



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة زيان عاشور الجلفة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس و الفلسفة



الصلابة النفسية  
وعلاقتها برأس المال النفسي  
(لدى أستاذة التعليم الثانوي)  
دراسة ميدانية بثانوية بن الأبيض قويدر عين الإبل

مذكرة التخرج ضمن متطلبات

نيل شهادة ماستر تخصص علم النفس المدرسي

المشرف : عروي مختار

إعداد :

- طش نصيرة
- بورزق نجوى

لجنة المناقشة:

- د. أ ..... جامعة ..... رئيسا
- د. أ ..... جامعة ..... مقرا
- د. أ ..... جامعة ..... مناقشا

السنة الجامعية 2023/2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## تشكر وعرfan

قال تعالى (وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ) (لقمان. 12)

وقال رسول الكريم ﷺ "من لم يشكر الناس، لم يشكر الله عز وجل"

الحمد لله على ما أكرمنا به من إتمام هذه المذكرة التي أرجو أن تنال

الرضا ثم توجه بجزيل الشكر و عظيم الامتنان كل من:

الدكتور الفاضل "عروي مختار" حفظه الله وأطال في عمره لتفضيله

الكريم بالإشراف على هذه الدراسة تكرمه بنصحي وتوجيهي

و تعبته وصبره معنا طيلة فترة إتمام هذه المذكرة.

"أعضاء اللجنة المناقشة الكرام" لتفضلهم بقبول المناقشات هذه الدراسة.

كما ما نتوجه بخالص الشكر إلى كافة أساتذتنا الكرام بقسم علم النفس

المدرسي لما بذلوه من نصج وتوجيه.

عروي مختار

## إهداء

الحمد لله الذي وهبنا التوفيق والسداد ومنحنا الثبات وأعاننا على إتمام هذا العمل فهو ثمرة جهدنا وحن قفافها هي لحظة طالما انتظرتها وسهرت، تعبت، اجتهدت لأصل لها، إنها لحظة تخرجني التي كانت أحد أركانها ، إلى أبي الذي أحمل اسمه بكل فخر والذي رافقني بالحب والرعاية أطال الله في عمره ، إلى أمي كانت عوناً وسنداً لي وكان لدعائها المبارك أعظم الأثر في إنجاز مذكرتي و بها أعلو و عليها أرتكز عملتي معنى الحرية والجرأة، إلى أختي سندي ومسندي و إتكاني وضلعي ثابت الذي لا يميل وملاذي بعد الله، إلى كتايت العائلة لينا ولوجين و معاذ إلى منهم أقرب إلي من روعي شاركتم حياتي خالاتي حفظهم الله إلى جدتي التي لا يطيب النهار إلا برؤيتها ولا تحلو الأيام إلا بوجودها أطال الله في عمرها ، إلى روح جدي الطاهرة التي يشواق لها قلبي،رحمه الله. إلى كل ما أحبهم قلبي ولم يذكرهم قلبي . إلى أعز الناس واقرب إلي صديقتي نجوى التي تقاسمت معها شقاء هذا العمل و تحملتني طيلة هذه الفترة . إلى أستاذ الفاضل **عروي المختار** الذي دعمني وساعدني ولم يبخل علينا بخبرته بنصح والإرشاد. إلى كل هؤلاء أهديهم هذا العمل المتواضع سائلاً الله أن ينفعنا به ويمدنا بالتوفيق.

نصيرة طش



## إهداء

الحمد لله خالق الأنوار ثم الصلاة والسلام على سيدنا محمد  
المختار صلى الله عليه و سلم.

أهدي عملي:

إلى الذي لاتفيه كلمات الشكر والعرفان إلى مثالي الأعلى وقدوتي في الحياة  
أبي الكريم حفظه الله .

والى بحر الحب والحنان والنبض الساكن في عروقي امي الحنونة أطال  
الله في عمرها.

والى نجوم سمائي المتألئة إخوتي أدامهم اللهم لي

والى دعمي وسندي في الحياة خالي وزوجته وخالتي رعاهم الله

إلى من دفعنا بخطوات راسخة لإتمام هذا العمل "أستاذي الفاضل **عروي مختار**"  
جزاه الله .

إلى صديقتي وحببتي نصيرة أدام الله صداقتنا والى كل من خفق لي حبا

وخوفا علي اهدي إليهم ثمرة جهدي المتواضع "شكرا من لقلب للجميع

ولصديقاتي والى كل من وسعهم قلبي ولم يسعهم قلبي .

واسأل الله أن يفتح لي ولصديقتي والى الجميع من ساهموا في عملي

**نجوى بورزق**

## ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي، ولقد استخدمنا مقياس الاستبيان لجمع البيانات وفق للمنهج الوصفي وطبقناه على عينة تبلغ عددها 40 أستاذ وأستاذة بثانوية بن الأبيض قويدر عين الإبل (الجلفة)، وتحصلنا على النتائج:

1. توجد علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر.
2. مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر متوسط.
3. مستوى رأس المال النفسي لثانوية بن الأبيض قويدر متوسط.

## كلمات مفتاحية:

- الصلابة النفسية
- رأس المال النفسي

## **Study summary:**

The study aimed to find out the relationship between psychological hardness and psychological capital among teachers of secondary education, and we used the questionnaire scale to collect data according to the descriptive approach, and applied it to a sample of 40 male and female teachers at the secondary school of Ibn Al-Abyad Kouider Ain Al-Abel Djelfa, and we got the results:

1. There is a direct correlation with significant statistical between the psychological hardness and psychological capital of the secondary teachers of Ibn Al-Abyad Qweider.
2. The level of psychological hardness among teachers at Ibn Al-Abyad Qweider High School is medium.
3. The level of psychological capital for Ben El-Abyad Kouider High School is medium.

## **Keywords:**

- Mental toughness
- Psychological capital

## فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	شكر وعرفان
ب	إهداء
ج	ملخص باللغة العربية
د	ملخص باللغة الانجليزية
هـ - و	قائمة الجداول
ز	فهرس الأشكال
ح	فهرس الملاحق
1-16	<b>الفصل الأول: الإطّار العام للدراسة</b>
1-2	مقدمة
4-6	إشكالية الدراسة
6-7	تحديد فرضيات الدراسة
8	أهداف الدراسة
8	أهمية الدراسة
8-9	التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة
9-15	دراسات سابقة
15-16	استثمار الدراسات السابقة
18-33	<b>الفصل الثاني: الصلابة النفسية</b>
18	تمهيد
19-20	مفهوم الصلابة النفسية
20-21	أبعاد الصلابة النفسية
21-23	أهمية الصلابة النفسية



23-24	خصائص الصلابة النفسية
24-30	النظريات المفسرة للصلابة النفسية
30-32	سمات الشخصية ذو الصلابة النفسية
33	خلاصة
35-45	<b>الفصل الثالث : الرأس المال النفسي</b>
35	تمهيد
36-39	مفهوم رأس المال النفسي
39-42	أبعاد رأس المال النفسي
42-43	أهمية رأس المال النفسي
43	أهداف رأس المال النفسي
43-44	خصائص رأس المال النفسي
45	خلاصة
47-66	<b>الفصل الرابع : الإجراءات الميدانية للدراسة</b>
47	تمهيد
48	الدراسة الاستطلاعية
48	أهداف الدراسة الاستطلاعية
48	الحدود المكانية والزمانية
48	عينة و مجتمع الدراسة
49-54	أداة الدراسة
54	منهج الدراسة
54	الدراسة الأساسية
54-61	خصائص السيكمترية لأداة الدراسة
61-66	خصائص العينة الدراسة

66	خلاصة
-68-93	الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة
68	تمهيد
69	عرض نتائج الدراسة
70-71	تفسير ومناقشة الفرضية العامة
71-72	تفسير ومناقشة نتائج فرضية الفرعية الأولى
72-73	تفسير ومناقشة نتائج فرضية الفرعية الثانية
73-74	تفسير ومناقشة نتائج فرضية الفرعية الثالثة
74-75	تفسير ومناقشة نتائج فرضية الفرعية الرابعة
75-76	تفسير ومناقشة نتائج فرضية الفرعية الخامسة
77-78	تفسير ومناقشة نتائج فرضية الفرعية السادسة
79	استنتاج عام
81	خاتمة
83-87	قائمة مصادر و مراجع
89-93	ملاحق

## فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	صفحة
1	الأوزان المعطاة لخيارات الإجابة المتاحة في الاستبيان	50
2	المتوسطات المرجحة والاتجاه الموافق لها	51
3	المتوسطات المرجحة للأبعاد والمتغيرات والمستويات الموافقة لها	52
4	يوضح نتائج معمل الصدق التمييزي للمقاييس الصلابة النفسية	55
5	قيم معاملات الارتباط بين درجة مفردة والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية	56
6	معاملات الثبات لمقياس الصلابة النفسية باستخدام طريقة "الفاكرونباخ"	57
7	يوضح نتائج معامل الصدق التمييزي لمقياس رأس المال النفسي	58
8	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي	59
9	معاملات الثبات لمقياس رأس المال النفسي باستخدام طريقة "الفاكرونباخ" رأس المال النفسي	60

61	معاملات الثبات للدراسة ككل باستخدام طريقة " الفاكرونباخ "	10
62	توزيع عينة الدراسة حسب نوع الجنس	11
63	توزيع عينة الدراسة حسب العمر	12
64	توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة	13
66-65	توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي	14
70	معامل الارتباط بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي	15
71	اختبار الفروقات المستوى الصلابة حسب عدد سنوات الخبرة	16
72	اختبار تباين الفروقات لمستوى الصلابة النفسية حسب المؤهل العلمي	17
73	اختبار تباين الفروقات لمستوى الصلابة النفسية حسب عدد سنوات الخبرة	18
74	اختبار تباين الفروقات لمستوى رأس المال النفسي حسب المؤهل العلمي	19
76-75	بين اتجاهات وميولات إجابات عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية	20
78-77	بين اتجاهات وميولات إجابات عينة الدراسة على مقياس رأس المال النفسي	21

## فهرس الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
62	توزيع عينة الدراسة حسب نوع الجنس	1
63	توزيع عينة الدراسة حسب العمر	2
65	توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة	3
66	توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي	4

## قائمة الملاحق

الموضوع	رقم ملحق
الصلابة النفسية (علي حراث)	01
رأس المال النفسي (زيتون نعمة زهد السعدون)	02



# مقدمة

## مقدمة:

تعد مهنة التدريس من أكثر المهن الضاغطة بسبب عدة مثيرات يتعلق بعضها بشخصية الأستاذ والتي قد تحدد قدرته على التكيف مع التغيرات السريعة في مجال التعليم، ويعود بعض للبيئة الاجتماعية الخارجية التي يعيش فيها، ويعد الأستاذ ركنا أساسيا في العملية التربوية لذلك فقد تزايد الاهتمام بالأستاذ ودراسة وضعه والعوامل والضغوط التي تؤثر في فاعلية أدائه، فعندما يتسلح الأستاذ بالصلابة النفسية في مواجهة ضغوط عملية التدريس فإن هذا سيكون أكبر معين على مواجهة ضغوط عملية التدريس والعمل، فالصلابة هي إحدى سمات الشخصية المناعية التي تساهم في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية، وتعد في مقدمة الطريق إلى المقاومة لكونها تحافظ على الصحة والأداء وتزيد من الإنتاجية في العمل، ومن الملاحظ احتفاظ معظم الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية ولا يصيبهم الإرهاق والمرض بالرغم من تعرضهم لمحن والأحداث حياته الضاغطة وتعد الصلابة من أهم المصادر التي حظيت باهتمام كبير من الباحثين، وقد عرفت كوزا (1979) بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية. (الرجبي. 2017. ص 59)

ويعرف فنك متغير الصلابة النفسية بأنه خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتثمينها الخبرات البيئية المتنوعة والمعززة المحيطة بالفرد منذ الصغر. (اليازجي، 2011، ص

(36)

فيساهم امتلاك المعلم الرصيد الكبير من رأس المال النفسي في زيادة جهده التدريسي وقبوله لمهنته ومشاركته بإيجابية في الأنشطة المدرسية والحفاظ على عضوية المدرسة والإقبال على عمله بتفاؤل ودافعية، فهو بمثابة حافز داخلي للمعلم يجعل المعلم يبذل أكثر مما يتوقعه منه، بينما يولد انخفاض رأس المال النفسي الإحباط والتشاؤم والشعور بالإجهاد وقلة الرغبة في العمل .

يرجع استخدام مصطلح رأس المال النفسي إلى سيدي الجان (2022) عندما أشار إلى الاهتمام بجوانب القوة لدى الفرد وتطويرها بدلا من الاهتمام بنواحي الضعف، وتعددت تعريفات رأس المال النفسي منها الحالة النفسية الإيجابية للفرد والتي تتميز بالثقة في اجتياز المهام واتخاذ منحى إيجابي للنجاح والمثابرة وإعادة التوجيه عند الضرورة نحو أهداف الفرد والمرونة في تجاوز الصعوبات، ويعرف بأنه الرصيد الذي يمتلكه الفرد من خصائص الشخصية تساهم في نجاحه وهي التفاؤل والثقة والكفاءة الذاتية والمرونة. (عبد العزيز، صالح، 2022، ص 152)

وفي دراستنا الحالية سوف نتطرق إلى الصلابة النفسية وعلاقتها برأس المال النفسي.

الجانب النظري يوجد فيه ثلاث فصول :

الفصل الأول: هو الإطار العام للدراسة يشمل الإشكالية والفرضيات وأهداف وأهمية الدراسة وأهم المفاهيم الإجرائية، و بالإضافة إلى الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: تطرقنا إلى مفهوم الصلابة وأهميتها وأبعادها وخصائصها وأهم النظريات المفسرة لها ونجد أيضا سمات الشخصية ذو الصلابة النفسية.

الفصل الثالث: تكلمنا فيه عن مفهوم رأس المال النفسي وأبعاده وأهميته وأهدافه وأهم الخصائص.

الجانب التطبيقي: فيتضمن فصلين:

الفصل الرابع: مخصص لأهداف وأداة مجتمع الدراسة والمنهج المتبع أي انه الإجراءات المنهجية المعمول بها.

الفصل الخامس: مخصص لعرض التحليل مناقشة النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

# الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- إشكالية الدراسة
- تحديد فرضيات الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة
- الدراسات السابقة
- استثمار الدراسات السابقة

## 1/ إشكالية الدراسة:

ترتكز العملية التربوية على المدرسة التي تتولى التربية في العصر الحديث، وتعتبر من أهم بيئات التفاعل الاجتماعي والتي تسهر على تربية الأجيال من خلال تزويدهم بالقيم والمعتقدات السليمة التي لها بالغ الأثر في نموهم وتشكيل شخصياتهم وإكسابهم أنماط السلوك الإيجابية، حيث أصبحت المدرسة مجتمعا مصغرا يساهم في بلورة أفكار واتجاهات الفرد، ولذلك هي رسالة تربوية تهدف إلى ما هو أشمل من مجرد التعليم والتحصيل المعرفه.

ولا شك أن مرحلة التعليم الثانوي مميزة كونها المرحلة العنبرية التي تستقطب الأستاذ الذي يأتي في الصدارة هذه المرحلة، مما جعلته أستاذ مقاوم وله القدرة والصلابة النفسية لتحقيق استراتيجيات معينة تساعد على التعامل مع المواقف، أهم ما يميز أصحاب الصلابة النفسية القدرة على الصمود والمقاومة وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس، والتقاؤل والهدوء، مما يجعله يتخذ قرارات المناسبة.

يعود هذا المفهوم إلى كوبازا (Kobaza, 1979) حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات، و التي استهدفت معرفة المتغيرات التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص لصحتهم النفسية والجسمية، رغم تعرضهم للضغوط، حيث تقول بأن الصلابة هي اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية، والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية، وموضوعية، ومنطقية، ومتعايش معها على نحو إيجابي ومتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام، والتحكم، والتحدى. (مراجع سالم، 2020، ص 386)

استطاعت كوبازا من خلال اعتمادها على نتائج مجموعة الدراسات التي اجراتها أعوام (1979-1985) التوصل إلى صياغة نظريتها التي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية و الاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحة النفسية و الجسمية، رغم تعرضه للمشقة و ذلك على عينات متباينة الأحجام

والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة و العليا و من المحامين و رجال الأعمال، وتم تطبيق عدد من الاختبارات عليهم كاختبار الصلابة النفسية و بأبعادها الثلاثة لكوبازا و اختبار (وايلر 1968) للمرض النفسي، والجسمي و اختبار ( هولمز وراهي 1967 ) للأحداث الحياتية الحرجة، و انتهت إلى عدد من النتائج التي ساعدت في صياغة بعض الأسس التي اعتمدت عليها في وضع نظريتها في الصلابة النفسية هي : إن التعرض لأحداث الحياة الشاقة يعد أمر ضروري بل انه حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد و نضجه الانفعالي و الاجتماعي ، و إن الشخصية التي تتسم بالصلابة لديها مستوى عالي من القدرة على احتمال الآلام و المشاق و الصمود في مواجهة المشكل، بالتالي تكمن الصحة النفسية في مسلمات الأساسية المتمثلة الصلابة النفسية بأبعادها المختلفة (التحدي، التحكم، الالتزام) . ( مقدار، 2014، ص6)

ويشير مفهوم الصلابة النفسية إلى ترحيب الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها، حيث تعمل الصلابة النفسية كوقاية من العواقب الجسمية والنفسية السيئة.(شطي، 2019، ص7)

مما جعلها ترتبط بالعديد من المتغيرات منها رأس المال النفسي، فمفهوم رأس المال النفسي تم اقتراحه من قبل Avolio.Avey, and Norman 2007 ويشير لنظرة العاملين الإيجابية لوظيفتهم ومنظمتهم. فالأفراد الأكثر تفاؤلاً وأملاً وكفاءة ولديهم قدرة كبيرة على استعادة التوازن ترفع لديهم القدرة على الصمود أمام المشكلات والصراعات في أماكن العمل مقارنة بأقرانه من ذوي مستوى رأس المال النفسي المنخفض، ويعرف رأس المال النفسي بأنه الحالة النفسية الإيجابية المتطورة للفرد التي تتميز بالثقة اللازمة لي النجاح في المهام الصعبة والقدرة على القيام بالسلوكيات الإيجابية المتطلبة لي النجاح في الحاضر والمستقبل والمثابرة نحو تحقيق الأهداف من أجل تحقيق النجاح والقدرة على استعادة التوازن في حالة الوقوع في مشكلات ، بينما يرى (Hmieleski, 2013,P, ,&Baron, Franklin)



743,P.2013) رأس المال النفسي يمثل الموارد الشخصية الإيجابية التي تساعد الأفراد على تحقيق النجاح في نواحي الحياة المختلفة، حيث يركز مفهوم رأس المال النفسي جوانب القوة الشخصية والخصائص الإيجابية في الأفراد التي يعتقد أن تؤدي إلى التحسن في الأداء الفردي والمؤسسي. (أبو المعاطي، منصور أحمد، 2018، ص 413-414)

لقد جاءت الدراسة الحالية لتصب في هذا الإطار لتعرف عليها أكثر نطرح السؤال التالي:

### التساؤل العام:

\_هل توجد علاقة بين مستوى الصلابة النفسية ورأس المال النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي؟

### التساؤلات الفرعية:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير الخبرة؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير الخبرة؟
- 4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟
- 5- هل مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر مرتفع؟
- 6- هل مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر مرتفع؟

## 2/ تحديد فرضيات الدراسة:

### الفرضية العامة:

- توجد علاقة بين مستوى الصلابة النفسية ورأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر.

### الفرضيات الفرعية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى متغير الخبرة .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى متغير المؤهل العلمي .

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى متغير الخبرة .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر تعزى متغير المؤهل العلمي .

5- مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة بن الأبيض قويدر مرتفع.

6- مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة بن الأبيض قويدر مرتفع .

## 3/ أهداف الدراسة:

- التعرف على الصلابة النفسية ورأس المال النفسي.

- معرفة كيف يتخلص أساتذة التعليم الثانوي على ضغوطات العمل بواسطة الصلابة النفسية .

- التعرف على الأساتذة الذين لديهم القدرة على التعامل مع المواقف و حل مشكلاتهم بنفسهم.

- إبراز مفهوم رأس المال النفسي وانعكاسات على الأساتذة تعليم ثانوي.

#### 4/ أهمية الدراسة:

تكمن أهمية دارستنا في معرفة درجة رأس المال النفسي والصلابة النفسية لدى كل الأساتذة ومعرفة كيف يحافظ الأساتذة على صحتهم النفسية و الجسمية رغم تعرضهم للضغوطات وكيف يستطيعون تجاوزها.

#### 5/ التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة :

##### 1. الصلابة النفسية:

لغة: الصلابة من فعل صُلِبَ ، يُصَلَّبُ ، صَلَابَةٌ هي الشدة صفة الجسم الذي يحتفظ بشكله وحجمه.

اصطلاحا: عرفها مخيمر على أنها "نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمة الآخرين من حوله واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير و ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا و إعاقة له". (غنام، مراحية، ص 2016)

##### تعريف الإجرائي:

هي التحدي و شدة التحمل المشكلات، وهي إدراك الفرد عما يواجهه من صعوبات الحياة الضاغطة ويمكنه موجهتها بالتحكم و الالتزام للمحافظة على الصحة النفسية و الجسمية.

## 2. تعريف رأس المال النفسي:

عرفه لوثناس ( Luthans et 2007 ) بأنه حالة نفسية إيجابية متطورة للفرد تتميز بامتلاكه الثقة لبذل الجهد اللازم للنجاح في أداء المهام الصعبة (الكفاءة الذاتية)، وشعوره الايجابية حول النجاح في الوقت الحاضر والمستقبل (التفاؤل)، والمثابرة لأجل الأهداف وتعديل المسارات عند الضرورة من أجل النجاح (الأمل)، وتجاوز المشكلات، والعودة للحالة الطبيعية عند سعيه لتحقيق الأهداف (المرونة )، بينما يعرفه جويل ( Gohel2012 ) بأنه الصفات الشخصية التي تؤدي إلى رفع الإنتاجية الفرد وزيادة كفاءة أداءه. (الشمري، نادر 2022 ، ص12-44 )

### تعريف الإجرائي:

رأس المال النفسي بأنه الحالة الايجابية للفرد التي تساعده في تحقيق الأهداف وتجاوز العقبات التي تواجهه.

## 6/ دراسات سابقة:

### 1-دراسات الصلابة النفسية:

1.دراسة زياد طالب العزام 2013، الصلابة النفسية الانفعالي لدى مرضى السكري والتي هدفت الدراسة إلى:

\_ على مستوى الصلابة النفسية والتكيف الانفعالي والعلاقة بينهم لدى مرضى السكري في محافظة إربد.

\_ وهل توجد الفروق ذات الدلالة الإحصائية مستويات الصلابة النفسية والتكيف الانفعالي يمكن أن تعزي: إلى كل من الجنس والعمر والمستوى التعليمي وحالة الاجتماعية.

تمثلت عينتها في 345 الأفراد الذي يعاني من مرض السكر من نوع ثاني (Type2) جامعة اليرموك محافظة إربد، استخدمت مقياس الطلاع و النجار (2012) لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي، وكان من أبرز نتائجها:

- 1- أن درجة الصلابة النفسية لدى الحمض السكري كان منخفضا.
- 2- وأن مستوى الانفعالي كان (متوسطا)، ودلت أيضا نتائج على وجود ارتباط إيجابي دال الإحصائيات بين الصلابة النفسية والتكيف الانفعالي.
- 3- إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية لمتغير الصلابة النفسية يعزي لكل من متغير (نوع العلاج المستخدم).
- 4- عدم وجود فروق دالة إحصائيات بين المتوسطات الحسابية لمتغير للصلابة النفسية تعزي المتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية). (طالب العزام، 2013)

2 . دراسة العاتي سعاد، 2019، أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية:

والتي هدفت الدراسة إلى:

\_الكشف عن العلاقة بين الأساليب مواجهة الضغوط النفسية ومستوى الصلابة النفسية لدى طلبة سنة أولى جامعي.

\_معرفة طبيعة أساليب مواجهة الضغوط النفسية أكثر استخداما لدى طلبة سنة أولى جامعي.

\_التحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية بين طلبة العينة تعزي إلى كل متغير الجنس نمط الإقامة والتخصص الجامعي.

تمثلت اختيار عينة عشوائية طبقية من 654 طالب وطالبة بجامعة قاصدي مباح ورقلة، استخدمت مقياس "تواجهات التعامل مع المشكلات المعاشة" لكارفر" ترجمة "أبو بكر

مفتاح" ومقياس الصلابة النفسية "عماد مخيم" لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي الارتباطي وكان من أبرز نتائجها:

1. توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين أساليب المواجهة و الضغوط النفسية مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة العينة.

2. يستخدم طلبة سنة أولى جامعي أساليب متمركزة حول المشكلة.

3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية تعزي إلى متغير الجنس.

4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية تعزي

إلى متغير التخصص علمي /أدبي. (العاتي،2019 )

3.دراسة حبيبة شطي.2019. مستوى الصلابة النفسية لدى أستاذة التعليم الابتدائي والتي هدفت دراسة حالية إلى:

\_ التحقق من الفروق الصلابة النفسية التي تعزي إلى متغير(الجنس، التخصص، المؤهل العلمي) لدى أستاذة التعليم الابتدائي.

\_تحديد الفروق بين الأساتذة مرتفعي الصلابة النفسية ومنخفضي الصلابة النفسية.

\_ معرفة علاقة الصلابة النفسية بالأقدمية لدى أستاذة التعليم الابتدائي.

تمثلت عينتها 30 أستاذ و أستاذة، بمدينة ورقلة ، استخدمت مقياس الصلابة النفسية لـ "كوبازا" (1982)، ترجمة وتعديل "مخيمر (2002) لجمع البيانات وفقا لمنهج الوصفي كان من أبرز نتائجها

إن مستوى الصلابة النفسية لدى أستاذة التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة مرتفع، أما بالنسبة لمتغيرات الجنس والتخصص والمؤهل العلمي و الأقدمية فقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقة دالة إحصائية بينها وبين الصلابة النفسية، وقد تم تفسير النتائج المتواصل إليها في ضوء الإطار النظري لهذه الدراسة. (شطي، 2019 )



4.دراسة حمي الحادة، طَبال فريدة، 2021، الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسية والتي هدفت الدراسة إلى:

\_التعرف على مستوى الصلابة النفسية والضغط النفسية لدى عينة الدراسة.

\_معرفة العلاقة والفروق بين الصلابة النفسية والضغط النفسية.

تمثلت عينتها 13 فردا من أولياء ذوي الاحتياجات الخاصة، بولاية الوادي، استخدمت مقياس الصلابة النفسية الذي كافي من إعداد شويطر خيرة، ومقياس الضغط النفسية من إعداد حكيمة آيت حمودة لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي وكان من أبرز نتائجها:

1- توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين الصلابة النفسية والضغط النفسية لدى أولياء ذوي الاحتياجات الخاصة.

2- مستوى الصلابة النفسية مرتفع.

3- مستوى الضغط النفسية المنخفضة.

4-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسية تعزى لمتغير الجنس

لدى أولياء ذوي الاحتياجات الخاصة ذوو الصلابة المرتفعة.(حمي، طبال. 2021 )

5 . دراسة بن نوانة عواطف، عرعار خلود ، 2021، الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد.

هدفت الدراسة إلى:

\_التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد لدى أفراد عينة الدراسة.

\_التحقق من وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد تعزى لجنس لدى أفراد عينة الدراسة.

\_الإطلاع على الأطر النظرية للكوفيد و علاقته بالصلابة النفسية باعتباره متغير جديد نوعا ما.

تمثلت عينتها 30 طالبا، بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، استخدمت مقياس الصلابة النفسية " لعماد مخيمر " لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي الاستكشافي وكان من أبرز نتائجها:

1. مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى عينة أفراد الدراسة الحالية مما يدل على تحقق نتائج الفرضية الأولى.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد تعزى الجنس مما يدل على عدم تحقق الفرضية الثانية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد تعزى لشدة الصلابة مما يدل على عدم تحقق الفرضية الثالثة.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد تعزى لمدة الصلابة مما يدل على عدم تحقق الفرضية الرابعة. (بن نونة، عرعار، 2021)

## 2- دراسات رأس المال النفسي:

1. دراسة انساعد، العكازي، بشير سنة 2019: اثر رأس المال النفسي على التوجه المقولاتي لدى طلبة المقبلين على التخرج والتي هدفت إلى:  
\_ معرفة اثر رأس المال النفسي على التوجه المقولاتي لطلبة.  
\_ استعراض أهم المفاهيم الأساسية المتعلقة برأس المال النفسي والتوجه المقولاتي.  
\_ التعرف على إذا ما كانت هناك علاقة دلالة إحصائية بين رأس المال النفسي والتوجه المقولاتي.

وتمثلت عينتها من 120 مفردة من طلبة الماستر بكلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير بجامعة الشلف، واستخدمت أداة الاستبيان وفق المنهج الوصفي .

ومن أبرز نتائجها :

1- وجود اثر رأس المال النفسي على التوجه المقولاتي لدى الطلبة.

2- وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين رأس المال النفسي والتوجه المقولاتي لطلبة.

3- وجود اثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى  $a > 0.05$  لابعاد رأس المال النفسي

على التوجه المقولاتي لدى الطلبة. (انساع، العكازي، بشير، 2019)

2.دراسة وراي،نفقير، واري سنة 2022 : دور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين حياة العمل على الإبداع التنظيمي بوجود رأس المال النفسي كمتغير وسيط وقد هدفت الدراسة إلى:

\_ اختبار مدى وجود اثر لجودة حياة العمل على الإبداع التنظيمي لدى موظفي الاتحاد الإفريقي بإثيوبيا.

\_ اختبار مدى وجود اثر رأس المال النفسي على الإبداع التنظيمي لموظفي الاتحاد الإفريقي.

- اختبار مدى وجود اثر لجودة حياة العمل على رأس المال النفسي لدى وموظفي الاتحاد الإفريقي بإثيوبيا .

تمثلت عينتها في 82 إطار سامي لمفوضية الاتحاد الإفريقي بأديس بابا، واستخدمت في ذلك أداة الاستبيان واعتمدت على المنهج الوصفي، ومن أهم النتائج التي توصلوا إليها :

1- وجود اثر دلالة إحصائية لجودت الحياة العمل على رأس المال النفسي.

2- وجود اثر ذو دلالة إحصائية لرأس المال النفسي على الإبداع التنظيمي.

3- وجود اثر ذو دلالة إحصائية لجودة حياة العمل على الإبداع التنظيمي بوجود رأس

المال النفسي الإيجابي كمتغير وسيط.(وراي، 'نفقير ، واري ، 2022)

3 دراسة الشمري، نادر سنة 2022: الرأس المال النفسي الإيجابي لدى طلبة الجامعة هدفت إلى:

- 1- بناء مقياس رأس المال النفسي الإيجابي .
- 2- قياس رأس المال النفسي الإيجابي لدى طلبة جامعة سامراء .
- 3- التعرف على فروق فيه على وفق متغيري الجنس والتخصص.

وتمثلت عينة البحث 1038 طالبا وطالبة بجامعة سامراء من طلبة كلية التربية، والأداة هي المقياس وفق المنهج الوصفي الارتباطي ومن أبرز نتائجها :

- 1- تمتع العينة بمستوى مرتفع من رأس المال النفسي الإيجابي .
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في رأس المال النفسي الإيجابي عند مستوى دلالة (0.05).

- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة التخصصات الإنسانية وطلبة التخصصات العلمية في رأس المال النفسي الإيجابي عند مستوى 0.05 .(الشمري ،نادر 2022).

## 7/ استثمار دراسات السابقة:

### 1- الصلابة النفسية:

لقد كانت دراستنا ودراسات السابقة كدراسة (زياد طالب عازم 2013 )، ودراسة ( حمي الحادة ، طبال فريدة 2021) تتفق في بعض النقاط :

✓ كان هدفها معرفة نسبة الصلابة النفسية .

✓ المنهج الوصفي.

✓ استعمال أداة الاستبيان.

ولقد اختلفت الدراسات في :

عينة والنتائج حيث كانت عينتنا (40) أستاذ وأستاذة، وأما عينة (زياد طالب عازم 2013) (345) وعينة (حمي الحادة ، 2021) ( 130 عينة).

وأما نتائجها مختلفة:

فنتيجة دراستنا مستوى الصلابة النفسية متوسط، وأما دراسة (زياد طالب عازم 2013) درجة الصلابة النفسية منخفضة ودراسة (حمي الحادة ، طالب 2021) مستوى الصلابة النفسية كان مرتفع، واختلاف المجال المكاني و الزماني .

## 2- رأس المال النفسي :

اتفقت الدراسات السابقة والدراسة الحالية فدراسة (شمري، نادر، 2022)، و(ساعد، عكازي 2019) نجد عندهم بعض النقاط:

- هدفهم كان الوصول إلى نسبة رأس المال النفسي.
- المنهج الوصفي.
- أداة الاستبيان.

وقد اختلفوا في :

- في العينة فدراسة (شمري نادر 2022) عينتها وصلت إلى (1038) عينة، وعينتنا (40) أساتذة وأستاذ، وأما (ساعد ، العكازي 2019) عينتهم بلغت 82، وأما نتائجهم أيضا مختلفة حيث في دراستنا كانت نسبة رأس المال النفسي متوسط، وأما دراسة (ساعد العكازي) و (الشمري ونادر) مرتفع .
- اختلاف المجال المكاني و الزماني.

# الفصل الثاني: الصلابة النفسية

- تمهيد
- مفهوم الصلابة النفسية
- أبعاد الصلابة النفسية
- أهمية الصلابة النفسية
- خصائص الصلابة النفسية
- النظريات المفسرة للصلابة النفسية
- سمات الشخصية ذو الصلابة النفسية
- خلاصة

## تمهيد:

يعتبر مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا وخاصة في البيئة العربية، وهو من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ويتعايش مع صعوبات و ضغوط الحياة المتعددة والمتتالية بنجاح.

لقد بدأ الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية في السنوات القليلة الماضية يتجاوز مجرد دراسة العالقة بين الإدراك الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية إلى الاهتمام و التركيز على المتغيرات الداعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة أو عوامل المقاومة، أي المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السالمة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة، والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها. (حراث، 2020 ص21)

## 1/ مفهوم الصلابة النفسية:

أولاً: الصلابة النفسية: هي صلب أي شديد.

ثانياً: التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية:

يعود هذا المفهوم إلى كوبازا 1979 kobaza، حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات ، والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتها النفسية والجسمية رغما تعرضهم للضغوط .

وتعرفه كوبازا وييمز Kobasa,1982 & Pines,1986 بأنها:

اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية، والاجتماعية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية، وموضوعية، ومنطقية، ومتعايش معها علي نحو ايجابي وترى كوبازا أنها مجموعة من سمات الشخصية التي تعمل كمصدر مقاومة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

وتقلل من التأثير السيئ للضغوط على الصحة النفسية و الجسمية للفرد، وتتكون من ثلاثة أبعاد: الالتزام والتحكم والتحدي.

كما تشير كوبازا إلى أن مفهوم الصلابة يتشابه مع مفاهيم أخرى مثل مفهوم الفاعلية الراهية لبندورا ومفهوم التماسك ألتونفسكي.

وعرفته لولو حمادة، وحسن عبد اللطيف 2002 أنه: المقاومة والصلابة تحت وطأة الضغوط، أو القدرة على تحمل الظروف الصعبة.

ويعرف كارفر وسيشير "carver & Scheier" الصلابة النفسية بأنها ترحيب الفرد وتقبله للمتغيرات، أو الضغوط التي يتعزز لها، حيث تعمل بصلابة كمصدر واق ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط.

وقد عرف بارون "Baron 1998" الصلابة النفسية بأنها التحدي والالتزام والتحكم في حياة الفرد، و أن هذا التحكم في حياة الفرد يجب أن يهدف إلى التطور والنمو الإنساني.



أما فنك Funk,1992 فيعرفها على أنها خصلة عامة في الشخصية، تعمل على تكوينها وتمييزها الخبرات البيئية المتنوعة " المعززة " المحيطة بالفرد منذ الصغر. وتعرف جيهان محمد 2002 الصلابة النفسية بأنها مجموعة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية، وهي خصال فرعية تضم الالتزام والتحدي والتحكم ، يراها الفرد على أنها خصال مهمة له في تصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش معها.

وترى الباحثة من خلال تناولها لهذه التعريفات أنه يوجد إجماع على كون الصلابة النفسية مصدرا من المصادر الشخصية الراتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة و التخفيف من آثارها علي الصحة النفسية والجسمية، حيث يتقبل الفرد التغيرات والمصاعب التي يتعرض لها، وينظر لها على أنها نوع من التحدي وليس تهديدا فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضا معيناً تعود عليه بالفائدة .

وتعرف الباحثة الصلابة النفسية بأنها : قوة الفرد وقدرته علي تحقيق التكيف الشخصي والنفسي وفاعليته إلي أقصى حد ممكن، والقدرة على مواجهة الضغوط بأنواعها المختلفة، و الإحباطات اليومية والاحتفاظ بأوضاع جسمية وانفعالية متزنة، والتغلب على الإنهاك النفسي والانعزالية والتمتع بالنضج الخلقى والتدين للتوفيق بين الدوافع الداخلية والواقع الخارجى لتحقيق درجة عالية من الرضا والسعادة.(هاشم الصفدي،2013، ص28-29)

## 2/ أبعاد الصلابة النفسية:

وهناك ثلاثة أبعاد رئيسية على النحو الذي اقترحه كوبازا "1979" ( Kobasa ) في نظريتها إلى ثلاثة أبعاد والتي تتمثل فيما يلي:

**الالتزام:** وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه، والآخرين من حوله.

وتعرف كوبازا " الالتزام القدرة على الشعور بعمق المشاركة مع الآخرين، والالتزام اتجاه نشاطاتهم الحياتية ومسؤولياتهم الاجتماعية".

**التحكم:** هو "مدى التحكم اعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكما في يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الخفية عما يحدث له، ويتضمن القدرة على اتخاذ القرارات، والقدرة على تفسير الأحداث القدرة على المواجهة الفعالة للضغوط".

**التحدي:** "أي اعتقاد الفرد بأن التغيير بدال من الاستقرار أمر طبيعي في الحياة، ومن هذا المنظور، فإن عقبات الحياة تتيح الفرصة لزيادة مهارات الفرد، ومعرفة ذاته وبالتالي تمثل حوافز للنمو بدال من اعتبارها تهدده لأمنه وسلامته". (عيسات، 2020، ص 430-431)

### 3/ أهمية الصلابة النفسية:

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من آثار الضواغط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتقاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية .

وقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي و كوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي، والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية، وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية، والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق، ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة :

- أولاً: تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
- ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.

• ثالثاً: تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

• رابعاً: تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية.

وقد أكدت البحوث أهمية إدراك الأحداث في الشعور بالضغط من عدمه ، فقد وجد كل من رود والت وزون rodwalt & zun أنه بمقارنة الأشخاص ذوي الصلابة المرتفعة بأقرانهم ذوي الصلابة المنخفضة، وجدوهم يميلون أكثر للنظر إلى أحداث الحياة الماضية على أنها كانت إيجابية، وكانت لديهم القدرة على التحكم فيها، ووجد مادي وكوبازا أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستعادة من أساليب مواجهتهم للضغط، بحيث تقيدهم في خفض تهديد الأحداث الضاغطة من خلال رؤيتها من منظور واسع وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها.

ويؤكد الليرد وسميث (Allerd & Smith,1989) أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية وما نتج عنها من انحدار في مستوى التحفز الفسيولوجي ، وأن لديهم أيضاً مجموعة من الجمل الإيجابية عن الذات أكثر من أولئك الأقل صلابة " والتي تعرف بالالتزام والسيطرة والتحدي" التي ترجع إلى التفاؤل وهي سمة من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط .

كما تؤثر الصلابة النفسية على القدرات التكيفية فالأفراد الأكثر صلابة عندهم كفاءة ذاتية أكثر، ولديهم قدرات إدراكية من ناحية أن الشخص الصلب يدرك ضغوطات الحياة اليومية على أنها أقل ضغطاً ولديهم استجابات تكيفية أكثر .

ومما سبق يتضح أن الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد، يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة ، وتخلق نمطاً من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية ، ليصل إلى مرحلة التوافق ، وينظر

إلى الحاضر والمستقبل بنضرة ملؤها الأمل والتفاؤل ، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثالاً للاستحسان.(بن عبد الله العبدلي، 2012، ص 21-22-23)

#### 4/ خصائص الصلابة النفسية:

توصّلت "كوبازا" و "مادي" إلى أنّ الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتسمون بالعديد من الخصائص التي تميّزهم عن الآخرين، وقد قامت الباحثة بتصنيف هذه الخصائص في ثلاثة مجموعات على التالي :

##### المحور الأول: الخصائص المعرفية:

- القدرة على الإنجاز والإبداع.
- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة.
- التحكم المعرفي.
- إلا مصادفة أو الحظ والظروف.
- إتقان العمل والدراسة.
- الواقعية والموضوعية في تقييم الذات والأحداث، ووضع الأهداف المستقبلية.
- الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات.
- توقع المشكلات والاستعداد لها.
- أن الأحداث الضاغطة أمر طبيعي، وليس تهديد لهم.

##### المحور الثاني: الخصائص الانفعالية:

- نظام قيمي ديني يقي من الوقوع في الانحراف أو الأمراض أو الإدمان.
- أهداف في الحياة ومعانٍ يتمسّك الفرد ويرتبط بها.
- الالتزام ومساندة الآخرين عند الحاجة.
- التفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة.

- الهدوء والقدرة على التنظيم والتحكم في الانفعالات.
- التحكم الداخلي.
- الشعور برضا الذات .

### المحور الثالث: خصائص السلوكية

- المبادرة والنشاط.
- المثابرة وبذل الجهد والقدرة على التحمل والعمل تحت الضغوط.
- الميل للقيادة.
- القدرة على الصمود والمقاومة.
- الاهتمام بالبيئة والمشاركة الفعالة في الحفاظ عليها.
- الممارسات الصحية :نظام غذائي، وممارسة الرياضة، وعدم التدخين.
- الرغبة في استكشاف. (هلكا،2016، ص28-29)

### 5/ النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

أولاً: نظرية 1983:839-842 (Kobasa) والدراسات المنبثقة عنها:

لقد قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسدية، تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا المجال احتمالات الإصابة بالأمراض.

اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية، تمثلت الأسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال "فرانكل و ما سلو و روجوز"، والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى حياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على الاستغلال إمكانياته الشخصية الاجتماعية بصورة جيدة.

ويعد نموذج لازورس 1961:287-293 ( Lazarus ) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية، حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل، حددها في ثلاثة عوامل رئيسية وهي:

1. البنية الداخلية للفرد.

2. الأسلوب الإدراكي المعرفي.

3. الشعور بالتهديد والإحباط.

ذكر على لازاروس أن حدوث خبرة الضغط ويحددها في مقام الأول طريقة إدراك الفرد للموقف واعتباره ضغطا قابلا التي للتعايش، وتشمل عملية الإدراك الثانوي والتقسيم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد مدى كفاءتها في تناول المواقف للصعبة، فتقيم الفرد لقدراته على النحو السلبي والجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد، وهو ما يعني عند لازاروس توقع حدوث الضرر سواء بدني أو نفسي، ويؤدي شعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر أو بالضرر الذي قرر الفرد وقوعه بالفعل.

وترتبط هذه العوامل الثلاثة ببعضها، فعلى سبيل المثال : يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي للمواقف وللقدرات ومدى ملاءمتها لتناول الموقف، كما يؤدي الإدراك الايجابي إلى تضاؤل الشعور بالتهديد، ويؤدي الإدراك السلبي إلى زيادة الشعور بالتهديد ويؤدي أيضا إلى التقييم لبعض الخصال الشخصية، كتقدير الذات، أما الأساس التجريبي الصباغة النظرية فقد استطاعت كوبازا من خلال اعتمادها على نتائج نظريتها والتي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للمشقة، كما استهدفت معرفة دور هذه المتغيرات في إدراك الضغوط والإصابة بالمرض، وذلك على عينة متباينة الأحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا، ومن المحامين ورجال الأعمال ممن تراوحت أعمارهم بين 32-65 سنة، ثم تم تطبيق عدد من الاختبارات عليهم كاختبار

الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة لكوبازا، واختبار وايلر للمرض النفسي والجسمي، واختبار هولمز وراهي لأحداث الحياة الشاقة، مما جعلها تنتهي إلى عدد من النتائج التي ساعدتها في صياغة الأسس التي اعتمدت عليها في وضع نظريتها، ومن أمثلة هذه النتائج ما يلي: الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، وهو الصلابة النفسية بأبعادها وهي الالتزام، التحكم، التحدي.

يكشف الأفراد الأكثر صلابة عن معدلات أقل للإصابة بالاضطرابات على الرغم من تعرضهم للضغوط الشاقة، وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صائبة، وقد يعود ذلك إلى الدور الفعال الذي يقوم به متغير الصلابة في إدراك ضغوط الأحداث الشاقة للحياة وترتيبها على نحو ايجابي.

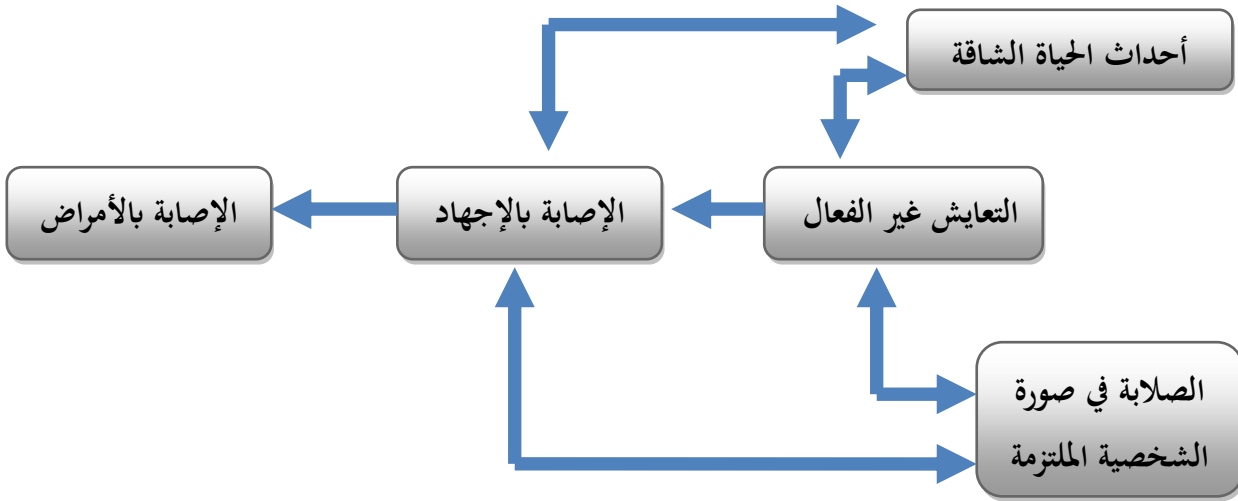
وطرحت كوبازا (Kobasa,1983:839-946) الافتراض الأساسي لنظريتها، والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمراً ضرورياً، بل إنه حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة وهي الالتزام والتحكم والتحدي.

وقد فسرت كوبازا الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض، من خلال تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة، ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة.

كما ذكرت كوبازا أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطاً ومبادأة واقتداراً وقيادة وضبطاً داخلياً، وأكثر صموداً ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة، وأشد واقعية وانجازاً وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث، كما أنهم يجدون أن تجاربهم ممتعة وذات معنى، فهذه الفئة من الأفراد تضع تقييماً متفائلاً لتغيرات الحياة، وتميل للقيام بالأفعال الحاسمة للسيطرة عليها، وتؤيد معرفة المزيد من الخبرات لتعلم كل ما هو مفيد للحياة المستقبلية، وعلى العكس فإن الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم

بدون معنى، ويشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها، أو عندما تخلو من التجديد، ولذلك لا توجد لديهم اعتقادات راسخة بضرورة الارتقاء، فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة، وتكون للظروف الشاقة أثر سلبي على الحالة الصحية لهؤلاء الأشخاص لعجزهم عن تخفيف الأثر السيئ الناتج عن التعرض لهذه الأحداث.

وفيما يلي عرض لبعض الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد، وتوضح منظوراً جديداً للمتغيرات البناءة في علم النفس الحديث:



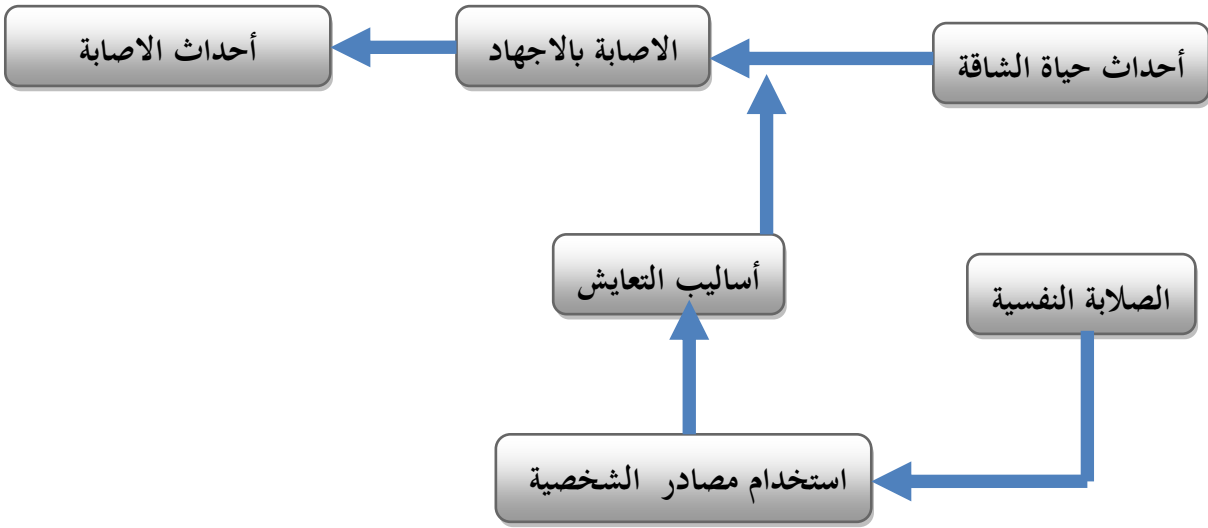
شكل (1)

يوضح التأثيرات المباشرة الغير المباشرة الصلابة النفسية

Kobasa & Maddi , 1982 : 169-172.

يوضح الشكل (1) آثار الصلابة في صورة الشخصية الملتزمة التي تقلل بشكل مباشر من تأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة إذا انخفضت أساليب التعايش الغير الفعالة.





## الشكل (2)

يوضح التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة  
Puccetti ,1983 : 216 & Kobasa

ويوضح الشكل (2) أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي، حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط، وتزيد من استخدام الفرد الأساليب التعايش الفعال، وتزيد أيضا من العمل على استخدام الفرد لمصادره الشخصية والاجتماعية المناسبة اتجاه ظروف الضاغطة.

الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة:

1. تتغير الصلابة للإدراك المعرفي للأحداث اليومية، وإذا ما تم رؤيتها على النحو غير واقعي فيعتقد الأفراد ذو الصلابة في كفايتهم في تناول الأحداث الحياتية، ومن ثم فهم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية و تفاؤلية.
2. تتحقق الصلابة من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث، و تحول دون وصول الفرد لحالة الإجهاد المزمن وشعوره باستنزاف طاقاته.

3. ترتبط الصلابة بطرق التعايش التكيفي الفعال، وتبتعد عن اعتياد استخدام التعايش التجنبي أو الانسحابي للمواقف .

4. تدعم الصلابة عمل متغيرات أخرى، كالمساندة الاجتماعية بوصفها من التغيرات الواقية، حيث يميل الأفراد الذين يتسمون بالصلابة التوجه نحو الطلب العلاقات الاجتماعية الداعمة عند التعرض للمشقة ، وترتبط هذه العلاقات بدورها باستخدام أساليب التي التعايش و التكيفي والتوافقي.

### ثانيا: نموذج فنك المعدل ا لنظرية كوبازا:

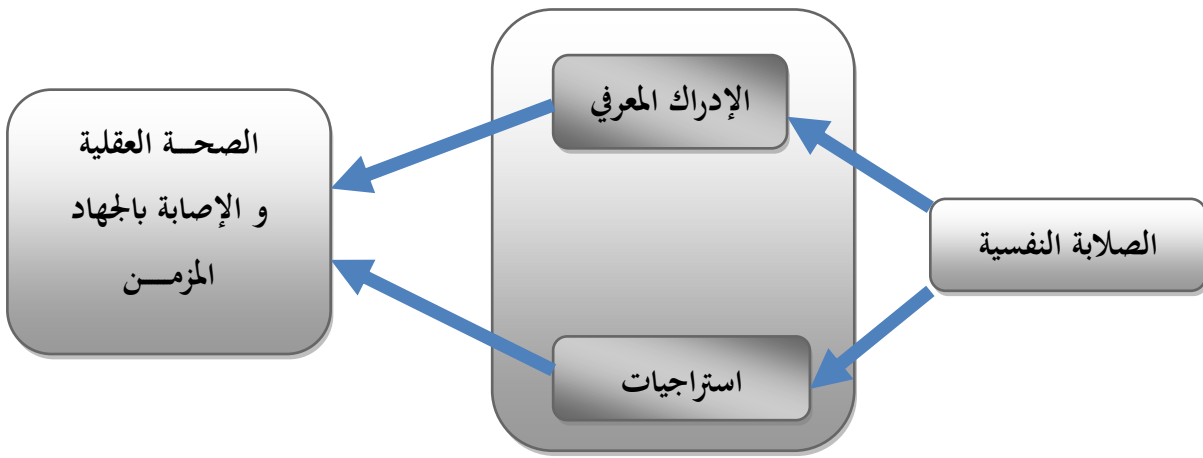
لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا، وحاول وضع تعديلا جديد لها، وهذا النموذج قدمه (فنك، 1992 ) وتم تقديم هذا تعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية ، والصحة عقلية من ناحية أخرى ، وذلك على عينة قوامها 167 جنديا إسرائيليا واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده دور الصلابة ، وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها المشاركين، والتي بلغت ستة أشهر بعد انتهاء هذه الفترة التدريبية.

### وقد انتهى فنك من هذه الدراسة إلى نتائج مهمة وهي:

ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال، حيث ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك المواقف على أنه أقل مشقة ، واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعايش.

وقام فنك بإجراء دراسة ثانية وذلك عام 1995 لها نفس الأهداف دراسة الأولى، وذلك على عينة من جنود الإسرائيليين أيضا، لكنه أستخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر.

ثم خلال تنفيذ المشاركين للأوامر المطلوبة منهم حتى وإن تعارضت على ميولهم واستعداداتهم الشخصية ، ذلك بصفة متواصلة ، وبقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية ( الواقعية )، وطرق التعايش قبل فترة تدريب، وبعد الانتهاء منها تم التواصل النفس النتائج الدراسة الأولى فطرح فنك نموذج و يوضحه الشكل التالي:



شكل الرقم (3)

نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها

. Floriar, Mikulince Taubman, 1995:687-695

(أحمد راضي: 2008-35-36-37-38-39-40)

## 6/ سمات الشخصية ذو الصلابة النفسية:

بناء على ما تم عرضه من التراث السيكولوجي حول نشأة الصلابة النفسية و مفهومها وأبعادها والنظريات المفسرة لها، والمفاهيم المشابهة، والمضامين التطبيقية لها، والدراسات التي أكدت ذلك، ترى الباحثة أنه يمكن وضع مجموعة من السمات للأفراد ذو الصلابة النفسية المرتفعة، على سبيل المثال وليس الحصر وهي كالتالي:

- يتسمون بالقيادة والأخلاق .
- لديهم حب استطلاع ومبادأة واستكشاف للبيئة من حولهم.
- يتسمون بجودة الأداء والفعالية .
- لديهم نقص في الاضطرابات الانفعالية والعضوية.
- يستغلون إمكانياتهم ومصادرهم المتاحة في تحقيق أهدافهم.
- يتميزون بالواقعية والموضوعية.
- لديهم ثقة في أنفسهم والآخرين، ولديهم تقدير ذاتي مرتفع.
- أكثر نشاطا ودافعية وقدرة على الإنجاز وتحقيق الذات.
- لديهم قيم ومبادئ محددة .
- يتحكمون في الأحداث الضاغطة ويقمعونها لصالحهم، ويتخطون آثارها.
- لديهم قدرة على تفسير وتقييم الظروف الضاغطة وتحديها .
- يتمتعون بالقدرة على المواجهة المباشرة والفعالة للمواقف الضاغطة عدم تجنبها.
- لا يعممون خبرات الفشل بل يجعلونها دافعا لهم في إعادة توافقتهم مع هذه المواقف.
- لديهم قدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات الخاصة بشؤون حياتهم.
- يضعون أنفسهم أهداف محددة في ضوء قدراتهم وإمكانياتهم، يسعون إلى تحقيقها.
- لديهم نظرة ايجابية نحو الذات والآخرين والمستقبل .
- لديهم الالتزام الشخصي و اجتماعي أخلاقي وديني وقانوني.
- يمكنهم الاختيار بين البدائل المتاحة واستخدام استراتيجيات متعددة للوصول لحلول مناسبة للمشكلات التي تواجههم.
- يعتبرون الأحداث الضاغطة أمر طبيعي للنمو وليس تهديدا لهم، بل يجعلونها أحداث هادفة وذات معنى.

- يتمتعون بالنضج الانفعالي ولا تؤثر الضغوط على توازنهم الفسيولوجي والنفسي والاجتماعي.
- تزداد صلابتهم النفسية مع التقدم في العمر، فهي في حالة نمو مستمرة.
- لديهم شعور بالرضا والأمن النفسي .
- يتبعون بعض الممارسات الصحية السليمة كإتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة.
- لديهم وجهة ضبط داخلية أكثر منها خارجية.
- لديهم اتجاه القوى نحو المشاركة الفعالة مع البيئة.
- لا يشعرون بالغرابة ولا يتوقعون تهديدا مستمرا.
- لديهم القدرة على توقع الأزمات وتمتع بالنظرة الثاقبة للأمور.
- يميلون إلى تجديد والارتقاء.
- يطلبون المساعدة وقت الحاجة ولديهم إيثار الآخرين. (السيد على الهادي، 2009 ص 101-100 )

## خلاصة:

عرضنا في هذا الفصل مفهوم الصلابة النفسية والدراسات التي قامت بها كوبازا لتحديد هذا المفهوم الذي ينقص من التأثير السيئ للضغوط على الصحة النفسية و الجسمية للفرد . من خلال ما ورد في الفصل يتضح أن الصلابة النفسية لها دور كبير في إعانة الفرد على التكيف مع التغيرات، ومجرات تقلبات الحياة السريعة، مما جعل كوبازا تتطرق إلى نظريات مفسرة، أهم ما تناولت فيها هذه النظريات موضحة وجهة نظرها في النماذج منها لازورس و فنك الذي تواصل في دراسته إلى مكوني الالتزام والتحكم بالصحة العقلية، بينما تواصلت كوبازا و مادي إلى خصائص المعرفية والانفعالية والسلوكية، أهم ما جاء فيها القدرة على الصمود والمقاومة، وتطرقنا أيضا إلى سمات الشخصية منها من أهمها أن الفرد لديه القدرة على توقع الأزمات وتمتع بالنظرة الثاقبة للأمور.

# الفصل الثالث: رأس المال النفسي

- تمهيد
- مفهوم رأس المال النفسي
- أبعاد رأس المال النفسي
- أهمية رأس المال النفسي
- أهداف رأس المال النفسي
- خصائص رأس المال النفسي
- خلاصة

## تمهيد:

شهدت بحوث السلوك التنظيمي في السنوات الأخيرة تحولاً طفيفاً إلى النظر إلى الأفراد من ناحية تحديد نقاط الضعف التي يعانون منها في محاولة لتحسين قواهم الايجابية وزيادة مستوى المكانة في موقع العمل، إذا ظهر رأس المال النفسي كحقل فاعل نشأ عن تحذيرات رئيس جمعية النفسانيين الأمريكي Martin Seligman في أواخر العقد التسعينات من القرن العشرين، إذا دعا Martin Seligman في تلك التحذيرات زملاءه لتوسيع تركيزهم في التحقيق ليتضمن دراسة التفوق والسعادة الإنسانية، ويبدو أن Martin Seligman سعي من خلال دعواته هذه إلى تشجيع وتنشيط دراسة نقاط القوة الإنسانية والمشاعر الايجابية وقد أشار إلى إن هناك اعترافاً متزايداً من قبل الباحثين للقيمة الايجابية في إدارة الموارد البشرية من خلال تطوير الحالة الايجابية للفرد الأمر الذي ينعكس إيجابياً في أداء الأفراد، بعبارة أخرى أن الاهتمام قد توجه نحو رأس المال النفسي الذي يمكن أن يوصف من منظور من أنت و ما ينبغي أن تكون من ناحية التطوير الحالة النفسية لإيجابي . (ال طعين،2013، ص13)



## 1/ مفهوم رأس المال النفسي:

برز مفهوم رأس المال النفسي عام 1998م، ونال اهتمام متزايد من قبل الباحثين في العلوم الإدارية باعتباره نهج يصف اتجاهات وسلوك العاملين وأدائهم في كافة المستويات التنظيمية،

إلا إن الكشف عن الطبيعة هذا المفهوم، وتحديد مؤشرات قياسه فضلا عن العوامل المؤثرة على تطوره ومدى تأثيره على الفرد والمنظمة، لازال من المواضيع الهامة التي تحتاج إلى المزيد من التمحيص في الأدب التنظيمي.

من جهة أخرى، ناقش بعض الدراسات مثل دراسة الفقعاوي (2019) أهمية تطوير سياسات وبرامج عمل لتعزيز رأس المال النفسي لدى موصفيها ، ليس ذلك فحسب وإنما كيفية تبني هذا المفهوم ضمن رؤيتها ورسالتها، وذلك في إطار الاهتمام الاستراتيجي ليكون نقطة انطلاق للمنظمات نحو تعزيز إدارة الموارد البشرية من منظور استراتيجي، لذلك حظي هذا المفهوم باهتمام كبير من قبل الباحثين، وعزز هذا الاهتمام التأثير الايجابي الذي تركه على مستوى الفرد والمنظمة.

بينت تعريفات مفهوم رأس المال النفسي، فقد عرف بأنه احد مظاهر الحالة النفسية الايجابية ذات التأثير الايجابي في إدراك الأفراد لقدرتهم على العمل سيما بعد فقدان وظائفهم، فيكونوا أكثر قدرة للتكيف مع تحركات العمل وذلك بالمشاركة في أي أعمال إبداعية ذات صلة بوظائفهم أو مهنتهم.

ويرى كنزة أن هذا المصطلح يعبر عن حزمة من الصفات النفسية ذات السمة الايجابية والتي يتميز بها الفرد عن غيره، وتساعد في تحقيق نجاح على مستوى الحياة المهنية فيكون أكثر ثقة فضلا عن قدرته على التجاوز التحديات التي يمكن إن تواجهه مستقبلا.(خليل السيد. فضل جنيبة ، 2021، ص252- 253)

أجرى مارتن سميجمان Seligman العديد من الأبحاث في مجال السلوك التنظيمي Behavior Organizational ، حيث أدى علم النفس الايجابي إلى ظهور مدخل جديد في العمل أطلق عليه السلوك التنظيمي الايجابي، والذي يتم بقياس جوانب القوة لدى الأفراد والعمل على تطويرها بدل من التركيز على نواحي القصور والضعف، وتمخض عن ذلك ظهور مفهوم رأس المال النفسي والذي قدمه سيلجمان والذي تم تطويره بعد ذلك على يد لو ثان Luthans وزميله Caves (Gökçen,2015, 243 &).

فمفهوم رأس المال النفسي يمثل أحد مفاهيم علم النفس الايجابي التي يهتم بدراسة جوانب القوة والخصائص الايجابية لدى الفرد، والتي تلعب دورا كبيرا في تحسين أدائه وتوافقه في الحياة، فمن يمتلك رصيذا جيدا من رأس المال النفسي يمتلك مقومات النجاح فهي تساعده على تحدى العقبات نتيجة لتقييمه الإيجابي للظروف، ووضع خطط لتحقيق الأهداف فهي ذات تأثير ايجابيا على سلوك الفرد ونجاحه.

ويعد رأس المال النفسي في حالة إيجابية من النمو العقلي التي تتميز عن رأس المال الاجتماعي، فرأس المال النفسي سمة نفسية يمكن قياسها، وتؤثر على أداء الفرد وتعزز السلوك الإيجابي من خلال الأداء الجيد والفعال في العمل، وتحسين القدرة التنافسية لدى المؤسسات.

ويمثل رأس المال النفسي قدرة نفسية إيجابية توجد لدى الفرد خلال مراحل نموه، وهذه القدرة يمكن تطويرها وتنميتها والاستفادة منها لتحسين أداء الفرد، ويتكون من أربعة أبعاد هي الكفاءة الذاتية والصمود والأمل والتفاؤل، فرأس المال النفسي يعمل على تحسين النتائج الشخصية من خلال التفكير الإبداعي والسلوك المستمد من نفسية إيجابية ترتبط مع البيئة فهو التقييم الإيجابي للظروف واحتمالية النجاح على أساس الجهد والدفاع والمثابرة .

فأُس المال النفسي يمثل حالة انفعالية إيجابية تؤثر في سلوك الفرد وأداء عمله، وسعيه وراء تحقيق أهدافه، وأساليب مواجهته للضغوط واستعادة توازنه. (محمود، جيهان، عثمان، 2020، 108).

ونظراً لأن رأس المال النفسي يقع في منتصف الطريق المتصل بسلسلة السمة والحالة فإنه يمكن أن يتغير وفقاً للاستجابة لمواقف الحياة .

وقد عرف (Avolio, Norman, Lut & ey(2008) رأس المال النفسي بأنه حالة تطويرية إيجابية للفرد تتميز بأربعة خصائص هي: الكفاءة الذاتية والتفاؤل (العزو الإيجابي) والأمل والمرونة.

وعرفه (Mak&, Keneth,Daly (2009) على أنه حالة نفسية إيجابية متنامية لدى الفرد تتميز بالكفاءة الذاتية والتفاؤل والأمل والمرونة.

كما عرفه الكرداوى (2013) على أنه مجموعة المشاعر النفسية الإيجابية التي تتتاب الشخص وتجعله يشعر بالأمل في تحقيق أهدافه والتفاؤل بشأن مستقبله وزيادة قدرته على التكيف وسرعة عودته إلى حالته الطبيعية في حال تعرضه لأزمات أو مشكلات حيث يعرف رأس المال النفسي بأنه حالة نفسية إيجابية لدى الفرد تتميز بوجود الثقة وبذل الجهد اللازم من أجل النجاح وفي المهام الصعبة (الكفاءة الذاتية)، وعمل إسداد إيجابي بين النجاح الآن ونجاح المستقبل (الأمل)، والمثابرة نحو تحقيق الأهداف من أجل النجاح وكذلك المرونة في التعامل المشكلات من أجل تحقيق النجاح.

ومن الملاحظ تعدد تعريفات رأس المال النفسي، حيث يعرفه البعض بأنه قدرة نفسية إيجابية، والبعض الآخر يعرفه بأنه حالة نفسية إيجابية والبعض اعتبره حالة انفعالية إيجابية أو مشاعر نفسية إيجابية، إلا أنها اتفقت على أن هذه الحالة الإيجابية قابلة للتطور والنمو وذات تأثير مباشر في أداء الفرد، وتكون من أربعة مكونات أو أبعاد هي: الكفاءة والأمل والتفاؤل والمرونة.

ومن السياق يتضح أن رأس المال النفسي بعد حالة نفسية معرفية ووجدانية إيجابية توجه جهود الفرد للنجاح في إنجاز المهام المختلفة سواء في بيئة العمل المهني أو الأكاديمي أو في الحياة بشكل عام، إلا أن الدراسة الحالية تتناول رأس المال النفسي في البيئة الأكاديمية.

وفي المجال الأكاديمي يمكن النظر إلى رأس المال النفسي الأكاديمي على أنه قدرة نفسية إيجابية تطويرية للطالب تساهم وتؤثر في إنجازه للمهام والأهداف الأكاديمية من خلال وجود الثقة، وبذل الجهد اللازم من أجل النجاح مع وجود دعم إيجابي داخلي لدى الطالب بأنه سيكون ناجح في المستقبل بالإضافة إلى المثابرة والاستمرار في بذل الجهد والمرونة في التعامل والتكيف مع المشكلات والضغوط الأكاديمية، من أجل تحقيق النجاح.(عبد السميع القصي، 2022، ص 529)

## 2/ أبعاد رأس المال النفسي:

أشارت دراسات كل من

( Luthans et. al.2008.223.Malone.2011.22.Seaton2011.1 ) إلى الأبعاد

الآتية لرأس المال النفسي، وهي كالآتي: (الكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل والمرونة).

**1- الكفاءة الذاتية (self efficacy):** وتمثل الثقة المتواجدة لدى الفرد في مجال تقديمه للجهود الضرورية للنجاح في تحدي المهام المناط به، ( Luthans et. al, 2008:223 ) فهي تمثل انعكاس لمدرجات الفرد بخصوص قدراته الإدراكية والدافعية الذاتية إضافة إلى احتمالات إتمام الفرد للمهام المناط به بنجاح بغض النظر عن ما يحدث في المحيط التنظيمي .

ويرى ( Millard, 2011:17 ) أن الكفاءة الذاتية تمثل الأبعاد الإدراكية الاجتماعية

فهي تمثل ثقة الأفراد بقدراتهم لحشد وتحريك الموارد والمصادر الدافعية والإدراكية والأداء

الضروري لتنفيذ المهام بنجاح ضمن المحيط التنظيمي، فالاعتقادات المتوفرة لدى الأفراد حول قدراتهم ومواردهم الخاصة من شأنها التأثير في فهمهم وتفسيرهم للأحداث

**2- التفاؤل (optimism):** ويمثل العزو الإيجابي (positive Attribution) أي التفاؤل في تحقيق النجاح الآني والمستقبلي (Luthans et. Al,2008:223) فالأفراد المتفائلين لديهم الشعور بأن الأحداث الإيجابية في الحياة تحدث نتيجة أعمالهم وسلوكياتهم الخاصة، فهو يوصف كأسلوب توضيحي(Explanatory style) لغزو (نسب) الأحداث الإيجابية على أنها نابعة منه شخصيا و دائمية فضلا على أنها واسعة الانتشار، بينما تتسبب الأحداث السلبية على أنها خارجية ومؤقتة ومحدودة (Millard,2011:17)، فالأسلوب التنظيمي الإيجابي يمكن أن يؤثر إيجابا في الأداء التنظيمي، فالتفاؤل هو الجودة التي يمكن أن تسهم في قيادة فعالة من خلال تطوير الإدراك الذاتي، والرغبة في تحمل المخاطرة، والدافعية لمساعدة الآخرين في النجاح وتطوير التفاؤل الخاص بهم (wisner,2008:46) وتوصلت دراسة (ismail et.al.2011:52) إلى أن 72,5% المدراء يعتقد بأنهم ينظرون دائما إلى الجانب المشرق للصورة ويأخذوا الأشياء إيجابيا. و هذا يدل بأن التفاؤل يستحوذ على نسبة مئوية عالية بين المستجيبين وهذا بدوره ينعكس إيجابيا على الأداء التنظيمي.

**3- الأمل (Hope):** يمثل الأمل مثابرة الأفراد العاملين في التوجه نحو تحقيق الأهداف التنظيمية، إضافة إلى قدرة الأفراد على إعادة توجيه المسارات لتحقيق الأهداف أو تطلب الأمر (Luthans et al. 2008-223) ويرى (Malone 2011) أن الأمل يوفر التحدي والواقعية تجاه تحقيق الأهداف فهو بدوره يمثل استثماراً لجهود الأفراد العاملين تمر تحقيق تلك الأهداف ، ويصف (Millard.2011:16) الأمل على انه حالة الدافعية الايجابية (Positive motivation) التي يستمدها الأفراد العاملين من خلال إدراكهم للنجاح فهو يتميز بالتناوب (Agency) أي الطبقة الموجهة تجاه الأهداف ، المسارات (Path ways) التخطيط لمقابلة الأهداف، لذلك يمثل الأمل قوتين الأولى قوة الإرادة (Will Power) أو

التصميم نحو تحقيق الأهداف ، والثانية قوة المسار (way power) والذي يمثل التخطيط لمقابلة الأهداف.

**4 -المرونة الاسترجاع ( Resiliency ) :** وتمثل القدرة على مواجهة المشاكل والظروف الصعبة وتحملها ومواجهتها والانتعاش ما بعدها لتحقيق النجاح المنشود ، فالمرونة تمثل القدرة في العودة للحالة الطبيعية أو التماسك لما ينتج من ظروف صعبة ، صراع ، فشل اندهاش ، وحتى الأحداث الايجابية أحيانا كالترقية وتزايد المسؤولية ، حيث أن جميع هذه المتغيرات يمكن أن تحدث تغيرا وضغط إجهاد لأفرد ، فهي مورد ايجابي مهم جدا لموقع عمل يتصف بالاضطراب والضغوطات المتعددة، لذا تمكن المرونة الأفراد العاملين من التكيف مع التغيير والمحافظة على الاستقرار الشعوري المطلوب عند مواجهة المشاكل والظروف الصعبة، ويرى ( feng-Li & li-Hua, 1088:2009 ) إن المرونة تلعب دورا جوهريا في التكيف الصحي لأفراد (Hoalttry.adaptations) ، وبالذات لأحداث الحياتية المرهقة ، فالأفراد الذين لديهم مهارات التحمل يمتلكون قدرة عالية على التكيف وتحويل مسببات الضغط stressors إلى فرص للتنمية والتعلم، فالأفراد العاملين قد يتعرضون للإحباط وتواجههم بعض المعوقات ، وهنا يبرز دور المرونة في تمكينهم من التغلب على المعوقات وتحقيق الانجازات في نهاية المطاف ، فالمستوى العالي لرأس المال النفسي المتواجد لدى الأفراد العاملين تأثيره يكون جوهري من خلال التركيز على العوامل والإمكانيات الايجابية ،(van a Qing& Zongkui,3391:2009) أما (Zhaoliang.2011&,Wubin) فيرى إن الأفراد الذين لديهم مرونة (استرجاع) يمتازون بتالي:

- 1 -قبول قوي للحقيقة (الواقعية والموضوعية).
- 2 -إيمان عميق بقوة القيم التي يحملها، وإن الحياة ذات مغزى.
- 3 -قدرة غريبة في التكيف والارتجال improvise للتغيرات المهمة .

وتناولت دراسة (Cole, 8:2007) الأبعاد الآتية لرأس المال النفسي .

احترام الذات Self-esteem ؛ الكفاءة ذاتية Self, efficacy ؛ وضعية الرقابة locus of control الاستقرار الشعوري emotional stability، التفاؤل، الأمل، المرونة والوعي conscientiousness، أما دراسة (Zhu et al,2011) على الأبعاد الآتية رأس المال النفسي التفاؤل ، الإبداع ، المرونة ، الثقة بالنفس ، المغفرة والامتنان ، الشجاعة و الطموح (الأمل) . (ظاهر الحسني ، 2018 ، ص5-6-7)

### 3/ أهمية رأس المال النفسي:

وتتمركز أهمية رأس المال النفسي في عدة نقاط:

أشارت دراسات (Sameer; 2007., al et Luthans ,2018) إلى أهمية رأس المال النفسي من خلال:

1. يمثل رأس المال النفسي حالة إيجابية لنمو الأفراد.
2. يوفر رأس المال النفسي الثقة لبذل الجهد اللازم للنجاح في المهام الصعبة.
3. يولد رأس المال النفسي التفاؤل للنجاح الآن وفي المستقبل.
4. إعادة توجيه المسارات حول تحقيق الأهداف.
5. يحفز المثابرة.
6. الاستثمار برأس المال النفسي وتطويره يؤثر بشكل إيجابي على الأداء ونتائج الشركات.
7. ترتبط المستويات المطلقة برأس المال النفسي بشكل إيجابي بمتغيرات المشاركة في العمل.
8. رأس المال النفسي يرتبط بعلاقة ايجابية بالإشراف الموجه للانحراف.

9. يساعد رأس المال النفسي في خلق بيئة عمل ايجابية لتحسين الخدمات . (محمد علي ،2021، ص24-25)

#### 4/ أهداف الرأس المال النفسي:

شهدت السنوات الماضية تحولات كثيرة في مجال سلوك التنظيمي كان من بينهما تغير النظرة من التركيز على السلبيات الآخرين إلى الاهتمام بالجوانب الايجابية، ومحاولة تنميتها مما يؤدي إلى تلاشي السلبيات شيئاً فشيئاً. فقد وضع Seligman عالم النفس الأمريكي ورئيس جمعية علماء نفس الأمريكية اللبنة الأولى لعلم النفس الايجابي، حيث دعا إلى توجيه الاهتمام نحو الايجابيات الأفراد بدلا من التركيز على سلبياتهم، ويتمثل هدف علم النفس الايجابي في التركيز على بناء وتطوير الصفحات الايجابية بدلا من الانشغال بإصلاح الجوانب السلبية فقط. (Csikzentmihalyi.2000&Seligman)

مما سبق ترى الباحثة إن رأس المال النفسي الايجابي عامل مهم لأنه يرتبط بالجوانب النفسية والسلوكية لدى الفرد، وإذا قامت المنظمات باستغلاله واستثماره فإن الفرد سيتطور في العمل ويزيد انتماؤه وحبه لعمله وسيسعى بشكل دائم لتحقيق هدف المنظمة.(جباري،2018 ص19)

#### 5/ خصائص رأس المال النفسي:

حسب (Avey 2014) فإن رأس المال النفسي يتميز بالخصائص التالية:

- \_ يتميز رأس المال النفسي بقابلية القياس والتطوير .
- \_ رأس المال النفسي محدد بأطر وظروف معينة Domain Specific . وغالبا ما يتم تفعيله في مكان العمل . حيث نجد أن رأس المال النفسي للفرد داخل المنطقة يختلف عنه خارجها، فقد نجد هذا الفرد أكثر مقاومة لمواجهة مشكلات العمل، بينما عندما يتعلق الأمر بمجال آخر كالأسرة مثلا نجده أقل مقاومة لمواجهة المشكلات الشخصية .



\_هو بناء متعدد الأبعاد وليس بعداً واحداً. حيث يتكون من أربعة أبعاد متمثلة في: الأمل  
الفعالية الذاتية، التفاؤل والمرونة .

\_يتميز رأس المال النفسي بثبات المحتوى فهو أكثر استقراراً من المشاعر أو العواطف  
حيث أن بنية رأس المال النفسي الشبيهة بالحالة State-Like تضيف عليه ذلك الاستقرار  
النسبي يعكس العواطف التي تتميز بعدم الاستقرار.

\_يعتبر رأس المال النفسي احد محددات الأداء .

\_عند تحليل، يمكن تناول رأس المال النفسي على عدة مستويات مختلفة (المستوى الفردي  
وعلى مستوى فريق العمل وعلى مستوى المنظمة). (عيسى، فوزي، 2022، ص194)

## خلاصة:

لقد تكلمنا في هذا الفصل عن رأس المال النفسي، فحددنا مفهوم رأس المال النفسي من قبل الباحثين ، وأيضاً تكلمنا على أهم الأبعاد أمن بينها امتلاك الكفاءة الذاتية لبذل الجهد لنجاح والعز الإيجابي التفاؤل حول النجاح في المستقبل والمثابرة لأهداف الأمل، والمرونة في التعامل مع المشاكل والشدائد وتجاوزها وتحقيق النجاح.

وأيضاً تكلمنا على أهمية رأس المال النفسي في تخطي العقبات وبعض أهدافه وخصائصه وهذا ما تطرقنا إليه في هذه الدراسة.

## الفصل الرابع الإجراءات الميدانية للدراسة

- تمهيد
- الدراسة الاستطلاعية
- أهداف الدراسة الاستطلاعية
- الحدود المكانية و الزمانية
- عينة و مجتمع الدراسة
- أداة الدراسة
- منهج الدراسة
- الدراسة الأساسية
- خصائص السيكومترية لأداة الدراسة
- خصائص عينة الدراسة
- خلاصة

## تمهيد :

إن الميدان يعد من الدراسات المهمة و وسيلة هامة للوصول إلى الحقائق الموجودة في المجتمع الدراسة عن طريق الميدان، يصبح بالإمكان جمع البيانات وتحليلها لتدعيم الجانب النظري، مما تطرقنا إلى نقطتين أساسيين هما دراسة استطلاعية و الدراسة الأساسية في هذا الفصل سنحاول إعطاء فكرة حول مجال الدراسة، المكاني و الزماني لتحقيق ذلك نستعمل مجموعة من الأدوات العلمية شملت على مقياسين الصلابة النفسية والرأس المال النفسي مما تتمثل عموماً في منهج الوصفي، ومن هنا سنطلق دراستنا الأساسية التي تصب على عينة الدراسة المتمثلة في أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر بعين الإبل (الجلفة)، كان الغاية من الدراسة الميدانية هو الوصول أو تحقيق من صدق الفروض التي اعتمدها.

## أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من المراحل الأولى لكل دراسة علمية محددة بإشكالية معينة حيث تساعد في الكشف عن التغيرات التي يمكن أن تكون لها علاقة بأحد متغيرات البحث وبأكثر من متغير بنسبة ارتباط معينة بالإضافة إلى أنها تسهل للباحث عملية التأكد من صحة توافق المنهج المختار للدراسة مع المتغيرات، وكذا معرفة مدى ملائمة الأدوات الدراسية (القياس). (بن قاسي. دلهوم، 2018، ص75)

### 1/ أهداف الدراسة الاستطلاعية :

التعرف على مختلف الظروف التي يتم فيها إجراء الدراسة الأساسية، ورصد مختلف الصعوبات التي ربما تؤثر على تطبيق الدراسة الأساسية، وبالتالي محاولة ضبطها وتجاوزها أثناء تطبيق هذه الدراسة تأكد من سلامة اللغة المقاييس المستخدمة في الدراسة، من حيث وضوح التعليمات والفقرات بالنسبة للعينة الاستطلاعية. ( بن قاسي . دهلوم، 2017، ص75)

### 2/ حدود الدراسة الاستطلاعية:

الحدود المكانية للدراسة: ثانوية بن الأبيض قويدر بلدية عين الإبل ولاية الجلفة .  
الحدود الزمانية للدراسة: بدأت الدراسة الاستطلاعية بتاريخ: 05 فيفري 2023.

### 3/ عينة و مجتمع الدراسة :

تعيين المجتمع الأصلي للدراسة و اختيار عينة الدراسة من بين أساتذة التعليم الثانوي و من خلال هذا الإحصاء تم ضبط عينة الدراسة بـ 40 أستاذ و أستاذة.

## 4/ الاستمارة:

### أداة الدراسة:

بناء على طبيعة البيانات التي يراد جمعها، و على المنهج المتبع في البحث، و الوقت المسموح به، و الإمكانيات المادية المتاحة، ركزنا على الأداة الأكثر ملائمة لتحقيق أهداف هذه الدراسة وهي (الاستبيان) أكثر من باقي الأدوات، وذلك لعدم توفر المعلومات الأساسية المرتبطة بالموضوع إضافة إلى صعوبة الحصول عليها، وبغية الإجابة على إشكالية و تساؤلات الدراسة قمنا بتصميم استبانة معتمدين على تلك الدراسات التي تناولت: "الصلابة النفسية" و "رأس المال النفسي" حيث كان الهدف الأساسي منها هو أن تكون شاملة لمختلف أركان البحث النظري لتعطي صورة واقعية عن الممارسات المرتبطة بموضوع الدراسة.

**تصميم الاستبيان:** اعتمدنا في الدراسة الميدانية على استمارة استبيان بها مجموعة من الأسئلة وذلك بغرض جمع البيانات اللازمة وهذا لاختبار فرضيات البحث و المساعدة في تقييم: "الصلابة النفسية و رأس المال النفسي"، حيث تم تطوير الاستبانة بمراحل عدة حتى نتأكد من صلاحيتها وقدرتها على تحقيق الهدف المنشود منها، حيث تضمنت الاستبانة ما يلي:

- موضوع الاستبيان: و الذي يتم توضيحه في مقدمة الاستبيان.
- غرض الاستبيان: و الموضح كذلك من خلال المقدمة المدرجة فيه.
- شرح طريقة الإجابة: وذلك من خلال وضع العلامة (X)؛ في الخانة المناسبة للإجابة.

مكونات الاستبيان: قسمنا الاستبيان إلى جزأين كالتالي:

### الجزء الأول:البيانات العامة:

يهدف هذا القسم إلى التعرف على بعض الخصائص الشخصية و العلمية للعينة والتمثلة في: النوع الاجتماعي و العمر و عدد سنوات الخدمة، و المؤهل العلمي.

### الجزء الثاني: محاور الاستبيان

وتضمن هذا الجزء مختلف المحاور التي تضم جملة من العبارات التي تقيس"الصلابة النفسية و رأس المال النفسي"، حيث على كل مستجوب اختيار الخانة التي تعبر عن وجهة نظره حول كل عامل من العوامل المذكورة.

كما ذكرنا سابقا فقد استخدمنا في الاستبيان الأسئلة المغلقة و المصممة وفق مقياس ليكرت (Iekert) الخماسي الذي يعد الأنسب بالنسبة لهكذا دراسات، وقد كانت الخيارات المتاحة أمام كل عبارة كما يلي (أتفق تماما، أتفق، محايد، لا أتفق، لا أتفق تماما)، وقد أكدنا لأفراد عينية البحث على ضرورة اختيار إجابة واحدة فقط أمام كل فقرة، ومن أجل تحديد الاتجاه أعطينا لاحتمالات الإجابة الخمسة السابقة أوزانا محددة كما هو موضح في الجدول الآتي:

الجدول 01 الأوزان المعطاة لخيارات الإجابة المتاحة في الاستبيان

الوزن	خيارات الإجابة
5	أتفق تماما
4	أتفق
3	محايد
2	لا أتفق

1	لا أتفق تماما
---	---------------

وانطلاقاً من الأوزان الموضحة في الجدول (1) أعلاه ولحساب طول خلايا ليكرت الخماسي (الحدود العليا و الدنيا)، تم حساب المدى (5-1=4)، ثم تقسيمه على عدد فئات المقياس للحصول على طول الخلية (4=5\0.8)، ثم بعد ذلك تم إضافة هذا العدد إلى اقل قيمة في المقياس و هو الواحد الصحيح واستمرت الإضافة إلى غاية الوصول إلى أعلى قيمة في المقياس وهي العدد خمسة وكانت الناتج كما هو موضح في الجدول الآتي:

### الجدول 02 المتوسطات المرجحة و الاتجاه الموافق لها

الاتجاه	المتوسط المرجح	
لا أتفق تماما	(1.79 - 1)	1
لا أتفق	( 2.59 - 1.8)	2
محايد	(3.39-2.6)	3
أتفق	(4.1 - 3.4)	4
أتفق تماما	(5 - 4.2)	5

المصدر: عز عبد الفتاح، مقدمة في الإحصاء الوصفي و الاستدلالي باستخدام (SPSS) ص: 450.

من خلال هذا الجدول (2)، يمكننا أن نستنتج بأن تحديد الاتجاه العام نحو كل فقرة من فقرات الدراسة يكون وفقاً للآلية التالية:

- ✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للعبارة يتراوح بين (5-4.2)، فهذا يعني إن الاتجاه العام نحو تأكيد ما جاء فيها يتجه نحو "أتفق تماما".
- ✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للعبارة يتراوح ما بين (4.19 - 3.4)، فهذا يعني أن الاتجاه العام نحو تأكيد ما جاء فيها يتجه نحو "أتفق".



- ✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للعبارة يتراوح ما بين (1.8 - 2.59)، فهذا يعني أن الاتجاه العام نحو تأكيد ما جاء فيه يتجه نحو "محايد".
- ✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للعبارة يتراوح ما بين (2,6 - 3.39)، فهذا يعني أن الاتجاه العام نحو تأكيد ما جاء فيه يتجه نحو "لا أتفق".
- ✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للعبارة يتراوح ما بين (1-1.79)، فهذا يعني أن الاتجاه العام نحو تأكيد ما جاء فيه يتجه نحو "لا أتفق تماما".
- أما بالنسبة لتقدير مستوى كل متغير أو بعد (المتغير عبارة عن مجموعة من الأبعاد و البعد عبارة عن مجموعة من الفقرات)، فإننا نحتاج إلى مقياس خاص يحدد درجة مستوى كل متغير، وفي هذا الصدد تؤكد العديد من الدراسات على المقياس الثلاثي الذي يضم ثلاث مستويات للتصنيف وهي: مرتفع، متوسط، منخفض.
- و لتحديد القيم الغالبة لها يتم اللجوء إلى حساب المدى، (5-1=4)، ثم تقسيمه على عدد فئات المقياس للحصول على طول الخلية، (4=3\1.33)، ثم بعد ذلك تم إضافة هذا العدد إلى أقل قيمة في المقياس و هو الواحد الصحيح، واستمرت الإضافة حتى الوصول إلى أعلى قيمة في المقياس وهي العدد خمسة وكانت الناتج كما هو موضح في الجدول الآتي:

**الجدول 03 المتوسطات المرجحة للأبعاد و المتغيرات و المستويات الموافقة لها**

المستوى	المتوسط المرجح
منخفض	(2.33-1)
متوسط	(3.67-2.34)
مرتفع	(5-3.68)

من خلال الجدول (3) يمكننا أن نستنتج مستوى الأبعاد و المتغيرات في هذه الدراسة والذي سيكون كالآتي:

✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للبعد أو المتغير يتراوح ما بين ( 3.68-5)، فهذا يعني أن مستواه العام يميل لأن يكون مرتفعا .

✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للبعد أو المتغير يتراوح ما بين ( 2.34-3.67)، فهذا يعني أن مستواه العام يميل لأن يكون متوسطا .

✓ إذا كان المتوسط الحسابي المرجح للبعد أو المتغير يتراوح ما بين ( 1-2.33)، فهذا يعني أن مستواه العام يميل لأن يكون منخفضا .

ضم الاستبيان (39) عبارة وزعت و بوبت في المحاور التالية:

المحور الأول: يعكس آراء الأساتذة حول "الصلابة النفسية ب: ثانوية بن الأبيض قويدر بعين الإبل ولاية الجلفة محل الدراسة ، وقد تضمن هذا المحور هو الآخر (23) عبارة تعكس الآراء المتبناة من طرف أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر بعين الإبل ولاية الجلفة.

المحور الثاني: يعكس آراء الأساتذة حول "رأس المال النفسي" المتبناة من طرف أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر بعين الإبل ولاية الجلفة. ، وقد تضمن (16) عبارة ، تشمل المحاور الأربعة الرئيسية لهذا المحور وهي:

- الكفاءة الذاتية

- التفاؤل

- الأمل

- المرونة

حيث تم توزيع العبارات على الترتيب التالي:

- العبارات من 01 إلى 04 تقيس بعد الكفاءة الذاتية.

- العبارات من 05 إلى 08 تقيس بعد التفاؤل.

- العبارات من 09 إلى 12 تقيس بعد الأمل.

- العبارات من 13 إلى 16 تقيس بعد المرونة.

و بعد عرض الاستبانة على مجموعة من المحكمين و إجراء التعديلات اللازمة عليها أصبحت الاستبانة جاهزة للتطبيق الميداني، وذلك وفق الخطوات التالية:

قمنا بعرض نموذج الاستبانة النهائي على المشرف، والذي أعطى ملاحظاته على تطبيق أداة الدراسة على أفراد عينة الدراسة ، و التي أخذت بعين الاعتبار .

## 5/ منهج الدراسة:

و لأن طبيعة الدراسة تفرض علينا معرفة طبيعة العلاقة القائمة بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي اعتمدنا على المنهج الوصفي و الذي يعرف على أنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنهجي لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة، وتصويرها كميًا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها. (شابي، نوارية، 2017، ص44)

## ثانيا : الدراسة الأساسية:

### 1- خصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

مقياس الصلابة النفسية:

#### 1-صدق المقياس :

يعني صدق الاختبار أن يقيس الاختبار فعلا ما يراد قياسه من سمة أو قدرة أي أن يكون ذو صلة و ثقة بالقدرة التي يقيسها، و من بين أنواعه:

أ/- **الصدق التمييزي** : الذي استعملناه للتأكد من صدق أداة الدراسة و المتمثلة في

المقياس والذي يعتمد على المقارنة الطرفية أو ما يسمى بالصدق التمييزي أي قدرة

الاختبار على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها ويقاس عن طريق تطبيق الاختبار ثم ترتيب الأفراد تنازليا أو تصاعديا ثم أخذ 27% من المفحوصين من طرفي التوزيع لكلا العينتين ثم نقارن بينهما باستخدام T test للفروق بمقارنة الطرفين الأدنى والأعلى حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي 9.248 عند درجة الحرية 20 وعند مستوى الدلالة sig=0.00 أصغر بكثير من ( $\alpha=0.05$ ) فهي قيمة دالة إحصائيا.

وعليه فإن المقياس لديه قدرة تمييزية بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة و بين الحاصلين على درجات متدنية في الصلابة النفسية ، و هذا ما يؤكد صدق المقياس ، كما هو موضح في الجدول :

**الجدول رقم 04 يوضح نتائج معامل الصدق التمييزي لمقياس الصلابة النفسية**

مستوى الدلالة	قيمة "t" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	المجموعة
0.000	9.248-	20	0.4296	2.5810	11	المجموعة الدنيا
			0.40799	4.2332	11	المجموعة العليا

**ب/- صدق الاتساق الداخلي: (بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل):**

كما تم حساب أو تقدير الارتباطات بين الدرجة الكلية لمحور الصلابة النفسية معا و الدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط سبيرمان بإتباع الطريقة حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

حيث جاءت النتائج كلها دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) ونجدها في معامل الارتباط بين الدرجة الكلية ، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق ، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول 05 قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

مقياس الصلابة النفسية					
رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى المعنوية	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى المعنوية
01	0.562	0.000	13	0.710	0.000
02	0.831	0.000	14	0.468	0.002
03	0.330	0.037	15	0.717	0.000
04	0.590	0.000	16	0.689	0.000
05	0.70	0.000	17	0.858	0.000
06	0.748	0.000	18	0.813	0.000
07	0.836	0.000	19	0.215	0.183
08	0.586	0.000	20	0.605	0.000
09	0.733	0.000	21	0.793	0.000
10	0.848	0.000	22	0.598	0.000
11	0.411	0.000	23	0.763	0.000
12	0.184	0.257			

يتضح من الجدول السابق رقم (5) أن قيم معاملات الارتباط ذات دلالة عند مستوى  $(\alpha=0.05)$  وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة كبيرة من الصدق وأن غالبية مفردات المقياس ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس مما يدل على أن هناك اتساقاً داخلياً للمقياس ككل ، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق.

## 2 – ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ:

يقصد بثبات المقياس مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار نتائجه فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين، و قد تم حساب الثبات عن طريق تطبيق الأسلوب الإحصائي ، أي أن ثبات أداة البحث (الاستبانة)؛ الذي يعني: التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة إذا تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم.

ولقياس مدى ثبات أداة البحث (الاستبانة)؛ استخدمنا معامل (ثبات ألفا كرونباخ cronbach's alpha)؛ الذي يعتبر أفضل الطرق للدلالة على تقدير الثبات ،حيث قمنا باحتسابه لكل مقياس على حدا، ومن ثم احتسابه ، وهذا ما نبرزه في الجدول التالي:

**الجدول 06 معاملات الثبات لمقياس الصلابة النفسية باستخدام طريقة "ألفا كرونباخ"**

المقياس	عدد العبارات	معامل الثبات
ثبات مقياس الصلابة النفسية	23	0.921

يتضح من النتائج الموضحة في الجدول(6) أن قيمة معامل "ألفا كرونباخ" مرتفعة لمقياس الصلابة النفسية حيث كانت (0.921) ، و هي قيمة عالية جدا تدل على ثبات استبيان مقياس الصلابة النفسية، أي أنها تعني درجة كبيرة من الثبات ، وبذلك تكون الاستبانة في صورتها النهائية قابلة للتوزيع و هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة. ويكون الباحث قد تأكد من صدق وثبات استبانة الدراسة مما يجعله على ثقة بصحة الاستبانة وصلاحيتها لتحليل النتائج والإجابة على أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها.

## مقياس رأس المال النفسي

### 1- صدق المقياس :

يعني صدق الاختبار أن يقيس الاختبار فعلا ما يراد قياسه من سمة أو قدرة أي أن يكون ذو صلة و ثقة بالقدرة التي يقيسها، و من بين أنواعه:

أ/- الصدق التمييزي : الذي استعملناه للتأكد من صدق أداة الدراسة و المتمثلة في المقياس والذي يعتمد على المقارنة الطرفية أو ما يسمى بالصدق التمييزي أي قدرة الاختبار على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها ويقاس عن طريق تطبيق الاختبار ثم ترتيب الأفراد تنازليا أو تصاعديا ثم أخذ 27% من المفحوصين من طرفي التوزيع لكلا العينتين ثم نقارن بينهما باستخدام T test للفروق بمقارنة الطرفين الأدنى والأعلى حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي 0.619 عند درجة الحرية 20 و عند مستوى الدلالة  $\text{sig}=0.00$  أصغر بكثير من  $(\alpha=0.05)$  فهي قيمة دالة إحصائيا.

وعليه فإن المقياس لديه قدرة تمييزية بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة و بين الحاصلين على درجات متدنية في رأس المال النفسي ، و هذا ما يؤكد صدق المقياس ، كما هو موضح في الجدول :

### الجدول رقم 7 يوضح نتائج معامل الصدق التمييزي لمقياس رأس المال النفسي

المجموعة	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "t" المحسوبة	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	11	2.3693	0.37961	20	0.619	0.000
المجموعة العليا	11	4.2386	0.43375			

ب/- صدق الاتساق الداخلي:(بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل):

كما تم حساب أو تقدير الارتباطات بين الدرجة الكلية لمحور رأس المال النفسي معا و الدرجة الكلية للمقياس بمعامل الارتباط سبيرمان بإتباع الطريقة حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، حيث جاءت النتائج كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) ونجدها في معامل الارتباط بين الدرجة الكلية ، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق ، كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول 08 قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس رأس المال

النفسي

المحور الثاني: التفاؤل			المحور الأول: الكفاءة الذاتية		
مستوى المعنوية	معامل الارتباط	رقم العبارة	مستوى المعنوية	معامل الارتباط	رقم العبارة
0.000	0.682	01	0.000	0.929	01
0.000	0.635	02	0.000	0.803	02
0.000	0.646	03	0.000	0.801	03
0.009	0.406	04	0.000	0.964	04
المحور الرابع: المرونة			المحور الثالث: الأمل		
مستوى المعنوية	معامل الارتباط	رقم العبارة	مستوى المعنوية	معامل الارتباط	رقم العبارة
0.000	0.742	01	0.000	0.548	01
0.000	0.622	02	0.000	0.597	02
0.002	0.481	03	0.032	0.339	03
0.019	0.369	04	0.023	0.360	04



يتضح من الجدول السابق رقم (8) أن قيم معاملات الارتباط ذات دلالة عند مستوى  $(\alpha=0.05)$  وهذا يعنى أن المقياس يتمتع بدرجة كبيرة من الصدق وأن غالبية مفردات المقياس ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس مما يدل على أن هناك اتساقاً داخلياً للمقياس ككل، وبالتالي يمكن القول بأن هذا المقياس صادق.

## 2 – ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ:

ولقياس مدى ثبات أداة البحث (الاستبانة)؛ استخدمنا معامل (ثبات ألفا كرونباخ cronbach's alpha)؛ الذي يعتبر أفضل الطرق للدلالة على تقدير الثبات، حيث قمنا باحتسابه لكل مقياس على حدة، ومن ثم احتسابه ، وهذا ما نبرزه في الجدول التالي:

الجدول 09 معاملات الثبات لمقياس رأس المال النفسي باستخدام طريقة "ألفا كرونباخ"

رأس المال النفسي		
0.942	04	الكفاءة الذاتية
0.652	04	التفاؤل
0.701	04	الأمل
0.787	04	المرونة
0.859	16	ثبات مقياس رأس المال النفسي

يتضح من النتائج الموضحة في الجدول (9) أن قيمة معامل "ألفا كرونباخ" مرتفعة لمقياس رأس المال النفسي ، في حين بلغ معدل الثبات للمقياس ( 0.859 ) و هي قيمة مهمة جدا تدل على ثبات استبيان محور رأس المال النفسي.

وكذلك قيمة معامل "ألفا كرونباخ" كانت قيمة مهمة جدا لمعامل الثبات لمحور الكفاءة الذاتية حيث كانت (0.942) ، وهذا ما سجل أيضا بالنسبة لمعامل الثبات لمحور التفاؤل.

حيث كانت هي الأخرى (0.652) ، و نفس الأهمية بالنسبة لمعامل الثبات لمحور الأمل حيث كانت (0.701) ، أما بالنسبة لمعامل الثبات لمحور المرونة حيث كانت (0.787) .

أما بالنسبة للثبات العام للدراسة فحسب الجدول (10) أدناه:

**الجدول 10: معاملات الثبات للدراسة ككل باستخدام طريقة "ألفا كرونباخ"**

المقياس	عدد العبارات	معامل الثبات
ثبات الدراسة ككل	39	0.948

و هذا ما يلاحظ أيضا في معدل الثبات العام للدراسة ككل حيث بلغ (0.948) ، وهو من المعدلات المقبول جدا، وهذا يعني درجة كبيرة من الثبات ، وبذلك تكون الاستبانة في صورتها النهائية قابلة للتوزيع و هي صادقة وثابتة في جميع فقراتها وهي جاهزة للتطبيق على عينة الدراسة. ويكون الباحث قد تأكد من صدق وثبات استبانة الدارسة مما يجعله على ثقة بصحة الاستبانة وصلاحيتها لتحليل النتائج والإجابة على أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها.

## 8 / خصائص عينة الدراسة:

ونوضح ذلك من خلال عرض وتحليل البيانات، و الجداول و الأشكال البيانية التالية توضح ذلك:

### 1 : التحليل الوصفي لنتائج الاستبيان

بهدف الإلمام بجميع جوانب موضوع الدراسة سنقوم بعرض تفصيلي لأهم الخصائص الشخصية و الوظيفية لأساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر بلدية عين الإبل ولاية الجلفة محل الدراسة، من خلال: النوع الاجتماعي، العمر، سنوات الخبرة ، المؤهل العلمي.

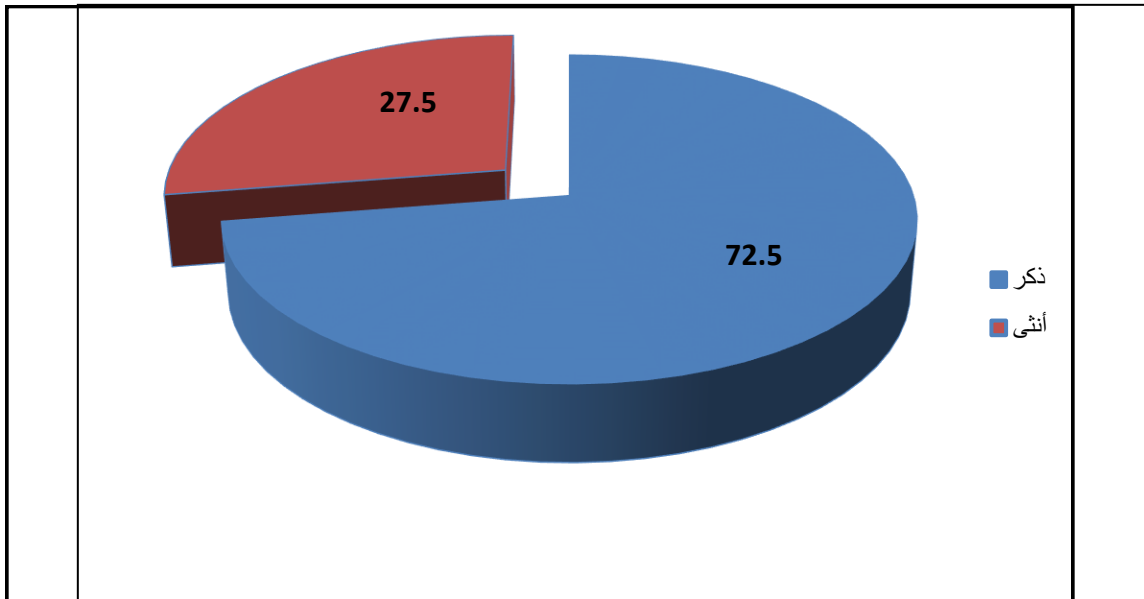
وبعد تفريغ الاستثمارات حصلنا على النتائج التالية :

1- توزيع عينة الدراسة حسب النوع الاجتماعي: يلخص الجدول والشكل التاليين النتائج المتحصل عليها بخصوص توزيع عينة الدراسة حسب النوع الاجتماعي :

الجدول 11: توزيع عينة الدراسة حسب النوع الجنس

النسب المئوية	التكرار	النوع الاجتماعي
72.5	29	ذكر
27.5	11	أنثى
%100	40	المجموع

الشكل رقم 01 توزيع عينة الدراسة حسب النوع الجنس



يتضح من خلال الجدول (11)؛ و الشكل (1)؛ أن عينة الدراسة تتشكل من الذكور بنسبة بلغت (72.5%)؛ في حين كانت نسبة الإناث في عينة الدراسة ( 27.5%).

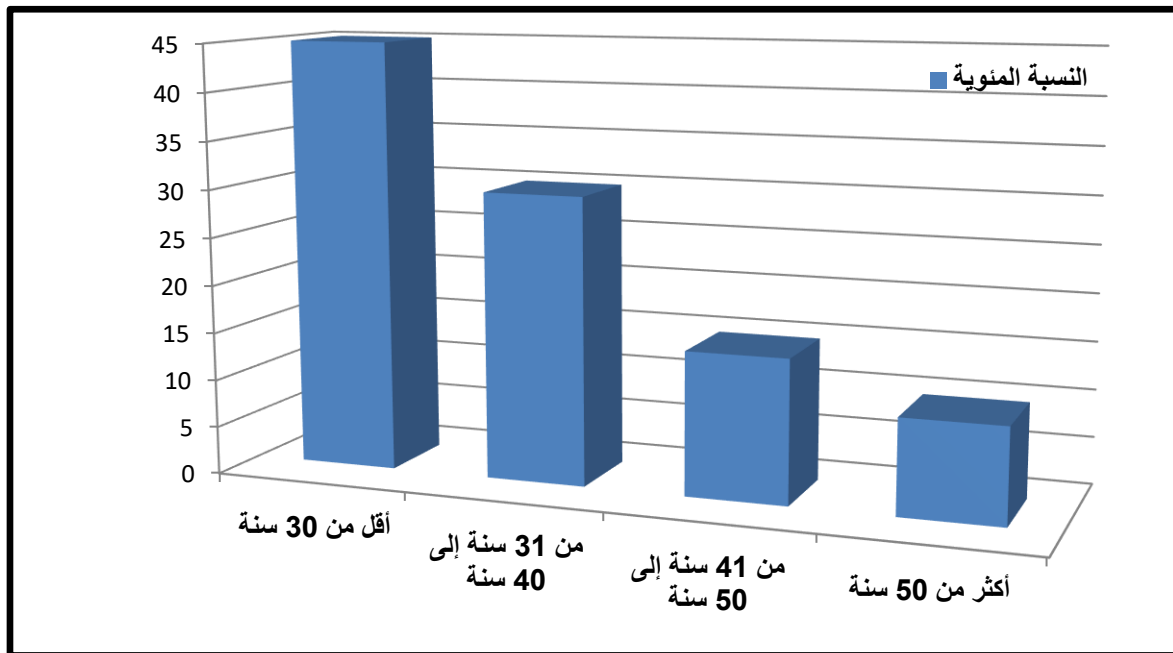
## 2- توزيع عينة الدراسة حسب العمر:

يلخص الجدول والشكل التاليين النتائج المتحصل عليها بخصوص توزيع عينة الدراسة حسب العمر.

الجدول 12: توزيع عينة الدراسة حسب العمر

العمر	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 30 سنة	18	45.00
من 31 سنة إلى 40 سنة	12	30.00
من 41 سنة إلى 50 سنة	6	15.00
أكثر من 50 سنة	4	10.00
المجموع	40	% 100

الشكل رقم 02 : توزيع عينة الدراسة حسب العمر



يتضح من خلال الجدول (12)؛ و الشكل (2)؛ أن عينة الدراسة تشكل فيها الفئة العمرية (أقل من 30 سنة) النسبة المئوية الغالبة و التي بلغت (45.00%)؛ في حين كانت الفئة العمرية (من 31 سنة إلى 40 سنة) تشكل النسبة الأقل بنسبة مئوية بلغت (30.0%) ، لتأتي الفئة العمرية (من 41 سنة إلى 50 سنة) في المرتبة الثالثة بنسبة مئوية بلغت (15.0%) ، لتأتي الفئة العمرية (من 41 سنة إلى 50 سنة) أخيرا بنسبة مئوية بلغت (10.0%) .

### 3- توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة:

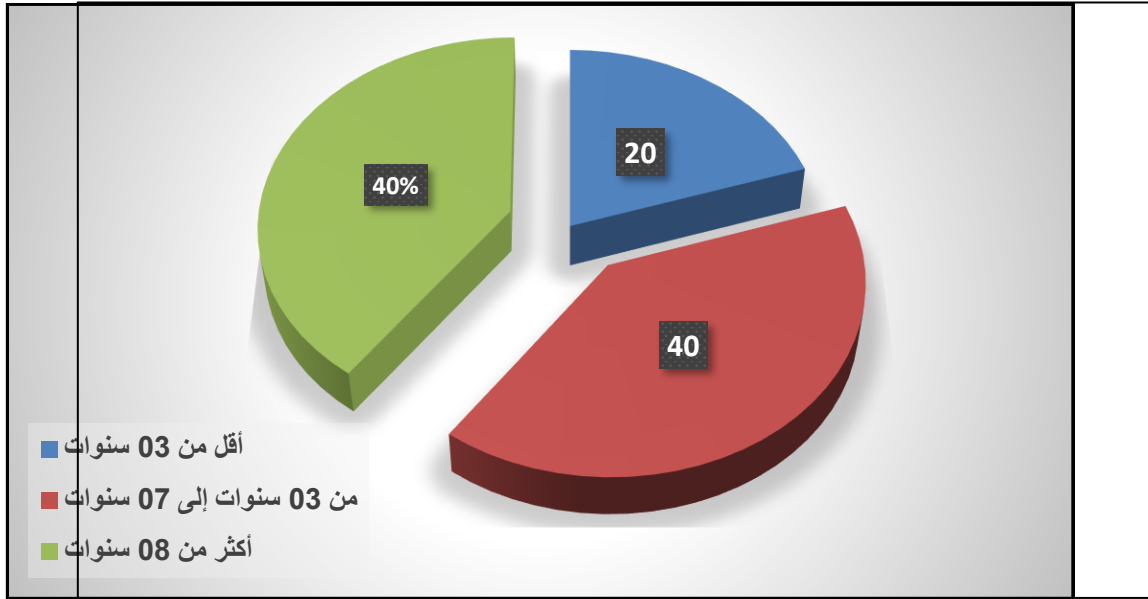
يلخص الجدول والشكل التاليين النتائج المتحصل عليها بخصوص توزيع عينة الدراسة

حسب سنوات الخبرة:

**الجدول 13 توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة**

النسب المئوية	التكرار	سنوات الخبرة
20	8	أقل من 03 سنوات
40	16	من 03 سنوات إلى 07 سنوات
40	16	أكثر من 08 سنوات
% 100	40	المجموع

الشكل رقم 03 توزيع عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة



يتضح من خلال الجدول (13)؛ و الشكل (3)؛ أن عينة الدراسة تتشكل من ذوي الخبرة (من 03 سنوات إلى 07 سنوات) بنسبة بلغت (40 %)؛ و هو نفس الشيء بالنسبة لذوي الخبرة (أكثر من 08 سنوات) بنفس النسبة أي (40 %)، في حين كان ذوو الخبرة (أقل من 03 سنوات) نسبة (20.00 %)، و هي النسبة الأضعف.

#### 4- توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي:

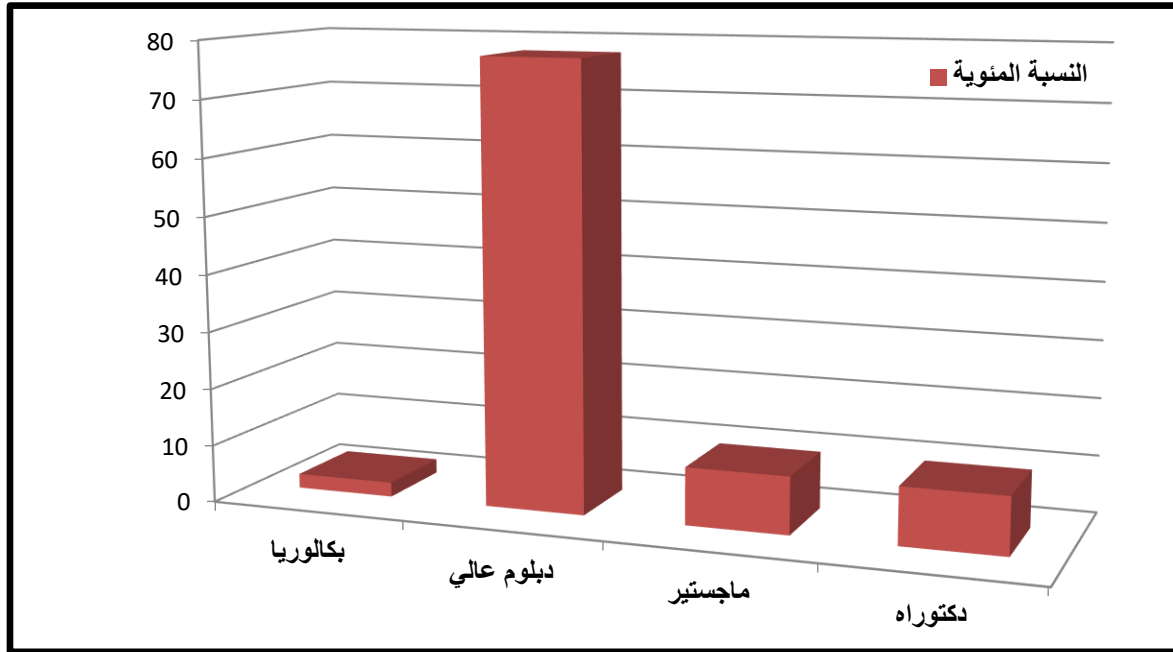
يلخص الجدول والشكل التاليين النتائج المتحصل عليها بخصوص توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي.

الجدول 14: توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي

النسبة المئوية	التكرار	المؤهل العلمي
2.5	1	بكالوريا
77.5	31	دبلوم عالي
10	4	ماجستير

10	4	دكتوراه
% 100	40	المجموع

الشكل رقم 04 : توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي



يتضح من خلال الجدول (14)؛ و الشكل (4)؛ أن عينة الدراسة تشكل فيها الفئة حملة الدبلوم العالي النسبة المئوية الغالبة و التي بلغت (77.50%)؛ في حين كانت الفئة حملة الماجستير و الدكتوراه كانت بنفس النسبة و التي بلغت (10.0%) ، لتأتي الفئة حملة البكالوريا فقط أخيرا بنسبة مئوية بلغت (2.5%).

### خلاصة :

يتضمن هذا الفصل الجانب الميداني والذي تطرقنا فيه إلى المنهج الملائم للدراسة، والأداة والعينة ، ومكان الدراسة ، ثم إلى خصائص السيكمترية لأداة الدراسة ، ثم خصائص عينة الدراسة .

## الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج للدراسة

- تمهيد
- عرض نتائج الدراسة
- تفسير ومناقشة الفرضية العامة
- تفسير ومناقشة نتائج فرضية الأولى
- تفسير ومناقشة نتائج فرضية الثانية
- تفسير ومناقشة نتائج فرضية الثالثة
- تفسير ومناقشة نتائج فرضية الرابعة
- تفسير ومناقشة نتائج فرضية الخامسة
- تفسير ومناقشة نتائج فرضية السادسة
- استنتاج عام



## تمهيد:

بعد التطرق إلى الإجراءات للدراسة الحالية و المتمثلة في تحديد المنهج المتبع و كذلك عينة الدراسة ...الخ، يتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض و تحليل و مناقشة النتائج و ذلك بالاستناد إلى الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية من جهة و من جهة أخرى الدراسات التي تطرقت لموضوع رأس المال النفسي.

حيث يتم عرض علاقات الارتباط و التأثير بين متغيرات الدراسة الرئيسية و الفرعية باستعمال الأساليب الإحصائية التحليلية، وذلك لغرض اختبار الفرضيات المتعلقة بعلاقات الارتباط، كما يتم استعمال الأساليب الإحصائية التحليلية لغرض قياس أثر المتغيرات الرئيسية و الفرعية في المتغير المعتمد.

## عرض نتائج الدراسة :

بعد الحصول على البيانات و تفرغها قصد معالجتها تم الحصول على النتائج التالية للإجابة على مشكلة الدراسة الرئيسية، و التي تنص على:

1- هل توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية ورأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر ببلدية عين الإبل ولاية الجلفة؟، وقد انبثق عن هذا التساؤل الأسئلة الفرعية الآتية:

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الخبرة؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي تعزى لمتغير الخبرة؟

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟

6- ما هو مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر ؟

7- ما هو مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر ؟

## فروض الدراسة:

1. توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية ورأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر .

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الخبرة.

3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي تعزى لمتغير الخبرة.

5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

6. مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر مرتفع.

7. مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر مرتفع.

## عرض و تحليل نتائج الفرضية العامة:

بعد أن تم جمع البيانات وتحليلها باستخدام المقاييس الإحصائية المناسبة وفي ضوء الفرضيات التي استهدفت الدراسة اختبارها، سنقوم باستخراج قيم الارتباط لمعامل بارسون (pearson)؛ للمتغيرات المستقلة للتأكد من وجود علاقة ارتباطية بينهما. حيث تضمنت ما يلي:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0.05$ ) ؛ بين مستوى الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي بثانوية بن الأبيض قويدر.

### الجدول 15 معامل الارتباط بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي

المحور	الارتباط	مستوى الدلالة - sig -
الصلابة النفسية	0.951	0.000
رأس المال النفسي		

تنص الفرضية الأولى على أنه :

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0.05$ )؛ بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي بثانوية بن الأبيض قويدر. و من خلال الجدول (15) نجد أن قيمة معامل الارتباط بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي تساوي 0.951 و مستوى الدلالة 0.000 ، و هي أقل من مستوى معنوية 0.05 مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة ثانوية بن الأبيض قويدر .

وبناء على ذلك نقبل الفرضية القائلة: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0.05$ )؛ بين مستوى الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة

بثنائية بن الأبيض قويدر، و نرفض الفرضية البديلة القائلة : لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0.05$ )؛ بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة بثنائية بن الأبيض قويدر.

إن تتمتع الأساتذة بالصلابة النفسية دليل على امتلاك الرصيد الكبير من رأس المال النفسي فكلاهما يساعد الشخص على مواجهة ضغوطات العمل وتدعيم الصحة النفسية.

**عرض و تحليل نتائج الفرضيات الفرعية :**

### **1- الفرضية الفرعية الأولى:**

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة بثنائية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة؟

**عرض النتيجة :**

للفروق بين الأساتذة في الصلابة النفسية للعينتين، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي:

حيث نعتمد على الاختبارات المعلمية لأكثر من عينتين مستقلتين و ذلك من خلال اختبار تحليل التباين الأحادي ANOVA لاختبار فرضية الفروق ، و لاختبار الفروق الصلابة النفسية، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي :

**الجدول 16 إختبار تباين الفروقات لمستوى الصلابة النفسية حسب عدد سنوات الخبرة**

الصلابة النفسية	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المجدولة	مستوى الدلالة sig
بين المجموعات	0.059	2	0.029	0.056	0.945
خارج المجموعات	19.170	37	0.518		
المجموع	19.228	39			

ومن الجدول (16) و بالرجوع إلى النسبة الفائية المحسوبة و التي كانت تساوي :  
 0.056 ، و بالرجوع إلى قيمة Sig(t) المساوية لـ : (0.945) ، و التي هي أكبر من  
 مستوى المعنوية ( $\alpha= 0.05$ ) و بالتالي نقبل الفرضية الصفرية ، و منه نقول أنه : لا يوجد  
 تباين في الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير عدد سنوات  
 الخبرة لأن الصلابة النفسية لا ترتبط بالخبرة لأنها تنمو مع الإنسان قبل أن يلتحق بأي  
 عمل.

## 2- الفرضية الفرعية الثانية :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض  
 قويدر تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟  
 عرض النتيجة :

للفروق بين الأساتذة في الصلابة النفسية للعينتين، تم الحصول على النتائج المسجلة في  
 الجدول التالي:

فإننا نعتمد على الاختبارات المعلمية لأكثر من عينتين مستقلتين و ذلك من خلال اختبار  
 تحليل التباين الأحادي ANOVA لاختبار فرضية الفروق ، و لاختبار الفروق الصلابة  
 النفسية، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي :

**الجدول 17 إختبار تباين الفروقات لمستوى الصلابة النفسية حسب المؤهل العلمي**

الصلابة النفسية	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المجدولة	مستوى الدلالة sig
بين المجموعات	1.114	2	0.371	0.738	0.536
خارج المجموعات	18.114	36	0.503		
المجموع	19.228	39			

ومن الجدول (17) و بالرجوع إلى النسبة الفائية المحسوبة و التي كانت تساوي : 0.738 ، و بالرجوع إلى قيمة Sig(t) المساوية لـ : (0.536) ، و التي هي أكبر من مستوى المعنوية ( $\alpha= 0.05$ ) و بالتالي نقبل الفرضية الصفرية ، و منه نقول أنه : لا يوجد تباين في الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر يمكن أن يعزى لمتغير المؤهل العلمي لأن الصلابة النفسية لا ترتبط بمستواهم العلمي لأنها فطرية عند الإنسان وليست مكتسبة ولا تتكون بمؤهل علمي للأستاذ.

### 3- الفرضية الفرعية الثالثة :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة ؟  
عرض النتيجة :

للفروق بين الأساتذة في رأس المال النفسي للعينتين ، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي :

حيث نعتمد على الاختبارات المعلمية لأكثر من عينتين مستقلتين و ذلك من خلال اختبار تحليل التباين الأحادي ANOVA لاختبار فرضية الفروق ، و لاختبار الفروق رأس المال النفسي، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي :

الجدول 18 إختبار تباين الفروقات لمستوى رأس المال النفسي حسب عدد سنوات الخبرة

رأس المال النفسي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المجدولة	مستوى الدلالة sig
بين المجموعات	0.034	2	0.017	0.027	0.974
خارج المجموعات	23.240	37	0.628		
المجموع	23.273	39			

ومن الجدول (18) و بالرجوع إلى النسبة الفائية المحسوبة و التي كانت تساوي : 0.027 و بالرجوع إلى قيمة Sig(t) المساوية لـ : (0.974)، و التي هي أكبر من مستوى المعنوية ( $\alpha = 0.05$ ) و بالتالي نقبل الفرضية الصفرية، و منه نقول أنه: لا يوجد تباين في رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر يمكن أن يعزى لمتغير عدد السنوات الخبرة لأن متغير الخبرة لا يؤثر في رأس المال النفسي، فسنوات الخدمة لا تؤثر بأي شكل من الأشكال.

#### 4- الفرضية الفرعية الرابعة :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟  
عرض النتيجة :

للفروق بين الأساتذة في رأس المال النفسي للعينتين ، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي :

فإننا نعتمد على الاختبارات المعلمية لأكثر من عينتين مستقلتين و ذلك من خلال اختبار تحليل التباين الأحادي ANOVA لاختبار فرضية الفروق ، و لاختبار الفروق رأس المال النفسي، تم الحصول على النتائج المسجلة في الجدول التالي :

#### الجدول 19 إختبار تباين الفروقات لمستوى رأس المال النفسي حسب المؤهل العلمي

رأس المال النفسي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F المجدولة	مستوى الدلالة sig
بين المجموعات	0.985	3	0.328	0.531	0.664
خارج المجموعات	22.288	36	0.619		
المجموع	23.273	39			

ومن الجدول (19) و بالرجوع إلى النسبة الفائية المحسوبة و التي كانت تساوي : 0.531 ، و بالرجوع إلى قيمة Sig(t) المساوية لـ : (0.664) ، و التي هي أكبر من مستوى المعنوية ( $\alpha= 0.05$ ) و بالتالي نقبل الفرضية الصفرية ، و منه نقول أنه : لا يوجد تباين في رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر يمكن أن يعزى لمتغير المؤهل العلمي لأن رأس المال النفسي لا يتكون ولا يرتبط بمستواهم العلمي، فهو مرتبط بالكفاءة في التعامل مع القضايا وتجاوز ما يعيقهم وهذه القدرة تتكون عندهم قبل أن يمتلكون هاته الشهادة.

#### 5- الفرضية الفرعية الخامسة:

حيث تضمنت ما يلي:

- مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي بثانوية بن الأبيض قويدر مرتفع؟ و ذلك من خلال حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من فقرات المقياس:

جدول 20: يبين اتجاهات و ميولات إجابات عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
01	3.20	1.18	محايد
02	3.83	1.01	أتفق
03	3.45	1.08	أتفق
04	3.60	1.30	أتفق
05	2.95	1.01	محايد
06	3.23	1.10	محايد
07	3.18	1.08	محايد



أتفق	1.06	3.60	08
محايد	1.18	3.13	09
أتفق	1.12	3.65	10
محايد	1.47	3.13	11
محايد	1.31	2.85	12
أتفق	1.06	3.53	13
محايد	1.38	3.20	14
محايد	1.18	3.05	15
محايد	1.15	3.38	16
أتفق	0.93	3.83	17
أتفق	1.01	3.73	18
أتفق	1.03	3.78	19
محايد	1.39	2.98	20
محايد	1.18	3.30	21
محايد	1.42	3.15	22
أتفق	1.11	3.50	23
<u>متوسط</u>	<u>0.70</u>	<u>3.37</u>	<u>مقياس الصلابة النفسية</u>

من خلال الجدول رقم (20) و من خلال مناقشة النتائج السابقة يتضح أن مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر كان متوسطاً، حيث بلغ المتوسط الحسابي (3.37) و الانحراف المعياري (0.70) ، وهذا ما تم استخلاصه فعلا من

إجابات المبحوثين كما جاء في نتائج الجدول رقم (20) ، وعليه يمكن أن نجيب على التساؤل الفرعي الخامس كالتالي:

مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر متوسط لأن مستوى الصلابة النفسية متوسط لأنه يرجع لارتفاع نسبة التوتر وعدم الاستمتاع بعملهم وليس لديهم القدرة على مواجهة ضغوطات العمل.

#### 6- الفرضية الفرعية السادسة:

حيث تضمنت ما يلي:

- مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر مرتفع ؟

و ذلك من خلال حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من فقرات المقياس:

جدول 21: يبين اتجاهات و ميولات إجابات عينة الدراسة على مقياس رأس المال النفسي

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة
01	3.58	0.98	أتفق
02	3.03	1.23	محايد
03	3.05	1.18	محايد
04	3.58	1.08	أتفق
<u>الكفاءة الذاتية</u>	<u>3.36</u>	<u>1.07</u>	<u>متوسط</u>
06	3.13	1.51	محايد
07	3.50	1.22	أتفق

محايد	1.20	3.28	08
محايد	1.22	2.90	09
<u>متوسط</u>	<u>0.92</u>	<u>3.43</u>	<u>التفاؤل</u>
محايد	1.24	3.00	11
محايد	1.44	3.20	12
محايد	1.31	2.85	13
محايد	1.19	3.25	14
<u>متوسط</u>	<u>0.75</u>	<u>3.23</u>	<u>الأمل</u>
محايد	1.38	3.20	16
محايد	1.18	2.95	17
محايد	1.50	3.05	18
محايد	1.30	2.75	19
<u>متوسط</u>	<u>0.79</u>	<u>3.11</u>	<u>المرونة</u>
<u>متوسط</u>	<u>0.77</u>	<u>3.28</u>	<u>مقياس رأس المال النفسي</u>

من خلال الجدول رقم (21) و من خلال مناقشة النتائج السابقة يتضح أن مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر كان متوسطا ،حيث بلغ المتوسط الحسابي (3.28) و الانحراف المعياري (0.77) ، وهذا ما تم استنتاجه فعلا من إجابات المبحوثين كما جاء في نتائج الجدول رقم (21) ، وعليه يمكن أن نجيب على التساؤل الفرعي السادس كالتالي:

مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر متوسط لأن مستوى رأس المال النفسي منخفض راجع إلى أنهم لا يملكون الأمل في تحقيق أهدافهم ونسبة الكفاءة في التعامل مع البيئة.

## استنتاج عام :

انطلاقاً مما تم عرضه من خلفية نظرية في كل ما يتعلق برأس المال النفسي و النجاح و اعتماداً على البيانات الإحصائية ، و تحقيق للهدف الرئيسي للدراسة ، و التثبت من وجود علاقة بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر و بعد إجراء الدراسة الميدانية على العينة المكونة من 40 أستاذ و أستاذة من بين أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر ، و بعد تطبيق مقياس الصلابة النفسية و رأس المال النفسي تم التوصل إلى النتائج التالية :

1- توجد علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0.05$ )؛ بين الصلابة النفسية ورأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر ببلدية عين الإبل ولاية الجلفة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير الخبرة .

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير الخبرة .

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

6- مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر متوسط.

7- مستوى رأس المال النفسي لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر متوسط.

# الخاتمة

## الخاتمة :

من خلال ما درسنا في ضوء إشكالية الدراسة. وفرضياتها، والتي تهدف إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها برأس المال النفسي لدى أساتذة تعليم ثانوي، وتبيننا في دراستنا المنهج الوصفي واعتمدنا على عينة 40 أستاذ و أساتذة ثانوي و ثم تطبيق عليهم مقياس الصلابة النفسية ومقياس رأس المال النفسي وتوصلت دراستنا إلى نتائج:

1. توجد علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية معنوية ( $a < 0,05$ ) بين الصلابة النفسية و رأس المال النفسي أساتذة التعليم الثانوي بن الأبيض قويدر.
2. مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة بثانوية بن الأبيض قويدر متوسط.
3. ومستوى الرأس المال النفسي التعليم الثانوية متوسط.

وتبقى هذه المتوصل إليها جزئية و نسبية تحكمت فيها العديد من المتغيرات من سن ولو أن هذه الدراسة طبقت على مبحوثين آخرين، وفي منطقة معينة وذات خصائص مغايرة لتحصلنا على نتائج ولهذا فإننا نترك المجال لدراسات أخرى تكون أكثر عمقا ودقة وشمولا.

## قائمة المصادر والمراجع

## قائمة مصادر ومراجع:

### مذكرات:

- السيد علي الهادي، مروة(2009)، "الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية دراسة سيكومترية اكلنيكية"، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق.
- العاتي، سعاد (2013)، "أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى طالبات سنة أولى جامعي"، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- انساعد رضوان، العكازي فاطيمة الزهراء، بشير فاطمة زهرة (2019)، "اثر رأس المال النفسي على التوجه المقاولاتي لدى طلبة المقبلين على التخرج دراسة حالة طلبة الماستر بكلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير بجامعة الشلف"، الأكاديمية لدراسات الاجتماعية والإنسانية، 12(1)، 3،14.
- بن قاسي دليلة -دهلوم ريمة (2017)، "الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى المصابين بالسرطان المقيمين لصلاة -دراسة ميدانية في مستشفى برج منايل وجمعية الفجر بومرداس"، رسالة ماستر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- بن محمد خالد، العبدلي بن عبد الله (2012)، "الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.



- بن نوانة، عواطف،-عرعار، خلود (2021)"الصلابة النفسية لدى المتعافين من الكوفيد دراسة ميدانية استكشافية لدى عينة من طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة"، رسالة ماستر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- جباري جعبري، أسماء (2018)، "علاقة رأس المال النفسي الإيجابي بأداة العاملين في الجامعات الفلسطينية العاملة في جنوب الضفة الغربية"، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا الجامعة الخليل، فلسطين
- حراث، علي (2019)"الصلابة النفسية وعلاقتها بإستراتيجيات المواجهة النفسية لدى طلبة ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية و الارطفونيا بجامعة عمار ثيلجي دراسة ميدانية بمدينة الاغواط"، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- حمي الحادة، طبال فريدة(2013) "الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى أولياء ذوي الاحتياجات الخاصة دراسة ميدانية بولاية الوادي"، رسالة ماستر، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- رزق منذر عدنان البازجي،محمد (2011)"الاتجاه نحو المخاطرة النفسية وعلاقته بالصلابة النفسية دراسة ميدانية على الشرطة الفلسطينية"، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.
- رضا شريقي، رولا (2013) "فاعلية برنامج إرشادي لرفع مستوى الرضا عن الحياة لدى مرضى السكري"، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة دمشق.
- شابي حليلة،نوراية امال، 2012الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى الطالبات المقيمت، رسالة ماستر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة 8 ماي 1945

- شطي، حبيبة (2019)، " مستوى الصلابة النفسية لدى أستاذة التعليم الابتدائي دراسة على عينة من الأستاذة ورقلة"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية و الإنسانية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- طالب العزام، زياد (2013)، " الصلابة النفسية والتكيف الانفعالي لدى مرضى السكري في محافظة إربد"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد.
- غانم محمد-مرايحية، محمد طاهر (2016)، "الاحترق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى أستاذة تربية البدنية والرياضة في طور الثانوي دراسة ميدانية في بعض ثانويات ام البواقي"، رسالة ماجستير، معهد العلوم وتقنيات والنشاطات البدنية والرياضية، جامعة العربي بن مهدي، أم البواقي
- مجدي هاشم الصفدي، رولا (2013) "المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والأرامل بمحافظات غزة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية جامعة الأزهر ،غزة، فلسطين.
- محمد علي- هيفاء (2021) ،" الأثر رأس المال النفسي على الابداع الاداري في الجامعات الأردنية الخاصة في مدينة عمان"، رسالة ماجستير ،كلية الأعمال ، جامعة الشرق الأوسط ، عمان
- مقداد حنان (2014)" الصلابة النفسية لدى الطالبات الجامعات المقيمت ، دراسة استكشافية بمدينة ورقلة "، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ، ورقلة.
- نوافل أحمد راضي، زينب(2008)، "الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها بعض المتغيرات" ، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الإسلامية ، غزة، فلسطين.

- هلكا، عمر علاء الدين،(2016)، "الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من تحمل الضيق الأبعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين"، كلية العلوم الانسانية، جامعة بيروت العربية، بيروت.

### مجالات:

- الحسن كمال كاظم، طاهر (2013)، "رأس المال النفسي وأثره في الاستغراق الوظيفي دراسة تحليلية لأراء للعينة من متمرسي مجلة ،6(3)7،6،5
- الرجبيي بن سيف يوسف، الشيخ حمود، محمد عبد الحميد،(2017)، "الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها بعض المتغيرات الديمغرافية"، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، 12. (1)58، 75
- الشمري صاحب اسعد ،محمد نادر أديب ،(2022)، رأس المال النفسي الايجابي لدى طلبة الجامعة ،مجلة 18(73):.1264.1241
- أبو المعاطي وليد محمد \_منار منصور احمد ،(2018) رأس المال النفسي وعلاقته للالتزام المهني لدى معلمي التعليم العام ،مجلة علوم التربية ،جزء 2،(3)، 441410.
- حميدي عبد السميع-القصبي وسام (2022)، "تمذجة التأثيرات المسببة لرأس المال النفسي الأكاديمي وكل من الثقة والتكيف الأكاديميين على التحصيل لدى طلبة الجامعة خلال جائحة كورونا"،مجلة كلية التربية، عدد ابريل ،الجزء الثاني، 529، 519،570

- خليل السيد-علاء الدين ،فضل جينية بسمة (2021)، "دور رأس المال النفسي في تحقيق التفوق التنظيمي لدى شركة توزيع الكهرباء الفلسطينية" ،مجلة التنمية والدارة الموارد البشرية 8(2): 247،248
- سبني ال طعين يوسف موسى ،(2015)، تأثير رأس المال النفسي الإيجابي في الأداء الإبداعي دراسة تحليلية لآراء عينة من المتدربين في جامعة القادسية والمثنى" ، مجلة القادسية للعلوم الإدارية والاقتصادية ،17(3)
- سعيد عبد العزيز ، أحمد ، صالح إبراهيم (2022)، "رأس المال النفسي والتوافق الأكاديمي كمنبئين لجودة الحياة الطلاب ذوي الإعاقة بالجامعة ، مجلة العلوم الإنسانية والإدارية ، جزء ثاني 26، 26
- عبد العزيز احمد سعيد صالح، إبراهيم (2022)، "رأس المال النفسي والتوافق الأكاديمي كمنبئين لجودة حياة الطلاب ذوي الإعاقة للجامعة" ،مجلة العلوم الإنسانية والإدارية ،26، 176
- عيسات، مريم (2020) "استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية دراسة ميدانية على عينة من أعوان الحماية المدنية بالبويرة" ، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، ٥(١): 425 - 448
- قاسم عيسى، ميهوبي فوزي ،(2022)، رأس المال النفسي تعريفه مكوناته خصائصه وآثاره ،مجلة المرشد 12،6(1): 189،2004
- مراجع سالم، المشاي محمد علي (2020) "الصلابة النفسية لدى الأطفال" ، مجلة العلمية كلية التربية الطفولة المبكرة، 7(1): 386
- واري،زكرياء -واري حسين الفقير، علي،(2022) " الدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين جودة الحياة العمل والإبداع التنظيمي دراسة حالة موظفي مفوضية الاتحاد الافريقي بأديس بابا ، مجلة اقتصاديات شمال افريقيا 18-(28) : 621-

ملاحق



ملحق مقياس الصلابة  
النفوس (راث)  
جامعة ز بالجلفة  
قسم علم النفس



استبيان :

عزيزي الاستاذ ، عزيزتي الاستاذة :

في اطار اعداد مذكرة تخرج ماستر فيما يلي مجموعة من البيانات الشخصية و عبارات نرجو منك ان تملأ هذه البيانات أولا ان تقرأ كل عبارة و تفهمها وان تضع علامة (X) أمام الخانة التي تتفق أو تنطبق عليك :

أولا: المعلومات التعريفية بعينة الدراسة:

يرجى وضع علامة ( ) في المربع المناسب لكل فقرة.

أنثى

ذكر

1. النوع الاجتماعي:

2. العمر:

- 30 سنة فأقل
- 31 إلى 40
- 41 إلى 50
- أكثر من 50

3. عنوان الوظيفة الحالية.....

4. عدد سنوات الخدمة في المنصب الحالي

- أقل من 3 سنوات
- من 3 إلى 7 سنوات
- 8 سنوات فأكثر

5. المؤهل العلمي:
- بكالوريا  دبلوم عالي
- ماجستير  دكتوراه

مقياس الصلابة النفسية :

الرقم	الفقرة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	أسمى لتحقيق أهدافي مهما كانت العقبات.					
2	تكمن قيمة الحياة في التزام الفرد بالمبادئ.					
3	تضيع أوقات في أنشطة لا معنى لها.					
4	لحياتي أهداف أعيش من أجلها.					
5	لدي الأحقية لمشاركة في الانشطة					

					الاجتماعية	
					أبادر لمساعدة الآخرين.	6
					أهتم بالأحداث التي تجري حولي.	7
					أجد صعوبة في التكيف مع الآخرين	8
					أأخذ قراراتي بنفسني دون تدخل أحد	9
					لدي القدرة على تنفيذ خطتي المستقبلية	10
					نجاح أعمالي يعتمد على مجهودي الذاتي	11
					أعتقد أن الحياة مجرد فرص للفرد	12
					ما يحدث لي نتاج تخطيبي	13
					تغيرات الحياة تهدد حياتي	14
					أستطيع التحكم في مسار حياتي	15
					متعة الحياة تكمن في مواجهة الظروف	16
					أبادر لحل المشكلة التي تواجهني	17
					أسعى لمعرفة كل ما هو جديد	18
					أعتقد أن لدي القدرة على المواصلة حتى الوصول إلى الحل	19
					تستفز المشكلات قدرتي على التحدي	20
					الظروف المستقبلية تهدد حياتي	21
					أستمتع بالحياة الثابتة والساكنة	22
					أشعر بالخوف عند مواجهة تغيرات الحياة	23

ملحق 02 : مقياس رأس المال النفسي (زيتون نعمه ضهد سعدون )



التسلسل	البنود	أتفق	أتفق	محايد	لا	لا
		تماما	أتفق	محايد	لا	لا
17	تمنح إدارة الثانوية المدرسين الثقة في تحليل المشكلات التي تواجههم وايجاد حلول لها.					
18	هناك درجة عالية من التواصل مع المتدريسيين من خارج الثانوية لمناقشة المشاكل					
19	يسهم أعضاء الهيئة التدريسية في أي عمل إضافي تكلفهم به إدارة الثانوية.					
20	يعمل أعضاء الهيئة التدريسية بكفاءة رغم ضغط العمل.					

التسلسل	البنود	أتفق	أتفق	محايد	لا	لا
		تماما	أتفق <td>محايد <td>لا</td> <td>لا</td> </td>	محايد <td>لا</td> <td>لا</td>	لا	لا
21	يتبنى أعضاء الهيئة التدريسية الحكمة التي ترى أن حدوث الأخطاء في العمل أمر طبيعي.					
22	عندما تكون حالات من اللاتأكد في العمل غالبا ما أتوقع الأفضل.					
23	ننظر دائما للجانب المشرق في العمل.					
24	يشعر أعضاء الهيئة التدريسية بالتقاؤل اتجاه الأحداث المستقبلية للعمل.					

التسلسل	البنود	أتفق	أتفق	محايد	لا أتفق	لا
		تماما				أتفق تماما
25	لدى أعضاء الهيئة التدريسية الامكانية في التفكير بالمسارات الكفيلة لتجاوز ضعف العمل.					
26	تنظر إدارة الثانوية إلى أعضاء الهيئة التدريسية كأشخاص ناجحون في أداء عملهم.					
27	يمتلك أعضاء الهيئة التدريسية القدرة على التفكير بعدة أشكال لتحقيق الأهداف الأكاديمية ثانوية .					
28	يشعر أعضاء الهيئة التدريسية في الثانوية بالسعادة لانتمائهم لهذه الثانوية.					

التسلسل	البنود	أتفق	أتفق	محايد	لا أتفق	لا
		تماما				أتفق تماما
29	يمتلك أعضاء الهيئة التدريسية المرونة لتعافي من صدمات العمل.					
30	يمتلك أعضاء الهيئة التدريسية القدرة على التعامل مع الظروف الصعبة بأشكال مختلفة.					
31	لدى أعضاء الهيئة التدريسية القدرة على مواجهة أحداث العمل المرهقة.					

					يتجه أعضاء الهيئة التدريسية لإنجاز الأعمال المجهددة خطوة بخطوة.	32
--	--	--	--	--	--	----

### Statistiques de groupe

الصدق_الصلابة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الصلابة_النفسية المجموعة الدنيا	11	2,5810	,42965	,12955
المجموعة العليا	11	4,2332	,40799	,12301

### Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
	F	Sig.	t	ddl
الصلابة_النفسية Hypothèse de variances égales	,000	,984	-9,248	20
Hypothèse de variances inégales			-9,248	19,947

### Test des échantillons indépendants

	Test t pour égalité des moyennes		
	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
الصلابة_النفسية Hypothèse de variances égales	,000	-1,65217	,17865
Hypothèse de variances inégales	,000	-1,65217	,17865



	Sig. (bilatéral)	,000	,009	.	,047	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,382
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X3	Coefficient de corrélacion	,330*	,098	,315 .	1,00 0	,401 *	,280	,320 .	,206	,121	,151	,247	- ,030
	Sig. (bilatéral)	,037	,549	,047	.	,010	,080	,044	,203	,457	,352	,125	,855
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X4	Coefficient de corrélacion	,590**	,160	,611 **	,401 *	1,00 0	,473 **	,466 **	,547 **	,536 **	,428 **	,501 **	,065
	Sig. (bilatéral)	,000	,323	,000	,010	.	,002	,002	,000	,000	,006	,001	,690
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X5	Coefficient de corrélacion	,706**	,452 **	,641 **	,280	,473 **	1,00 0	,462 **	,614 **	,448 **	,535 **	,743 **	,245
	Sig. (bilatéral)	,000	,003	,000	,080	,002	.	,003	,000	,004	,000	,000	,128
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X6	Coefficient de corrélacion	,748**	,392 *	,743 **	,320 *	,466 **	,462 **	1,00 0	,642 **	,398 *	,715 **	,598 **	,200
	Sig. (bilatéral)	,000	,012	,000	,044	,002	,003	.	,000	,011	,000	,000	,216
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X7	Coefficient de corrélacion	,836**	,536 **	,676 **	,206	,547 **	,614 **	,642 **	1,00 0	,571 **	,829 **	,777 **	,390 *
	Sig. (bilatéral)	,000	,000	,000	,203	,000	,000	,000	.	,000	,000	,000	,013











	Sig. (bilatéral)	,756	,007	,200	,002	,065	,023	,279	,147	,141	,149	,158	,296
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X4	Coefficient de corrélacion	,040	,486 **	,247	,512 **	,416 **	,566 **	,481 **	- ,078	,418 **	,332 *	,175	,355 *
	Sig. (bilatéral)	,809	,001	,125	,001	,008	,000	,002	,633	,007	,036	,281	,024
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X5	Coefficient de corrélacion	,304	,410 **	,232	,768 **	,500 **	,629 **	,830 **	- ,026	,311	,523 **	,367 *	,546 **
	Sig. (bilatéral)	,056	,009	,149	,000	,001	,000	,000	,872	,051	,001	,020	,000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X6	Coefficient de corrélacion	,057	,668 **	,118	,632 **	,679 **	,745 **	,536 **	- ,064	,711 **	,525 **	,270	,452 **
	Sig. (bilatéral)	,726	,000	,469	,000	,000	,000	,000	,693	,000	,001	,092	,003
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X7	Coefficient de corrélacion	,117	,571 **	,476 **	,551 **	,538 **	,681 **	,721 **	,244	,520 **	,651 **	,442 **	,649 **
	Sig. (bilatéral)	,471	,000	,002	,000	,000	,000	,000	,129	,001	,000	,004	,000
	N	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
X8	Coefficient de corrélacion	,115	,406 **	,472 **	,497 **	,333 *	,551 **	,524 **	,124	,331 *	,416 **	,243	,346 *
	Sig. (bilatéral)	,480	,009	,002	,001	,036	,000	,001	,447	,037	,008	,132	,029







\*\* La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

\* La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

### Echelle : ثبات مقياس الصلابة النفسية

#### Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,921	23

#### Statistiques de groupe

الصدق_راس_المال	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
راس_المال_النفسى المجموعة الدنيا	11	2,3693	,37961	,11446
المجموعة العليا	11	4,2386	,43375	,13078

#### Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances	Test t pour égalité des moyennes		
		F	Sig.	t
راس_المال_النفسى Hypothèse de variances égales	,256	,619	-10,756	20

Hypothèse de variances inégales			-10,756	19,655
---------------------------------	--	--	---------	--------

### Test des échantillons indépendants

	Test t pour égalité des moyennes		
	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
راس_المال_النفسي Hypothèse de variances égales	,000	-1,86932	,17379
Hypothèse de variances inégales	,000	-1,86932	,17379

### Test des échantillons indépendants

	Test t pour égalité des moyennes	
	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	Inférieur	Supérieur
راس_المال_النفسي Hypothèse de variances égales	-2,23184	-1,50679
Hypothèse de variances inégales	-2,23225	-1,50638

### Corrélations

			الكفاءة_الذاتية	KD1	KD2
Rho de Spearman	الكفاءة_الذاتية	Coefficient de corrélation	1,000	,929**	,803**
		Sig. (bilatéral)	.	,000	,000
		N	40	40	40
	KD1	Coefficient de corrélation	,929**	1,000	,666**
		Sig. (bilatéral)	,000	.	,000



	N	40	40	40
KD2	Coefficient de corrélation	,803**	,666**	1,000
	Sig. (bilatéral)	,000	,000	.
	N	40	40	40
KD3	Coefficient de corrélation	,801**	,721**	,943**
	Sig. (bilatéral)	,000	,000	,000
	N	40	40	40
KD4	Coefficient de corrélation	,964**	,931**	,711**
	Sig. (bilatéral)	,000	,000	,000
	N	40	40	40

### Corrélations

			KD3	KD4
Rho de Spearman	الكفاءة_ الذاتية	Coefficient de corrélation	,801**	,964**
		Sig. (bilatéral)	,000	,000
		N	40	40
KD1		Coefficient de corrélation	,721**	,931**
		Sig. (bilatéral)	,000	,000
		N	40	40
KD2		Coefficient de corrélation	,943**	,711**
		Sig. (bilatéral)	,000	,000
		N	40	40
KD3		Coefficient de corrélation	1,000	,758**
		Sig. (bilatéral)	.	,000
		N	40	40

KD4	Coefficient de corrélation	,758**	1,000
	Sig. (bilatéral)	,000	.
	N	40	40

\*\* La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

### Corrélations

			التفاؤل	TF1	TF2	TF3
Rho de Spearman	التفاؤل	Coefficient de corrélation	1,000	,682**	,635**	,646**
		Sig. (bilatéral)	.	,000	,000	,000
		N	40	40	40	40
TF1		Coefficient de corrélation	,682**	1,000	,251	,520**
		Sig. (bilatéral)	,000	.	,118	,001
		N	40	40	40	40
TF2		Coefficient de corrélation	,635**	,251	1,000	,430**
		Sig. (bilatéral)	,000	,118	.	,006
		N	40	40	40	40
TF3		Coefficient de corrélation	,646**	,520**	,430**	1,000
		Sig. (bilatéral)	,000	,001	,006	.
		N	40	40	40	40
TF4		Coefficient de corrélation	,406**	,226	,415**	,497**
		Sig. (bilatéral)	,009	,161	,008	,001
		N	40	40	40	40

### Corrélations

			TF4
Rho de Spearman	التفاؤل	Coefficient de corrélation	,406**
		Sig. (bilatéral)	,009
		N	40
TF1		Coefficient de corrélation	,226
		Sig. (bilatéral)	,161
		N	40
TF2		Coefficient de corrélation	,415**
		Sig. (bilatéral)	,008
		N	40
TF3		Coefficient de corrélation	,497**
		Sig. (bilatéral)	,001
		N	40
TF4		Coefficient de corrélation	1,000
		Sig. (bilatéral)	.
		N	40

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

#### Corrélations

			الأمل	AM1	AM2	AM3
Rho de Spearman	الأمل	Coefficient de corrélation	1,000	,548**	,597**	,339*
		Sig. (bilatéral)	.	,000	,000	,032

	N	40	40	40	40
AM1	Coefficient de corrélation	,548**	1,000	,260	,142
	Sig. (bilatéral)	,000	.	,105	,381
	N	40	40	40	40
AM2	Coefficient de corrélation	,597**	,260	1,000	-,175
	Sig. (bilatéral)	,000	,105	.	,280
	N	40	40	40	40
AM3	Coefficient de corrélation	,339 <sup>+</sup>	,142	-,175	1,000
	Sig. (bilatéral)	,032	,381	,280	.
	N	40	40	40	40
AM4	Coefficient de corrélation	,360 <sup>+</sup>	,033	,284	-,174
	Sig. (bilatéral)	,023	,841	,076	,282
	N	40	40	40	40

### Corrélations

		AM4
Rho de Spearman	الأمل	Coefficient de corrélation ,360 <sup>+</sup>
		Sig. (bilatéral) ,023
		N 40
AM1		Coefficient de corrélation ,033
		Sig. (bilatéral) ,841
		N 40
AM2		Coefficient de corrélation ,284
		Sig. (bilatéral) ,076
		N 40

AM3	Coefficient de corrélation	-,174
	Sig. (bilatéral)	,282
	N	40
AM4	Coefficient de corrélation	1,000
	Sig. (bilatéral)	.
	N	40

\*\* La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

\* La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

### Corrélations

	المرونة	MR1	MR2	MR3	
Rho de Spearman	Coefficient de corrélation	1,000	,742**	,622**	,481**
	Sig. (bilatéral)	.	,000	,000	,002
	N	40	40	40	40
MR1	Coefficient de corrélation	,742**	1,000	,277	,402*
	Sig. (bilatéral)	,000	.	,084	,010
	N	40	40	40	40
MR2	Coefficient de corrélation	,622**	,277	1,000	,153
	Sig. (bilatéral)	,000	,084	.	,346
	N	40	40	40	40
MR3	Coefficient de corrélation	,481**	,402*	,153	1,000

		Sig. (bilatéral)	,002	,010	,346	.
		N	40	40	40	40
MR4	Coefficient de corrélation		,369*	,249	,158	-,114
		Sig. (bilatéral)	,019	,121	,330	,482
		N	40	40	40	40

### Corrélations

			MR4
Rho de Spearman	المرونة	Coefficient de corrélation	,369*
		Sig. (bilatéral)	,019
		N	40
MR1		Coefficient de corrélation	,249
		Sig. (bilatéral)	,121
		N	40
MR2		Coefficient de corrélation	,158
		Sig. (bilatéral)	,330
		N	40
MR3		Coefficient de corrélation	-,114
		Sig. (bilatéral)	,482
		N	40
MR4		Coefficient de corrélation	1,000
		Sig. (bilatéral)	.
		N	40

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

### Echelle : ثبات الكفاءة الذاتية

#### Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,942	4

### Echelle : ثبات التفاؤل

#### Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,652	4

### Echelle : ثبات الأمل

#### Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,701	4

Echelle : ثبات المرونة

**Statistiques de fiabilité**

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,787	4

Echelle : ثبات مقياس رأس المال النفسي

**Statistiques de fiabilité**

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,859	16

Echelle : ثبات الدراسة ككل

**Statistiques de fiabilité**

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,948	39

النوع الاجتماعي

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide ذكر	29	72,5	72,5	72,5



	أنثى	11	27,5	27,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

العمر

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	0-30	18	45,0	45,0	45,0
	31-40	12	30,0	30,0	75,0
	41-50	6	15,0	15,0	90,0
	50-....	4	10,0	10,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

سنوات\_الخبرة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	0-3	8	20,0	20,0	20,0
	3-7	16	40,0	40,0	60,0
	8-...	16	40,0	40,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

المؤهل\_العلمي

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
--	-----------	-------------	--------------------	--------------------

Valide	بكالوريا	1	2,5	2,5	2,5
	دبلوم عالي	31	77,5	77,5	80,0
	ماجستير	4	10,0	10,0	90,0
	دكتوراه	4	10,0	10,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

### Corrélations

		الصلابة_النفسية	راس_المال_النفسي
الصلابة_النفسية	Corrélation de Pearson	1	,951**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	40	40
راس_المال_النفسي	Corrélation de Pearson	,951**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	40	40

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

### Corrélations

		الصلابة_النفسية	الكفاءة_الذاتية	التفاؤل	الأمل	المرونة
الصلابة_النفسية	Corrélation de Pearson	1	,915**	,883**	,753**	,744**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000
	N	40	40	40	40	40
الكفاءة_الذاتية	Corrélation de Pearson	,915**	1	,886**	,607**	,582**
	Sig. (bilatérale)	,000		,000	,000	,000
	N	40	40	40	40	40
التفاؤل	Corrélation de Pearson	,883**	,886**	1	,635**	,593**

	Sig. (bilatérale)	,000	,000		,000	,000
	N	40	40	40	40	40
الأمل	Corrélation de Pearson	,753**	,607**	,635**	1	,807**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000		,000
	N	40	40	40	40	40
المرونة	Corrélation de Pearson	,744**	,582**	,593**	,807**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000	
	N	40	40	40	40	40

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

### ANOVA

الصلابة\_ النفسية

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	,058	2	,029	,056	,945
Intragroupes	19,170	37	,518		
Total	19,228	39			

### ANOVA

الصلابة\_ النفسية

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	1,114	3	,371	,738	,536
Intragruppes	18,114	36	,503		
Total	19,228	39			

### ANOVA

راس المال\_النفسي

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	,034	2	,017	,027	,974
Intragruppes	23,240	37	,628		
Total	23,273	39			

### ANOVA

راس المال\_النفسي

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	,985	3	,328	,531	,664
Intragruppes	22,288	36	,619		
Total	23,273	39			

### Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
X1	40	1,00	5,00	3,2000	1,18105
X2	40	1,00	5,00	3,8250	1,00989
X3	40	1,00	5,00	3,4500	1,08486
X4	40	1,00	5,00	3,6000	1,29694
X5	40	1,00	5,00	2,9500	1,01147
X6	40	1,00	5,00	3,2250	1,09749
X7	40	1,00	5,00	3,1750	1,08338
X8	40	1,00	5,00	3,6000	1,05733
X9	40	1,00	5,00	3,1250	1,18078
X10	40	1,00	5,00	3,6500	1,12204
X11	40	1,00	5,00	3,1250	1,47087
X12	40	1,00	5,00	2,8500	1,31168
X13	40	1,00	5,00	3,5250	1,06187
X14	40	1,00	5,00	3,2000	1,38119
X15	40	1,00	5,00	3,0500	1,17561
X16	40	1,00	5,00	3,3750	1,14774
X17	40	1,00	5,00	3,8250	,93060
X18	40	1,00	5,00	3,7250	1,01242
X19	40	1,00	5,00	3,7750	1,02501
X20	40	1,00	5,00	2,9750	1,38652
X21	40	1,00	5,00	3,3000	1,18105
X22	40	1,00	5,00	3,1500	1,42415

X23	40	1,00	5,00	3,5000	1,10940
الصلابة_النفسية	40	1,61	4,87	3,3739	,70216
N valide (liste)	40				

### Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
KD1	40	1,00	5,00	3,5750	,98417
KD2	40	1,00	5,00	3,0250	1,22971
KD3	40	1,00	5,00	3,0500	1,17561
KD4	40	1,00	5,00	3,5750	1,08338
الكفاءة_الذاتية	40	1,00	5,00	3,3562	1,06802
TF1	40	1,00	5,00	3,1250	1,50533
TF2	40	1,00	5,00	3,5000	1,21950
TF3	40	1,00	5,00	3,2750	1,19802
TF4	40	1,00	5,00	2,9000	1,21529
التفاؤل	40	1,25	5,00	3,4250	,91847
AM1	40	1,00	5,00	3,0000	1,24035
AM2	40	1,00	5,00	3,2000	1,43581
AM3	40	1,00	5,00	2,8500	1,31168
AM4	40	1,00	5,00	3,2500	1,19293
الأمل	40	1,75	5,00	3,2250	,74636
MR1	40	1,00	5,00	3,2000	1,38119
MR2	40	1,00	5,00	2,9500	1,17561
MR3	40	1,00	5,00	3,0500	1,50128

MR4	40	1,00	5,00	2,7500	1,29595
المرونة	40	1,50	5,00	3,1125	,79249
راس_المال_النفسي	40	1,63	5,00	3,2797	,77250
N valide (liste)	40				