

جامعة الجلفة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الصلابة النفسية لدى عمال النظافة  
(دراسة ميدانية ببلدية حاسي بحبح)

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص عيادي

تحت إشراف الدكتور:

فرحات عبد الرحمان

من إعداد الطالبة :

\* بن دنيدينة شيماء

## شكر وتقدير

الحمد لله الذي بحمده تتم الصالحات  
أحمد الله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على ان وفقني في هذا العمل  
كما أتوجه بخالص الشكر والتقدير الأستاذ المشرف "فرحات عبد الرحمان  
الذي تفضل بإشرافه على هذا العمل وكل ما قدمه لي من توجيهات  
ومعلومات ونصائح مفيدة طيلة فترة إنجاز هذا العمل  
كما يسرني أن أتقدم بجزيل الشكر الى السادة أعضاء لجنة المناقشة  
الذين تكلفوا عناء قراءة ومناقشة هذا البحث  
كما أشكر كافة أساتذة العلوم الإجتماعية عامة وأساتذة علم النفس خاصة  
وكل من ساندني في مشواري الطويل

## الإهداء

بسم خالقي وميسر أموري وعصمت أمري , لك كل الحمد والامتنان

من قال أنا لها نالها وأنا لها وان أبت بها رغما عنها

الحمد لله حبا وشكرا وامتنانا على البدء والختام

بعد عناء السنين والسهر حيث الناس نائمين وبعد الفشل الذي جعلت منه سلما يوصلني إلى

سلم الناجحين ها أنا ذا أصل

وفي اللحظة الأكثر فخرا أهدي عملي هذا إلى من أحمل اسمه بكل افتخار إلى من كلله الله بالهيبة

والوقار الذي حصد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق العلم . طاب بك العمر يا سيد الرجال

وطبت لي عمرا يا "أبي الغالي"

إلى قدوتي الأولى ومعنى الحب والتفاني إلى من جعل الجنة تحت قدمها وسهلت لي الشدائد بدعائها

إلى التي احتضنتني قلبها قبل يدها إلى سر قوتي ونجاحي التي طالما تمنيت ان تقر عينها برويتي

في يوم كهذا "أمي الحبيبة"

إلى ضلعي الثابت وأمان أيامي إلى ملهمي نجاحي إلى من شددت عضدي بهم إلى القلوب

الكبيرة التي كانت دائما تسعني إلى خيرة أيامي وصفوتها إلى قرّة عيني "إخوتي وأخواتي

"والى" أزواج أخواتي" إلى براعمي الصغار الذين هم مصباحي الذي ينير بصري

والى " أميرة وسراج" إلى أحبائي الذين طالما تمنيت ان يكونوا معي في هذا اليوم ولكن شاءت القبور

ان تحتضنكم رحمة الله عليكم إلى صديقات المواقف لا السنين شريكات الدرب والطموح

البعيد إلى من كانوا دوما موضع إتكائي " منال . إيمان . فاطمة . صبرين . أسيا .سمية . مرية . سندس "

ولا أنسى أستاذي ومشرفي "فرحات عبد الرحمان " الذي كان لي بمثابة شريكا في هذا العمل

إلى كل من يعرفه قلبي ولم يكتبه قلبي

إلى كل من يحمل كنية" بن دنيدينة " و "شتوح"

وفي الختام أتمنى أن أحظى بأيامي تليق بي وبضحكات تنعش قلبي وان امضي في درب

أنا أحبه وان تفتح لي الحياة ذراعها وتزرع في طريقي أكواما من الأزهار .





## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة وقد تم إجراء الدراسة على 33 شخص من هؤلاء العمال بهذا القطاع وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي عن طريق أداة جمع

البيانات والمتمثلة في مقياس الصلابة النفسية وتم الحصول على النتائج التالية:

- 1- مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة منخفض .
- 2- مستوى الالتزام لدى عمال النظافة منخفض .
- 3- مستوى التحكم لدى عمال النظافة منخفض .
- 4- مستوى التحدي لدى عمال النظافة منخفض .

## Summary of the study

The current study aims to identify the level of the psychological hardiness in the cleaning worker and I conducted the study on 33 workers in this sector and the researcher used the descriptive analytical method, through the data collection tool represented by the measure of the psychological hardiness and we have come to the following conclusions:

- 1- Low level of psychological hardiness in the cleaning workers.
- 2-Low level of the commitment in the cleaning workers.
- 3-Low level of the control in the cleaning workers.
- 4-Low level of the challenge in the cleaning workers.

الصفحة	المحتويات
	الإهداء
	شكر وتقدير
	ملخص الدراسة
	الفهرس
	فهرس الجداول
	فهرس الأشكال
01	مقدمة

### الجانب الميداني

#### الفصل الأول : الإطار المنهجي للدراسة

3	الفصل الأول : الإطار المنهجي للدراسة
4	1- الإشكالية .
5	2 – فرضيات الدراسة .
5	3 – أهداف الدراسة .
6	4- أهمية الدراسة .
6	5- تحديد المفاهيم الإجرائية .
7	6- دراسات سابقة .

#### الفصل الثاني : الصلاية النفسية

14	تمهيد الفصل
15	1 - مفهوم الصلابة النفسية
18	2 - مفاهيم ذات علاقة بالصلابة النفسية
22	3 - النظريات المفسرة للصلابة النفسية
25	4 - خصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية
27	5- أبعاد الصلابة النفسية
31	6- أهمية الصلابة النفسية
32	7- الفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية
35	خلاصة الفصل

### الفصل الثالث : عمال النظافة

38	تمهيد الفصل
39	1 - نبذة عن عمال النظافة حول العالم .
40	2 - مفهوم عمال النظافة .
40	3- ظروف العمل الخاصة بعمال النظافة .
42	4 - مهام عمال النظافة .
43	5- توقيت العمل لعمال النظافة .
44	6 - التهميش وضعف المكانة الإجتماعية لدى عمال النظافة .
45	7 - المخاطر المهنية التي يتعرض لها عمال النظافة .
46	خلاصة الفصل

### الفصل الرابع : إجراءات البحث الميدانية

50	تمهيد
51	1 - المنهج المتبع في الدراسة .
51	2- مجتمع الدراسة .
51	3- مجالات البحث .
52	4- أدوات البحث .
54	5- الأساليب الإحصائية .
55	خلاصة الفصل .

### الفصل الخامس : عرض وتحليل نتائج الدراسة

58	1- عرض وتحليل نتائج الدراسة .
63	2- تحليل ومناقشة الفرضيات
67	خلاصة الفصل .
68	قائمة المصادر والمراجع
75	الملاحق

فهرس الجداول :

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
	يوضح نتائج معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية بألفا كرونباخ	01
58	يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	02
59	يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى المادي	03
60	يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير مدة العمل	04
61	يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي	05
62	يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الحالة الإجتماعية	06
63	يبين نتائج اختبار قيمة لعينة واحدة للفروق بين المتوسط الحقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للصلابة النفسية	07
64	يبين نتائج لعينة واحدة للفروق بين متوسط حقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للالتزام.	08
65	يبين نتائج لعينة واحدة للفروق بين متوسط حقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للتحكم.	09
66	يبين نتائج لعينة واحدة للفروق بين متوسط حقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للتحدي.	10

## فهرس الأشكال :

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
58	دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس	01
59	دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى المادي	02
60	دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب مدة العمل	03
61	دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي	04
62	دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب الحالة الإجتماعية	05

**مقدمة**

يمثل العمل محورا أساسيا في حياة الإنسان حيث من خلاله يحقق الفرد مطالبه وحاجياته وهذا ما جعله من أكثر المجالات المسببة للضغوط والمخاطر وزيادة متطلباته, كما تعتبر النظافة جوهر أساسي وشرط لازم توفيره سواء في جسم الإنسان أو في الأماكن التي يتواجد بها. يعتبر عمل التنظيف من أهم الأعمال نظرا للفوائد التي يستفيد منها الإنسان سواء من صحته أو من مكانه أو من بيئته, إلا أن الكثير من الناس ينظرون لهذه المهنة كأنها مصدر سخرية وعار لتعامل هذه الفئة مع النفايات وأيضا لمد خولهم الضئيل الذي يتلقونه وهذا يصعب على العمال مزاوله عملهم نظرا للتنمر والتهميش وضغوطات العمل والتعقيدات وصعوبة عملهم والمخاطر التي تحيط بهم , وأيضا المسؤولية التي يتلقونها جراء عملهم.

إن موضوع الصلابة النفسية له مكانة كبيرة لدى العملاء والباحثين في ميدان علم النفس حيث اهتموا به في مجال السلوك الإنساني وما نتج عنه من آثار سواء كانت إيجابية أو سلبية على سلوك الأفراد والعاملين إتجاه عملهم, وهذا الأخير يمثل مصدرا للضغوطات والتوترات والهشاشة النفسية التي يشعر ويحس بها العاملون في مختلف المستويات (توتر, إجهاد, تعب وقلق).

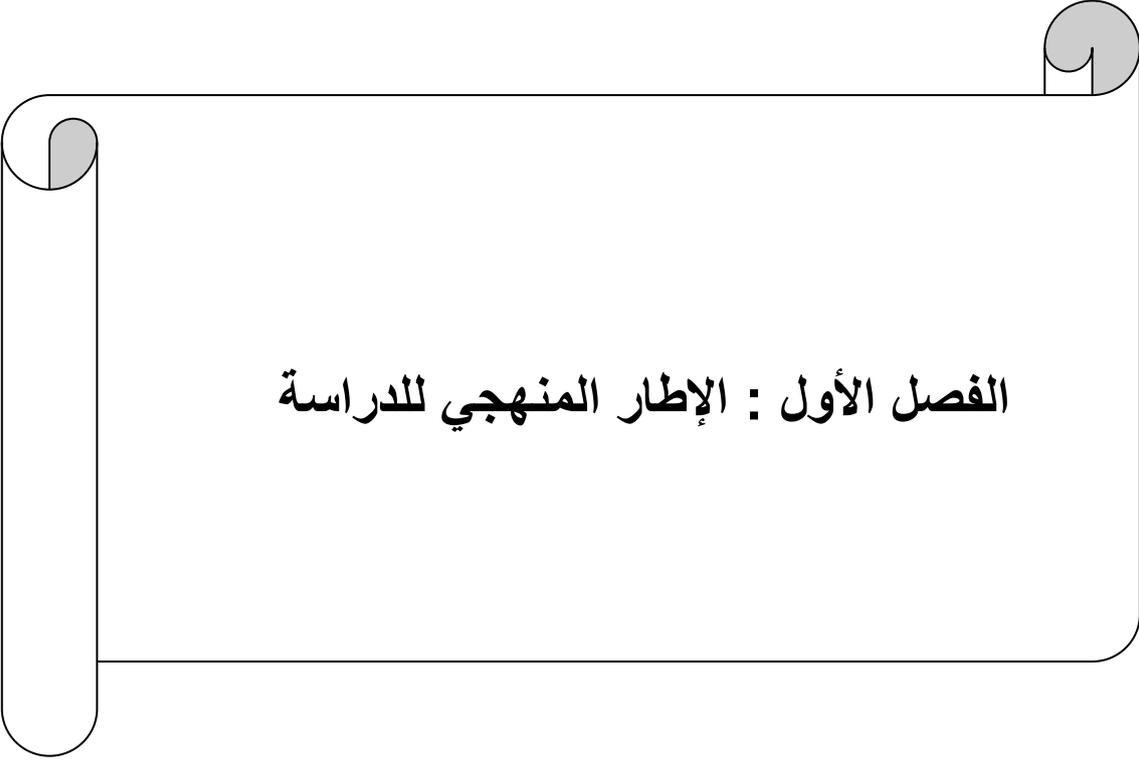
وقد تم تقسيم البحث إلى جانبين :

**الجانب النظري: تم التطرق إلى :**

**الفصل الأول:** تم تناول فيه الإطار التصوري للدراسة ويتضمن الإشكالية فرضيات الدراسة أهمية وأهداف الدراسة أسباب اختيار الموضوع مصطلحات الدراسة وأخيرا الدراسات السابقة والتعليق عليها. **الفصل الثاني:** فقد تناولت فيه مفهوم الصلابة النفسية والمفاهيم المقاربة لها والنظريات المفسرة للصلابة النفسية, خصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية, أبعاد الصلابة النفسية, أهمية الصلابة النفسية وأخيرا الفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية. **الفصل الثالث:** احتوى على نبذة حول عمال النظافة حول العالم مفهوم عمال النظافة ظروف العمل الخاصة بعمال النظافة مهام عمال النظافة ومواقيت عملهم التهميش وضعف المكانة الاجتماعية لدى عمال النظافة وأخيرا المخاطر المهنية التي يتعرض لها عمال النظافة.

**الجانب التطبيقي: تم التطرق فيه إلى :الفصل الرابع :** احتوى على المنهج المستخدم في هذه الدراسة والعينة التي تم اختيارها ثم عرض مجموعة الأدوات لجمع البيانات. **الفصل الخامس:** وهو متعلق بعرض النتائج وتحليلها وأخيرا الخروج بنتائج عامة.





**الفصل الأول : الإطار المنهجي للدراسة**

## الفصل الأول : الإطار المنهجي للدراسة

- 1- الإشكالية .
- 2 – فرضيات الدراسة .
- 3 – أهداف الدراسة .
- 4 - أهمية الدراسة .
- 5 - تحديد المفاهيم الإجرائية .
- 6 - دراسات سابقة .

## 1- الإشكالية

تعد مهنة النظافة وجمع النفايات في الشوارع والأماكن العمومية من المهن التي تجمع الكثير من الدراسات :

(2004, 2010, المنيفي2010, soares2006, soares 2011, bouroudouxhe 1992) (ملحم )

على خصوصية ظروف عملها الصعبة حيث يكون العامل ملزما بممارسة مهامه في ظل مجموعة من الإرغامات سواء كانت ذات علاقة ببيئة العمل أو بطبيعة موضوع العمل والمتمثل في النفايات فجميع المهام تؤدي في الخارج شتاء وصيفا تحت ظروف طبيعية وغير مكيفة(حرارة, برودة, ضوضاء) إضافة إلى طبيعة الأشياء والمواد التي يتعامل معها العامل والتي تعد ذات خطورة.

يتبين مما سبق حجم المعاناة ومقدار العبء المفروض على العاملين في مثل هذه المهن وعلى الرغم من توفر العديد من الدراسات التي تناولت ظروف العمل والضغوطات وأيضا الآثار النفسية إلا أنها لم تركز على الصلابة النفسية لدى هذه الشريحة العمالية وأيضا ركزت على الجانب الفسيولوجي أكثر من الجانب النفسي حيث تمثل الصحة النفسية الجوهر الأساسي للشخص والتي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقريبا واقعا كما أنها تجعله أكثر نجاحا وفعالية في مواجهتها .

ويعتبر مصطلح الصلابة النفسية قديما ويعتبر من مفاهيم علم النفس الايجابي الذي يعرفه "بورتر" على أنه "مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية" (لطيف غازي براءة محمد) : أن الصلابة وذكر لوكنير 98 النفسية عامل هام وحيوي في الشخصية يجب التأكيد عليه في البحوث المستقبلية حتى يتضح أكثر ويتطور من مستوى الأشخاص إلى مستوى استخدامه بالمؤسسات والمراكز العلاجية والإرشادية حتى يستخدم على نطاق واسع في التطوير واختيار الأشخاص ذوي الصلابة النفسية مهمات خاصة في شتى المجالات كما أصبحت الصلابة النفسية من المفاهيم الهامة والأساسية والتي درست على نحو واسع في أعمال كوبازا بهدف معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط وتوصلت إلى ان الصلابة النفسية : هي مجموعة من الخصائص النفسية تشمل متغيرات الإلتزام والتحدي وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على psychological hardiness والتحكم الصحة النفسية والجسمية بالرغم من التعرض لأحداث الضاغطة.

ومما سبق ذكره نلاحظ أن عمال النظافة هم من أكثر الفئات التي يمرون بصعوبات وضغوطات سواء ناتجة من عملهم والمتمثل في جمع النفايات أو من صعوبة عملهم والمخاطر التي تحيط بهم وكذلك التمر عليهم ونظرة المجتمع لهم وتهميش هذه الفئة وضعف مكانتهم اجتماعيا، فنلاحظ أنهم يعانون أكثر من الجانب النفسي بالنظر إلى الوضعية والحالة النفسية التي يمرون بها.ومن خلال هذا المنطلق أسعى من خلال دراستي هذه إلى التعرف على الصلابة

النفسية لدى عمال النظافة وذلك من خلال الإجابة على التساؤل التالي ومن هنا مشكلة الدراسة تتحدد في السؤال الرئيسي التالي:  
\_ ما مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة ؟

### التساؤلات الفرعية :

- ما مستوى الالتزام لدى عمال النظافة ؟
- ما مستوى التحكم لدى عمال النظافة ؟
- ما مستوى التحدي لدى عمال النظافة ؟

### 2- فرضيات الدراسة :

#### 1-2 الفرضية العامة :

\_ لدى عمال النظافة مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

#### 2-2 الفرضيات الجزئية :

- مستوى الالتزام لدى عمال النظافة منخفض .
- مستوى التحكم لدى عمال النظافة منخفض .
- مستوى التحدي لدى عمال النظافة منخفض .

#### 3- أهداف الدراسة :

- تهدف الدراسة الحالية إلى:
- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة .
- التعرف على مستوى الالتزام لدى عمال النظافة .
- التعرف على مستوى التحكم لدى عمال النظافة .
- التعرف على مستوى التحدي لدى عمال النظافة.

#### 4- أهمية الدراسة :

- تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي :

#### من الناحية النظرية:

-تسليط الضوء على عمال النظافة والكشف عن مستوى الصلابة النفسية لديهم.

- إثراء التراث النظري الخاص بالصلابة النفسية عامة وعمال النظافة خاصة.

### من الناحية العلمية:

- قد تفيد نتائج هذه الدراسة بالتعرف على أهم العوامل التي تساهم في إنخفاض أو ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة .

- استثمار نتائج الدراسة في تصميم برامج تساعد في تنمية مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة.

- قد توضح نتائج هذه الدراسة عن كيفية تأثير هذه المهنة على الجوانب النفسية والجسمية والاجتماعية لدى عمال النظافة .

## 6- تحديد المفاهيم الإجرائية :

الصلابة النفسية : تعرف إجرائيا: على أنها الدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة في هذه الدراسة من خلال استجاباتهم على مقياس الصلابة النفسية .

### تحديد مصطلح عمال النظافة

عامل النظافة: يعرف إجرائيا : يعتبر عمال النظافة هم الفئة المهنية التي تقوم بعملية التنظيف للاماكن العمومية باعتبارهم أفراد تابعين لمؤسسة البلدية والتي من مهامها توفير ظروف عيش كريمة للمواطنين ومن أبرزها تحقيق خدمة النظافة

## 7- دراسات سابقة :

حيث تعد الدراسات السابقة إحدى المصادر الأساسية التي يلجأ إليها الباحث وهي واحدة من الخطوات الضرورية في إنجاز مذكرات التخرج وتستمد أهميتها من كونها الموجه الأساسي للباحث والذي يحدد من خلاله تموضع دراسته بالنسبة لباقي الدراسات حيث لا تكون دراسته إعادة أعمال غيره من الباحثين لأجل ذلك قمت بالإطلاع على بعض الدراسات التي تقارب نوعا ما في موضوع دراستي وكانت كالتالي:

### الدراسة الأولى :

دراسة زهرة بن عامر حسين غريب واقع عمال النظافة وعلاقته بالدعم الاجتماعي : دراسة مقارنة بين عمال النظافة في بلديات الجزائر (الجلفة ) وتونس (قابس) وبلجيكا (سان جيل ) سنة 2020 .

**الإشكالية:** تمثلت في هل توجد علاقة ارتباطية بين مستويات الدعم الاجتماعي بنوعيه الداخلي والخارجي والرضا الوظيفي لدى أعوان النظافة. وتفرعت عنها أسئلة فرعية: -هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الدعم الاجتماعي لدى أعوان النظافة؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الرضا الوظيفي لدى أعوان النظافة؟

### فرضيات الدراسة:

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستويات الدعم الاجتماعي بنوعيه الداخلي والخارجي والرضا الوظيفي لدى أعوان النظافة ببلديات الجلفة (الجزائر) وسان جيل (بلجيكا) وقابس (تونس)

### المنهج المتبع:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي المقارن الملائم لطبيعة الدراسة والإجابة عن التساؤلات .

### أدوات الدراسة

تم إعداد أداة 4 أجزاء وتحتوي على 69 سؤالاً وزعت على أبعاد الدراسة بحيث تقيس الفقرات تتكون من :

المتغير المستقل المتمثل في الدعم الاجتماعي من ( 40- 60) المتغير التابع والمتمثل في (1-40) الرضا الوظيفي كما خصصت الفقرات من 60 إلى 69 للبيانات العامة.

### النتائج

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الدعم الاجتماعي بين أعوان النظافة أي تحققت الفرضية الأولى.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الرضا الوظيفي بين أعوان النظافة في بلديات الجزائر تونس وبلجيكا.

### الدراسة الثانية (دراسة عربية):

نبيل جبرين, الجندي اجبارة, عبد التلاحمة : مفهوم الذات وعلاقته بالدافعية في الانجاز لدى اعوان النظافة, دراسة ميدانية بمحافظة خليل فلسطين, سنة (2019)

### الإشكالية

تمثلت: \_ في ما مستوى مفهوم الذات ودافعية الانجاز لدى عمال النظافة؟

### الأسئلة الفرعية :

- ما مستوى مفهوم الذات لدى عمال النظافة؟
- ما مستوى دافعية الانجاز لدى عمال النظافة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مفهوم الذات لدى عمال النظافة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الانجاز لدى عمال النظافة؟

### الفرضيات :

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مستوى مفهوم الذات ومستوى دافعية الانجاز لدى عمال النظافة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مفهوم الذات لدى عمال النظافة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الانجاز لدى عمال النظافة.

### المنهج المتبع :

استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي .

### أدوات الدراسة :

تم الاعتماد على تقنية الاستمارة بالإضافة إلى أدوات قياس مفهوم الذات ومقياس دافعية الانجاز لفرومر.

### عينة الدراسة :

تمثلت في مئة عامل تم اختيارهم بطريقة قصدية.

### نتائج الدراسة :

-نظرة المجتمع سلبية تجاه هذه الفئة فهي ترى في مهنة عامل النظافة مهنة متدنية مما أثر عليهم نفسياً

-كما انه لا توجد علاقة دالة إحصائية بين مستوى مفهوم الذات لدى عمال النظافة.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى دافعية الانجاز لدى عمال النظافة.

### الدراسة الثالثة :

دراسة داميرنة فاطمة, بعنوان: عامل النظافة بين قيم العمل والمعطيات الفردية دراسة ميدانية لعينة من عمال النظافة لبلدية تمنراست, (2005)

**الإشكالية :**

تمثلت في: \_ كيف تؤثر السمعة والاعتبار الاجتماعيين المتعلقين بعمل النظافة وقيم العمل الاقتصادية والمعطيات الفردية على عامل النظافة في بلدية تمنراست ؟

ومن هذا التساؤل الرئيسي تتضح التساؤلات الفرعية التالية:

-هل أثرت الخلفية العائلية والمستوى التعليمي الثقافي والوعي الديني لعامل النظافة على مسالة اختياره لنوع عمله ؟

-هل يمكن القول أن السمعة والاعتبار اللذان يمنحهما أفراد المجتمع التمراسي لعامل النظافة من وجهة نظره ؟

-هل تساهم الأجور والعلاوات والمكافئات في انضباط عامل النظافة ؟

**فرضيات الدراسة**

-الخلفية العائلية لعامل النظافة بتمراسي ومستواه التعليمي والثقافي ووعيه لبيدي دور أساسي في مسالة اختياره نوع عمله.

- للاعتبار والسمعة الاجتماعيين المتعلقين بعمل النظافة تأثير على عامل النظافة ببلدية تمنراست.

-لأجور والعلاوات والمكافئات بنوعها المادي والمالي دور فعال في تعزيز انضباط عامل النظافة .

**المنهج المتبع :**

تم الإعتماد على المنهج الوصفي كونه أنسب المناهج لدراسة هذا الموضوع .

**أدوات الدراسة :**

تم الإعتماد على الملاحظة العلمية والمقابلات الاستطلاعية بالإضافة إلى الإعتماد على استمارة المقابلة.

**العينة :**

تمثلت عينة الدراسة في 67 عامل نظافة تم إختيارهم بطريقة العينة العشوائية ونوعها العينة الطبقية

**النتائج :**

- المستوى التعليمي لأبوي عمال النظافة لا علاقة له بتبرير الذي قدموه حسب اختيارهم لعملمهم.
- لا تؤثر وجهة نظر عامل النظافة حول تقدير المجتمع للأصحاب الأعمال اليدوية في تفكيره في التوقف عن عمله.
- عدم استفادة عامل النظافة من الإعانات المادية لا يؤدي إلى مغادرة ميدان عمله قبل الموعد المحدد رسميا .

### التعقيب على الدراسات السابقة :

- يتضح من عرض الدراسات السابقة أنها تناولت متغيرات نفسية هامة مختلفة كما أنها أجريت على كلا الجنسين.
- كما أجريت في أزمنة مختلفة وبيئات مختلفة ودول مختلفة.
- العينات التي تناولتها الدراسات السابقة كلها عن عمال النظافة.
- كما نلاحظ ان جميع الدراسات السابقة استخدمت الاستبيان كأداة رئيسية لجمع المعلومات اللازمة للإجابة عن أسئلتها.
- ومن حيث المنهج نلاحظ أن جميع الدراسات اعتمدت على المنهج الوصفي





الفصل الثاني: الصلابة النفسية

## الفصل الثاني : الصلابة النفسية

### تمهيد الفصل

- 1 – مفهوم الصلابة النفسية
- 2 – مفاهيم ذات علاقة بالصلابة النفسية
- 3 – النظريات المفسرة للصلابة النفسية
- 4 – خصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية

### خلاصة الفصل

## تمهيد:

مما لا شك فيه أن الحياة الإنسانية لا تخلو من المتاعب ومختلف المواقف الضاغطة , التي لا يسلم منها أي شخص على وجه الأرض , فهي مثل القدر حتمية ومقدرة ولا يمكن لنا التصدي لها أو معارضتها , بل لابد من تقبلها والتكيف معها وإتباع الإستراتيجيات اللازمة للعيش بسلام حتى بوجود هذه العناصر المتعبة , وهنا بالضبط يجدر بنا الإشارة إلى مفهوم الصلابة النفسية التي تلعب دورا مهما في التأقلم مع هذه الظروف المرهقة في حياة الأفراد ومقاومة آثارها السلبية , وهنا يظهر الفرق بين الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة , والأشخاص منخفضي الصلابة , باعتبار الصلابة النفسية من العوامل الإيجابية في شخصية الفرد , ولها كبير الأثر في تحسين نوعية حياة الناس , خاصة إذا كان هذا الفرد يعاني من ضغوط نفسية ومشاكل حياتية كثيرة تعرقل مسار حياته , ويوجد العديد من العوامل التي تساعد على الإحتفاظ بالصلابة النفسية مثل الدعم الإجتماعي والمساندة الأسرية.

**مفهوم الصلابة النفسية :**

يعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا , وهو من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة والمتتالية بنجاح , ويعطي للفرد نظرة إيجابية عن نفسه وعن غيره وعن الحياة بشكل عام , حيث نجد العديد من التعاريف التي قدمها العديد من العلماء العرب والأجانب لمفهوم الصلابة النفسية ومن بينها نستعرض مايلي :

**1-1 لغة :** صلب, صلب, صلابة أي صلبا , صلب الخشب أي إشتد وقوي , وصلابة أي قساوة , فيقال صلابة الطين أي قساوة ومقاومة , كما تعني مقاومة التعب , والقدرة على الاحتمال , ويقال برهن عن صبر وصلابة أي ثبات القرار أموقف , وعزيمة لا تلين على مواصلة ما بدء به ويقال تحمل مصائبه بصلابة أي رباطة جأش , وشجاعة في تحمل الألم , ومقاوسة الحرمان (شويطر,2017,ص91).

**2-1 اصطلاحا :** تعرف(كوبازا) الصلابة النفسية بأنها "مجموعة" من الخصائص تتمثل في اعتقاد أو إتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتوفرة حتى يدرك بفاعليته أحداث الحياة الضاغطة والمتعبة إدراكا صحيح غير مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية , ويتعايش معها على نحو ايجابي وتتضمن ثلاث أبعاد وهي :

" الالتزام , التحكم , التحدي" (حسين,2017,ص51) .

كما عرفها أيضا في(1979) على أنها مجموعة من المعتقدات حول الذات والعالم لها ثلاث أبعاد (الالتزام والتحكم والتحدي) , ويعرف الأول بأنه الميل إلى المشاركة في أنشطة الحياة اليومية والاهتمام الداخلي والفضول حول العالم بما في ذلك المجتمع والأشياء وكذلك الأشخاص , وبالتالي يعرف بأنه الميل إلى الإعتقاد والتصرف للتأثير على الأحداث التي تحدث حول الشخص , والمكون الثالث والأخير التحدي يعرف بأنه الإيمان بالتغيير وتجنب الركود الذي يمكن أن يؤدي بدوره إلى النمو الشخصي أو تهديد الأمن

(Katantar.et al2013 p68)

عرفتها كوبازا وجنتري (1984) على أنها مجموعة من السمات والخصائص الشخصية تشكل في مجملها معنى الصلابة النفسية , والتي تساهم في الحد من الآثار السلبية والغير الصحية الناجمة عن الضغوط (شويطر,2017,ص91).

عرفها جيرسون (1998) "هي القدرة على مواجهة الضغوط بمهارات المواجهة كالتحليل المنطقي والتجنب المعرفي, والتفريغ الانفعالي" (الزواهرة, 2014, ص52).

يرى بروكس (2005): "بأنها قدرة الفرد على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية والقدرة على التكيف أو التأقلم مع التحديات والصعوبات والصدمات النفسية, والإحباط والمشاكل اليومية لتطوير النفس وتدريبها للخروج من المشاكل وكذا التفاعل بسلاسة مع الآخرين, واحترام الذات والآخرين". (شويطر, 2017, صص 92-93).

يعرف سيلفاتورمادي (2006): الصلابة على أنه "مزيج معرفي/عاطفي يشكل حاجزا شخصيا متعلما وموجها للنمو, وهو يتألف من السمات المعرفية والعاطفية والسلوكية ويصف قدرة الأفراد على الحفاظ على حالة صحية خلال الأوقات المضطربة" (judkins.2022.p3)

يعرف (2006) الصلابة على أنها "شيء أكثر عالمية من مجرد المواقف بتصور الصلابة النفسية كأسلوب واسع أو نمط عام من الأداء يتضمن الصفات المعرفية والعاطفية والسلوكية". (kalantar et al.2013.p68)

في حين ذهب جمال السيد تفاحة (2009) إلى القول بأنها "سمة عامة تظهر خلال المشاعر والسلوكيات التي تتسم بالالتزام والتحدي والتحكم, كما تعني الشعور الكامل بأن البيئة تدعو الفرد إلى المواقف المختلفة بنوع من الحماس والفضول" (شويطر, 2017, ص93).

تعريف "هشام مخيمر": الصلابة النفسية نوع من التعهد النفسي الذي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه واتجاه الآخرين من حوله, واعتقاد الفرد بقدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث, وتحمل مسؤولية ما يتعرض له, وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا وإعاقة له " (علاء الدين, 2016, ص18).

يعرفها سانتفوك "بأنها خاصية تشير إلى مدى قدرة الفرد على التحكم في أسلوب حياته والالتزام والتحدي في الحياة ومن شأن هذه الخاصية أن تعين الفرد على مقاومة الإصابة بالأمراض النفسية والجسدية" (يوسفي, 2013, ص230).

تعرفها كل من "لؤلؤة وحسن" بأنها "الصلابة والمقاومة ذات الطبيعة النفسية وهي خصال فرعية تضم (الالتزام , التحكم, التحدي) , ويراهما على أنها خصائص مهمة له في التصدي والمواجهة للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة والإرهاق النفسي وفي التعايش معها بنجاح " (مريم وبديعة ,2020,ص430).

كما يرى "صالح على أحمد القرني وجمال الدين محمد مزكي" : أن الصلابة النفسية هي : إحدى المتغيرات الإيجابية البناءة في الشخصية , والتي تتكون من خلال تفاعل الفرد مع البيئة الطبيعية والاجتماعية المحيطة , وهي أحد متغيرات المقاومة التي تعمل كواق من أحداث الحياة الضاغطة.(القرني ومزكي,2020,ص32).

الصلابة النفسية هي القدرة على استخدام الاستراتيجيات المناسبة في المواقف التي يتعرض فيها لعوامل الحياة الضاغطة والتي تمكنه من حل المشكلات التي سببتها الضغوط . (البيرقدار,2011,ص32) .

فضلا عما سبق , "تعرف الصلابة النفسية بأنها ما يجب على النفس إلزامها وضبطها والثقة بها, والفاعلية الذاتية المرتفعة للفرد" (السعيد,2021, ص155).

و عرف "حمادة وعبد اللطيف" الصلابة النفسية بأنها : "المقاومة تحت وجود الضغوط المختلفة أو القدرة على احتمال الظروف الصعبة" (اسماعيل والرشيدي,2020,ص472).

كما عرف "بونود وآخرون" (2011) الصلابة النفسية بأنها : "الهيمنة الصارمة للتفاعلات النفسية , على القيم المختارة والاحتمالات في توجيه الفعل " ( Fortin.2011. p10)

Levin et al (2014) " تشكل الصلابة النفسية طريقة عمل يتم فيها

التحكم في السلوك إلى حد كبير من خلال التقييم (يجب أو لا يجب أن نفعل) - والأفكار الوصفية الذاتية , المشاعر التجارب الداخلية العابرة الأخرى أو من خلال تجنب هذه التجارب الداخلية الغير مرغوب فيها على حساب أفعال ذات قيمة أكبر " (Fortin.2011. p10)

" الصلابة النفسية أنها : مزيج من السمات الشخصية التي « Raiya rasool » تساعد الفرد على التغلب على التوتر ورؤية الحياة بنفاؤل , ويشمل الالتزام والسيطرة والتحدي والثقة بالنفس وقبول الحياة .

(Rasool .2020.p16)

ومن خلال ما تم تقديمه من التعاريف حول مفهوم الصلابة النفسية يمكننا القول بأن الصلابة النفسية هي خاصية إيجابية من خصائص الشخصية , ومصدر هام لتحدي ومقاومة الأحداث الحياتية السلبية والمواقف التي يتعرض فيها الفرد للضغوط النفسية المختلفة , حيث تؤثر على طريقة إدراك الفرد للحدث الضاغط وتجعله يفكر بشكل إيجابي أكثر , كما أجمعت أغلب التعاريف السابقة أنها تتضمن ثلاث أبعاد أساسية وهي : الالتزام , التحكم , التحدي .

## 2 - مفاهيم ذات علاقة بالصلابة النفسية :

ان مصطلح الصلابة النفسية ظهر مؤخرا بقوة في العديد من الدراسات ولقي اهتماما كبيرا من طرف الباحثين والعلماء , إلا أنه مازال غامضا إلى حد ما بالنسبة للكثيرين , ونحن هنا سوف نعرض بعض المفاهيم المتقاربة أو المشابهة لهذا المفهوم , وهي ذات علاقة مباشرة بالصلابة النفسية .

### 2 - 1 الصحة النفسية :

الصحة النفسية تعني قدرة الفرد على التوافق مع نفسه والرضا عنها , وكذلك التوافق مع المجتمع الذي يعيش فيه , أي سلامة الفرد من الصراعات الداخلية , وتمكنه من التأقلم مع الوسط الذي يعيش فيه مع متغيرات البيئة المادية والاجتماعية من حوله . (منسي , 2001, ص20) .

كما عرفها (عبد الخالق) على أنها : "حالة عقلية انفعالية مركبو دائمة نسبيا من الشعور بالسعادة نع الذات ومع الآخرين والشعور بالرضا والطمأنينة والأمن والسلامة العقلية والإقبال على الحياة , ويتحقق بذلك أعلى درجة من التكيف النفسي الإجتماعي لدى الفرد " (بن حفيظ ومناع , 2015, ص171) .

ونجد تعريف منظمو الصحة العالمية أكثر شمولاً وهو أن الصحة النفسية حالة من الاكتمال الجسدي والنفسي الإجتماعي لدى الفرد. (بن حفيظ ومناع, 2015, ص171).

### 2-2 التكيف النفسي :

**التكيف : لغة :** كلمة تعني التألف والتقارب واجتماع الكلمة , فهي نقيض التخالف والتنافر والتصادم, والتكيف في علم النفس هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلا أن يغير سلوكه , ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين بيئته , والبيئة هنا تشمل كل المؤثرات والإمكانات والقوى المحيطة بالفرد (فهيم, 1978, ص11).

التكيف النفسي هو التوازن بين الوظائف المختلفة للشخصية مما يسمح بقيام الأجهزة النفسية بوظائفها دون صراعات, أمام إشباع الحاجات الأولية والثانوية, كما يقصد به قدرة الفرد على الموازنة بين دوافعه وظروف مجتمعه لتجنب الصراعات الداخلية من جهة, وإرضاء المجتمع من جهة أخرى, ويرى "شايان" أن التكيف النفسي يعتمد على تنوع فعاليات الكائن من أجل التغلب أو إشباع حاجة أو إقامة علاقة منسجمة مع البيئة المادية والاجتماعية.

كما أنه قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة, لأن الإنسان لا يخلو من هذه الصراعات أبدا كونها الموجه الأساسي لسلوكه, فإن التكيف النفسي هو قدرته على وضع حد لهذه الصراعات والتحكم فيها بصورة مرضية ومقبولة, والقدرة على حل الأزمات النفسية حلا إيجابيا بدل الهروب منها أو التمويه عليها, وهو أساس تكامل الشخصية واستقرارها, لذا فإن عدم وجوده يجعل الفرد عرضة لعدم التوازن النفسي, وهو ما يظهر خلال الإضطرابات النفسية (ملاك وبن عمور, 2018, ص ص 156-157).

## 2-3 المرونة النفسية :

تشير في علم النفس إلى فكرة ميل الفرد للثبات والحفاظ على هدوئه والتزامه الذاتي عند التعرض لضغوط نفسية أو مواقف عصبية, بالإضافة إلى قدرته على التوافق بشكل فعال والمواجهة الإيجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة.

وعرفت جمعية علم النفس الأمريكية بأنها : عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد, والصدمات النفسية والنكبات, أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر كالمشكلات الأسرية ومشكلات العلاقات مع الآخرين, المشكلات الصحية وضغوط العمل والمشكلات المالية. (العازمي, 2022, ص 143).

## 2-4 قوة الأنا :

لقد تناول الباحثون مفهوم الأنا بالتعريف كل من وجهة نظره :

حيث عرفها عبد الخالق (1987) بأنها: "تمثل بشكل عام القدرة على توافق الفرد مع نفسه ومع من حوله وأن يكون خالي من الأعراض المرضية".

عرف طه (1993) قوة الأنا بأنها: " قدرة الشخص على أن يحقق التوافق وهذا يدل على الصحة النفسية وعلى مهارة الأنا في علاج صراعاته الداخلية والتعامل معها ومع العالم الخارجي بحيث ينتهي به الأمر إلى النجاح والسلامة " (الناشري, 2019, ص264).

وعرفها علاء الدين الكفافي (1982) أنها "الركيزة الأساسية في الصحة النفسية وتشير إلى التوافق مع الذات ومع المجتمع وتحقيق قدرة الثبات الانفعالي علاوة على الخلو من الأعراض العصابية والإحساس الإيجابي بالكفاية والرضا " (عايش مقبل, 2022, ص1201).

عرفها كل من (Gahlout. Srivastave.Rastogi.1994.120)

على أنها " السمة في الاتزان النفسي وفي تلك القدرة على التغلب على المصاعب الانفعالية, ومن هذا التوازن النفسي الذي هو صميم قوة الأنا تكون القدرة على تجاوز أزمات الحياة ويكون الإحساس بالاكتماء الشخصي وامتلاء الذات والقدرة على التقدم إلى المستقبل دون خوف من القادم المجهول وبغير إجهاد نفسي أو مخاوف مرضية" .

وتعرفها أيضا عايدة صالح (2012) بأنها " عبارة عن قوة نفسية تتجسد في درجات عالية من تقدير الذات والثقة بالنفس , والتوازن الانفعالي فضلا على القدرة على التكيف في الواقع وتحمل الإحباطات المختلفة , لتحقيق السعادة وراحة النفس " (عايش مقبل, 2022, ص1203) .

## 2- 5 الكفاءة الذاتية :

تطلق على مصطلح الكفاءة الذاتية عدة مسميات باللغة العربية منها (الفعالية الذاتية- فعالية الذات- كفاءة الذات- الكفاءة الذاتية) , يرى باندورا الكفاءة الذاتية بأنها "أحكام الأفراد على قدراتهم لتنظيم وإنجاز بعض الأعمال التي تتطلب تحقيق أنواع واضحة من الأداء " (رضواني وطعيلي , 2020 , ص93).

تتمثل الكفاءة الذاتية في معتقدات الأفراد حول قدرتهم على ضبط الأحداث التي تؤثر على حياتهم , ولها ثلاثة أبعاد : الصعوبة , التعميم , القدرة.(الشوا, 2016, 1565)

تعرف الكفاءة الذاتية بأنها "أحكام الفرد على نفسه المتعلقة بقدرته على تنظيم أنواع من النشاطات الجيدة وتنفيذها لتحقيق مستويات محددة من الأداء" (ميدون وأبي مولود, 2014)

يعرفها (Radwej. Bckentj.1997)

بأنها "الإمكانية والقدرة على التأثير الفعال وممارسة الضبط عبر مظاهر البيئة , وهي مظاهر تسهم في إحساس الفرد بالقدرة على الإنجاز وتقدير الذات " (الشوا, 2016, ص1565).

وبالتالي يقصد بالكفاءة الذاتية القدرة على القيام بالسلوك الذي يحقق نتائج إيجابية ومحبة في وقت محدد والتحكم في ضغوط الحياة التي لها تأثير على سلوك الأفراد , وإصدار الاعتقادات الذاتية عن أدائهم المهام والأنشطة التي يقوم بها والجهد والنشاط والاجتهاد اللازم لتحقيق العمل المراد القيام به.(كليفخ, 2019, ص563).

## 2- 6- المناعة النفسية :

تسير حياة الفرد بين مواقف نجاح وتوفيق , ومواقف فشل وإحباط , وتتكون أفكاره وأحاسيسه, في كل موقف وفق إدراكه له وتفكيره فيه , فإذا أدرك الموقف كما هو في الحقيقة وفكر فيه بطريقة موضوعية وعقلانية كانت أفكاره ومشاعره إيجابية ' فيرضى في مواقف الفلاح , ويتحمل في مواقف الفشل والإحباط , ويصبر ويحتسب ويحاول من جديد من أجل النجاح , والمؤمن بالله هو الذي يفكر في مواقف النجاح والفشل تفكيراً منطقياً عقلانياً, ويشعر نحوها بمشاعر إيجابية ليس فيها طمع ولا سخط ولا تشاؤم , فيظل على حالة من الصحة النفسية في السراء والضراء , ولا تتغير حالته النفسية بدرجة كبيرة في هذه المواقف , وكل هذا يعود إلى درجة ما يمتلكه الفرد من مناعة نفسية ضد الإحباط والضغوط.

(الرفوع, 2021, ص92) .

وتعد المناعة النفسية نظرية قائمة على الفرض, وقائمة على الاحتمال بين الصحة والخطأ , وتشبه أبحاث علم النفس المناعة النفسية بالمناعة الجسدية , فكما أن المناعة الجسدية في الجسم تجعله نشيط , وتقويه وتجعله أكثر قدرة على مقاومة الأمراض , وتحمل آلامها , فكذلك المناعة النفسية تحمي النفس وتمنحها قدرات تجعلها قادرة على رفض السوء , وتقبل الخير.(الرفوع, 2011, ص93).

وتعرف المناعة النفسية بأنها نظام وقائي ارتقائي له مكونات متكاملة تساعد الفرد على تقوية وتعزيز عمليات التفاعل بينه وبين الظروف البيئية الضاغطة , وهذا النظام ليس مهمته فقط مساعدة الفرد على التعايش مع الضغوط ولكنه المسؤول أيضا على فعالية وتكامل الشخصية والنمو الذاتي للفرد بشكل متزامن مع تطورات البيئة .(علي, 2019, ص57).

ومن خلال ماتم تناوله من مفاهيم نستنتج بأن هذه المصطلحات تكمل بعضها البعض وبالتالي فإنها بدورها مكملة لمفهوم الصلابة النفسية , فمن الصفات التي يجب أن تتوفر في شخصية الفرد حتى تتكون لديه صلابة نفسية هو أن يكون لديه صحة نفسية جيدة وأن يستطيع التكيف مع ظروف الحياة بمرونة , وأن يكون لديه أنا قوي وإيمان كبير بكفاءته الذاتية وقدرته على التحدي والمحاربة من أجل العيش بسلام.

### 3- النظريات المفسرة للصلابة النفسية :

توجد العديد من الاتجاهات التي فسرت الصلابة النفسية باختلاف مجالاتها وتخصصات علمائها , إلا أنه وبعد البحث المكثف وجدنا أن أغلب البحوث القديمة والحديثة ركزت على هذه الثلاث نظريات والتي تعتبر أكثرها أهمية في تفسير الصلابة النفسية :

#### 3-1- نظرية "كوبازا" Kobasa :

قدمت الباحثة الأمريكية "كوبازا" مصطلح الصلابة النفسية للمرة الأولى عام 1979 في مقالة بعنوان أحداث الحياة الضاغطة , والصحة الشخصية : تحقيق الصلابة النفسية "وهي ترى أن تعرض الأفراد للمواقف الضاغطة أمر حتمي لا مفر منه , فالحياة مليئة بالصعوبات والعقبات والأزمات والظروف المرهقة , والأفراد لا يستطيعون تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالاغتراب , ولا يمكنهم الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل الحياة المعاصرة . (علاء الدين, 2016, ص19) .

ولقد قدمت نظرية رائدة في مجال الوقاية و الصلابة للاضطرابات النفسية والجسمية وتناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها حديثا في هذا المجال , واحتمال الإصابة بالأمراض , اعتمدت هذه النظرية عدد من الأسس النظرية في آراء بعض العلماء , أمثال(فرانكل , ماسلو, روجرز) والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على تمكنه من إستغلال قدرته الشخصية والإجتماعية بسورة جيدة .

كما اعتمدت "كوبازا" على النموذج المعرفي (لازاروس) والذي يرى أن الأحداث الحياتية المرهقة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف محبطة لها تأثير سلبي على الاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث الضاغط , وهي ذات أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي , فنظرة الفرد لقدراته على نحو سلبي والحزم لضعفها , وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يجعله يشعر بالتهديد ثم الشعور

بالانحطاط متضمنا الشهور بالخطر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل. (علي وعرفات, 2018, ص214).

وعد نموذج "لازاروس" من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعوامل ثلاثة وهي :

1- البيئة الداخلية للفرد.

2- الأسلوب الإدراكي المعرفي .

3- الشعور بالتهديد والإحباط.

أما الأساس التجريبي فقد اعتمدت "كوبازا" على نتائج دراستها التي قامت بها خلال السنوات (1979-1982-1983) على عينات من المناصب الإدارية المتوسطة , والعليا من المحامين ورجال الأعمال , هدفت من خلالها إلى الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية والتي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته النفسية , والجسدية رغم تعرضه للضغوط , وقد توصلت إلى هدد من النتائج ساعدتها في صياغة أسس نظريتها , ومن أهم النتائج : الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الإضطرابات النفسية على الرغم من التعرض لضغوط الحياة الشاقة . (شويطر, 2017, ص ص 96-97) .

### 3-2 نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا:

ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات , أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا , وحاول وضع تعديل جديد لها , وهذا النموذج قدمه فنك (1992) وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها , بهدف البحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال , والصحة العقلية , وذلك على عينة قوامها 167 جنديا إسرائيليا , وإعتمد الباحث على المواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر وبعد انتهاء هذه الفترة , وتوصلت نتائج "فنك" إلى ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة لدى الأفراد ' فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام إستراتيجيات التعايش بفعالية خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال , حيث إرتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة, واستخدام إستراتيجية حل المشكلات للتعايش.

وقام (فك) بإجراء دراسة أخرى في العام 1995 تحمل الهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى , وعلى عينة من الجنود الإسرائيليين أيضا , واستخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربع أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين في هذه الدراسة للأوامر المطلوبة منهم , حتى وإن تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية , وذلك بصفة متواصلة , ولقياس الصلابة النفسية , وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الحقيقية المحبطة , وطرق التعايش قبل التدريب , وبعد الانتهاء منها توصل إلى نفس نتائج الدراسة الأولى .(الطاهر, 2016,ص128).

### 3-3 النموذج النظري ل "مادي" و"كوبازا" (1984) :

حققه "سلفادور مادي" : ينص على أن تراكم الأحداث الضاغطة يسبب زيادة التوتر الذي يمكن أن يظهر لدى الفرد في شكل ردود أفراد كسرعة التهيج , والقلق إلى غير ذلك من المظاهر المختلفة , هذه الاستجابات تعكس حالة نفور وتأهب الكائن , واستمرار هذه الحالة يمكن أن يخلق أعراض مرضية تظهر في شكل أعراض جسدية , وعقلية , وهذه المتغيرات المتمثلة في الأحداث الضاغطة , والتوتر والأعراض المرضية كان لها الأثر في وصف الباحثين لخاصية شخصية أطلقوا عليها الصلابة النفسية , واعتبروها كمتغير وسيط في هذه العلاقة أي بين الضغوط والمرض , ومن جهة أخرى كإحدى المصادر المهمة والتي تؤثر في التعامل مع الضغوط , لهذا فإن الإهتمام بدراسة المتغيرات الوسيطة يفصح عن العلاقات الغير مباشرة بين المتغيرات وإلى أي حد هي متجانسة.(شويطر, 2017,ص98).

ومن خلال هذه النظريات التي تم التطرق لها نلاحظ أن جميع هذه الاتجاهات وروادها أجمعوا على الدور الذي تلعبه الصلابة النفسية كوسيط أو حاجز واق بين ضغوط الحياة والأمراض النفسية حيث يجعل الفرد أكثر قابلية للتكيف مع مختلف المواقف المرهقة وإدراكها بصفة أكثر فعالية .

#### 4- خصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية :

##### 1-4 - خصائص الأفراد مرتفعي الصلابة النفسية :

لقد بينت "كوبازا" أن هناك ثلاث سمات ميزت الأشخاص الذين يتمتعون بالصلابة النفسية وهي اعتقاد قوي بما يقومون به وغياب الشعور بالاغتراب أثناء تأدية المهام المطلوبة منهم , كما يتسمون بدرجة مرتفعة من التحدي للقيام بمهامهم من منطلق الإعتقاد بأن التغيير حقيقة ينبغي التعامل معها , استثمارا لنموه الشخصي كما أنهم يتميزون بدرجة عالية من التحكم في أمورهم الأدائية والحياتية مع إدراك شخصي لقدرتهم على التحكم في مسرات ومضرات الحياة.(شويطر, 2016, ص11).

حيث توصلت "كوبازا" من سلسلة دراستها (1979-1982-1983) وكذلك "مادي" وآخرون إلى خصائص ذوي الصلابة المرتفعة وهي كما يلي :

\* وجود نظام قيمى ديني لديهم يقيهم من الوقوع في الإنحراف أو الأمراض أو الإدمان.

\* وجود أهداف في حياتهم ومعاني يتمسكون ويرتبطون بها.

\* الالتزام والمساندة للآخرين عند الحاجة .

\* المثابرة وبذل الجهد على التحمل والعمل تحت الضغوط .

\* الميل للقيادة .

\* القدرة على الإنجاز والإبداع .

\* القدرة على الصمود والمقاومة.

\* التفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة .

\* الهدوء والقدرة على التنظيم الانفعالي , والتحكم في الانفعالات .

\* القدرة على تحقيق الذات .

\* الواقعية والموضوعية في تقييم الذات والأحداث ووضع الأهداف المستقبلية .

\* الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات. (علي وعرفات, 2018, ص217).

\* الإهتمام بالبيئة , والمشاركة الفعالة في الحفاظ عليها .

\* توقع المشكلات والاستعداد لها .

\* القدرة على التجديد والارتقاء .

\* الشعور بالرضا عن الذات .

\* إعتبار أن الحياة الضاغطة أمر طبيعي , وليس تهديدا لهم .

\* تزداد الصلابة النفسية مع التقدم في العمر , فهي حالة مستمرة .

ونستخلص من هذه الخصائص السابقة أن الأفراد الذين يمتازون بالصلابة النفسية المرتفعة يتصفون بالقدرة على المقاومة والصمود والإسراع في إنجاز العمل واتخاذ القرارات السليمة , وحل المشكلات التي تواجههم في أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها . (علي وعرفات , 2018, ص ص 218) .

#### 2-4- خصائص الأفراد منخفضي الصلابة النفسية :

تتمثل في اتصافهم بعدم الشعور بوجود هدف لهم , ولا معنى لحياتهم , ولا يتفاعلون مع بيئتهم بشكل ايجابي , ويتوقعون التهديد المستمر والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغيرة , ويفضلون عدم تغيير الأحداث الحياتية , وليس لديهم اعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء والتطور , كما أنهم يتفاعلون بسلبية مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السيئ للأحداث الضاغطة. (القريني, 2020 , ص 251) .

كما يمكن أن نعبر عليهم كذلك وفقا لما يلي :

\* عدم القدرة على الصبر , وعدم تحمل المشقة.

\* عدم القدرة على تحمل المسؤولية .

\* قلة المرونة والتوازن .

\* الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة .

\* سرعة الغضب والحزن ويميل إلى الاكتئاب والقلق .

\* ليس لديهم قيم ولا مبادئ معينة .

\* عدم القدرة على تحمل الذات . (علي وعرفات , 2018 , ص 218) .

وعليه يمكن القول من خلال ما تم عرضه أن الصلابة النفسية لديها علاقة بكل الصفات الإيجابية التي يمكن أن يتمتع بها الفرد , والتي تساعد على تحمل

مسؤولياته وأدائها حتى في ظل الظروف الشاقة التي تواجهه , والعكس صحيح, فإن الأشخاص السلبيين غير الواثقين من أنفسهم وقدراتهم من الطبيعي أن ينخفض مستوى الصلابة لديهم .

### 5- أبعاد الصلابة النفسية :

تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها "كوبازا" والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير في مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها , وهذه الأبعاد هي: (الالتزام, التحدي, التحكم) .

وترى "كوبازا" أن هذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة , وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص للنمو الشخصي .

كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف أنه احتراق نفسي , ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة النفسية الثلاث لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمر أكثر إيجابية , فالصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاث أبعاد مستقلة قابلة للقياس . (العبدلي , 2012, ص22) .

### 5-1- الالتزام :

#### 5-1-1- مفهوم الالتزام :

عرف "سوزان كوبازا" الالتزام عام(1989) بأنه : قدرة الفرد على معرفة ذاته , وإلتزامه نحو قيمه ومبادئه وأهدافه وأولوياته ونحو مجالات الحياة المختلفة مثل : العلاقات الإجتماعية , ومؤسسات العمل ومتطلباتها , وقوانينها , والأسرة ."

كما عرفه "سلفادور مادي وسوزان كوبازا" أيضا عام (1975) بأنه "اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته ودوافعه في الحياة وتحديد اتجاهاته الإيجابية ليتميز عن الآخرين".

وهذا هو الالتزام نحو الذات , أما الالتزام نحو العمل : فهو اعتقاد الفرد في قيمة العمل , وأهميته للآخرين , واعتقاده بكفاءته في إنجازه وتحمله المسؤولية , والحفاظ على نظمه" .

وأشار "عماد محمد مخيمر" عام (1996) إلى الإلتزام بأنه "نمط من التعهد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه و دوافعه وقيمته ومبادئه اتجاه الآخرين من حوله".

بينما عرف "جبر محمد جبر" الإلتزام عام(2005) بأنه : "قدرة الفرد على معرفة ذاته , وتحديد دافعه وتمسكه بالقيم والمبادئ والقوانين التي تحقق له النفع" .

كما عرف "باترون" عام (2007) بأنه "قدرة الفرد على الإلتزام بمبادئه وواجباته وأولوياته في الحياة وأنه الميل إلى رؤية العالم, وكأنه شيء شيق وذو معنى هادف" ومن التعريفات السابقة نستطيع أن نستخلص تعريفا للإلتزام بأنه : قدرة الفرد على الإلتزام نحو مبادئه واتجاهاته وواجباته ومهامه في الحياة , وكذلك الإلتزام نحو العمل ومتطلباته واحتياجاته , ومعرفة أهمية العمل بالنسبة له وللآخرين , إلى جانب الإلتزام نحو ذاته ونحو الآخرين من حوله , ومعرفة حقوقهم وواجباتهم . (العديني ,2018, ص263) .

### 5-1-2- أنواع الإلتزام :

أشار علماء النفس أن الإلتزام يضم اتجاهين أساسيين هما :

**الإلتزام نحو الذات:** "اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد قيمه وأهدافه الخاصة في الحياة , وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو تميزه عن الآخرين" .

أما الاتجاه الثاني فيتمثل في : **الإلتزام نحو العمل** : أشار إليه على أنه إدراك الفرد لقيمة العمل , وأهميته سواء له أو للآخرين , واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل , وبكفاءته في انجاز عمله وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والإلتزام بنظمه, وفي دراسات أخرى صنف الإلتزام إلى ثلاثة أنواع هي : الإلتزام القانوني, والإلتزام الديني , والإلتزام الأخلاقي . (عبد الصلاح , 2019, ص26) .

### 5-2- التحكم :

#### 5-2-1- مفهوم التحكم :

يمثل مركز التحكم الداخلي التي تعود أصولها للعالم "حوليان روتر" والمستمدة من نظرية التعلم الاجتماعي .

حيث قدم هذا المفهوم لأول مرة عام(1954) في شكل مقال بعنوان "التعلم الاجتماعي وعلم النفس الإكلينيكي" وقد تأثر "روتر" إلى حد كبير بأعمال "هال سيبناس" وأفكار "سكيمر" بشأن التعزيز وفكرة التوقع التي طورها "تولمان", كما تأثر بنظرية المجال "للوين كورت" .

إن إدراك الضبط أمر بالغ الأهمية في التعامل مع مجريات أحداث الحياة اليومية , إذ أن الأشخاص الذين لديهم درجة عالية من إدراك الضبط الداخلي يتمتعون بإمكانية أكبر في الحصول على المعلومات حول الأحداث التي تؤثر على حياتهم .

حسب "لازاروس" (1996) فإن الفرد ذو الضبط الداخلي يعتقد في كفاءته وقدرته على ضبط النتائج في عالمه الخاص , وله توقعات إيجابية فيما يتعلق بالثقة , الإعتدال على الآخرين .

كما أن الأبحاث التي ركزت على المكونات الفرعية للصلابة بينت بأن توفر الإحساس بالقدرة على الضبط الذاتي , قد يكون من أهم مكونات سمة الصلابة التي تساعد على التنبؤ بصحة أفضل . (شويطر والزقاي, 201, ص 52) .

### 5-2-2- صور التحكم :

#### - القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة :

ويحسم هذا التحكم المتصل باتخاذ قرار طريقة التعامل مع المواقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه , ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه وظروف حدوثه , حيث يتضمن الاختيار من بين البدائل , فالمريض هو الذي يقرر أي الأطباء سوف يذهب إليهم , ومتى يذهب والإجراءات التي يتبعها.

#### - التحكم المعرفي للمعلوماتي واستخدام العمليات الفكرية للتحكم في الحدث الضاغط :

يعد التحكم المعرفي أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة إذا ما تم على نحو إيجابي , فيختص هذا التحكم بالقدرة على استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للمشقة كالتفكير في الموقف , وإدراكه بطريقة إيجابية ومتفائلة , وتفسيره بصورة منطقية وواقعية , وبمعنى آخر أن الشخص يتحكم في الحدث الضاغط باستخدامه بعض الإستراتيجيات العقلية مثل : تشتيت الانتباه بالتركيز في أمور أخرى أو عمل خطة للتغلب على المشكلة .

#### - التحكم السلوكي :

وهو القدرة على المواجهة الفعالة , وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي ويقصد بالتحكم السلوكي "القدرة على التعامل مع المواقف بصورة علنية ولموسة , بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديله أو تغييره" .

### - التحكم الإسترجاعي :

يرتبط التحكم الإسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته , فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف , ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه , وبمعنى آخر نظرة الشخص للحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته , مما قد يؤدي لتخفيف أثر الضغوط . (القاضي, 2022, ص667) .

### 5 - Challenge-3 التحدي :

هو قدرة الشخص على إدراك المشكلات على أنها تحديات وليست تهديدا بالخطر, والبحث عن حلول لها , والتكيف مع تغيرات الحياة المختلفة , وتقبل المستجدات السارة والضارة باعتبارها ضرورية لتحقيق نموه , إلى جانب قدرته على مواجهة الأحداث الضاغطة بإيجابية , مما يساعده على التكيف السريع في مواجهتها , وتقبل الخبرات الجديدة , وهذا ما يدفعه إلى التعلم المستمر من التجارب السابقة وإعتبارها مصدرا للنمو والنضج . (محمد, 2020, ص106) .

تعرفه "كوبازا" على أنه "اعتقاد الفرد بأن التغيير المستمر في أحداث الحياة وهو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منع للإرتقاء أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية " . (أحلام و الساسي, 2018, ص 789) .

ويعرفها "نبيل دخان" و"بشير الحجار" بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة . (أبو الفتوح, 2014, ص490) .

كما يرى "ألرد" و"سميث" (1989) أن " التحدي هو الميل إلى رؤية التغيير غير المتوقع أو التهديد المحتمل على أنه تحد إيجابي وليس حدثا مهددا" (شويطر والزقاوي, 2015, ص53) .

من خلال تناول أبعاد الصلابة النفسية الثلاثة بشكل منفصل يتضح لنا الدور الذي تلعبه في حياة الفرد , حيث تمكنه من الالتزام بمسؤولياته اتجاه ذاته والآخرين والتحكم في مجرى أمور حياته إلى حد ما , مع قدرته على تحدي أحداث الحياة الصعبة بفعالية .

## 6- أهمية الصلابة النفسية :

تعد الصلابة النفسية أحد العوامل الهامة والرئيسية من عوامل الشخصية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والجسمية , وكذلك المحافظة على سلوكيات الصحية , وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية الصلابة النفسية كأحد عوامل المقاومة ضد الضغوط والأزمات , إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية الأساسية , التي تقي الإنسان. من آثار الضغوط الحياتية المختلفة , وتجعل الفرد أكثر مرونة وإيجابية وتفاؤلا , وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة , كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسمية والإضطرابات النفسية . (الطاهر, 2016,ص121) .

أشار " هولهان وموس" (1990) : "أن مسار في مجال الضغوط يجب أن يتحول إلى التركيز على متغيرات المقاومة التي تجعل الأشخاص يحتفظون بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للأحداث الضاغطة , فحسبهما أن مجال الدراسة يجب أن يتحول إلى دراسة المصادر النفسية مثل الصلابة النفسية والمساندة الإجتماعية , وتقدير الذات.... الخ من المتغيرات التي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقييما واقعيا , كما أنها تجعله أكثر تفاعلية في مواجهتها " .

عرف في التراث النفسي أن الأمراض السيكوسوماتية قد ترجع إلى أسباب نفسية والتي قد ندرج ضمنها الضغوط النفسية التي يواجهها الأفراد في مختلف محطات حياتهم , وهنا يصبح الحديث عن الصلابة النفسية غاية في الأهمية. (شويطر, 2017,ص111) .

فالصلابة النفسية عامل أساسي في تعزيز الصحة النفسية والجسدية , إنها مفتاح الصمود ليس من أجل البقاء على قيد الحياة فحسب , بل من أجل ما أطلق عليه علماء النفس "الازدهار تحت الضغط النفسي" وهي تمثل إحدى المتغيرات الشخصية الإيجابية الوقائية للفرد التي تعكس نمطا معرفيا وانفعاليا وسلوكيا من مقاومة الأزمات والإحباطات والأحداث الضاغطة .

لقد وصف "كوبازا" الصلابة النفسية أنها درع واقى ضد الأمراض النفسية والبدنية , وقد توالت الدراسات والأبحاث لتأكيد أهمية الصلابة النفسية , فعلى سبيل المثال , أظهرت دراسة "جومهري" (2002) وجود علاقة سالبة بين الصلابة النفسية والاستعداد للإصابة بالاكئاب والقلق , وأوضح "إيزاكيان" (2001) أن الصلابة النفسية ترتبط سلبا بالضغط النفسي في العمل وإيجابا بالرضا الوظيفي ,

وأظهرت دراسة "نيشيزاكا" (2004) أن معلمي دور الحضانة ذوي المستوى المرتفع من الصلابة النفسية لديهم مستويات أقل من الاكتئاب والقلق والشكاوى الجسمية , وأشار "إيساكسون" (2002) إلى أن الصلابة النفسية عامل أساسي في جودة الحياة وأورد "فريجوس وزيمرمان" (2005) أن الكثير من الباحثين يعتقدون أن الصلابة النفسية والقابلية للإصابة , قطبان متناقضان على المتصل الواحد نفسه وبينت نتائج دراسة "كافيه وبازدي" (2008) وجود ارتباط إيجابي بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية .

وهكذا يتفق علماء النفس على أن الصلابة النفسية تعمل كمناطق عازلة للتخفيف من الآثار السلبية للضغوط , وهي تنشئ ما يشبه جدارا نفسيا يساعد الفرد على التكيف السوي مع الأحداث الحياة المرهقة والمؤلمة , ويوجد نمطا من الشخصية التي تتسم بقوة التحمل ومقاومة الضغوط , ليصل لمرحلة التوافق والتحكم في ردود أفعاله , والنظر للحاضر والمستقبل بطريقة إيجابية .

واستنادا إلى ماسبق , يتضح إلى أن الصلابة النفسية سمة من سمات الشخصية تتضمن خصائص معرفية وسلوكية إيجابية , تؤدي إلى مقاومة الضغوط , وهناك علاقة وثيقة بين الصلابة النفسية والصحة العامة , فقد اتضح دور الصلابة النفسية في الحماية من الآثار السلبية للضغط النفسي والوقاية من ظهور الإضطرابات النفسية والجسمية , ومن الضروري العمل على تنمية الصلابة النفسية واكتسابها بهدف التعامل مع الأحداث الضاغطة بنجاح وفعالية. (علاء الدين , 2016, ص ص 43-45)

وانطلاقا مما أشار إليه العديد من العلماء عن أهمية الصلابة النفسية فهي من الصفات الإيجابية في شخصية الفرد , تضم عددا من العناصر ذات الفعالية في التكيف مع الضغوط النفسية والتعايش بشكل إيجابي من أجل الوصول إلى بر الأمان

**7- الفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية :**

من خلال الإطلاع على العديد من الدراسات التي تناولت متغير الصلابة النفسية يتضح أن مستوى الصلابة النفسية يختلف بين الجنسين , حيث أشارت أغلبها إلى وجود عوامل إختلاف بين الذكور والإناث فيما يخص مواجهة المواقف الضاغطة.

كشف الباحثون عن إختلافات بين الجنسين في حدوث مشكلات نفسية مختلفة , حيث يكون الرجال أكثر عرضة لبعض الإضطرابات والنساء أكثر عرضة لاضطرابات أخرى, حيث أسفرت الدراسات القليلة التي أجريت على كل من الذكور والإناث حول الصلابة عن نتائج ملتبسة .

على سبيل المثال : لم يجد (Rhodewalt and Agustsdottir) (1984)

أي إختلاف بين الجنسين في العلاقة بين الصلابة والضييق النفسي , وقد وجد آخرون أن التحكم يخفف من علاقة (الإجهاد/المرض) بين الرجال ولكن ليس بين النساء .

تشير هذه النتيجة الأخيرة إلى أن الصلابة (أو على الأقل عنصر التحكم) قد تكون مؤشرا أفضل لعلاقة (الإجهاد/المرض) بالنسبة للرجال مقارنة بالنساء , وهي نقطة ردها باحثون آخرون (Shepperd et Jashanl .1991.p750)

"كيامارسي" (1999) و"ديساي" (2017) أظهر أن الذكور لديهم صلابة أكبر مقارنة بالنساء لأنهم أقل حماسا في المواقف الإشكالية ويتصرفون بشكل أكثر منطقية , لكن النساء لديهم المزيد من الإثارة , بينما قدم (Sheard(2009)

نتائج مختلفة تماما , أظهر أن الصلابة النفسية أعلى بكثير عند الفتيات من الأولاد في المدرسة (Sinha.2019.p2175)

كما نجد دراسة (Paul T .Baronne & Robert F .Priest (2001)

التي هدفت إلى استكشاف دور الصلابة الشخصية كمورد لمقاومة الإجهاد للذكور والإناث من الطلاب الجدد في الأكاديمية العسكرية الأمريكية West point

حيث أظهرت النتائج أن الطالبات أعلى بكثير في الصلابة من الذكور , على الرغم من أن الإناث أبلغن عن مشاكل صحية أكثر من الذكور . (Barton&Robert.2001.p1)

توجد أيضا دراسة (بريانكا) (2022) التي تهدف إلى اكتشاف الفروق بين الجنسين في الصلابة النفسية , ولدراسة هذه الاختلافات تم إعطاء مقياس الصلابة بواسطة (Barton)(1989) إلى 240 من المراهقين الريفيين في منطقة (هاريانا)

وأظهرت النتائج أن الأولاد كانوا أكثر التزاما مقارنة مع الإناث ولديهم مستوى أعلى من الصلابة النفسية مقارنة بالفتيات .

(Priyanka . Kaur Kang & Sharma . 2022. P 433)

أخيرا نختتم بدراسة "نور و آخرون" (2012) التي هدفت كذلك إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في مستوى الصلابة النفسية , وتمثلت عينة الدراسة من طلاب وطالبات كلية التربية البالغ عددهم (80) طالبا وطالبة , وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية , وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين الذكور والإناث في

الصلابة النفسية لصالح الإناث .(إسماعيل والرشيدي , 2020,ص 479)

ومما سبق يمكن أن نستنتج أن الجنس يلعب دورا في تحديد مستوى الصلابة النفسية , حيث أشارت أغلب الدراسات التي تناولت هذا الموضوع إلى أن الصلابة النفسية تختلف بين الجنسين ومن المفترض أن تكون الصور النمطية للجنسين في المجتمع هي السبب الرئيسي وراء هذه الاختلافات .

**خلاصة الفصل :**

من خلال ماتم تناوله في هذا الفصل , تبرز أهمية الصلابة النفسية التي تعد من أهم المتغيرات الإيجابية التي لها دور قوي في مواجهة ضغوط الحياة وقوة التحمل , حيث أنها تعمل كمصدر واق ضد الصعوبات والضراعات الداخلية والخارجية , وإدراك الفرد أن لديه سلاح يعمل عمل الحاجز بينه وبين ظروف الحياة الصعبة والمتعبة , وهو الصلابة النفسية التي قد تساعده على التنبؤ بمدى استمتاعه بالسعادة , وأنها تخفف من أثر الضغوط , وتساهم في مساعدة الأفراد على الاستمرار وإعادة التوافق , حيث تتكون لدى الشخص من خلال الصفات التي تم التطرق إليها , من تقدير للذات , والكفاءة الذاتية , وقوة الأنا , والصحة النفسية , وهي خصائص في الشخصية إذا توفرت كانت النتيجة إرتفاع في مستوى الصلابة النفسية , وهو ما يضمن قدرة الفرد على المواجهة والتكيف الفعال مع الظروف الشاقة في حياته.



## الفصل الثالث : عمال النظافة

## الفصل الثالث : عمال النظافة

### تمهيد الفصل

- 1- نبذة عن عمال النظافة حول العالم .
  - 2- مفهوم عمال النظافة .
  - 3- ظروف العمل الخاصة بعمال النظافة .
  - 4- مهام عمال النظافة .
  - 5- توقيت العمل لعمال النظافة .
  - 6- التهميش وضعف المكانة الإجتماعية لدى عمال النظافة .
  - 7- المخاطر المهنية التي يتعرض لها عمال النظافة .
- خاتمة الفصل.

**تمهيد:**

يتميز الإنسان عن سائر المخلوقات بكون نشاطاته هادفة , إذ تهدف إلى التأثير من خلال العمل الذي يعتبر محورا أساسيا في حياته , وحاجة ضرورية واستعداد داخل جوهره .

يعتبر التنظيف من أهم الأشياء الواجبة في حياة الإنسان وأهم الانشغالات الأساسية لضمان صحته , وفي هذا الفصل أردنا تسليط الضوء على عمال النظافة حول المفهوم العام والإجرائي , وكذلك ظروف عملهم ومهامهم ومواقيت عملهم والتهميش وضعف المكانة الإجتماعية التي يعانون منها والمخاطر المهنية التي يتعرضون لها .

## 1- نبذة عن عمال النظافة حول العالم :

يعتبر عمال النظافة من العظماء فخم يقومون بخدمة لا يمكن أن يوفى حقها بالرغم من الظلم المسلط عليهم في أجور العمال وعدم ضمان حقوقهم وكذا عدم الإهتمام بهم صحيا .

- في خطوة رائعة قامت بها دولة الصين العريقة في نصب تمثال لعمال النظافة دليلا على أن ما تقوم به هاته الشريحة متميز عند الدولة وبهذا فهي تكسب الشعب .

- وفي خطوة مماثلة قامت محافظة الناصرية بالعراق بنصب تمثال لعمال النظافة في فضاء سوق الشيوخ.

- وفي اليابان يسمى عامل النظافة " بمهندس الصحة " حيث يبلغ راتبه من 500-800 دولار أمريكي في الشهر , بالإضافة إلى تجهيز منازلهم بالكامل وتوفير كافة الأجهزة الكهربائية والترفيهية .

- في ألمانيا نال عامل نظافة المركز الأول في الوظائف الأكثر تقديرا للسكان في برلين, وهذا حسب استطلاع أجراه معهد فروسا الألماني.

- في كل من بريطانيا والسويد تشترط أن يكون عامل النظافة حاملا للجنسية البريطانية والسويدية, احتراماً لتلك المهنة , حيث يعتبرانها من المهن التي تمس الأمن القومي , كما أنه في السويد يشترط على عامل النظافة أن يكون حاملا لشهادة جامعية .

- في أمريكا يعتبر الحصول على وظيفة عامل نظافة من أصعب الأمور ' حيث أشارت الإحصائيات إلى أنه تقدم أكثر من 94 ألف شخص للحصول على هذه الوظيفة سنة 2014 , وتم إختيار 500 منهم .(عصام, 2016).

## 2- مفهوم عمال النظافة :

### عمال النظافة :

يعرف عامل النظافة بأنه عامل يقوم بتنظيف المنازل أو الشوارع والمساحات , والتخلص من النفايات الصلبة المتراكمة في الحاويات , أو أي شيء يطلبه منه أصحاب المكان ' على أن يدفعوا له مبلغا ماليا مقابل ذلك , وخلافا لغيره من العمال فمهمته الأساسية هي التنظيف , أما أعمارهم فمختلفة , ربما يكون ذا شبية أو في مقتبل العمر .

- إجرائيا : يعتبر عمال النظافة هم الفئة المهنية التي تقوم بعملية التنظيف للأماكن العمومية , باعتبارهم أفراد تابعين لمؤسسة البلدية والتي من مهامها توفير ظروف عيش كريمة للمواطنين , ومن أبرزها تحقيق خدمة النظافة . (بن عامر. غريب , 2020, ص280)

## 3- ظروف العمل الخاصة بعمال النظافة :

انطلاقا مما سبق كون أن ظروف العمل تعتبر تلك العوامل المحيطة بالعمل , والتي تؤثر على العمال وأدائهم سواء إيجابيا أو سلبا , فإننا في هذا الإطار سنتطرق إلى أنواع ظروف العمل التي يواجهها عمال النظافة ويتأثرون من خلاله جسديا ونفسيا , حيث يرى البعض من المهتمين بهذا المجال أن هذه الظروف تتمثل في كونها فيزيقية , تنظيمية , أو نفسية إجتماعية وتتكون هذه الظروف من :

### 1- درجة الحرارة والرطوبة :

كثيرا ما يشكو العمال من برودة الجو أو من شدة الحرارة في أثناء العمل , وفي الواقع عندما تتغير درجة الحرارة تتغير أيضا درجة الرطوبة , وبطبيعة الحال تختلف درجة الحرارة اللازمة باختلاف فصول السنة وباختلاف طبيعة العمل , فالأعمال الشاقة تحتاج إلى درجة حرارة أقل من الأعمال السهلة , والمعروف أن العمل في مكان ترتفع فيه درجة الحرارة يسبب التعب والإرهاق والضيق وزيادة نسبة العرق , وإذا لم يكن هناك حركة للهواء تسمح بتبخر هذا العرق , وانخفاض درجة حرارة الجسم , فإن حرارة الجسم تأخذ في الإرتفاع المستمر ومن الطبيعي أن يزداد الإنتاج بتحسين درجة الحرارة والرطوبة وبتحديد الهواء المحيط بالعامل .

**2 - التهوية:**

من خلال عمليات التنظيف التي يقوم بها عمال النظافة التي تمس معظم الأحيان الأماكن التي يتواجد بها الأوساخ والنفايات , فإن هذه الوضعية تفرض استنشاق الهواء الممزوج بالمواد الكيماوية الخطيرة على الجهاز التنفسي , كما "يمكن للتهوية الغير جيدة في بيئة العمل أن تلحق أضرارا جسيمة تؤثر تأثيرا بالغا على العمال بدنيا ونفسيا , وبالتالي تجعلهم عرضة لإصابات العمل .

**3 - الضوضاء :**

من خلال عمل النظافة يتعرض عمال النظافة أثناء تأديتهم لمهامهم لعامل الضوضاء , والذي يؤثر عليهم من خلال صوت الشاحنات المخصصة لجمع النفايات ونقبها والتي تصدر أصوات يعتبرها البعض مزعجة , كما قد تتم الضوضاء من خلال الآلات المخصصة للتنظيف أيضا , ويبرز هذا التأثير في عدة جوانب , أبرزها التأثير على الصحة الجسدية والنفسية والأداء .

**4 - التعرض الكيماوي:**

" ينتج عن مهام عمال النظافة عدة حوادث عمل وأمراض مهنية مختلفة , نتيجة التعامل مع النفايات أثناء جمعها ونقلها , كما يعاني عمال النظافة أثناء تأدية مهامهم للعديد من المخاطر المهنية تؤدي في الغالب إلى تدهور الحالة الصحية لهم .

**ثانيا: الظروف التنظيمية:**

تعرف ظروف العمل التنظيمية بأنها : مجموعة من الظروف التي تهدف إلى دراسة الجانب التنظيمي للمؤسسة وتتمثل في إجراءات العمل وتوقيته , وتتمثل أبرز الظروف التنظيمية المؤثرة على عمال النظافة خلال عملهم في :

**1 - الأجر:**

انطلاقا من أن الأجر يعرف بأنه المقابل المادي الذي يتلقاه العامل مقابل تنفيذ مجموعة من الأعمال المتفق عليها , فإن لعامل النظافة مقابل مادي يتقاضونه نتيجة تقديمهم لمجوداتهم في عملية التنظيف , إلا أنه وفي هذا الإطار يمكن القول أن من بين الوظائف الأقل أجرا , العمل في التنظيف , حيث يعاني عمال النظافة خاصة في الجزائر من ضعف الأجر التي يتلقونها مقارنة بالمهام التي يقومون بها , حيث أنه نتيجة لموجة غلاء

المعيشة التي تعصف بالشعب الجزائري , ونظرا لمتطلبات الحياة اليومية , بالإضافة إلى أزمة السكن جعل العمال الجزائريين البسطاء يعيشون تحت خط الفقر لأن مرتباتهم لا تكفي لسد حاجياتهم اليومية الضرورية مما أثر سلبا على أدائهم المهني ودافعيتهم نحو العمل. (إيمان, 2022, ص514) .

#### 4- مهام عمال النظافة :

لعمال النظافة عدة مهام يقومون بها وتمثل في :

- تنظيف الأبنية والطرق والأرصفة.
- تنظيف الأسطح والأرضيات .
- إزالة القمامات من الطريق .
- تنظيف دورات المياه العامة.
- جمع المهملات وتفرغها .
- تنظيف المداخل.
- رش المبيدات الحشرية والأدوية لمنع الإصابة من الحشرات والقوارض المختلفة
- بالإضافة إلى هذا فقد أصبح التعقيم أيضا من المهام التي يقوم بها عمال النظافة وهذا للحد من انتشار فيروس كورونا.

## 5- توقيت عمل عمال النظافة:

ينظم عمال النظافة في فرق متعاقبة باعتبار عملهم يتطلب هذا النوع من التوزيع الساعي , كما يتم العمل في دوريات , حيث يتم تنفيذ المهام خلال الفترة الليلية لفرق أخرى ضمانا لتقديم خدمات التنظيف واستمراريتها , فنجد مثلا مؤسسات عمومية تعرف نشاطا كثيفا وحركة كبيرة للأفراد خلال الفترة الصباحية يتم العمل على التنظيف خلال الفترة الليلية من خلال المناوبة .

أما عن فترات الراحة التي يأخذها العامل فهي تعد كونها عبارة عن مدة زمنية يتم فيها التوقف الجزئي عن العمل وتكون إما منظمة من خلال تحديدها تنظيميا , كأن تعطى للعامل فترات راحة خلال اليوم يستعيد بها نشاطه , أو تتم تلقائيا من طرف العامل بسبب شعوره بالتعب والإرهاق أو لظروف أخرى كالاتصال غير الرسمي مع الزملاء , ولهذه الفترات من الراحة فائدة كبيرة تعود على العامل وعلى المؤسسة معا إلا في حالة زيادة مدتها عن المعدل المطلوب , ومن خلال قيام عمال النظافة بمهامهم فإن أخذ قسط من الراحة يهد أمرا ضروريا في كثير من الأحيان نظرا لصعوبة العمل وتطلبه للجهد البدني للتنظيف , إلا أن هذا الأمر لا يتحقق في كثير من الأحيان , خاصة إذا كانت عملية التنظيف تتم في الأماكن العمومية كجمع القمامة من أمام المنازل خاصة في الفترة الليلية حيث أن هذه المهام تتطلب السرعة في التنفيذ والاستمرارية تجنباً للإزعاج , ونظرا لكثرة الأماكن المطلوب تقديم خدمة التنظيف فيها , ما يجعل العامل يتعرض للتعب والإرهاق في الكثير من الأحيان .

(إيمان, 2022, ص521).

## 6- التهميش وضعف المكانة الإجتماعية لدى عمال النظافة :

باعتبار أن التهميش يتمثل في إقصاء وإبعاد بعض الأفراد ووضعهم على هامش السيرورة المجتمعية وحرمانهم من الاستفادة من العديد من الميزات , فإن عمال النظافة يعانون من التهميش وخاصة في أماكن عملهم ومن طرف السلطة المسؤولة عنهم , حيث أنهم يتعرضون للعديد من أساليب التهميش الإجتماعي حيث نلاحظ تعبيراتهم عن هذا الوضع بكلمات دارجة تتمركز معظمها في مصطلح الحقرة معبرين به عن ما آلت له وضعيتهم المهنية وما يواجهونه من طرف المسؤولين , كما يوجد من يصف وضعه المهني بالاستعباد والتشبه بالعبيد , الأمر الذي يؤدي بهم في بعض الأحيان إلى العزلة الإجتماعية .

كما تواجه هذه الفئة المهنية أيضا ضعف المكانة الإجتماعية في العمل وفي المجتمع بصفة عامة , حيث أن المكانة المهنية للعامل تعرف بأنها "الوضع أو ترتيب الفرد في التنظيم أو الجماعة ولذلك فإن هناك تفاوت بين مراتب الأشخاص ويرى الباحثون أن مرتبة الفرد تتبع عن طريق مركزه في التنظيم أو ترتيبه في السلم الإداري" .

لذا فإن عمال النظافة وانطلاقا من مهامهم غير الإدارية والغير متطلبة للشهادات العليا ومتطلباتها المتمثلة في الجهد البدني , فإن مكانتهم تنظيميا تتسم بالضعف ونقص التقدير في غالبية الأحيان, الأمر الذي قد يصل إلى التهميش , حيث أن العديد من الحقوق المهنية لا يستفيد منها هؤلاء بشكل عادل مقابل الجهود المبذولة وأبرزها ضعف الأجر بالإضافة إلى عدم التعويض العادل في حالة الإصابة بحادث مهني , هذا من جهة السلطة التنظيمية , أما من الناحية الإجتماعية الإجتماعية فبعدما كان يطلق عليهم تسميات مرتبطة بالنفايات والقاذورات التي ينظفونها كتسميتهم ب/ الزبال أو الكناس , وغيرها من الأوصاف التي تعبر عن ضعف المكانة الإجتماعية التي يحملونها .(إيمان ,2022,ص523)

## 7- المخاطر المهنية التي يتعرض لها عمال النظافة :

هناك جملة من المخاطر التي يتعرض لها عمال النظافة , فنتمثل في :

### 1- المخاطر الكيميائية :

يتعرض عمال النظافة إلى مجموعة واسعة من المواد الكيميائية المختلفة , وذلك لإزالة الغبار والأوساخ والتطهير , بالإضافة إلى مخاطر خلط منتجات مختلفة أو الاستخدام غير الصحيح لبعض منتجات التنظيف مما يؤدي إلى تفاعلات كيميائية غير متوقعة , وإطلاق مواد خطرة , مما قد يؤدي إلى مشاكل في التنفس , وهذا راجع أيضا إلى خصائص بيئة العمل .

### 2- المخاطر البيولوجية :

بالإضافة إلى المخاطر الكيميائية , يمكن أن يتعرض عمال النظافة أيضا لأنواع مختلفة من العوامل البيولوجية من الكائنات الدقيقة مثل البكتيريا والفيروسات والتعفن ومنتجاتها, وقد يتعرض عمال النظافة إلى الإصابة بالأمراض المنقولة عن طريق الدم , خاصة في قطاعات الرعاية الصحية , حيث قد يتلامسون مع الإبر والأدوات الحادة الملوثة في مكان عملهم .

### 3- المخاطر الفيزيائية (المادية):

تتمثل المخاطر المادية في السقوط من السلالم والمنصات المرتفعة والأشياء المتساقطة / كما أن عملهم يتطلب جهدا بدنيا شاقا حيث يتعين عليهم أحيانا رفع قطع أثاث ثقيلة أو معدات العمل , ويؤدون يوميا عدد كبير من الحركات المتكررة التي تتطلب أحيانا تطبيق قوى عالية . (إيمان , 2011,ص524)

**خلاصة الفصل :**

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل يمكننا القول أن عامل النظافة وليس (الزبال) يعاني من عدة ظروف سواء نفسية كانت أو إجتماعية , كما أنه مهدد ومحاط بالخطر , وأنه لم يوف حقه وتعبه خاصة في عالمنا العربي , وأيضا مهمشة ونظرة المجتمع لهم نظرة عار واستحقار لهاته المهنة والتي تعد مهنة شريفة ومهمة نظرا للزوم توفر النظافة من أجل صحة المجتمع .





## الجانب التطبيقي

## الفصل الرابع : إجراءات البحث الميدانية

## الفصل الرابع : إجراءات البحث الميدانية

تمهيد

- 1 - المنهج المتبع في الدراسة .
  - 2- مجتمع الدراسة .
  - 3- مجالات البحث .
  - 4- أدوات البحث .
  - 5- الأساليب الإحصائية .
- خلاصة الفصل .

**تمهيد :**

بعد الانتهاء من عرض الإطار النظري وتحديد فروض الدراسة , سأحاول إلقاء الضوء على الجانب التطبيقي للدراسة إلى توضيح المنهج المستخدم فيها والعينة التي تم اختيارها , ثم عرض مجموعة الأدوات المستخدمة لجمع البيانات ثم توضيح النتائج لكل فرضية من خلال الجداول والتعليق عليها وشرحها إحصائيا , والخروج باستنتاج عام حول الدراسة .

## 1- المنهج المتبع في الدراسة :

إن مجال البحث العلمي يعتمد على اختيار المنهج المناسب لكل مشكلة على طبيعة المشكلة نفسها , وتختلف المناهج المتبعة باختلاف الهدف الذي يود الباحث الوصول إليه . (تركي, 1984, ص131) .

### 1-1 المنهج الوصفي :

نظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها وتقصي العلاقة بين عناصرها , بمعنى معرفة العلاقة بين المتغيرات اعتمدنا على المنهج الوصفي على أنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددو اتجاه مشكله اجتماعية ما , ويعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع المعلومات المدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة. (آيت منصور, 2003, ص18) .

وأهم ما يميز هذا المنهج أنه يوفر بيانات عن الواقع الفعلي للظاهرة وخضوع البحث , كما أنه يقدم في نفس الوقت تفسيرًا واقعيًا للعوامل المرتبطة بموضوع الدراسة , تساعد على قدر معقول من التنبؤ للظاهرة على الجانب الآخر , يعاني هذا الأسلوب من بعض العيوب أهمها سمة التحيز الشخصي للباحث عند جمعه للبيانات المختلفة للظاهرة , الأمر الذي قد يؤدي إلى الحصول على بيانات غير دقيقة لا يمكن أن تؤدي إلى نتائج موضوعية يمكن تعميمها على مجتمع الدراسة , وبالتالي فإن مصداقية هذا المنهج قد تصبح ضعيفة بالمقارنة مع مزايا المناهج الأخرى للبحث العلمي . (عبيدات وآخرون, 1998, ص47) .

### 2- مجتمع الدراسة :

نعني بمجتمع الدراسة (مجتمع البحث) جميع المفردات الظاهرة التي يقوم بدراستها الباحث , وتكون مجتمع الدراسة من عمال النظافة .

### 3- مجالات البحث :

**المجال المكاني :** منحصر بين مجموعة من المستشفيات (العقيد أحمد بوقره , المصححة الجوارية حاسي بحبح , ومجموعة من عمال النظافة بالشارع , مجموعة من العاملات الخاصات في تنظيف البيوت )

**المجال الزمني :** من 24 فيفري 2024 إلى 27 مارس 2024

**المجال البشري:** تم اختيار عينة الدراسة والمتمثلة في **33** فرد بطريقة قصدية.

#### **4- أدوات البحث :**

يسعى كل باحث لجمع المعلومات والبيانات الضرورية لدراسة موضوع بحثه , وهذا بالاعتماد على مجموعة من الوسائل والتي تتمثل في بحثنا هذا في :

#### **4-1- مقياس الصلابة النفسية :**

يرتبط أي بحث علمي بمدى فاعلية الأدوات التي استخدمت , كونها الوسيلة التي يستعين بها الباحث في جمع المعلومات والبيانات ذات العلاقة بموضوع الدراسة , وقد استعانت الباحثة في هذه الدراسة على مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد أحمد مخيمر , 2002.

مقياس الصلابة النفسية : أعد هذا المقياس عماد محمد أحمد مخيمر , 2002 , يتكون في الأصل من 47 بندا , موزعة على ثلاثة أبعاد هي :

1- الإلتزام وتقيسه 16 بند.

2- التحكم وتقيسه 15 بند وأضاف الباحث الحالي (أ.د بشير معمريه بندا واحدا وهو الرقم 47 , فصار عددها 16 بندا ) .

3- التحدي وتقيسه 16 بندا .

صار عدد البنود في المقياس كله 48 بندا , يجاب عنها بأسلوب تقريرى .

#### **تصحيح المقياس :**

أربعة بدائل وهي : لاتنال صفرا قليلا وتنال درجة واحدة .

متوسطا وتنال درجتين , كثيرا وتنال ثلاث درجات , وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين صفر -144 وارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية .

#### **مستويات الدرجة الكلية للصلابة النفسية :**

\*إذا كان مجموع الدرجات تتراوح بين (48-78) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض .

\*إذا كان مجموع الدرجات تتراوح بين (79-108) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط .

\*إذا كان مجموع الدرجات تتراوح بين (110-144) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع .

ويمكن يمكن توزيع البنود على الأبعاد :

بعد الإلتزام : (1-4-7-13-16-19-22-25).

بعد التحكم : (2-5-8-11-14-17-20-23).

بعد التحدي : (3-6-9-12-15-18-21-24-27).

**2-4- بعض الخصائص السيكومترية مقياس الصلابة النفسية :**

**3-4- صدق المحكمين :**

يعد اختبار الصدق من الاختبارات التي تجرى في البحوث العلمية لمعرفة مدى ارتباط الأداة بالخاصية التي نود دراستها ' وعليه تم اختيار أربع محكمين من ذوي الدرجات العليا والاختصاص والخبرة حيث عرض عليهم الاستبيان وطلب منهم الإشارة إلى مواطن الخلل ومن حيث الوضوح ومدى مناسيته للمؤشرات المراد قياسها وإصلاح ما يتطلب التعديل ليتم إعتقاد الصورة النهائية للمقياس بعد ترجمته.

**4-4- صدق وثبات المقياس :**

إن التوصل إلى نفس النتائج باستمرار إذا تكرر تطبيق المقياس على نفس العينة وتحت نفس الشروط فإن للمقياس صدق وثبات , حيث يفترض أن يعطي المقياس نفس النتائج تقريبا إذا أعيد استخدامه مرة أخرى .

ويشير مقدم عبد الحفيظ أن ثبات المقياس يدل على مدى استقرار ظاهرة معينة في مناسبات عدة , ويعني مدى دقة واستقرار نتائج المقياس فيما لو طبق على عينة الأفراد أنفسهم .

- الصدق والثبات :

تم حساب ثبات مقياس الصلابة النفسية بهذه الطريقة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم 01 يوضح نتائج معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية بألفا كرونباخ

الأداة	عدد الفقرات	معامل ألفا $\alpha$	معامل الصدق
الصلابة النفسية	48	0.908	0.936

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية وفق المعادلة ألفا كرونباخ كان مساويا لـ  $(\alpha=0.938)$  ومعامل الصدق  $(\alpha=0.936)$  وهي قيمة دالة مما يؤكد تمتع المقياس بمستوى ممتاز من الثبات والصدق .

5- الأساليب الإحصائية :

تم الاستعانة بالوسائل الإحصائية التالية :

برنامج SPSS22 , التكرارات , النسب المئوية , المتوسط الحسابي , الإنحراف المعياري , معامل الثبات , ألف كرونباخ , اختبار تي تست.

**خلاصة الفصل :**

لقد تضمن هذا الفصل منهجية البحث وإجراءاته الميدانية التي قمنا بها من خلال التجربة الاستطلاعية تماشياً مع طبيعة البحث العلمي , ومتطلباته العلمية , حيث تطرقنا في الفصل إلى الدراسة الأساسية وذلك لتوضيح منهج بحث العينة , مجالات البحث , الأدوات المستخدمة , ثم الدراسة الاستطلاعية من خلال الإشارة إلى عدة خطوات علمية أنجزت تمهيداً للتجربة الأساسية وفي الأخير الأهداف الإجرائية المقترحة ثم الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث .



**الفصل الخامس : عرض وتحليل لنتائج الدراسة**

## الفصل الخامس : عرض وتحليل نتائج الدراسة

- 1- عرض وتحليل النتائج .
- 2- تحليل ومناقشة الفرضيات .
- 3- تحليل وتفسير كل فرضية.

خلاصة الفصل

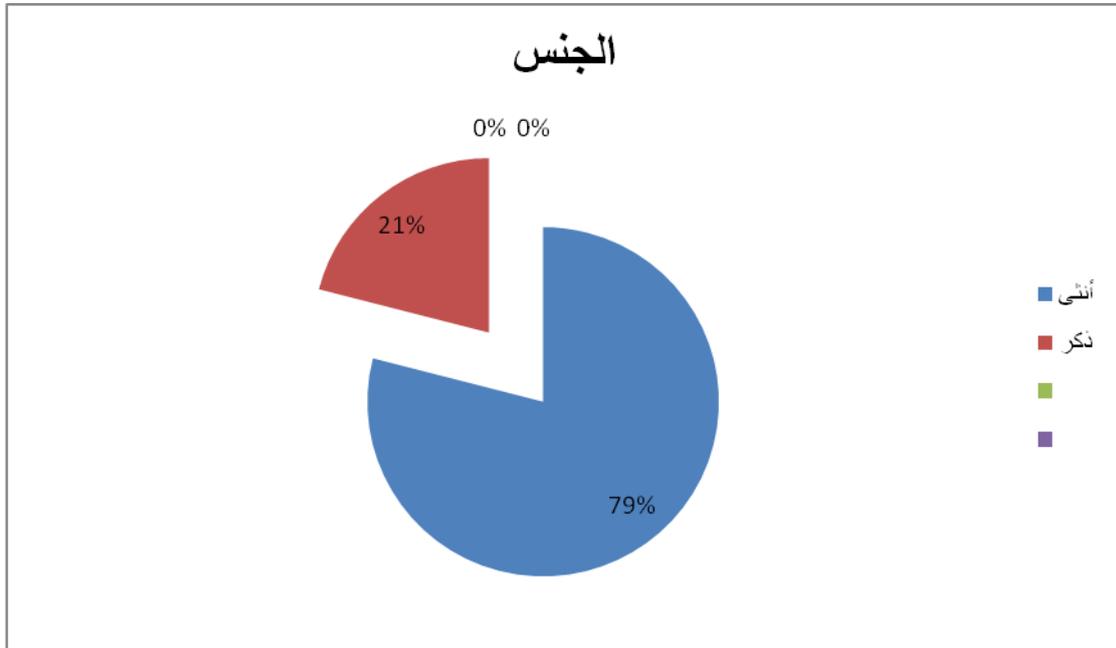
## 1- عرض وتحليل النتائج :

الجدول رقم (02) : يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس :

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
أنثى	26	78.8
ذكر	7	21.2
المجموع	33	100

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة من النساء عاملات النظافة حيث بلغ عددهم 26 امرأة , بنسبة 78.8% , يليها أفراد العينة عمالي النظافة حيث بلغ عددهم 7 رجال , بنسبة 21.2% .

ومنه نستنتج أن غالبية أفراد العينة من عمالي النظافة هن نساء .

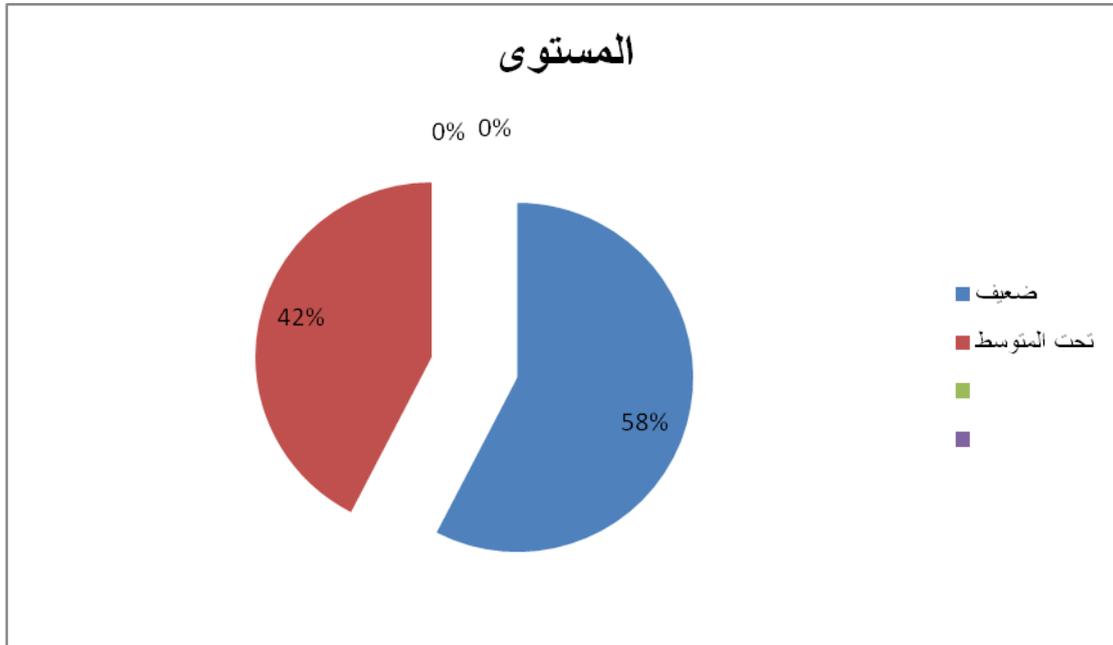


دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجدول رقم(03) : يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى المادي :

المستوى	التكرار	النسبة المئوية
تحت المتوسط	14	42.4
ضعيف	19	57.6
المجموع	33	100

نلاحظ من الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة من عمال النظافة هم من ذوي المستوى المادي تحت المتوسط , حيث بلغ عددهم 14 بنسبة 42.4% , ويليهما ذوي المستوى المادي الضعيف , حيث بلغ عددهم 19 بنسبة 57.6% .  
ومنه نستنتج أن غالبية أفراد العينة من عمال النظافة هم من ذوي المستوى المادي الضعيف



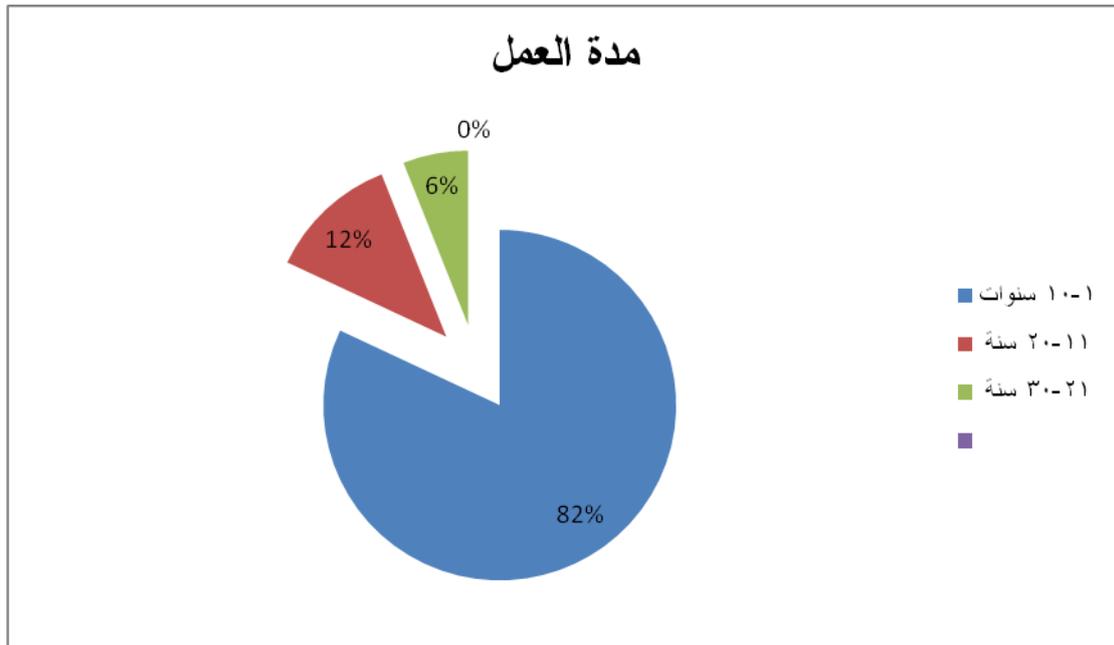
دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى المادي

الجدول رقم(04) يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير مدة العمل :

المدة	التكرار	النسبة المئوية
10-1 سنوات	27	81.8
20-11 سنة	4	12.1
30-21 سنه	2	6.1
المجموع	33	100

نلاحظ من الجدول أعلاه أن غالبية لأفراد العينة من عملي النظافة يزاولون عملهم منذ سنة واحدة إلى عشر سنوات حيث بلغ عددها 27 فردا بنسبة 81.8%، يليها عمال النظافة الذين يزاولون عملهم من 11 إلى 20 سنة ، بنسبة 12.1%، وأخيرا العمال الذين يزاولون عملهم مابين 21 إلى 30 سنة بنسبة 6.1% .

ومنه نستنتج أن الفئة الكبيرة من عمال النظافة يزاولون عملهم من 1 سنة إلى 10 سنوات



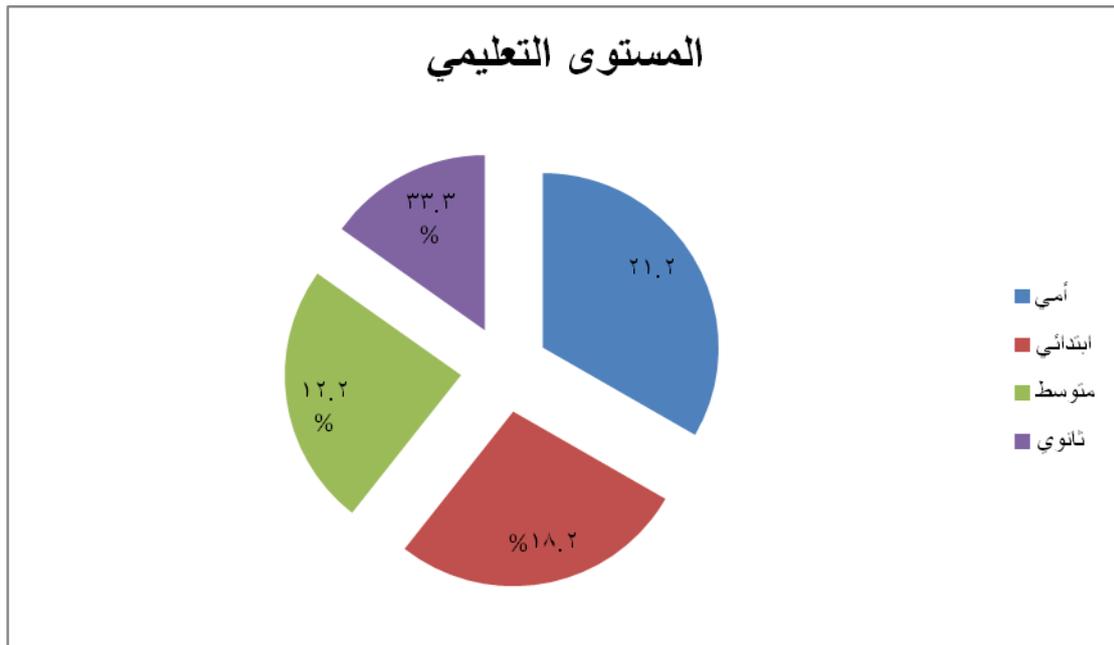
دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب مدة العمل

الجدول رقم (05): يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي :

النسبة المئوية	التكرار	المستوى التعليمي
21.2	7	أمي
18.2	6	ابتدائي
12.1	4	متوسط
33.3	11	ثانوي
15.2	5	جامعي
100	33	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة من عمال النظافة هم من المستوى الثانوي , حيث بلغ عددهم 11 فردا بنسبة 33.3% , يليهم أفراد العينة ذوي المستوى التعليمي الأمي حيث بلغ عددهم 7 أفراد بنسبة 21.3% , ثم الابتدائي حيث بلغ عددهم 6 أفراد بنسبة 18.2% . ثم الجامعي حيث بلغ عددهم 5 أفراد بنسبة 15.2% .

ومن خلال ما ذكرناه نستنتج أن غالبية أفراد العينة ذوي المستوى الثانوي للدراسة .



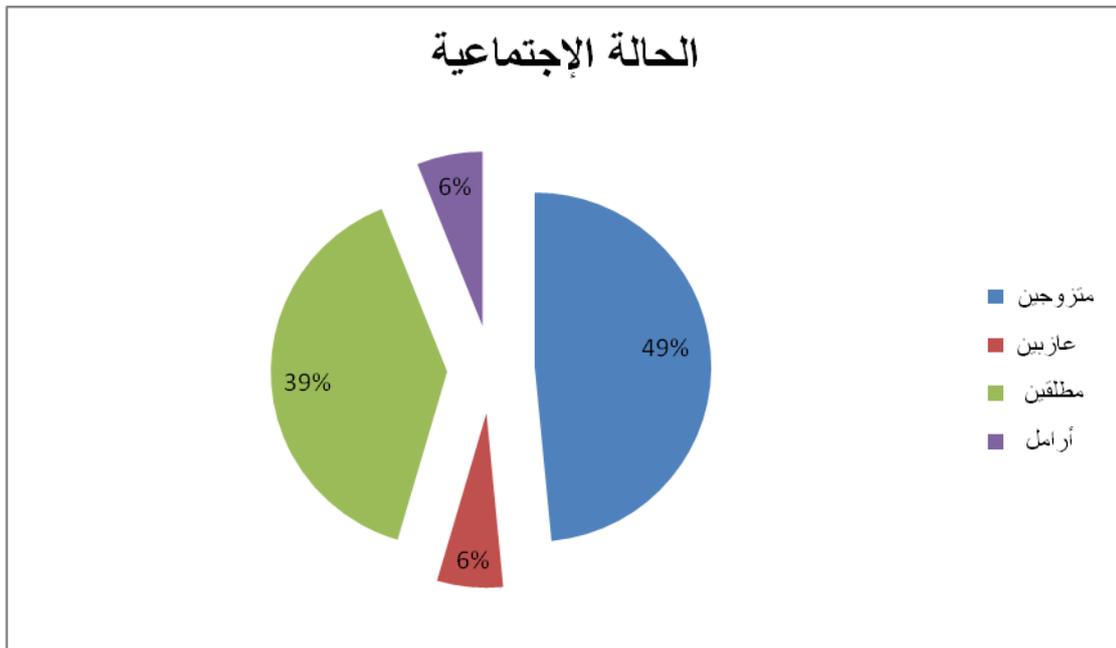
دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

الجدول رقم(06) :يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الحالة الإجتماعية :

الحالة الإجتماعية	التكرار	النسبة المئوية
أعزب	2	6.1
متزوج	16	48.5
مطلق	13	39.4
أرمل	02	6.1
المجموع	33	100

نلاحظ من الجدول أعلاه أن أفراد العينة من عاملي النظافة عازبين بلغ عددهم فردين بنسبة 6.1% , يليها المتزوجين وهم الفئة الغالبة حيث بلغ عددهم 16 فردا بنسبة 48.5% , تليه الفئة المطلقة والتي بلغت 13 فردا بنسبة 39.4% , وفئة الأرمال الذي بلغ عددهم فردين بنسبة 6.1% .

ومنه نستنتج أن غالبية أفراد العينة قيد الدراسة هم من المتزوجين .



دائرة نسبية تمثل توزيع أفراد العينة حسب الحالة الإجتماعية

2- تحليل ومناقشة الفرضيات

الفرضية العامة:

مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة منخفض

أ- أتوقع مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة

الجدول (07) : يبين نتائج اختبار قيمة T لعينة واحدة للفروق بين متوسط

الحقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للصلابة النفسية :

N	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	قيمة T	DF	مستوى الدلالة $\alpha$	درجة المعنوية Sig	دلالة الفروق
33	152.96	20.878	42.08	32	0.05	0.00	دال
	97	35	9				

من خلال الجدول (07) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بلغ 152.96 والانحراف

المعياري 20.87 وقيمة T بلغت 42.08

ودرجة الحرية 32 وقيمة المعنوية 0.000 ومستوى دلالة 0.05 .

وبما أن قيمة المعنوية Sig أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإن هذا دال

إحصائياً , ومنه نستنتج أن هناك فروق متوسط العينة والمتوسط النموذجي , إذن فإن ذلك يدل على أن لديهم مستوى منخفض من الصلابة النفسية , ويفسر هذا أن عمال النظافة بالرغم من معاناتهم في هذه المهنة والآثار المترتبة عنها والمخاطر وكذلك الصعوبات التي تحدث كنا أننا لا ننسى ان واقع هذا العامل ومكانته وضعفها والتهميش الذي يتعرضون له النابع من نظرة المجتمع والتنمر عليهم .

كما يشير جودت أعراض الإنهاك والإعياء ناتجة عن بعض الظروف النفسية والاجتماعية , كعدم قدرة الفرد على تحقيق حاجاته النفسية الضرورية بصفة متكررة , ومن هذه الحاجات النفسية ، الشعور بالقبول , الشعور بالأمن , الشعور بالتقدير وعدم الثقة بالنفس , أو بمعنى آخر شعور الفرد بأنه مهان منبوذ وأماله المعقولة صعبة التحقق ( جودت ,سنة 2006,ص19 )

#### أ-الفرضية الجزئية الأولى:

#### مستوى الالتزام عند عمال النظافة منخفض

\_توقع مستوى الالتزام عند عمال النظافة منخفض.

الجدول رقم (08) : يبين نتائج لعينة واحدة للفروق بين متوسط حقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للالتزام .

N	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري N	قيمة T	DF	مستوى الدلالة $\alpha$	درجة المعنوية Sig	دلالة الفروق
33	53.303	6.28234	48.740	32	0.05	0.00	دال

من خلال الجدول (08) نلاحظ ان المتوسط الحسابي بلغ 53.3 والانحراف المعياري 6.28 وقيمة T بلغت 48.74 ودرجة الحرية 32

وقيمة المعنوية 0.00 ومستوى الدلالة 0.05 . وبما ان قيمة المعنوي Sig

أقل من مستوى الدلالة 0.05 فان هذا دال إحصائيا , ومنه نستنتج أن هناك فروق بين متوسط العينة والمتوسط النموذجي . إذن فان ذلك يدل على ان عمال النظافة لديهم مستوى منخفض من الالتزام .

ويفسر هذا بأن النتيجة لم تتحقق لأن عامل النظافة لديه مستوى متوسط في الإلتزام بالرغم من معاناته من الضغوط والآثار المترتبة عن هذا العمل إلا أنهم يقومون بواجباتهم ومسؤولياتهم لأنهم يحسون بأنهم ملزمون بمزاولة عملهم .

الفرضية الجزئية الثانية :

مستوى التحكم عند عمال النظافة منخفض :

- أتوقع مستوى تحكم عند عمال النظافة منخفض

الجدول رقم(09) : يبين نتائج اختبار T لعينة واحدة للفروق بين متوسط

الحقيقي للعينة والمتوسط النموذجي التحكم :

N	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري N	قيمة T	DF	مستوى الدلالة $\alpha$	درجة المعنوية Sig	دلالة الفروق
33	48.2424	8.40398	32.973	32	0.05	0.00	دال

من خلال الجدول (09) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بلغ 48.24 والانحراف المعياري 8.4 وقيمة T بلغت 32.97 ودرجة الحرية 32 وقيمة المعنوية 0.00 ومستوى الدلالة 0.05 وبما أن قيمة المعنوية Sig أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإن هذا دال إحصائياً , ومنه نستنتج أن هناك فروق بين متوسط العينة والمتوسط النموذجي , إذن فإن ذلك يدل على أن لديهم مستوى منخفض من التحكم .

ويفسر هذا إلى تواجد فروق عديدة على الصعيد النفسي و الإجتماعي والثقافي لكل عامل , وهذا ما يجعلهم يواجهون المشكلات التي تصادفهم لأن التحكم يتمثل في قدرة الفرد على توقع حدوث المواقف الصعبة بناء على استقراره للواقع , ووضعها لخطط المناسبة لمواجهة المشكلات وقت حدوثها , باستخدام أساليب معينة والتحكم في انفعالاته والسيطرة على نفسه .

الفرضية الجزئية الثالثة :

مستوى التحدي عند عمال النظافة منخفض

- نتوقع مستوى التحدي عند عمال النظافة منخفض .

الجدول رقم (10) : يبين نتائج لعينة واحدة للفروق بين متوسط حقيقي للعينة والمتوسط النموذجي للتحدي .

N	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري N	قيمة T	DF	مستوى الدلالة $\alpha$	درجة المعنوية Sig	دلالة الفروق
33	51.4242	8.1587	36.208	32	0.05	0.00	دال

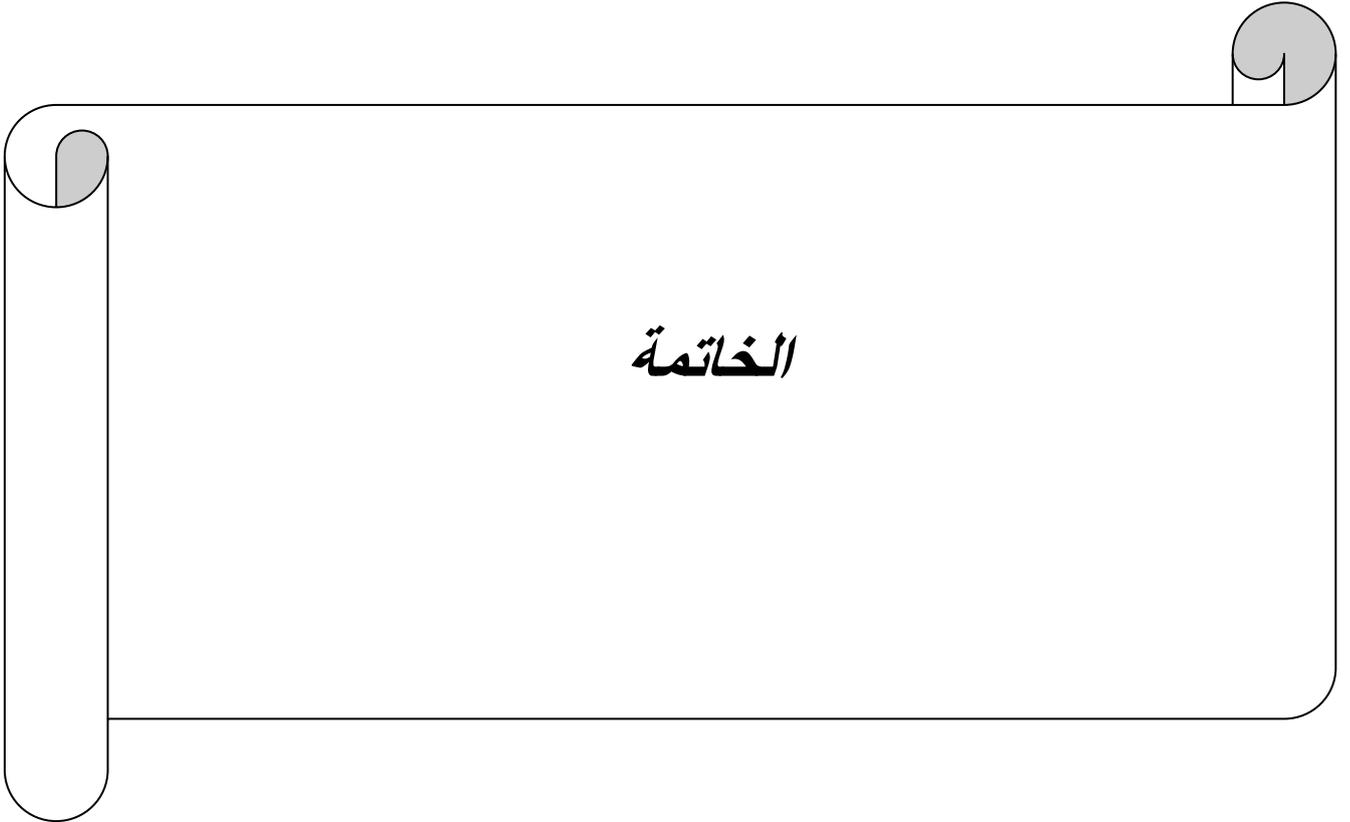
من خلال الجدول (10) نلاحظ أن المتوسط الحسابي بلغ 51.42 والانحراف المعياري 8.15 وقيمة T بلغت 36.20 ودرجة الحرية 32 وقيمة المعنوية 0.00 ومستوى الدلالة 0.05 وبما أن قيمة المعنوية Sig أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإن هذا دال إحصائياً , ومنه نستنتج أن هناك فروق بين متوسط العينة والمتوسط النموذجي , إذن فإن ذلك يدل على أن لديهم مستوى منخفض من التحدي .

إن التحدي يمثل قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها بما فيها من مستجدات باعتبارها أمور طبيعية لا بد من حدوثها للنمو والارتقاء معاً للقدرة على مواجهة المشكلات , وهذه الخاصية تخلق للفرد مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة , أنها نوع من التحدي وليس تهديداً للفرد يرى « feldman »

(1997) أن الصلابة النفسية تعمل كحاجز يحول بين الفرد والإصابة بالأمراض النفسية والجسمية المرتبطة بالضغط , كما يميل للتفاؤل والتعامل المباشر مع مصادر الضغط , لذلك فإنه يستطيع تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً وعليه فإنه يكون أقل عرضة للآثار السلبية المرتبطة.(غازيمي ص264) .

## خلاصة الفصل

خضعت الصلابة النفسية كإحدى السمات الشخصية إلى عدة أبحاث ودراسات هدفت إلى تقصي دور الصلابة النفسية في التكيف مع ضغوط الحياة عامة وضغوط العمل خاصة , والتوافق معها وقد تم التوصل من خلال هذه الدراسة إلى أهمية الصلابة النفسية في مجال الصحة النفسية , وقد أظهرت النتائج ان عينة من عمال النظافة لديهم صلابة نفسية منخفضة .



## الخاتمة :

انطلق هذا البحث من تساؤل حول مستوى الصلابة النفسية لدى عمال النظافة, بالإضافة إلى تساؤلات فرعية حول مستوى كل من الالتزام والتحكم والتحدي لدى عمال النظافة

وفي إطار التحقق من الفرضيات والتي مفادها ان عمال النظافة لديهم مستوى منخفض في كل من الصلابة النفسية والالتزام والتحكم والتحدي , تم إجراء الدراسة على عينة متمثلة في 33 فرد من عمال النظافة , كما تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي عن طريق أداة جمع البيانات والمتمثلة في مقياس الصلابة النفسية .

بعد التحقق من الفرضيات عن طريق أدوات البحث ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج (spss) تم التحقق من صحة الفرضيات التي تم الانطلاق منها :

- لدى عمال النظافة مستوى منخفض من الصلابة النفسية .
  - لدى عمال النظافة مستوى منخفض من الالتزام .
  - لدى عمال النظافة مستوى منخفض من التحكم .
  - لدى عمال النظافة مستوى منخفض من التحدي .
- استناداً لهذه النتائج نلاحظ ان عمال النظافة هم فئة مهمشة ومحتقرة نوعاً من طرف المجتمع ويعانون نفسياً من الضغوط والآثار المترتبة عن عملهم , مما أدى انخفاض مستوى الصلابة النفسية لديهم .

وفي الأخير أمل إجراء دراسات مستقبلية عن عمال النظافة تهدف إلى توعية وإرشاد المجتمع حول هذه الفئة من العمال. وكذلك المساعدة في تحسين نوعية وجودة حياتهم .



قائمة المصادر والمراجع

## قائمة المراجع والمصادر :

### المراجع العربية :

أبو الفتوح , نهى عبد الرحمان , (2014), الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة , **المجلة المصرية للدراسات النفسية** , كلية التربية , جامعة حلوان.

أحلام , جديد والساسي , الشايب محمد , (2018), علاقة الصلابة النفسية بالدافعية للتعلم , **مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية**.

إسماعيل , هبة حسين والرشيدي , عمخوج حمدان , (2020) , علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة , **المجلة المصرية للدراسات النفسية**.

البيرقدار , تنهيد عادل فاضل , (2011), الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية , **مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية** , كلية التربية , جامعة الموصل.

الشوا أحمد , (2016), الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالضغوط النفسية التي يعانيها أفراد المؤسسة الأمنية , **الجامعة الفلسطينية** , **مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)** , أريحا , فلسطين.

الطاهر , طاهر محمد , (2016), الصلابة النفسية , **مجلة دلتا للعلوم والتكنولوجيا** , جامعة الإمام مهدي .

العازمي , عائشة عبيد الله مبارك قويضي , (2022), المرونة النفسي وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى المراهقين , **مجلة كلية التربية** , جامعة عين سمش.

العبدلي , خالد محمد بن عبد الله . (2012) . **الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية دراسيا والعاديين بمكة المكرمة** . متطلب تكميلي للحصول على درجة الماجستير في علم النفس , كلية التربية , جامعة أم القرى .

العديني, ماجدة محمد مرشد. (2018). الصلابة النفسية والرفاهية لدى طلاب جامعة القصيم في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة العلوم التربوية, مجلة عدن.

القاضي, عدنان. (2022). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من مرضى السرطان في محافظة تعز, مجلة جامعة النجاح للأبحاث.

الناشري, منال حسين محمد, (2019), قوة الأنا وعلاقتها باتخاذ القرار لدى طالبات مرحلة الثانوي في محافظة القنفذة. مجلة البحث العلمي في التربية, كلية التربية, جامعة الباحة.

آيت منصور كمال (2003), منهجية إعداد بحث علمي, دار الهدى.

إيمان, (2011), صحيفة الفجر.

إيمان بن مرابط, (2012), التمثلات الاجتماعية لظروف العمل لدى عمال النظافة مجلة دراسات وأبحاث, جامعة لمين دباغين, سطيف2.

حسين, هيام بشير, (2017), الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات, المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال, كلية الآداب, جامعة المنصورة.

خيرة, شويطر والزقاوي, نادية أيوب مصطفى, (2015), الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران, مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية, جامعة وهران (الجزائر).

ذوقان عبيدات, عدس عبد الرحمان, كايد عبد الحق, (1998), البحث العلمي مفهومه أدواته وأساسياته, دار الفكر.

رضواني, خيارى وطعبلى, محمد الطاهر, (2020), الكفاءة الذاتية و

علاقتها بالتوافق لدى تلاميذ الثالثة ثانوي, مجلة العلوم النفسية والتربوية, جامعة الجزائر 2.

زواهرة, محمد الطاهر, (2020), العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية, كلية التربية, جامعة حائل, المملكة العربية السعودية.

زهرة بن عامر ,حسين غريب,(2020),واقع عمال النظافة وعلاقته بالدعم الاجتماعي والرضا الوظيفي, مجلة دراسات إنسانية واجتماعية ,جامعة الجلفة,جامعة عنابة .

شند, سميرة محمد وإبراهيم ,هبة سامي محمود والسعدي,مل عبد الله سعيد,(2015), الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية ,مجلو الإرشاد النفسي ,كلية التربية.

شويطر,خيرة,(2017), استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الأمهات على ضوء متغيري الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية, أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم التربية ,كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ,جامعة وهران2.

عبد الصلاح,أميرة أحمد ,(2019), المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من مريضات سرطان الثدي في محافظة رام الله والبيرة ,رسالة مقدمة إكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي ,جامعة القدس المفتوحة(فلسطين).

فهمي, مصطفى . (1978) . التكيف النفسي .

كليفج , عفاف علي .(2019),الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالتعليم المنظم ذاتيا لدى الطالبات الموهوبات والعاديات بمنطقة الباحة. كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم .إدارة البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية).

محمد,نبال عباس الحاج.(2020), الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفائل لدى المراهقين اللبنانيين .المجلة العربية ,كلية الآداب والعلوم الإنسانية في الجامعة اللبنانية, بيروت.

مريم ,عيسات وبديعة, آيت مجبر واكلي , (2020). استراتيجيات مواجهة الضغوط وعلاقتها بالصلابة النفسية .مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية , جامعة محمد أمين دباغين سطيف 2.

ميدون,مباركة وأبي مولود ,عبد الفتاح (2014).الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى عينة من تلاميذ مرحلة المتوسط, مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح,ورقلة (الجزائر).

يوسفي,حدة ,(2013), الصلابة النفسية ودورها الوقائي من الضغوط النفسية .مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية , جامعة باتنة.

قائمة المراجع الأجنبية :

Batrone ,PT & Robert,FP ,(2001) ,sex différence in Hardiness amonge West point cadets, **United states Military Academy** . West Point , New York 1996 USA.

Fortin ,CL, (2021) ,**Essai randomié contrôlé Destine a' Mesurer les effets d'une intervention Basée sur l' approche D'acceptation et D'engagement sur la flexibilité Psychologique** essai présenté Comme exigence partielle De Doctorat en Psychologie , Université du Québec à Montréal.

Judkinds ,JL & Brain , AM & Tyler ,CO ,(2022) .**Psychological Hardiness** , department of Psychologie , université of Texas,at San .

Kalantar ,JA & al ,(2013) ,affect of Psychological Hardiness Trainingonmental Heath of Surdents , **International Journal of Académie Recherche in business Social Sciences** .

Rasool ,RA .(2020), Psychological Hardiness amonge Undergraduate Students. **International Journal of Social Relevance & Concerne** ,



الجنس

valide	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage Valide	Pourcentage Cumulé
بطل	26	78.8	78.8	78.8
متوسط	7	21.2	21.2	100
Total	33	100	100	

المستوى

valide	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage Valide	Pourcentage Cumulé
ضعيف	14	42.4	42.4	42.4
تحت المتوسط	19	57.6	57.6	100
Total	33	100	100	

## الملاحق

### المدة

Valide	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage Valide	Pourcentage Cumulé
10-1 سنة	27	81.8	81.8	81.8
20-11 سنة	4	12.1	12.1	93.9
30-21 سنة	2	6.1	6.1	100.0
Total	33	100.	100	

### المستوى التعليمي

valide	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage Valide	Pourcentage Cumulé
أمي	7	21.2	21.2	21.2
ابتدائي	6	18.2	18.2	39.4
متوسط	4	12.1	12.1	51.5
ثانوي	11	33.3	33.3	84.8
جامعي	5	15.2	15.2	100
Total	33	100.	100	

الحالة الاجتماعية

valide	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage Valide	Pourcentage Cumulé
أعزب	2	6.1	6.1	39.4
متزوج	16	48.5	48.5	87.9
مطلق	13	39.4	39.4	93.9
أرمل	2	6.1	6.1	100.0
Total	33	100.	100	

Statistique de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
908	48

Statistique sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne error standard
المتغير	33	152.9697	20.87835	3.63445

### Test sur échantillon unique

	Valeur de test=0					
	t	ddl	Sig(bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95%	
					Intérieur	Supérieur
المتغير	42.089	32	000	152.9697	145.5666	160.3728

### Statistique sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne error standard
التزام	33	53.3030	6.28234	1.09362
التحكم	33	48.2424	8.40389	1.46295
التحدي	33	51.4242	8.15870	1.42025

### Test sur échantillon unique

	Valeur de test=0					
	t	ddl	Sig(bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95%	
					Intérieur	Supérieur
التزام	48.740	32	000	53.3030	51.0754	55.5307
التحكم	32.976	32	000	48.2424	45.2626	51.2223
التحدي	36.208	32	000	51.4242	48.5313	54.3172

مقياس الصلابة النفسية :

تعليمات :

فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك , وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة, اقرأ كل عبارة وأجب عنها بوضع العلامة \* في الخانة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا وذلك حسب انطباق العبارة عليك .

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي				
2-أأخذ قراراتي بنفسى ولا تملى عليا من مصدر خارجى				
3-أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها				
4-قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه				
5-عندما أضغ خطي مستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها				
6-أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها				
7-معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة				
8-نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس الصدفة والحظ				
9-لدي حب الاستطلاع ورغبة في معرفة المزيد				
10-أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله				
11-أعتقد أن الحياة عمل وكفاح وليست حظا وفرصا				
12-أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها				
13-لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها				
14-أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته				
15-لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني				
16-لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها				
17-أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هم نتيجة تخطيطي				
18-عندما تواجهني مشكلة أتحداه بكل قواي وقدراتي				
19-أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي				
20-أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح				
21-أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات				
22-أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة				
23-أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي				
24-عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل المشكلة				
25-أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد				

## الملاحق

				26-أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي
				27-أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على حلها
				28-اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي
				29-أعتقد أن العمل السيئ وغير ناجح يعود إلى سوء التخطيط
				30-لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي
				31-أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي
				32-أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي
				33-أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها
				34-أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث
				35-أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم
				36-أن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي
				37-أن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها
				38- أن النجاح الذي أحققه بجهدني هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة .
				39-أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحدي هي حياة مملة
				40-أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر إلى مساعدتهم
				41-أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث
				42-أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية
				43-أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن لي
				44-أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية
				45-إن التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح
				46-أبقى ثابتا على مبادئ وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف
				47-أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث
				48-أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث