**تقييم الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعتي الموصل ، ودهوك**

**(دراسة مقارنة)**

**بحث مقدم من قبل**

**أ.د.ضرغام جاسم محمد أ.م.د.هديل داهي عبدالله م.د زهرة جميل**

يهدف البحث الى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كل من جامعة الموصل وجامعة دهوك والتعرف على درجة الاختلاف في الصلابة النفسية بين طالبات كلا الكليتين ،تم الاعتماد على المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة للوصول الى اهداف البحث ،وتمثل مجتمع البحث بطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعتي دهوك والموصل ،وتم استخدام تحليل المحتوى والمقابلة الشخصية والاستبيان ومقياس الصلابة النفسية كوسائل لجمع المعلومات والبيانات ،وتم استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية واختبار (ت) للعينات غير المتساوية لمعالجة البيانات كوسائل إحصائية والوصول الى نتائج البحث، ومن اهم الاستنتاجات التي تم التوصل اليها بان هناك فروق ذات دلالة معنوية بين الطالبات ولصالح جامعة الموصل.

**ABSTRACT**

**Psychological evaluation of students of the College of Physical Education and Sports Science for the universities of Mosul and Dohuk**

**(A comparative study)**

**Research submitted by**

**Prof. Dhargham Jasim Muhammad Ass. Prof.DR. Hadeel Dahi Abdullah**

**Dr. Zahra Jameel**

The research aims to identify the level of psychological hardness among students of the College of Physical Education and Sports Science in the University of Mosul and Duhok University and to identify the degree of difference in psychological rigidity between students of both colleges, the descriptive approach has been relied upon in the comparison method to reach the goals of the research, and the research community represents college students Physical education and sports science for the universities of Dohuk and Mosul, and content analysis, personal interview, questionnaire, and psychological hardness scale were used as means to collect information and data, and the arithmetic mean, standard deviation, percentage, and (T) eye test were used. Unequal conditions for data processing as statistical means and access to research results, and among the most important conclusions reached are that there are significant differences between female students and in favor of the University of MosuL

1. **التعريف بالبحث** 
   1. **المقدمة واهمية البحث :**

يعتبر الطلبة ركن العملية التعليمية لذلك فالاهتمام بهم ودراسة الضغوط التي يواجها مهما، فالعملية التدريسية مبنية على اركان ثلاث من أهمها الطلبة، والاعباء التي تقع على عاتق الطلبة تتطلب المزيد من البحث والحاجة إلى التركيز على المتغيرات المدعمة لقدرة الطلبة على المواجهة الفعالة وعوامل المقاومة والمتغيرات النفسية والبيئية المرتبطة دائما بالحالة النفسية للطلبة في مواجهة الظروف التي يتعرض لها الطلبة.

إذا تعد "الصلابة النفسية من أهم المتغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات والتي يحقق وجودها لدى الفرد أهمية كبرى في التحكم في الظروف المحيطة وتحقيق التحدي المطلوب "

(صلاح الدين وعبدالحميد، 2005، 708 ).

يعد متغير الصلابة النفسية من المتغيرات الهامة التي ينبغي استحضارها حين الحديث عن مقاومة الضغوط التي يتعرض لها الفرد ويشير (البهاص 2002 ) "إلى أن الصلابة النفسية باعتبارها مصدرا من المصادر الشخصية الذاتية المقاومة للآثار السلبية لم يكن الاهتمام بها على المستوى المطلوب ".(البهاص 2002 ، 113 )

ومن مفهوم الصلابة النفسية النمط المعرفي الانفعالي للطالبات والقدرة على التحمل, وتعتبر إحدى ملامح الشخصية الإيجابية التي تساعدهن في التغلب على المشاكل الحياتية ، والاثار النفسية السيئة التي تعترض مجالات حياتهن. من هنا تبرز أهمية البحث في التعرف على تقييم الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك .

1. **2 مشكلة البحث:**

تكاد لا تخلو حياة الطالبات الجامعيات من الضغوط سواء في المجال الشخصي، أو العائلي، أو الاجتماعي أو المهني، وقد يصنف الطالبات التعليم الجامعي من بين أكثر مجالات التعليم ضغطا، اذا أن حياة الطالبة تتمركز حول تقرير المصير بحيث تصبح حياتها تسير نحو الهدف المرجو ، أن الطالبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتطلب منهن العمل على تعلم وتقديم خدمات تربوية وعلاجية كل هذا يقع عليهن ضغط اكتسابهن طرقا جديدة للتعامل مع الآخرين ، والبحث الحالي سوف يسير في نفس منحى الدراسات السابقة، مؤكداً أهمية الإقبال على البحث في متغير مهم كالصلابة النفسية . ساعياً إلى تفقد طبيعة بنية الصلابة النفسية للطالبات من جهة ، واستكشاف مستواها لدى العينة البحث من جهة ثانية ، من هنا برزت مشكلة البحث في التساؤل التالي:

، هل طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك لديهن صلابة نفسية ؟ وما هي درجة الصلابة ؟ وهل هناك فروق بين طالبات جامعة الموصل ودهوك لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟

**1-3 اهداف البحث:**

**يهدف البحث الى التعرف على :**

1. درجة ومستوى الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كل من جامعة الموصل وجامعة دهوك .
2. التعرف على درجة الاختلاف في الصلابة النفسية بين طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك .
   1. **مجالات البحث :**

**1-5-1 المجال البشري:** طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك.

**1--5-2 المجال الزماني :** للفترة من ( 1/1/2020 لغاية 4/3/2020)

**1-5-3 المجال المكاني :**العراق ، قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك.

1-5 تحديد المصطلحات:

**1-5-1 الصلابة الــنــفـســيـة** : تعرفها " كوبازا 1993 » " بأنها سمة من سمات الشخصية تتكون من الالتزام والتحكم والتحدي , وهي أحد مؤشرات الصحة التي تعتمد على الشخصية الوجودية ، كما تعد كقياس لميول واتجاهات الفرد في محاولة لوجود عالقة مترابطة بين نفسه وعالمه الخارجي , وليست مجرد تصلب أو تحكم للضغوط , بل هي قوة لغرس طريق للفرد في ظل الظروف المحبطة , و الخوض في احداث الحياة الضاغطة , والقدرة على فهم الظروف المحيطة بالفرد لاتخاذ قرار **"** (كوبازا ، 1993 ، 45 )

1. **الدراسات النظرية والدراسات السابقة:**

**2-1 الدراسات النظرية:**

**2-1-1**مفهوم الصلابة النفسية : يعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا , وتعد من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة و المتتالية بنجاح و ولقد بات الدراسات في السنوات القليلة الماضية البحث و دراسة و علاقتها بضغوط الحياة المختلفة في إطار الصحة النفسية. وكانت كوبازا( Kobaza ) من أوائل من ا هتم بمصطلح الصلابة النفسية حيث لاحظت الإحباطات و الضغوط و لذلك فقد كانت ترى أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم و يحققون ذواتهم وليس على المرضي و وقد اشتقت كوبا از( Kobaza ) مصطلح الصلابة النفسية متأثر بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة والذي يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي ويرى ان دافعية أساس البحث المستمر النامي عن المعنى و الهدف من الحياة ( ( Kobssa.1982.22

* + 1. **أبعاد الصلابة النفسية :**

**أولا - الالتزام:**

يشير إلى إحساس الفراد بروح تحمل المسئولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم العائلية

والاجتماعية والمهنية .

أنواع الالتزام:

1-الالتزام الديني :

هو التزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح , وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمر الله به والنهي عن إتيان ما نهى عنه.

2- الالتزام الأخلاقي :

هو التزام الفرد بالقيم , والأخلاقيات التي ترجع في الأصل إلى الأديان والعقائد ومن ثم

الأخلاقيات التي يجب أن يلتزم بها الأفراد في المجتمع المسلم مصدرها القرآن والسنة. (أبو ندى ،2007 ،32)

1. الالتزام القانوني :

هو اعتقاد الفرد بضرورة الانصياع للقواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبرا بواسطة السلطة

المختصة في حالة خروج عنها , أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع . (عباس ، 2010 ،290)

**ثانيا :التحكم:**

ويقول مخيمر بأن التحكم هو اعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث وأنه يتحمل المسؤولية

الشخصية عن حوادث حياته , وأنه يتضمن القدر على اتخاذ القرارات ,و الاختيار بين البدائل

, وتفسير وتقدير الأحداث المواجهة الفعالة. (مخيمر ، 2002 ،14 )

**ثالثا : التحدي:**

عرفه ( يوسف ،2013 )بأنه تلك الاستجابة المنظمة التي تنشأ ردا على متطلبات

البيئة وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع من

وتصف بأنها استجابات فعالة.( يوسف ،2013 ،67 )

بينما عرفه مخيمر بأنه اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته , وهو أمر

مثير وضروري للنوم أكثر من كونه تهديدا مما يساعد على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة

المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية ويظهر التحدي

في اقتحام المشكلات لحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عن المواجهة المشكلات .

(عثمان ، 2001 ،210)

**2-2 الدراسات السابقة والمشابهة:**

2-2-1 دراسة الصلابة النفسية و علاقتها بمركز الضبط لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة على عينة من الحقوق وعلم النفس و البيولوجي

هدفت الدراسة : للتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين وكذا التعرف على أنماط مركز الضبط ، كما هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية ومركز الضبط ،كما هدفت الدارسة الى التحقق من وجود فروق بين الطلبة في الصلابة و مركز الضبط وتعزى لمتغير الجنس و السن و التخصص و المستوى الد ارسي و نمط الإقامة والحالة الاجتماعية. وتحددت أداة الدراسة :بمقياس الصلابة النفسية )عماد مخيمر(.مقياس الضبط )عماد الدين كفافي) وتمثلت عينة الدراسة : من (330) طالب و طالبة من 3 تخصص بجامعة زيان عاشور -الجلفة- و هي الحقوق و البيو لوجي و علم النفس و تم اختيارهم قصديا ) وأظهرت نتائج الدراسة وجود عالقة ارتباطية قوية بين الصلابة النفسية و مركز الضبط ، كما أظهرت النتائج كذلك وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير الجنس في كل من الصلابة و مركز الضبط ,وأظهرت أيضا عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الصلابة النفسية و مركز الضبط تعزى للمتغيرات السن و التخصص و المستوى الد ارسي و الحالة الاجتماعية و نمط الإقامة ( عينة، 2017، 5 ) . **3- إجراءات البحث :**

**3-1 منهج البحث:**

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وذلك لمناسبته لأهداف الدراسة الحالية، والذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ووصفها وصفا دقيقا.

**3-2 مجتمع وعينة البحث :**

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثل بطالبات كليتي البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك، والبالغ عددهن ( 210) طالبةً، في حين تم اختيار العينة بالطريقة الطبقية العشوائية المنتظمة والبالغة (100) طالبة وبنسبة مئوية مقدارها (48%) من المجتمع الكلي لملائمتها لطبيعة البحث.

**3-3 وسائل جمع المعلومات**

**3-3-1 تحليل المحتوى**

**تم تحليل محتوى المصادر والمراجع الخاصة بالقياس والتقويم وعلم النفس الرياضي لغرض الوصول إلى الإجراءات السليمة للتحقق من أهداف البحث.**

3-3-2 المقياس :

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الصـلابة النفسـية مـن إعـداد "العسود "(2011( ، يتكون من (38 ) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد (الالتزام ، والتحكم ، والتحدي ) ،منها ( 13 ) فقرة تقيس الالتزام وهي الفقرات من (1-13) و( 13 فقرة) تقيس التحكم وهي الفقرات من ( 14 – 26) و(12) فقرة تقيس التحدي وهي (27-38) وقد استخدم المقياس الثلاثي (تنطبق دائما/ 3

درجات)، و(تنطبق أحيانا/ درجتين)، و(لا تنطبق أبدًا/ درجة واحدة)، وقد طبق هذا السلم على

، جميع بنود الدراسة باعتبارها فقرات ايجابية باستثناء الفقرات ( 7 ،8 ، 13 ، 18 ، 19 ، 20 ، 25 ، 35 ، 38 ) فقد تم عكس الإجابة .

**3-5 الشروط العلمية للمقياس :**

**3-5-1 صدق المحكمين (الخبراء) :**

على الرغم من تمتع المقياس الحالي بدرجة عالية من الصدقوالثبات من خلال الإجراءات العلمية إلا أن الباحثون عمدوا إلى القیام بعدد من المعاملات العلمية للمقياس والتي منها (صدق الخبراء) للمقياس وهو احد أنواع الصدق ویعني " مدى تمثيل الاختبار للمحتوى المراد قياسه "،(العساف ، 1995 ، 44) إذ تم عرض فقرات المقياس بصورته الأولیة على عدد من السادة ذوي الخبرة في مجال العلوم النفسية ، ومجال القیاس والتقویم ، وعلم النفس الریاضي إذ طلب منهم إبداء الرأي \* والاختصاص حول مدى صلاحية مجالات وفقرات المقياس لتقويمها ، والحكم على مدى ملاءمتها للمجال الذي وضعت لأجله ، وأجراء التعديلات المناسبة من خلال (حذف أو إعادة صياغة أو إضافة بعض المجالات أو عدد من الفقرات) ، وبما تتلاءم ومجتمع البحث ، فضلا عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة ، أو إضافة وتحديد بدائل للإجابة يرونها مناسبة للمقیاس ، إذ یشیر (عویس ) إلى انه " یمكن أن نعد الاختبار صادقا بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي یقیسه الاختبار ، فإذا اقر الخبراء أن هذا الاختبار یقیس السلوك الذي وضع لقیاسه ، یمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء " ، ويعد هذا الإجراء وسیلة مناسبة للتأكد من صدق المقیاس . (عویس ،1999 ،55)

وبعد تحلیل استجابات وملاحظات السادة الخبراء تم استخراج صدق الخبراء من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول صلاحية فقرات المقیاس ، إذ تم قبول الفقرات التي اتفق علیها ( 90 %) فأكثر من أراء الخبراء ، إذ أن "على الباحث أن یحصل على نسبة اتفاق للخبراء في صلاحیة الفقرات ، وإمكانية إجراء التعدیلات بنسبة لا تقل عن (75% ) ، " (بلوم وآخران ، ١٩٨٣ ،126) .

**3-5-2 ثبات المقياس**

تم الاعتماد على طريقة اعادة الاختبار كأجراء علمي للتحقق من الثبات، إذ تم توزيع المقياسان على (20) طالبةً من خارج عينة البحث، وبواقع (15) طالبة من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل و(15) طالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية في جامعة دهوك، وبعد مرور اسبوعين تم اعادة توزيعه على المجموعة نفسها، وتم استبعادهم من عينة البحث، ويؤكد ((Adams إلى أن المدة بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني يجب ان لا يتجاوز اسبوعين او ثلاثة أسابيع. (43،1989، Adams )

وبعد جمع البيانات تم معالجتها احصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط فظهرت قيمة معامل الثبات (0،80) وهذا يدل على تمتع المقياس بثبات عالٍ.

**3-6 -1التجربة الاستطلاعية:**

من اجل الحصول على البيانات الخاصة بعينة البحث لابد من التأكد أولاً من سلامة المقياس وملائمته وطرائق اجرائه وترتيب فقراته وقياسها تم اجراء تجربة استطلاعية لتحقيق بعض الاهداف العلمية والادارية. اجريت هذه التجربة بتاريخ( 12/2/2020)،على عينة من الطلبة والبالغ عددهم (10) طالبات والغرض منها التعرف إلى بعض الأهداف العلمية والإدارية وهي :

- تسلسل الفقرات .

- السلبيات التي تحدث في جمع المعلومات.

- التعرف إلى استجابة عينة البحث في الاجابة عن الفقرات.

- ملائمة مفتاح التصحيح للإجابات.

- الزمن المستغرق للإجابة.

**3-6-2 التجربة النهائية:**

بعد اكتمال الشروط العلمية للمقياس والتأكد من صلاحيته وملائمته لعينة البحث، تم توزيع المقياس على عينة البحث في (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، في جامعتي الموصل ودهوك) بتاريخ (10/2/2020 م ولغاية 20/2/2020 م) .

**3-7 الوسائل الإحصائية:**

تم استخدام الحقيبة الإحصائية ( SPSS ) من خلال القوانين الآتية (الوسط الحسابي ،والوسط الحسابي المرجح ، والانحراف المعياري ، واختبار ت للعينات المنفصلة غير المتساوية العدد .

1. **عرض وتحليل النتائج مناقشتها:**

**4-1 عرض وتحليل النتائج:**

4**-1-1 عرض وتحليل الدرجات والمستويات لمحاور الصلابة النفسية**

**1 - محور الالتزام**

**الجدول (1)**

**يبين الدرجات والمستويات المعيارية لمحور الالتزام للصلابة النفسية**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **الدرجة** | | **العدد** | | **المستوى** |
| **الموصل** | **دهوك** | **الموصل** | **دهوك** |
| 1 | 41-43 | 33-35 | 0 | 2 | امتياز |
| 2 | 38-40 | 30-32 | 34 | 18 | جيد جدا |
| 3 | 35-37 | 27-29 | 20 | 20 | جيد |
| 4 | 31-33 | 24-26 | 10 | 25 | متوسط |
| 5 | 30-32 | 23-25 | 10 | 15 | مقبول |
| 6 | 27-29 | 20-22 | 16 | 5 | ضعيف |
| 7 | 24-26 | 17-19 | 10 | 15 | ضعيف جدا |

يتبن من الجدول (1) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (جيد جدا) والبالغ عددهن (34) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد لطالبات جامعة دهوك في المستوى المتوسط والبالغ عددهن (25) طالبة .

**2-محور التحكم**

الجدول (2)

**يبين الدرجات والمستويات المعيارية لمحور التحكم للصلابة النفسية**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **الدرجة** | | **العدد** | | **المستوى** |
| **الموصل** | **دهوك** | **الموصل** | **دهوك** |
| 1 | 31-32 | 30-31 | 15 | 10 | امتياز |
| 2 | 29-30 | 28-29 | 30 | 25 | جيد جدا |
| 3 | 27-28 | 26-27 | 20 | 25 | جيد |
| 4 | 24-26 | 24-25 | 17 | 21 | متوسط |
| 5 | 23-25 | 22-23 | 8 | 10 | مقبول |
| 6 | 20-22 | 20-21 | 5 | 5 | ضعيف |
| 7 | 17-19 | 18-19 | 5 | 4 | ضعيف جدا |

يتبن من الجدول (2) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (جيد جدا) والبالغ عددهن (30) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد لطالبات جامعة دهوك في المستوى الجيد جدا والجيد والبالغ عددهن (25) طالبة .

**3 -محور التحدي**

**الجدول (3)**

**يبين الدرجات والمستويات المعيارية لمحور التحدي للصلابة النفسية**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **الدرجة** | | **العدد** | | **المستوى** |
| **الموصل** | **دهوك** | **الموصل** | **دهوك** |
| 1 | 44-47 | 38-42 | 0 | 0 | امتياز |
| 2 | 40-43 | 33-37 | 0 | 4 | جيد جدا |
| 3 | 36-39 | 28-32 | 55 | 26 | جيد |
| 4 | 32-35 | 23-27 | 26 | 40 | متوسط |
| 5 | 28-31 | 18-22 | 10 | 15 | مقبول |
| 6 | 24-27 | 13-17 | 5 | 10 | ضعيف |
| 7 | 20-23 | 8-12 | 4 | 5 | ضعيف جدا |

يتبن من الجدول (3) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (الجيد ) والبالغ عددهن (55) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد لطالبات جامعة دهوك في المستوى الجيد والبالغ عددهن (45) طالبة .

1. **محور الصلابة النفسية الكلي**

**الجدول (4)**

**يبين الدرجات والمستويات المعيارية للصلابة النفسية لعينة البحث**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **الدرجة** | | **العدد** | | **المستوى** |
| **الموصل** | **دهوك** | **الموصل** | **دهوك** |
| 1 | 112-121 | 92-105 | 0 | 0 | امتياز |
| 2 | 102-11 | 83-91 | 17 | 11 | جيد جدا |
| 3 | 92-101 | 76-82 | 50 | 45 | جيد |
| 4 | 81-91 | 67-75 | 18 | 20 | متوسط |
| 5 | 72-82 | 58-66 | 4 | 10 | مقبول |
| 6 | 63-73 | 49-57 | 5 | 10 | ضعيف |
| 7 | 54-64 | 48-56 | 6 | 4 | ضعيف جدا |

يتبن من الجدول (4) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (الجيد ) والبالغ عددهن (50) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد طالبات جامعة دهوك في المستوى الجيد والبالغ عددهن (45) طالبة .

**4-1-2 عرض وتحليل المعالم الإحصائية للصلابة النفسية لعينة البحث (طالبات جامعتي الموصل ودهوك )**

**الجدول (5)**

**يبين المعالم الإحصائية ودلالة الفروق لمقياس الصلابة النفسية لعينة البحث مجتمعة**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **المتغير** |  | **العدد** | **المتوسط الحسابي** | **الانحراف المعياري** | **قيمة ت المحسوبة** | **درجة الحرية** | **مستوى الدلالة** | **الدلالة الاحصائية** |
|  |
| الالتزام | موصل | 100 | 34.33 | 2.841 | 17.9 | 198 |  | \*0.062 |
| دهوك | 100 | 26.62 | 2.99 |
| التحكم | موصل | 100 | 26.7 | 2.053 | 0.042 |  | 0.03 |
| دهوك | 100 | 25.9 | 2.217 |
| التحدي | موصل | 100 | 35.15 | 3.221 | 15.62 |  | \*0.07 |
| دهوك | 100 | 27.0 | 4.735 |
| الدرجة الكلية | موصل | 100 | 91 | 9.141 | 20.55 |  | \*0.06 |
| دهوك | 100 | 76 | 7.81 |

* دال تحت مستوى دلالة (0،05)

من الجدول (5) تبين بان هناك توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محوري (الالتزام والتحدي) والدرجة الكلية للصلابة النفسية حيث بلغت مستوى الدلالة على التوالي (0،062- 0،07 – 0،06 ) وهي اكبر من (0،05) ولصالح طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل ، بينما ظهرت لدينا انه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في محور التحكم حيث بلغت الدلالة الإحصائية (0،03) وهي اقل من مستوى الدلالة (0،05) .

**4-2 مناقشة النتائج :**

من خلال عرض وتحليل النتائج يتبين ان اغلب طالبات جامعتي الموصل ودهوك لديهن مستوى جيد من الصلابة النفسية ويعزو ذلك الى ان طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتمعن بالقدرة على ادارك ما تقدمه وتوفره اغلب المواد الدراسية والنشاطات الرياضية سواء ان كانت الصفية او اللاصفية من خدمات لهن ، مما يخلق لديهن قدرة على التحكم والالتزام والتحدي لمواجهة الظروف . وهذا ما يزيد من دافعية الطالبات للاستفادة مما يتوفر لديهن في مواجهة التحديات وزيادة الكفاءة الذاتية والتمييز والتفوق. ويذكر ( مخيمر ،1996 ) " ان المضمون النظري لمفهوم الصلابة النفسية يشير إلى أن ذوي الصلابة المرتفعة يتسمون بالإلتزام وهو شعور الفرد بضرورة تحمله لمسؤولياته

الذاتية تجاه المحيطين به في الوسط الأسري والمهني والاجتماعي" (مخيمر ،1996 ، 96).

وأظهرت النتائج في محوري الالتزام والتحدي والدرجة الكلية للصلابة النفسية بين طالبات كليتي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك ولصالح طالبات جامعة الموصل، كما ويعزى كذلك للظروف التي مرت بيها طالبات جامعة الموصل من انقطاع للدوام الرسمي طلية فترة سقوط محافظة نينوى نتيجة العمليات الإرهابية مما خلق رغبة وتحدي من قبل الطالبات على مواجهة الظروف والضغوط النفسية وتحديها. وذكر ( Kosbasa, 1982 ) " أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد واعتباره موقفا قابلا للتعايش الأساسي لنظريتها والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرا ضروريا بل حتمي لابد منه لارتقاء بالفرد و نضجه الانفعالي والاجتماعي وأن المصادر النفسية و الاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث ,ومن أبرز هده المصادر الصلابة النفسية و أبعاد الثلاثة و هي الالتزام والتحكم و التحدي ". Kosbasa, 1982.11))

1. **الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات**
   1. **الاستنتاجات:**

5-1-1 يتمتع اغلب طالبات جامعتي الموصل ودهوك بالصلابة النفسية.

5-1-2 يتمتع طالبات جامعة الموصل في محور الالتزام بمستوى جيد جدا وطالبات جامعة دهوك بمستوى متوسط .

5-1-3 اغلب طالبات جامعتي الموصل ودهوك بمستوى جيد جدا بمحور التحكم .

5-1-4 تفوق طالبات جامعة الموصل بمحور التحدي وبمستوى جيد .

5-1-5 هنالك اختلاف بدرجة ومستوى الصلابة النفسية بين طالبات جامعتي الموصل ودهوك بمحوري (الالتزام والتحدي ).

* 1. **التوصيات والمقترحات :**

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج فان الباحثون يوصوا بالآتي:

5-2-1 ضرورة الاهتمام بالدراسات والبحوث التي تخصالصلابة النفسية **.**

5-2-2 ضرورة ان تتضمن المناهج الدراسية في كافة المراحل والتخصصات التركيز على الخبرات والمهارات التي تنمي وتعزز الصلابة النفسية .

5-2-3 يبقى المأمول هو مواصلة البحث عن اجزاء جديدة لمفهوم "الصلابة النفسية" وذلك بما يناسب أكثر العينات المدروسة، وفي إطار معطيات البيئة العراقية.

5-2-4 ضرورة اقتراح برامح ارشادية تنمي الجوانب الإيجابية للطالبات كالصلابة النفسية،

حتى تدعم مقاومتهن للضغوط.

5-2-5 اجراء دراسة مماثلة لهذه الدراسة على عينة مختلفة .

**المصادر العربية والاجنبية :**

1. أبو ندى، عبد الرحمن. ( 2007 ): الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة.
2. بلوم ، بنیامین وآخ ا رن ( ١٩٨٣ ) : تقییم تعلیم الطالب التجمیعي والتكویني ، ترجمة محمد امین المفتي وآخرون ·، دار ماكرو هیل ، القاهرة ، مصر .
3. البهاص، سيد أحمد ( 2002 ): النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمين ومعلمات التربية الخاصة، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد ( 31 ) مجلد ( 1).
4. صلاح الدين ، نهال وعبدالحميد ، هدى (2005) ، العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وادارك النجاح للاعبي الأنشطة الرياضية وذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة البحوث النفسية والتربوية . كلية التربية . جامعة المنوفية .
5. عباس ، مدحت ألطاف (2010) ،ـ الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية . المجلة العلمية . كلية التربية بأسوان . جامعة جنوب الوادي .
6. العسود، فضيلة. ( 2011 ): مستوى الأمن النفسي والصلابة النفسية والعلاقة بينهما لدى النساء الفلسطينيات زوجات الأسرى في السجون الإسرائيلية في محافظة الخليل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.
7. عثمان فاروق السيد،(2001) ، القلق و أدارة الضغوط ط 1 دار الفكر العربي القاهرة.
8. عينة ، ناريمان (2017) ، الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجلفة ، الجزائر .
9. عویس ، خیر الدین علي احمد ( ١٩٩٩ ) : دلیل البحث العلمي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة ,مصر.
10. العساف ، صالح بن حمد ( ١٩٩٥ ) : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكیة ، ط ١ ، مطبعة شركة العبیكان ·للطباعة والنشر الریاضي ، السعودیة .
11. مخيمر ، عماد ( 1996) ،ادارك القبول / الرفض الوالدي و علاقته بالصلابة النفيسة لطلاب الجامعة ، مجلة دارسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين ج 0. القاهرة، مصر .
12. مخيمر، عماد (2002)، استبيان الصلابة النفسية, القاهرة ,مكتبة انجلوا المصرية .
13. 13- يوسف ،حدة (2013) ،الصلابة النفسية و علاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة دارسات العدد 24 ، الاغواط.
14. 14 -Anshel, M. (2007). Relationships between sources of stress and athletes, coping style in competitive sport as a function of gender, psychology of sport and exercise, 20(1).p36

15 - peromtersonst .larspeter(1988) ,sports injuries ,their prevention and treatment publisher , Inc ,Champaign .

16- Kosbasa,S.C (1982)Commitment and coping in stress resistance among la laroyer, Journal of personality and Social psychology.

الملاحق

ملحق رقم (1)

جامعة الموصل /جامعة دهوك

عزيزتي الطالبة

تحية طيبة وبعد...

يقوم الباحثون بإجراء دراسة بعنوان: "الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعتي الموصل ودهوك.

راجياً التكرم بالإجابـة عـن فقـرات المقياس ووضع إشارة (x )أمام العبارة التي تتفق ووجهة نظرك.

شاكرين لكن جهودكن وأمانتكن العلمية وحرصكم على إنجاح هذه الدراسة، علما أن إجابتـك سـتكون

سرية، ولا تشكل أي نوع من الاختبار، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

مع خالص شكرنا لحسن تعاونكم

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **الفقرات** | **دائما** | **احيانا** | **ابداً** |
| 1 | قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم. |  |  |  |
| 2 | أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله. |  |  |  |
| 3 | لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها. |  |  |  |
| 4 | يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها. |  |  |  |
| 5 | لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخــدم المجتمـع الذي  أعيـش فيه. |  |  |  |
| 6 | أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة. |  |  |  |
| 7 | أعتقد أن "البعد عن الناس غنيمة". |  |  |  |
| 8 | اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر. |  |  |  |
| 9 | أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي. |  |  |  |
| 10 | أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم. |  |  |  |
| 11 | أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث. |  |  |  |
| 12 | أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن. |  |  |  |
| 13 | أغير قيمي ومبادئي إذا دعت الظروف لذلك. |  |  |  |
| 14 | أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي. |  |  |  |
| 15 | أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه. |  |  |  |
| 16 | أعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيطي. |  |  |  |
| 17 | أعتقد أن الفشل يعود إلى سوء التخطيط. |  |  |  |
| 18 | أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي. |  |  |  |
| 19 | أعـتـقـــد أن حـيــاة الأفــراد تـتـأثـــر  بـقـــوى خـارجـيـة لا سـيـطـرة لهـم عليهـا. |  |  |  |
| 20 | الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها. |  |  |  |
| 21 | أؤمن بأن الهروب من المشكلة لا يؤدي إلى حلها. |  |  |  |
| 22 | أعتـقــد أن الحيــاة التي لا تنطـــوي على تغييـــر هي  حيــاة ممـلة روتينية. |  |  |  |
| 23 | أخطط لأمور حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ  والظروف الخارجية. |  |  |  |
| 24 | التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح. |  |  |  |
| 25 | الحياة فرص وليست عملاً وكفاحاً. |  |  |  |
| 26 | أؤمن بأن حل المشكلات يكون بالتفكير فيها وليس تجاهلها. |  |  |  |
| 27 | مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي. |  |  |  |
| 28 | أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة  تحدياتها. |  |  |  |
| 29 | عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدرتي على  تنفيذها. |  |  |  |
| 30 | أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها. |  |  |  |
| 31 | نجاحي في أموري (عمل، دراسة..إلخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة. |  |  |  |
| 32 | أستطيع مواجهة مشكلات الحياة المختلفة. |  |  |  |
| 33 | لدي قدرة على المثابــرة حتـى أنتهـي من حـل أي مشكلة  تواجهني. |  |  |  |
| 34 | أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث. |  |  |  |
| 35 | أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي. |  |  |  |
| 36 | أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على  المثابرة. |  |  |  |
| 37 | لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي. |  |  |  |
| 38 | أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها. |  |  |  |