامعـــة
بنهـــا

أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المراهقين الايتام

المستخلص:

هدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية لدى المراهقين الايتام، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفى، وقد بلغت عينة الدراسة (١٠٤) مراهقًا من المراهقين الأيتام مقسمين إلى (٤٣) ذكور و(٦١) إناث، ممن تراوحت أعمارهم بين (١٤-١٧) عامًا، بمتوسط عُمري (١٤,٩٦١) عامًا، وبانحراف معياري قدره(٠,٩٣٣)، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة)، ومقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحثة)، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين درجات المراهقين الأيتام على مقياس أحداث الحياة الضاغطة ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية، كما لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب ومتوسطات درجات الطلاب أيتام الأم في أحداث الحياة الضاغطة ، ولا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم في الصلابة النفسية.

الكلمـــات المفتاحيـــة: أحداث الحياة الضاغطة- الصلابة النفسية- المراهقين الأيتام.

Abstract

The study aimed to identify the relationship between stressful life events and psychological hardiness in orphaned adolescents. The study used the descriptive curriculum, and the study sample was (104) adolescent from orphans divided into (43) males and (61) females, aged between (14 - 17) years, with an average age of 14,961 with a standard deviation of 0,933 and study tools included stressful life events scale (researcher's preparation), and psychological hardiness scale (prepared by the researcher), the results showed a negative, statistically, significant correlation between orphaned adolescents' scores on the scale of stressful life events and their grades on the scale of psychological hardiness, And there are no statistically significant differences between the average grades of orphaned students by the father and the average grades of students orphaned by the mother in stressful life events, There are also no statistically significant differences between students' averages of father orphans and those of mother orphans in psychological hardiness scale.

Keywords: stressful life events- psychological hardiness- Orphaned adolescents.

مقدمة البحث:

تُعد الأسرة من أهم المؤسسات الإجتماعية التي ينشأ فيها الأبناء ويتشكل فيها البناء النفسي والإجتماعي لهم، ومن خلال العلاقات الإيجابية والتفاعل بين الآباء والأبناء يتعلم الطفل كثيراً من مقومات الحياة التي تساعده علي التفاعل مع الآخرين في البيئة التي يعيش فيها، ومواجهة المواقف الحياتية التي يتعرض لها، فوجود الأم والأب كاف لإحداث حالة من التوازن النفسي، وأي اختلال في المثلث الأسري (أم –أب –ابن) يؤدي غالبا للهزات والاضطرابات النفسية والتي تؤثر على جوانب الشخصية المختلفة.

فالمراهق اليتيم يواجه في حياته العديد من الأحداث الضاغطة التي تضم خبرات غير مرغوب فيها، وأحداث قد تنطوي على الكثير من مصادر التوتر، وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات الحياة، وإذا من شأنه أن يجعل الأحداث الضاغطة تلعب دوراً في نشأه الأمراض النفسية والجسمية، ومن ثم فالأحداث هي متغيرات نفسية اجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد (عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٨، ٢٠٣).

حيث أصبحت الضغوط الآن جزءًا من حياتنا اليومية وهو أمر أساسي لحالة الإنسان، فقد أصبح من الثابت الآن أن الإجهاد يمكن أن يؤثر على الصحة بشكل مباشر، كما تعتبر الأحداث الضاغطة انعكاس للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على كافه جوانب الحياة، تتطلب العمل دومًا على مواكبتها ومسيرتها لتحقيق الانسجام والتكيف معها، وفي خضم ذلك تعددت الضغوط وتعددت مصادرها، والأحداث الضاغطة والمستمرة تستنفد طاقه الفرد وقدرته على التكيف وتعرضه للإجهاد والأمراض الجسمية والنفسية، فالضغوط تعنى عدم قدرة الفرد على التأقلم والاستجابة للموقف الذي يواجهه ما يسبب له توتراً وقلقًا يؤثر بالسلب عليه (O'Connor 2021, 665 ,.et al).

كما تمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط والاحتفاظ بالصحة النفسية والجسمية وعدم تعرضه للاضطرابات السيكوفسيولوجية الناتجة عن الضغوط، وتعتبر الصلابة النفسية من اهم المتغيرات تأثيراً على الضغوط، فقد تبين أن بعض الافراد أقدر على مجابهة الضغوط وتحملها مقارنه بالآخرين، وأن أفضل المتكيفين مع الضغوط هم اصحاب الشخصية الصلدة الذين لديهم التزام عال ويملكون الاحساس بالسيطرة على الأمور، والقدرة على مجابهة التحديات (عماد عبد اللطيف،٢٠١٨، ١٠٤).

وقد أشار Hanton, Evans & Neil (2003, 170)إلى أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم التقييم، واستراتيجيات المواجهة بفاعليه وهذا يشير الى ان لدى الفرد مستوى عالي من الثقة بالنفس، وعليه فإن ذلك الفرد يقدر الأحداث الضاغطة بأنها أقل تهديداً، ثم يعيد بنائها إلى شيء أكثر إيجابية.

مشكلة البحث:

إن العلاقة بين الفرد وبيئته علاقة تفاعل وتبادل، فالفرد بحاجه إلى هذا التأثير، فهو يستجيب لمؤثرات البيئة فعندما تكون مليئة بعوامل الإحباطات والشدائد وقلة الفرص المتاحة فإنها تسبب نوعًا من المشقة والضيق والضغوط للفرد والتي قد تعيقه عن تحقيق أهدافه وخصوصًا عندما ينمو ويتفاعل الفرد في أسره تواجه طارئًا كوفاة أحد الوالدين أو كليهما ومن شعور باليأس والاحباط ونظرة تشاؤمية نحو المستقبل وعدم القدرة على مواجهة صعوبات الحياة، فهو بحاجه إلى أن يكون لديه صلابة نفسية ليكون قادر على مواجهتها، ومن هنا جاءت مشكلة البحث في التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية للمراهقين الأيتام.

وتكمن مشكلة الدراسة في التعرف على الإجابة للسؤال التالي:

هل توجد علاقة إرتباطية بين أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية لدى المراهقين الأيتام؟

هل توجد فروق في كل من أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية تعزى لنوع اليتم (أب/ أم) لدى المراهقين الأيتام؟

أهداف البحث:

التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية للمراهقين الأيتام.

الكشف عن الفروق بين أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية التي تعزى لنوع اليتم (أب/ أم) للمراهقين الأيتام.

أهمية البحث:

١- الأهميــة النظريــة:

تكمن أهمية البحث من عينته والمتمثلة فى المراهقين الأيتام لما لها من أهمية كشريحه في المجتمع وهم في أمس الحاجة الى الاهتمام والرعاية من أجل تحقيق أكبر قدر من التوافق والتكيف والراحة النفسية والصلابة النفسية التي تساعدهم في التغلب على ضغوط الحياة التي تواجههم، حيث تناول البحث المتغيرات التي تُعتبر مصدراً للوقاية والتحصين النفسي من

الاضطرابات النفسية التي يتعرض لها الأيتام من جراء الأحداث والضغوط والإحباطات بهدف المساعدة في تحقيق الصحة النفسية لهم.

٢- الأهميــة التطبيقيــة:

للاستفادة من نتائج البحث في بناء برامج علاجية، وإرشادية أخرى تعمل على تنمية الصلابة النفسية للأيتام مما ينعكس إيجابياً على الصحة النفسية لديهم.

قد يسهم هذا البحث في مساعدة المرشدين والعاملين في المجال التربوي عن طريق تزويدهم ببعض الطرق التي تساعدهم في التخفيف من الضغوطات التي تواجه المراهقين الأيتام.

مصطلحات البحث:

المراهقين الأيتام: Orphaned adolescents

هم الأفراد الذين تجاوازو مرحلة الطفولة ولم يصلوا الى الرشد أي من سن ١٤- ١٧ والذين فقدوا أحد الوالدين أو كلاهما.

أحـداث الحيـاة الضاغطـة Stressful life events:

هي تغيرات فجائية وحادة في السياق الذي يتعرض له الشخص يسبب تحولات تستلزم عمليات تكيفيه، وقد تتضمن هذه الاحداث الانخفاض في الدخل، والصعوبات الدراسية، وهي خبرات موضوعيه تسبب إعادة تكيف من شأنه أن يؤثر في الشعور بحسن الحال النفسي والجسدي، وتتطلب من الشخص القيام بردود فعل تستهدف استعاده التوازن المفقود (Maquet& etal,2020,69).

وتُعرف إجرائيًا بأنها الدرجة التي يحصل عليها المراهقين الأيتام على مقياس أحداث الحياة الضاغطة "إعداد الباحثة".

الصلابة النفسية Psychological Hardiness

هى مزيج من ثلاث صفات أو سمات شخصية مترابطة "الالتزام، التحكم، التحدى" وتشكل هذه السمات الثلاث معًا نمطًا شخصيًا يرتبط بالمرونة والأداء العالي بين المستجيبين لحالات الطوارئ في ظل مجموعة من الظروف المسببة للضغط " (Hystad et al., 2015, 157).

وتُعرف إجرائيًا بأنها الدرجة التى يحصل عليها المراهقين الأيتام على مقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثة.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولًا: المراهقــون الأيتــام Orphaned adolescents:

١- المــراهــقـــــة adolescence:

عرفتها سماح حسن (٢٠٢٢، ١٠٩) بأنها عملية تحوّل وانتقال الطفل من نمط في العلاقات يتميز بتبعية شبه كاملة للأسرة، وانحصار علاقاته إلى حد كبير ضمن نطاقها أو تحت مراقبتها ومسؤوليتها المباشرة إلى نمط مختلف يتميز بتوسع نطاق العلاقات والمرجعيات وبتخفيف متدرج في علاقة التبعية باتجاه الاستقلالية.

كما عرف Borsini et al (2023, 2) المراهقة بأنها فترة تنموية حرجة تتميز بتغيرات سلوكية ومعرفية مكثفة.

ومما تم عرضه تُعرف الباحثة المراهقة بأنها هي العمر الفاصل بين الطفولة والرشد حيث يجتاز فيها المراهق فترة نمو بدنى ونفسي ومعرفى واجتماعى تؤثر عليه بشكل كبير، فهى فترة حاسمة لبناء أسس الصحة النفسية.

اليتيـــم The orphan:

عرف عبد الحميد عبد الرحمن (٢٠٠٢، ٢) اليتيم بأنه هو من فقد أباه وهو دون البلوغ ذكرًا كان أو أنثى.

ويعرف عبد الله الصيفي (٢٠١٠: ٢٠٤٥) اليتيم هو من فقد أباه ولم يبلغ مبلغ الرجال، فمن مات أبوه بلوغه يسمى يتيمًا، ولو مات الأب وقد بلغ الصبي لم يكن يتيمًا، وكذلك لو ماتت الأم قبل بلوغه لم يكن يتيمًا.

وتُعرف الباحثة اليتيم بأنه هو من مات أباه دون أن يصل إلى سن البلوغ، والعجي هو من ماتت أمه، واللطيم هو من فقد كلا الوالدين.

ثانيًا: أحداث الحياة الضاغطة:

عرفتها سرار محمد (٢٠١٩، ٥) بأنها عبارة عن تراكمات نفسية وبيئة ووراثية ومواقف شخصية ناتجة عن الأزمات والظروف الصعبة والقاسية التي يتعرض لها الفرد وتختلف من حيث شدتها ونوعها، وقد تستمر وقتًا طويلًا إذا استمرت هذه الظروف وتترك أثاراً نفسية مؤملة.

ويعرف Maquet et al (2020, 69) الأحداث الضاغطة بأنها تغيرات فجائية وحادة في السياق الذي يتعرض له الشخص تتسبب في تغيرات تستلزم عمليات تكيفية قد تكون وفاة أحد

أفراد الأسرة أو الانفصال وغيرها وهي خبرات موضوعية تسبب إعادة تكيف من شأنه أن يؤثر في الشعور بحسن الحال النفسي والجسدي، وتتطلب من الشخص القيام بردود فعل تستهدف استعادة التوازن المفقود.

وتعرف الباحثة أحداث الحياة الضاغطة علي أنها "سلسلة المواقف التي يتعرض لها المراهقين دون إرادتهم وتسبب لهم صراعًا أو توترًا وتمثل تهديدًا في حياتهم سواء كانت واقعية أو متوقعة، وهو شعور نسبي يختلف من فرد لأخر فالموقف الذي يمثل ضغطًا لدى فرد قد لا يكون كذلك بالنسبة لفرد آخر".

النظريـات المفسرة للضغـوط:

اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط طبقًا لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها، فهناك نظريات ذات أسس نفسية أو فسيولوجية أو اجتماعية، ومن أهم هذه النظريات ما يلي:

أ) نظريـــة كانـــون Cannon Theory :

يعتبر كانون أحد الرواد الأوائل في بحوث الضغط، وفى عام ١٩١٤ كان هو أول من أشار إلى مفهوم استجابة المواجهة أو الهروب Fight or Flight، التي قد يسلكها الفرد حيال تعرضه للمواقف المؤلمة في البيئة وتعتبر هذه الاستجابة تكيفية لأنها تمكن الفرد من الاستجابة بسرعة للتهديد، غير أنها قد تكون ضارة للكائن لأنها تزيد من مستوى أدانا الانفعالي والفسيولوجي عندما يتعرض لضغوط مستمرة ولا يستطيع المواجهة أو الهروب ويحدث تنشيط للجهاز العصبي السمبثاوي والجهاز الغددي مما يؤدي إلى حدوث تغيرات فسيولوجية تجعل الشخص مستعداً لمواجهة التهديد أو الهروب، وعرف الضغط بأنه ردود فعل الجسم في حالة الطوارئ، ويرى كانون أن جسم الإنسان مزود بميكانيزم يساهم في الاحتفاظ بحالة من الاتزان أي قدرة الجسم على مواجهة التغيرات التي تحدث وكذلك ميله إلى العودة إلى الوضع الفسيولوجي الذي كان عليه قبل الضغط، وبالتالي فإنّ أي متطلب بيني إذا فشل الجسم في التعامل معه فإنه يخل بهذا الاتزان، ومن ثم ينتج المرض. (Seaward, 2017, 6)

ب) نظريـــة أنظمـــة نيومـــان: Neuman's systems theory

نموذج أنظمة نيومان هو نموذج رعاية شامل يُنظر فيه إلى الفرد على أنه إنسان ذو خمسة مكونات؛ الروحية والفسيولوجية والنفسية والاجتماعية والثقافية والتنموية، يُنظر إلى الضغوطات

على أنها قوية وتؤثر على النظام ويمكن أن تسبب عدم الاستقرار، تحدث هذه إما على شكل ضغوطات شخصية تحدث داخل نظام العميل أو الضغوطات الشخصية التي تحدث بشكل وثيق خارج نظام العميل أو الضغوطات غير الشخصية التي تحدث خارج نظام العميل، ضمن هذا النموذج، تكون الضغوطات محايدة، لكن تصورات الشخص للضغوطات تسبب نتيجة إيجابية أو سلبية. (Neuman& Fawcett , 2002)

ثالثاً: الصلابة النفسية Psychological Hardiness

اتفق Baniah et al (2023) على أنها "مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد الفرد أو مدى فاعليته وقدرته على استثمار كافة الموارد النفسية والبيئية المتاحة لإدراك أحداث الحياة الضاغطة دون تفسير مشوه بشكل فعال وتفسيرها بشكل موضوعي ومنطقي وإيجابي والتعايش معهم."

اتفقBekesiene et al (2023, 1) على تعريف الصلابة النفسيه بأنها هي" صفة شخصية استثنائية تؤدي إلى القدرة على التكيف والأداء في بيئة غامضة بالإضافة إلى وجود التحدي لتحقيق التوازن فى حياتهم."

عرفت غادة شكرى (٢٠٢٣، ٦٦) الصلابة النفسية: بأنّ هي" الدرجة التي يتمتع بها الفرد من خصائص نفسية وعقلية تجعله يتميز بقوة تحمل عالية رغم تعرضه لضغوط كثيرة."

أبعاد الصلابة النفسية: -

توصلت "Kobasa" إلى أنّ الصلابة النفسية – بصفتها بنية شخصية – تتكون من ثلاثة أبعاد أو مكونات تعرف بأبعاد الصلابة (3CS) وهي: الإلتزام والتحكم والتحدي. وترى أن هذه المكونات الثلاثة ترتبط بإرتفاع قدرة الفرد على تحدي أحداث الحياة الضاغطة وتحويلها إلى فرص للنمو الشخصي، ونقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه إحتراق نفسي. Mund, 2016, (35)

الإلتزام Commitment

الإلتزام هو تفاني الفرد في أنشطة مثل العمل أو الرياضة أو الدراسة أو الدين أو هواية تعتبر ذات معنى ومثيرة للاهتمام لهذا الفرد (Huang, 2015). فهو الدافع الذي يمكّن الفرد من البقاء منخرطًا مع الناس والأحداث بدلاً من العيش في عزلة واغتراب (Maddi et al., 2011).

حيث يشير الإلتزام إلى إعتقاد الأفراد بأنهم منخرطون في شيء مرغوب فيه، ويتأثر بإحساس الفرد بالتماسك والوعي الذاتي والسعي لتحقيق الكفاءة، وإنّ الفائدة الأساسية للإلتزام هي إكتساب شعور بالتوازن الداخلي والثقة، وهذا يمكّن الفرد من تطوير تقييم واقعي خلال أوقات التجربة بالإضافة إلى ذلك، يمكن أنّ يؤثر الإلتزام على زيادة الاهتمام والقدرة على التكيف داخل البيئات الديناميكية مما يؤدي إلى توليد إستجابات بديلة إبداعية للمواقف. (Judkins et al., 2020)

التحكم Control

يُعرف كلًا من (Kowalski& Schermer, 2019, 2097) التحكم بأنه ميل إلى الإعتقاد بأنه يمكن للمرء التأثير على الأحداث التي يواجهها، حيث تؤثر تصورات التحكم على مقاومة الإجهاد، فمن المرجح أنّ يُنظر إلى الأحداث والأفعال على أنها عواقب طبيعية لأفعال الفرد، بدلًا من كونها تجارب غير متوقعة وغامرة، ويُنظر إلى الالتزام بالأنشطة على أنه يُعزز مقاومة العوامل المسببة للضغط، حيث أن الأفراد الملتزمين أقل احتمالاً للإستسلام تحت الضغط.

ويضيف (Maddi& Hess, 1992, 176) أنّ التحكم هو إعتقاد الفرد بأنّ ما يتعرض إليه من تغيرات في مختلف جوانب حياته أمر ممتع ومثير للاهتمام، وهو فرصة للتعلم والتطور، وليس تهديداً أو مصدر خطر على حياته، وهذا ما يدفعه إلى تعديل هذه الظروف، والمبادأة، واستكشاف البيئة، ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعده على مواجهة الضغوط بنجاح، إنه توقع تغير الأوضاع الراهنة مستقبلاً نحو الأفضل رغم كل المعوقات والصعوبات التي يتعايش معها الفرد في الوقت الحاضر، إلا أنّ نظرته وتوقعاته المستقبلية تبقى متفائلة، وهكذا لا يشعر الفرد ذو الصلابة النفسية بالعجز أو الإرهاق أثناء مواجهة للمواقف الضاغطة، وبدلاً من ذلك يسعى إلى التحكم فيما يجري من خلال التحرك نحو الفعل. وعندما يدرك أن بعض جوانب هذه الأزمة لا يمكن التحكم فيها، فإنه يسعى إلى فهم ذلك من خلال تطوير رؤية متفائلة وإيجابية واعتمادها.

التحدي Challenge

يتمثل التحدي في الإعتقاد بأنّ التغيير وليس الإستقرار هو أمر طبيعي في الحياة وأنّ توقع التغييرات يمثل حوافز مثيرة للإهتمام للنمو وليس تهديدًا للحياة (Cole et al., 2006, 467)، يشير التحدي إلى تصور الفرد بأنّ متطلبات المهمة هي فرص للتنمية الشخصية (Abdollahi et al., 2018,633).

يحدد التحدي الطريقة التي يتم من خلالها إدراك المشكلة، فالفرد ذو الصلابة النفسية يرى المشكلات على أنها تحديات أكثر منها تهديدات، والفرق بين التحديات والتهديدات كبير، لأنّ الفرد عندما يواجه تهديداً، فإنه يميل إلى تحتب هذا الموقف، بينما الفرد ذو الصلابة يرى المشكلات على أنها تحديات ويبحث عن حلول ناجحة وملائمة لها. ويظهر التحدي في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبل المستجدات السارة والضارة بإعتبارها ضرورية لنموه وإرتقائه، إلى جانب قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية مما يساعده على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، وتقبل الخبرات الجديدة. كل ذلك يدفع الفرد إلى التعلم المستمر من التجارب السابقة، وإعتبارها مصدراً للنمو والنضج (Maddi,1999,88). حيث يرى الأفراد الأقوياء في التحدي أن الضغوطات أمر طبيعي وفرصة للنمو بدلاً من الإنسحاب من الظروف العصيبة (Abdollahi & Nollemeyer, 2018).

الدراسات السابقة:

دراسة عزة محمد رفاعي (٢٠٠٣):

بعنوان: الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها.

هدفت الدراسة الى بحث الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، وتكونت عينة الدراسة من طالباً وطالبة، منهم (١٦١) من الذكور، و (١٦٠) من الإناث، تراوحت أعمارهم بين (١٩- ٢٦) سنة، واقتصرت الدراسة على طلبة المستوى الثالث والرابع من التخصصات النظرية، واستخدمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية من إعداد (Kobasa) وترجمة (مخيمر، ١٩٩٦م) ومقياس إدراك أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة)، ومقياس أساليب المواجهة (إعداد الباحثة)، واستبيان تقدير الذات (إعداد زويزيوح)، وترجمة ممدوحة سلامة ١٩٩١م، وأوضحت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية وبعديها الالتزام والتحكم، في حين وجدت فروق في بعد (التحدي) لصالح الذكور، ووجود فروق في الضغوط الأكاديمية والاقتصادية بين الذكور والإناث، كما وجدت فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية.

٢- دراسة أحمد عبد الله العيافي (٢٠١٢):

بعنوان:

الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث.

هدفت الدراسة الحالية إلى دراسة الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، وقد تكونت عينة الدراسة من ٦٥٤ طالبًا، ٣٨٨ طالبًا من مدينة مكة المكرمة، و٢٩٢ طالبًا من محافظة الليث، وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس مواقف الحياة الضاغطة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين درجات الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة، وعدم وجود فروق في الصلابة النفسية تبعًا لمتغير الحالة الطالب والعمر والتخصص والجنسية، ووجود فروق في المرحلة الدراسية، لصالح طلاب المرحلة الثانوية، والتحصيل الدراسي لصالح الطلاب ذوي التقدير (ممتاز)، ومستوى دخل الأسرة لصالح مستوى الدخل (مرتفع)، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أحداث الحياة الضاغطة ،في اتجاه الأيتام، وعدم وجود فروق في أحداث الحياة الضاغطة تبعًا لمتغير العمر والتخصص، ووجود فروق في التحصيل الدراسي، لصالح الطلاب ذوي التحصيل (جيد- مقبول)، ووجود فروق في مستوى دخل الأسرة، لصالح مستوى الدخل (المنخفض)، وعدم وجود فروق تبعًا لمتغير المدينة والجنسية. وكان من أهم توصيات الدراسة العمل من خلال بعض البرامج الإرشادية لزيادة مستويات الصلابة ودرجة تحمل أحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية.

٣- دراســـة Liu et al (2019):

بعنوان:

Mediating role of resilience in relationship between negative life events and depression among Chinese adolescents

الدور الوسيط للصلابة في العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب لدى المراهقين الصينيين

هدفت الدراسة إلى استكشاف ما إذا كانت الصلابة بمثابة عامل وقائي بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب بين المراهقين الصينيين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٧٨) طالب

وطالبة في مدرستين ثانويتين إعدادية وثانوية في ووهان بالصين، وتم استخدام نموذج المعادلة الهيكلية لفحص التأثير الوسيط للصلابة في العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب، وأظهرت النتائج ان الصلابة ارتبطت سلبيًا بأحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب، وارتبطت أحداث الحياة الضاغطة بشكل إيجابي بالاكتئاب، وتوسطت الصلابة جزئيًا في آثار أحداث الحياة الضاغطة على الاكتئاب لدى المراهقين الصينيين.

٤- دراسة محمود هارون النعيمات (٢٠٢١):

بعنوان:

الضغط النفسي لدى عينة من الأيتام في محافظة العقبة وعلاقته بالصلابة النفسية وجودة الحياة لديهم.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغط النفسي لدى الأيتام بمحافظة العقبة، وعلاقته بكل من الصلابة النفسية وجودة الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٢) طالبا وطالبة أيتام، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي بشقيه التحليلي والارتباطي، وتم تطبيق ثلاثة مقاييس هي: مقياس الضغط النفسي ومقياس جودة الحياة ومقياس الصلابة النفسية، بعد التحقق من صدقها وثباتها. أشارت النتائج إلى أن مستوى الضغط النفسي لدى الطلبة الأيتام في محافظة العقبة جاء متوسطا حيث جاء البعد (الانفعالي النفسي) في المرتبة الاولى وبمستوى مرتفع، بينما جاء البعد (الفسيولوجي) في المرتبة الثاني وبمستوى متوسط، كما تبين وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) بين الضغط النفسي وأبعاده من ناحية وكل من الصلابة النفسية وأبعادها وجودة الحياة وأبعادها، كما تبين عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى الضغط النفسي ككل وبعديه المعرفي والانفعالي، بينما تبين وجود فروق بين الذكور والإناث في البعد الفسيولوجي للضغط النفسي. أوصت الدراسة بإجراء المزيد من الدراسات التي تتناول علاقة الضغوط النفسية بمتغيرات أخرى لدى الأيتام كتقدير الذات والتكيف النفسي.

فـــــروض الدراســة:

توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين درجات أفراد عينة الدراسة (المراهقين الأيتام) على مقياس أحداث الحياة الضاغطة بأبعاده، ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بأبعاده.

لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب ومتوسطات درجات الطلاب أيتام الأم في أحداث الحياة الضاغطة وأبعادها "الأسرية، والاقتصادية، والأكاديمية، والاجتماعية، والنفسية.

لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم في الصلابة النفسية وأبعادها "الالتزام، والتحكم، والتحدي.

الإجراءات المنهجية للبحث:

أولاً: المنهـج المستخـدم: استخدمت الباحثة فى الدراسة الحالية المنهج الوصفى

ثانيـاً: مجتمـع الدراسـة: يتكون مجتمع الدراسة من طلبة الصف الاول والصف الثانى من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية الأيتام فى محافظة المنوفية، وعددهم ١٠٤ مراهقًا من المراهقين الأيتام مقسمين إلى (٤٣) ذكور و(٦١) إناث، ممن تراوحت أعمارهم بين (١٤– ١٧) عامًا، بمتوسط عمرى (١٤,٩٦١) عامًا، وإنحراف معياري (٠,٩٣٣).

ثالثـاً: عينـة الدراسـة: اعتمدت الباحثة فى اختيار أفراد عينة الدراسة على طريقة العينة القصدية لتوافر خاصية اليتم لدى افراد العينة.

عينة حساب الخصائص السيكومترية للأدوات: تكونت من (٥٠) مراهقًا من المراهقين الأيتام، وتراوحت أعمارهم من (١٤ – ١٧) عامًا، بمتوسط عُمري (١٥,٢٨٠) عامًا، وبانحراف معياري قدره (١,١٠٧).

عينة التطبيق: تكونت من ١٠٤ مراهقًا من المراهقين الأيتام من مدارس الثانوية العامة بمحافظة المنوفية، مقسمين إلى (٤٣) ذكور و(٦١) إناث، ممن تراوحت أعمارهم بين (١٤– ١٧) عامًا، بمتوسط عُمري (١٤,٩٦١) عامًا، وبانحراف معياري قدره(٠,٩٣٣).

رابعـــاً: أدوات الـــدراســـــة:

مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة)، ومقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحثة)

مقيـاس أحـداث الحيـاة الضاغطـة: (إعداد الباحثة)

الهدف من المقياس

يهدف هذا المقياس إلي تقدير مستوي أحداث الحياة الضاغطة التى يتعرض لها المراهقين الأيتام، وقد راعت الباحثة أثناء إعداد هذا المقياس السلامة اللغوية، ووضوح المعني، واتفاق

المقياس مع التعريف الاجرائي لأبعاده، ومناسبة عبارات المقياس لمستوي عينة الدراسة، واستيفاء المقياس للخصائص السيكومترية من حيث الصدق والثبات.

الكفاءة السيكومترية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة:

صدق المقياس: لحساب صدق المقياس تم استخدام صدق المحكمين، والصدق الظاهري، وصدق المفردات، وصدق المحك، وفيما يلي توضيح ذلك:

صـدق المحكميـن:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على خمسة عشر محكمًا من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس، والتربية الخاصة؛ للحكم على المقياس، وعلى مدى مناسبته لعينة الدراسة، ومدى صلاحية مفردات المقياس للتطبيق، والحكم على دقة الصياغة، واقتراح التعديلات اللازمة، وكانت نسب اتفاق السادة المحكمين على مقياس أحداث الحياة الضاغطة لدى المراهقين الأيتام وصلت جميعها إلى نسبة عالية، لا تقل عن (٨٠٪) في معظم العبارات، بينما كان ثمة عشر عبارات وصلت نسبة اتفاق السادة المحكمين عليها إلى أقل من (٨٠٪)؛ لذا قامت الباحثة باستبعاد هذه العبارات من المقياس، وبالتالي فقد أصبح عدد عبارات المقياس بعد التحكيم (٤٠) عبارة.

الصـدق الظـاهـري:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس أحداث الحياة الضاغطة على عينة الكفاءة السيكومترية، والتي بلغ قوامُها (٥٠) فردًا من المراهقين الأيتام، وتراوحت أعمارهم من (١٤ – ١٧) عامًا، بمتوسط عُمري (١٥,٢٨٠) عامًا، وبانحراف معياري قدره (١,١٠٧)، واتضح للباحثة أن التعليمات الخاصة بالمقياس واضحة ومحددة، وأن العبارات تتصف أيضًا بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن مقياس أحداث الحياة الضاغطة يتمتع بالصدق الظاهريّ.

صـدق المفـردات:

وتَمَّ ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، والجدولان الآتيان يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس أحداث الحياة

الضاغطة، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف)، وأتضح أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس أحداث الحياة الضاغطة، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف) دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الصدق لمفردات المقياس، وأن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس أحداث الحياة الضاغطة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف) دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ عدا أربع عبارات كن دالات عند مستوى (٠,٠٥)؛ مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الصدق لمفردات المقياس.

صـدق المحـك:

قامت الباحثة بحساب الصدق بطريقة المحك، وذلك بتطبيق مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد زينب شقير، ٢٠٠٢)، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة) على عينة الكفاءة السيكومترية، تلازميًّا في جلسة واحدة، وحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد زينب شقير، ٢٠٠٢)، ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحثة)، وكانت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٦٨)، وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يدل على صدق مقياس أحداث الحياة الضاغطة المستخدم في الدراسة الحالية.

ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب معامل الثبات على عينة الكفاءة السيكومترية، والتى بلغ عددُها (٥٠) فردًا من المراهقين، حيث رصدت نتائجهم فى الإجابة عن المقياس، وقد استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية لكل من سبيرمان Spearman، وجتمان Guttman، وطريقة إعادة التطبيق، باستخدام برنامج (SPSS 18) على النحو الآتي:

طريقــة ألفـا كرونبــاخ:

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، باستخدام برنامج التحليل الإحصائي للبيانات (SPSS.18) حيث تم حساب قيمة معامل ألفا للمقياس من خلال حساب قيمة ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك للمقياس ككل، وأتضح

أن جميع قيم معاملات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية قيم مرتفعة، وبناءً عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس فى الدراسة الحالية.

طريقــة إعـادة التطبيــق:

وتقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق المقياس على عينة الكفاءة السيكومترية مرتين متتاليتين، يكون الفاصل بينهما فترة كافية لا تساعد الفرد على تذكر مفردات المقياس، ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) الاختبار، وعليه قامت الباحثة بتطبيق مقياس أحداث الحياة الضاغطة على عينة الكفاءة السيكومترية البالغ عددها (٥٠) فردًا من المراهقين، وبعد مضي أسبوعين تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، ثم قامت الباحثة بتفريغ الدرجات، وباستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين ظهرت قيمة معامل الثبات، وأتضح أن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك فى المقياس ككل جميعها مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وبناء عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس فى الدراسة الحالية.

الاتساق الداخلي:

الاتساق الداخلى للمفردات: وتَمَّ ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، والجدولان الآتيان يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس أحداث الحياة الضاغطة، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، وكانت الدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الاتساق الداخليّ لمفردات المقياس، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ عدا أربع عبارات كن دالات عند مستوى (٠,٠٥) مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس.

الاتساق الداخلى للأبعاد: وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وكانت الدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على وجود اتساق داخلي مرتفع.لأبعاد المقياس.

إعداد الصورة النهائية للمقياس:

توصلت الباحثة إلي الصورة النهائية للمقياس بعد استبعاد بعض العبارات، وتكون المقياس من (٤٠) عبارة موزعة على خمس أبعاد كالتالي:

الضغوط الاسريه (٨) عبارات، الضغوط الاقتصادية (٨) عبارات، الضغوط الدراسية (٨) عبارات، الضغوط الاجتماعية (٨) عبارات، الضغوط النفسيه (٨) عبارات.

مقيـاس الصلابــة النفسيــة:

الهدف من المقياس:

يهدف هذا المقياس إلي تقدير مستوي الصلابة النفسية لدي المراهقين الأيتام، وقد راعت الباحثة أثناء إعداد هذا المقياس السلامة اللغوية، ووضوح المعني، واتفاق المقياس مع التعريف الاجرائي لأبعاده، ومناسبة عبارات المقياس لمستوي عينة الدراسة، واستيفاء المقياس للخصائص السيكومترية من حيث الصدق والثبات.

الكفـاءة السيكومتريــة لمقيـاس الصلابــة النفسيــة:

صــدق المحكميــن:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على خمسة عشر محكمًا من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس، والتربية الخاصة؛ للحكم على المقياس، وعلى مدى مناسبته لعينة الدراسة، ومدى صلاحية مفردات المقياس للتطبيق، والحكم على دقة الصياغة، واقتراح التعديلات اللازمة، وأتضح أن نسب اتفاق السادة المحكمين على عبارات مقياس الصلابة النفسية لدى المراهقين الأيتام وصلت جميعها إلى نسبة عالية، لا تقل عن (٨٠٪) في معظم العبارات؛ بينما كان ثمة أربع عبارات وصلت نسبة اتفاق السادة المحكمين عليها إلى أقل من (٨٠٪)؛ لذا قامت الباحثة باستبعاد هذه العبارات الأربع من المقياس، وبالتالي فقد أصبح عدد عبارات المقياس بعد التحكيم (٣١) عبارة.

الصــدق الظاهــري:

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الصلابة النفسية على عينة الكفاءة السيكومترية، والتي بلغ قوامُها (٥٠) فردًا من المراهقين الأيتام، وتراوحت أعمارهم من (١٤ – ١٧) عامًا، بمتوسط عُمري (١٥,٢٨٠) عامًا، وبانحراف معياري قدره (١,١٠٧)، واتضح للباحثة أن التعليمات الخاصة

بالمقياس واضحة ومحددة، وأن العبارات تتصف أيضًا بالوضوح التام وسهولة الفهم؛ مما يؤكد أن مقياس الصلابة النفسية يتمتع بالصدق الظاهريّ.

صـدق المفـردات:

وتَمَّ ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، والجدولان الآتيان يوضحان معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصلابة النفسية، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف)، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة (بعد الحذف)، وأتضح أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصلابة النفسية، والدرجة الكلية للمقياس (بعد الحذف) دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الصدق لمفردات المقياس، وأن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصلابة النفسية، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ عدا ثلاث مفردات كن دالات عند مستوى (٠,٠٥)؛ مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس.

صـدق المحـك:

قامت الباحثة بحساب الصدق بطريقة المحك، وذلك بتطبيق مقياس الصلابة النفسية لدى المراهقين الأيتام (إعداد الباحثة)، ومقياس الصلابة النفسية لدى المراهقين (إعداد عماد مخيمر، ٢٠١٢) على عينة الكفاءة السيكومترية، تلازميًّا في جلسة واحدة، وحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على مقياس الصلابة النفسية (إعداد عماد مخيمر، ٢٠١٢)، ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحثة)، وكانت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٣٣)، وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠١؛ مما يدل على صدق مقياس الصلابة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب معامل الثبات على عينة الكفاءة السيكومترية، والتى بلغ عددُها (٥٠) فردًا من المراهقين، حيث رصدت نتائجهم فى الإجابة عن المقياس، وقد استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية لكل من سبيرمان Spearman، وجتمان Guttman، وطريقة إعادة التطبيق، باستخدام برنامج (SPSS 18) على النحو الآتي:

طريقــة ألفــا كرونبــاخ:

تم حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، باستخدام برنامج التحليل الإحصائي للبيانات (SPPSS.18)، حيث تم حساب قيمة معامل ألفا للمقياس من خلال حساب قيمة ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك للمقياس ككل، وأتضح أن جميع قيم معاملات ألفا للأبعاد والدرجة الكلية قيم مرتفعة، وبناءً عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس فى الدراسة الحالية.

طريقــة التجزئــة النصفيــة:

تعمل تلك الطريقة على حساب معامل الارتباط بين درجات نصفى مقياس الصلابة النفسية، حيث تَمَّ تجزئة المقياس إلى نصفين متكافئين، يتضمن القسم الأول درجات الأفراد فى الأسئلة الفردية، ويتضمن القسم الثانى درجات الأفراد فى الأسئلة الزوجية، ثُمَّ حساب معامل الارتباط بينهما، وأن معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية يساوى (٠,٩٧٠)، وهو معامل ثبات يشير إلى أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وهو يعطى درجة من الثقة عند استخدام مقياس الصلابة النفسية كأداة للقياس فى الدراسة الحالية، وهذا يعد مؤشرًا على أن مقياس الصلابة النفسية يمكن أن يعطى النتائج نفسها إذا ما أعيد تطبيقه على العينة وفى ظروف التطبيق نفسها.

طريقــة إعــادة التطبيــق:

وتقوم هذه الطريقة على أساس تطبيق المقياس على عينة الكفاءة السيكومترية مرتين متتاليتين، يكون الفاصل بينهما فترة كافية لا تساعد الفرد على تذكر مفردات المقياس، ويدل الارتباط بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني على معامل استقرار (ثبات) الاختبار، وعليه قامت الباحثة بتطبيق مقياس الصلابة النفسية على عينة الكفاءة السيكومترية البالغ عددها (٥٠) فردًا من المراهقين، وبعد مضي أسبوعين تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، ثم

قامت الباحثة بتفريغ الدرجات، وباستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين ظهرت قيمة معامل الثبات، وأن معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك فى المقياس ككل جميعها مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهذا يؤكد أن المقياس على درجة عالية من الثبات، وبناء عليه يمكن الوثوق والاطمئنان إلى نتائج المقياس فى الدراسة الحالية.

الاتساق الداخلي:

الاتساق الداخلى للمفردات: وتَمَّ ذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة، وأتضح أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس الصلابة النفسية، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على وجود مستوى مرتفع من الاتساق الداخليّ لمفردات المقياس.

الاتساق الداخلى للأبعاد: وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وأتضح أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على وجود اتساق داخلي مرتفع لأبعاد المقياس.

إعداد الصورة النهائية للمقياس:

توصلت الباحثة إلي الصورة النهائية للمقياس بعد استبعاد بعض العبارات، وتكون المقياس من (٣١) عبارة موزعة على ثلاث أبعاد كالتالي:

الالتزام يتكون من (١٠) عبارات، التحكم يتكون من (١١) عبارات، التحدى يتكون من (١٠) عبارات.

الأساليب الاحصائية المستخدمة:

استخدمت الباحثة معامل الارتباط لبيرسون، واختبار (ت)، .T-Test ، ونمذجة المعادلة البنائية.

نتائـــج الدراســـة ومناقشاتهـــا

أولاً: عـرض نتائــج الدراســة:

نتيجــة الفـرض الأول:

ينص الفرض الأول للدراسة على: "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين درجات أفراد عينة الدراسة (المراهقين الأيتام) على مقياس أ حداث الحياة الضاغطة بأبعاده، ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بأبعاده".

وللتحقُّق من صحة هذا الفرض، قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط (لبيرسون) بين درجات الطلاب على مقياس أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده، ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية (الدرجة الكلية)، والجدول (١) يوضح نتائج ذلك.

جــدول (١) معاملات الارتباط بين أحداث الحياة الضاغطة والصلابة النفسية (ن= ١٠٤)

الصلابة النفسية / أحداث الحياة الضاغطة	الالتزام	التحكم	التحدي	الدرجة الكلية
الضغوط الأسرية	-٠,٢٣٠*	-٠,٣٠٩**	-٠,٢٦٤**	-٠,٢٩٨**
الضغوط الاقتصادية	-٠,٢٦٣**	-٠,٢٣٣*	-٠,٢٤٠*	-٠,٢٧١**
الضغوط الأكاديمية	-٠,٢٨٢**	-٠,٣٢١**	-٠,٢٠٧*	-٠,٣٠٢**
الضغوط الاجتماعية	-٠,٢٣٥*	-٠,٢٧٩**	-٠,٣٧٨**	-٠,٣٢٧**
الضغوط النفسية	-٠,٢٢٥*	-٠,٣٤٦**	-٠,٢٩٠**	-٠,٣٢١**
أحداث الحياة الضاغطة (الدرجة الكلية)	-٠,٣٨٠**	-٠,٤٧٣**	-٠,٤٤٦**	-٠,٤٨٢**

** معاملات ارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)، * معاملات ارتباط دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من جدول (١) وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، أو (٠,٠٥) بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة بأبعاده، ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بأبعاده؛ وتشير هذه النتائج إلى تحقق الفرض الأول.

نتيجــة الفـرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على: "لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب ومتوسطات درجات الطلاب أيتام الأم في أحداث الحياة الضاغطة وأبعادها "الأسرية، والاقتصادية، والأكاديمية، والاجتماعية، والنفسية".

وللتحقُّق من صحة هذا الفرض، قامت الباحثة بمقارنة متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب، ومتوسطات درجات الطلاب أيتام الأم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة بأبعادها، باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent Sample (T Test)، عن طريق برنامج (SPSS 18) والجدول (٢) يوضح نتائج ذلك.

جـدول (٢) دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة وأبعاده

أحداث الحياة الضاغطة وأبعادها	النوع	العدد	المتوسط	الإنحراف المعيارى	د.ح	قيمة (ت)	الدلالةsig
الضغوط الأسرية	يتيم الأب	٦٤	١٨,٠٨	٢,٣٤٦	١٠٢	٢,٣٤٦	دال عند ٠,٠٥
	يتيم الأم	٤٠	١٦,٩٥	٢,٤٤٩			
الضغوط الاقتصادية	يتيم الأب	٦٤	١٧,٨٠	٢,٣٣٨	١٠٢	٢,٢٥٣	دال عند ٠,٠٥
	يتيم الأم	٤٠	١٦,٧٥	٢,٢٥٠			
الضغوط الأكاديمية	يتيم الأب	٦٤	١٧,٨٠	٢,٢٤١	١٠٢	١,٣٠٤	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	١٧,٢٥	١,٧٩٤			
الضغوط الاجتماعية	يتيم الأب	٦٤	١٨,٢٧	١,٩٣٧	١٠٢	٠,٢٧٨	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	١٨,٣٨	١,٩٨٣			
الضغوط النفسية	يتيم الأب	٦٤	١٨,٠٨	١,٧٤٩	١٠٢	٠,١١٨	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	١٨,١٣	٢,٢٦٧			
أحداث الحياة الضاغطة (الدرجة الكلية)	يتيم الأب	٦٤	٩٠,٠٢	٦,٣٢٦	١٠٢	٢,٠٦٣	دال عند ٠,٠٥
	يتيم الأم	٤٠	٨٧,٤٥	٥,٩٠٩			

يتضح من جدول (٢) ما يلي:

توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم في بُعدي أحداث الحياة الضاغطة (الضغوط الأسرية، والاقتصادية) والدرجة الكلية لصالح الطلاب أيتام الأب.

لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم في أبعاد أحداث الحياة الضاغطة (الضغوط الأكاديمية، والاجتماعية، والنفسية)، وتشير هذه النتائج إلى تحقق الفرض الثاني جزئيًا.

نتيجة الفـرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على: "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم في الصلابة النفسية وأبعادها "الالتزام، والتحكم، والتحدي".

وللتحقُّق من صحة هذا الفرض، قامت الباحثة بمقارنة متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب، ومتوسطات درجات الطلاب أيتام الأم على مقياس الصلابة النفسية بأبعادها، باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent Sample (T Test)، عن طريق برنامج (SPSS 18) والجدول (٣) يوضح نتائج ذلك.

جـدول (٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده

الصلابة النفسية وأبعادها	النوع	العدد	المتوسط	الإنحراف المعيارى	د.ح	قيمة (ت)	الدلالةsig
الالتزام	يتيم الأب	٦٤	١٩,٣٨	٤,٣٣٣	١٠٢	١,٣٠٧	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	٢٠,٤٨	٣,٩٠٩			
التحكم	يتيم الأب	٦٤	٢٠,٢٣	٤,٧٨٠	١٠٢	١,٣٩٣	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	٢١,٦٠	٤,٩٩٦			
التحدي	يتيم الأب	٦٤	١٨,٦٣	٤,٢٥٢	١٠٢	٠,٦٣٣	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	١٩,١٥	٣,٨٨٠			
الصلابة النفسية (الدرجة الكلية)	يتيم الأب	٦٤	٥٨,٢٣	١٢,٢٣٥	١٠٢	١,٢٥٠	غير دالة
	يتيم الأم	٤٠	٦١,٢٣	١١,٢٦٥			

يتضح من جدول (٣) عدم دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب وأيتام الأم في الصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، والتحكم، والتحدي)، وتشير هذه النتائج إلى تحقق الفرض الثالث.

تفسير النتائج:

أسفرت نتائج الفرض الاول عن وجود علاقة ارتباطية قوية سالبة دالة احصائيًا بين الدرجات على مقياس الصلابة النفسية والدرجات على مقياس أحداث الحياة الضاغطة، وإستنادًا الى ما ورد فى الإطار النظرى، نجد أن الصلابة النفسية تمكن الفرد من الاحتفاظ بصحته النفسية والجسمية، وإدراك الأحداث الضاغطة وتفسيرها بطريقة ايجابية، وكذلك دعم المتغيرات الوقائية من آثار الضغوط السلبية. (زينب شقير، ٢٠٢٠)

وبالمطالعة على النتائج السابقة وجدت الباحثة أن هذه النتيجة تتفق مع دراسة (محمود هارون، ٢٠٢١) التى أشارت الى وجود علاقة سالبة ذات دلالة احصائية بين الضغط وأبعاده والصلابة النفسية وأبعادها، كما اتفقت مع دراسة (أحمد عبد الله العيافى، ٢٠١٢) التى أوضحت نتائجها أن زيادة درجات الصلابة النفسية تؤدى الى انخفاض مظاهر الضغوط الحياتية، وأوضحت نتائج دراسة (Liu et al, 2019) أن الصلابة ارتبطت سلبيًا بأحداث الحياة الضاغطة، وأشارت نتائج الدراسة التى أجرتها (إيمان محمد، آمنة محمد، ٢٠٢٢) الى وجود علاقة ارتباطية قوية سالبة دالة احصائيًا بين الدرجات على مقياس الصلابة النفسية والدرجات على مقياس ضغوط الحياة، كما أكدت دراسة (Singh, 2016) صحة هذه النتيجة التى كشفت عن وجود علاقة سالبة بين الضغط والصلابة النفسية.

ومن خلال رؤية الباحثة تعتبر هذه النتيجة منطقية، فزيادة الضغوط تقلل من مستوى الصلابة النفسية، فقدرة الفرد على المواجهة والتصدى والصلابة تضعف بزيادة الضغوط، وكذلك بتعدد مصادر الضغوط الداخلية والخارجية التى تقع على عاتق المراهق اليتيم نتيجة فقدان الأب أو الأم، فالمراهق اليتيم عُرضه دائمًا للمآسي والاحزان، فهو لا يملك إزائها حولًا ولا قوة، كما أن الصلابة النفسية وحدها ليست قادرة على مواجهة ضغوط الحياة، بل يجب أن تدعمها الأسرة والمجتمع، فالشخص القوي الصلب قادر على تغيير الواقع ومواجهة أحداثه الضاغطة.

وتوصلت نتائج البحث فى الفرض الثاني إلي عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الطلاب أيتام الأب ومتوسطات درجات الطلاب أيتام الأم في أحداث الحياة الضاغطة وأبعادها.

ومن خلال رؤية الباحثة وتفسيرًا لذلك وكما نعلم ما يتسم به هذا العصر من ضغوط اقتصادية وشيوع المادية وقصور الجوانب الوجدانية وإهمال العلاقات الشخصية والإسراف فى الفردية والتنافس وتدهور القيم وغيرها، هذه الضغوط التى يواجهها الإنسان بصفة عامة والمراهق اليتيم بصفة خاصة من أهم الاسباب للشعور بالخوف وعدم الاستقرار مما يؤثر عليهم نفسيًا وكذلك على تحصيلهم الدراسى والاكاديمى، وصعوبة التكيف مع أحداث الحياة اليومية، ونظرًا لكون الأحداث الضاغطة تتفاوت طبيعتها ودرجاتها وحدتها وفقًا لمسببات الحدث الضاغط كوفاة أحد الوالدين، وهذا يشكل خطرًا على استقرار وأمن المراهق اليتيم سواء كان يتيم أب أو يتيم أم، ومن ثم يؤثر على سلوكه وتحصيله الدراسي، فكلاهما يتعرضان لنفس الضغوط ويتأثران بها.

والسبب يرجع فى نظري الى أن فقدان الأب والذى يُعتبر كرمز للحماية يضع اليتيم أمام تحدياً مع النفس بأن يخوض الحياة ويثبت وجوده مما يضعه تحت ضغط، عكس فقدان الأم.

وأنّ تعرض الفرد لحالة من حالات الضغط يتطلب السعي للخروج من هذه الحالة، وذلك عن طريق إيجاد نظام اجتماعي يدعم الفرد في ظروفه التي يمر بها، ويدخل ضمن هذا النظام الاجتماعي مجموعة أطراف مثل الأهل الأصدقاء، الجيران، الزملاء في العمل المرشدون النفسيون، بالإضافة إلى الهيئات والمؤسسات الدينية والترفيهية والتربوية كالمساجد والأندية والمدارس، فالمساندة الاجتماعية يفترض أنها تؤدي أدواراً مهمة مثل التدعيم الالتزام والانضباط وفق قواعد محدده، والاعتراف بمكانة الفرد ودوره في المجموعة، وإعطاء فرصة المشاركة في تنفيذ المهمات المشاركة الوجدانية من قبل الآخرين، بالإضافة إلى النصائح التي يحصل عليها الفرد من الآخرين، وأيضًا حصول الفرد على معلومات من عناصر نظام الدعم الاجتماعي وتغذية راجعة يستبصر من خلالها ويتعرف على نقاط الضعف ونقاط القوة التي توجد لديه ولكن من خلال ما يراه الآخرون فيه، وهذا ما أوضحته دراسة على خرف الله (٢٠١٥).

وأشارت نتائج الفرد الثالث إلي عدم وجود فروق بين يتيمى الأم ويتيمى الأب فى درجات الصلابة النفسية، حيث اتفقت نتيجة هذا الفرض مع دراسة (حفيظة انجشايري، كاهينه بوراس،

٢٠١٥)، وكذلك دراسة (كمال بو رزق، وفريحة صافي، ٢٠١٩) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين يتيمى الأم ويتيمى الأب فى درجات الصلابة النفسية.

وتفسر الباحثة ذلك بناًء على ما تم ذكره فى الإطار النظرى أن الصلابة النفسية كمتغير وقائى تقلل من الإصابة بالاجهاد نتيجة التعرض لموقف ضاغط، وهذا الموقف هو وفاة أحد الوالدين، وهذا يعودإلى دور الصلابة النفسية فهي من العوامل الفردية التي يمكن أنّ تلعب دوراً في تكوين التكيف ومستوياته، حيث يعتبر مفهوم الصلابة بمثابة نظام من السمات الشخصية التي تعمل كمصدر للمرونة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وهي حالة شخصية تعرف بالصلابة وتصف أسلوبًا عامًا للأداء يتميز بإحساس قوي بالالتزام، والقدرة على رؤية العالم بطريقة مثيرة للاهتمام وذات معنى، والتحكم في الاعتقاد بأن قدرة الفرد على التأثير على الأحداث ومحاربة الضغوط (رؤية التجارب الجديدة كفرص جديدة)، وقد أظهرت نتائج الأبحاث أنه كلما زادت الصلابة النفسية لدى الأشخاص، كلما تمكنوا من التعامل بشكل أفضل مع مصادر القلق.

توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التى توصل اليها هذا البحث توصى الباحثة بما يلى:

إعداد برامج إرشادية تساعد على تحمل أحداث الحياة الضاغطة للطلاب للايتام.

اختيار أخصائيين اجتماعيين مدربيين ومعدين مهنيًا للتعامل مع الايتام.

قيام المختص النفسي بالمدرسة بتوعية الطلاب بمفهوم الصلابة النفسية.

تقديم دورات تدريبية للمراهقين تساعدهم على التحكم فى انفعالاتهم وضبط النفس من خلال المرشديين الطلابيين.

أن تقوم الجهات المعنية المهتمة بالأيتام كالجمعيات الخيرية ومؤسسات الايواء وغيرها بتخفيف الضغوط لدى الايتام من خلال السيطرة على العوامل المؤدية إليه، مما ينعكس على جودة حياته وصلابته النفسية.

قائمة المراجع:

اولًا: المراجع العربية:

أحمد عبد الله العيافي (٢٠١٢). الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

إيمان محمد، آمنة محمد (٢٠٢٢)، الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من الاكتئاب وضغوط الحياة لدى عينة من طلاب جامعة الفيوم، مجلة المنهج العلمى والسلوك، ٣(٦)، ٥٠-١١٦.

حفيظة اجشايرى، كاهينه بوارس (٢٠١٥). مدى تمتع مراهقى- مرحلة التعليم الثانوى يتيمى أحد الوالدين بالصلابة النفسية دراسة ميدانية بثلاث ولايات (بومرداس- البويرة- تيزى وزو) بالجزائر، مجلة الحكمة للدراست التربوية والنفسية، ٣٢، ١٥٩- ١٧٦.

زينب محمود شقير (٢٠٢٠). الصلابة النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى المرأة المصرية القيادية التربوية المعيلة وغير المعيلة (دراسة سيكومترية- إكلينيكية). دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ١٢١(١٢١)، ٢٣-٥٨.

سماح حسن رمضان (٢٠٢٢). فعّالية برنامج إرشادي علاجي في خفض مستوى القلق الإجتماعي عند المراهقين الأيتام، مجلة مؤشر للدراسات الاستطلاعية ببيروت، ١(٤)،١٠٦-١٢٧.

عبد الحميد عبد الرحمن السحيبانى (٢٠٠٢). اليتيم، الرياض: دار القاسم.

عبد الستار إبراهيم (١٩٩٨). الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه. الكويت: عالم المعرفة.

عبد الله الصيفي (٢٠١٠). تحقيق الأمن النفسي لليتيم في ضوء المقاصد الشرعية، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية، كلية الشريعة، الجامعة الأردنية، ٢٣(٧)، ٢٠٣٦-٢٠٨٦.

عزة محمد رفاعى (٢٠٠٣). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك احداث الحياة اليومية الضاغطة واساليب مواجهتها، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة حلوان.

على خرف الله (٢٠١٥). المساندة الاجتماعية فى العلاقات الخاصة كعامل وسيط للتخفيف من آثار الضغوط، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، (١٣)، ٣٦٧-٣٧٦.

عماد عبد اللطيف اشتيه (٢٠١٨). تأثير المساندة الاجتماعية في الصلابة النفسية لدى المصابين بمرض السرطان، مجلة جامعة القدس المفتوحة للبحوث الإنسانية والاجتماعية، (٤٦)، ١٢٢ – ١٠٣.

غادة شكرى محمود (٢٠٢٣). الصلابة النفسية للصحفيين المصريين وعلاقتها بدافعية الانجاز وفاعلية الذات، المجلة المصرية لبحوث الاعلام، ٨٣(١)، ٤٣-٩٦.

كمال بورزق، فريحه صافي (٢٠١٩). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدي عينة من المراهقين المتمدرسين اليتامى بمدينة الاغواط، الجزائر، مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، ٤(٢)، ٣١٤-٣٢٩.

محمود هارون النعيمات (٢٠٢١). الضغط النفسي لدي عينة من الايتام في محافظه العقبة وعلاقتها بالصلابة النفسية وجودة الحياة لديه، المجلة العربية للعلوم ونشر الابحاث، ٥(٣٧)، ٩٩-١٢٦.

ثانيًا: المراجع الاجنبية:

Abdollahi, A., & Noltemeyer, A. (2018). Academic hardiness: Mediator between sense of belonging to school and academic achievement. The journal of educational research, 111(3), 345-351.

Abdollahi, A., Carlbring, P., Vaez, E., & Ghahfarokhi, S. A. (2018). Perfectionism and test anxiety among high-school students: The moderating role of academic hardiness. Current Psychology, 37, 632-639.

Baniah,L. M., Yousef Alnaimi, S. T., Farhan Almahaireh, A. S., Al-Dalaeen, A. S., Alkhawaldeh, M. K., & Al nuaimat, A. M. (2023). The Predictive Ability of the Existential Vacuum and Death Anxiety in Psychological Hardiness Among Elderly: OMEGA-Journal of Death and Dying.

Bekesiene, S., Smaliukienė, R., & Kanapeckaitė, R. (2023). The Relationship between Psychological Hardiness and Military Performance by Reservists: A Moderation Effect of Perceived Stress and Resilience. In Healthcare, 11(9),1-22.

Borsini, A., Giacobbe, J., Mandal, G., & Boldrini, M. (2023). Acute and long-term effects of adolescence stress exposure on rodent adult hippocampal neurogenesis, cognition, and behavior, Molecular

Psychiatry,2(3), 1-14.

Hanton, S., Evans, L., & Neil, R. (2003). Hardiness and the competitive trait anxiety response. Anxiety, Stress, and Coping, 16(2), 167-184.

Huang, J. T. (2015). Hardiness, perceived employability, and career decision self-efficacy among Taiwanese college students. Journal of Career Development, 42(4), 311-324.

Hystad, S. W., Olsen, O. K., Espevik, R., & Säfvenbom, R. (2015). On the stability of psychological hardiness: A three-year longitudinal study. Military Psychology, 27(3), 155-168.

Judkins, J., Moore, B., & Colette, T. (2020). Psychological hardiness. book: The Routledge Research Encyclopedia of Psychology Applied to Everyday Life. Publisher: Abingdon, Oxon: Routledge.

Kowalski, C. M., & Schermer, J. A. (2019). Hardiness, perseverative cognition, anxiety, and health-related outcomes: A case for and against psychological hardiness. Psychological reports, 122(6), 2096-2118.

Liu, W. J., Zhou, L., Wang, X. Q., Yang, B. X., Wang, Y., & Jiang, J. F. (2019). Mediating role of resilience in relationship between negative life events and depression among Chinese adolescents. Archives of psychiatric nursing, 33(6), 116-122.

Maddi, S. R. (1999). The personality construct of hardiness: I. Effects on experiencing, coping, and strain. Consulting psychology journal: practice and research, 51(2), 83.

Maddi, S. R., & Hess, M. J. (1992). Personality hardiness and success in basketball. International journal of sport psychology.

Maddi, S. R., Khoshaba, D. M., Harvey, R. H., Fazel, M., & Resurreccion, N. (2011). The personality construct of hardiness, V: Relationships with the construction of existential meaning in life. Journal of humanistic psychology, 51(3), 369-388.

Maquet, Y. G., Ángel, J. D., Cañizares, C., Lattig, M. C., Agudelo, D. M., Arenas, Á., & Ferro, E. (2020). The role of stressful life events appraisal in major depressive disorder. Revista Colombiana de Psiquiatría (English ed.), 49(2), 67-74.

Mund, P. (2016). Kobasa concept of hardiness. International research journal of engineering, IT & scientific research, 2(1), 34-40.

Neuman B, Fawcett J (2002) The Neuman Systems Model (4th edn). Upper Saddle River, New Jersey, Prentice Hall.

O'Connor, D. B., Thayer, J. F., & Vedhara, K. (2021). Stress and health: A review of psychobiological processes. Annual review of psychology, 72, 663-688.

Seaward, B. L. (2017). Managing stress. Jones & Bartlett Learning.

Singh, R. (2016). Stress among School-Going Adolescents in Relation to Psychological Hardiness. Journal on Educational Psychology, 9(4), 8-15.