

جامعة قاصدي مرباح ورقلة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم: علم النفس وعلوم التربية



مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي

الميدان: العلوم الاجتماعية

الشعبة: علم النفس

التخصص:

علم النفس عمل وتنظيم وتسير الموارد بشرية

من إعداد الطالبتين: صالحى ريان

قاسمي جهينة

بعنوان

الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بالمؤسسات التعليمية الابتدائية  
دراسة على عينة من الأمهات العاملات بمدينة ورقلة

إمام اللجنة المكونة من السادة

الجامعة	الصفة	الرتبة	أعضاء اللجنة
جامعة ورقلة	رئيسا	أستاذ التعليم العلي	د/بن الزين نبيلة
جامعة ورقلة	مشرفا ومقررا	أستاذ التعليم العلي	د/مزياني الوناس
جامعة ورقلة	مناقشا	أستاذ محاضر ب	د/تخة خديجة

السنة الجامعية 2025/2024

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى نَبِيِّكَ مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ



## شكروعرفان

أُتقدم بخالص الشكر وعظيم الامتنان إلى أستاذي الفاضل  
مزياني المشرف  
الوناس  
على هذا العمل، لما قدّمه لي من دعم علمي وتوجيهات سديدة، ولما أبداه من صبر  
وتفانٍ في المتابعة والتصحيح، فكان نعم الموجه والناصح طوال مراحل إعداد هذه  
المذكرة، فله مني كل الاحترام والتقدير.

كما لا يفوتني أن أتوجه بجزيل الشكر والعرفان إلى جامعتي الموقرة قاصدي مرباح  
ورقلة وخاصة التي وفّرت لي بيئة أكاديمية محفزة ومناخًا علميًا مثاليًا، أتاح لي  
فرصة البحث والتعلّم والتطور. كما أخص بالشكر كافة أساتذتي الكرام في قسم [علم  
النفوس عمل وتنظيم وتسيير الموارد البشرية]، الذين كان لهم بالغ الأثر في سقل معارفي  
وتوسيع آفاقي العلمية.

فلنكم جميعًا مني أصدق عبارات الشكر والتقدير، وجزاكم الله عني كل خير

فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ .

## إهداء

بعد سنوات الكد والجهد والاجتهاد احمد الله الذي وفقني لإنجاز هذا العمل المتواضع الذي أهديه إلى تيجان رأسي ومن رافقتني دعواتهم وحممتني من كل شر ومن كان لهم الفضل في تمهيد الحياة الصعبة اللذان أرجو أن يوفقني الله إلى رد جميلهما ولو بالقليل  
(أمي، أبي، حفظكما الله ورعاكما)

إلى من كانوا السند والعزوة والظهر وضلعي الثابت (شراف، طاهر، عبد المجيد واخ لم تلده أمي إبراهيم... لا أراني الله فيكم سوء)

إلى قطع من قلبي وصديقاتي وسر ضحكاتي ومن أقاسمهم الفرحة والدمعة حياتي (صفاء، رباب، ريحان دمتم لي شيء جميل لا ينتهي)

والى عصفير حياتي (سلسبيل فداء سيرين جوري وعبد الجليل حرسكم الله بعينه التي لاتنام)

وإلى كل من كان له الفضل في انجاح هذا العمل شكرا لكم وهذا العمل مهدي لكم.

إريان



فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ .



## اهداء



بعد سنوات الكد والجد والاجتهاد احمد الله الذي وفقني لإنجاز هذا العمل المتواضع الذي أهديته إلى تيجان رأسي ومن رافقتني دعواتهم وحممتني من كل شر ومن كان لهم الفضل في تمهيد الحياة الصعبة اللذان أرجو أن يوفقني الله إلى رد جميلهما ولو بالقليل (أمي، أبي، حفظكما الله ورعاكما) إلى من كانوا السند والعزوة والصهر وضلعي الثابت (سفيان، فاروق، زياد، ايوب، واخ لمر تلده أمي حسام ... لا أراي الله فيكم سوء) إلى أمي الثانية وروح روجي ومن شاركتها فرحتي ودمعتي وكل همومي (اختي الكبرى سامية أرجو أن تفخري بي اكثر من اي وقت مضى)

إلى قطع من قلبي وصديقاتي وسر ضحكاتي حبياتي (هاجر، عليا، ابتهاج)

ولك يارقيقة الأيام الصعبة وانيسة الروح (سمر منال)

والى عصافير حياتي (فرحتي الأولى براء والحنون أنس ومدللي مهدي وإلى قطعة من أخي لمر تأتي بعد إلا انه

احتل مكانة في قلبي واحببته مهما كان جنسه حرسكم الله بعينه التي لاتنام)

ولك يامن تعرف نفسك جيدا وتعرف مكاتتك عندي وتعلم بكل ما تكبذته من عناء ولايكفيني إهداء وشكر

لأوفي ريع ما قمت به لأجاي

وإلى إخوتنا في فلسطين أرجو ان يكون طلبنا للعلم نصرة لكم لأن العدو يخشى أن يجدنا في منابر العلم تماما

حيث يحدر هذا العمل من القلب لكم



اجهينته



صفحة	العناوين
	شكر و عرفان
	الأهداء
	ملخص دراسة
	فهرس المحتويات
	فهرس الجدول
أ-ب	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الاول: إطار العام للدراسة</b>	
15	مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
16	فرضيات الدراسة
16	أهداف الدراسة
17	أهمية الدراسة
17	تحديد المفاهيم الإجرائية
<b>الفصل الثاني: الدراسات السابقة</b>	
19	تمهيد
20	الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية
23	التعقيب على الدراسات السابقة
24	خلاصة
<b>الفصل الثالث: الصلابة النفسية والأم العاملة</b>	
27	تمهيد
28	نشأ الصلابة النفسية
28	مفهوم الصلابة النفسية
29	تظريات الصلابة النفسية
33	أهمية الصلابة النفسية

33	أبعاد الصلابة النفسية
36	خصائص الصلابة النفسية
39	خلاصة
<b>ثانيا: الأم العاملة</b>	
41	تمهيد
42	مفهوم الأم العاملة
42	دوافع خروج الأم العاملة
43	أثر عمل الأم العاملة وانعكاساتها
44	الصعوبات التي تواجهها الأم العاملة
45	الحلول للصعوبات التي تواجه الأم العاملة
46	خلاصة
<b>الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية</b>	
49	تمهيد
50	منهج الدراسة
50	ميدان الدراسة
52	الدراسة الاستطلاعية
52	عينة الدراسة الاستطلاعية
52	أهداف الدراسة الأساسية
52	الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
56	الدراسة الأساسية
57	عينة الدراسة الأساسية
59	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
<b>الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج</b>	
62	تمهيد
62	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى
63	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية
64	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة
65	عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة
69	الاستنتاج العام

69	الاقتراحات والتوصيات
72	قائمة المراجع
78	قائمة الملاحق

### فهرس الجدول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
53	يوضح نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الصلابة النفسية	1
54	يوضح ثبات مقياس الصلابة النفسية باستخدام معامل ألفا كرونباخ	2
55	يوضح مقياس ثبات التجزئية النصفية	3
57	بين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المتغيرات الأقدمية, السن . عدد الاولاد	4
62	يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الدراسة	5
-62	يمثل نتائج التباين الاحادي ANOUV لدراسة الفروق الصلابة النفسية حسب	6
63	متغير الأقدمية	
64	يمثل نتائج التباين الاحادي ANOUV لدراسة الفروق الصلابة النفسية حسب	7
	متغير السن	
65	يمثل نتائج التباين الاحادي ANOUV لدراسة الفروق الصلابة النفسية حسب	8
	متغير عدد الاولاد تحت كفالة	

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بمدينة ورقلة وايضاً إلى تحديد الفروق في متغير الدراسة بين المجموعات ( السن ، الأقدمية ، عدد الأولاد ) وأجريت الدراسة على عينة قوامها (100) أم عاملة حيث تم استخدام المنهج الوصفي والإعتماد على مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد مخيمر (2002) وتمت معالجة البيانات إحصائياً إعتماًداً على برنامج SPSS وقد أسفرت النتائج الدراسة على أن مستوى الصلابة النفسية للامهات المعلمات مرتفع.

\_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية للامهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير الأقدمية

\_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية للامهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير السن

\_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية للامهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير عدد الأولاد

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية , الأم العاملة .

**Abstract :**

*This study aimed to reveal the level of psychological hardness among working mothers in Warqla and also to determine the differences between the study variable according to the intermediate variables (age, seniority, and number of children). The study was conducted on a sample of (100) working mothers, where the descriptive method was used and the reliance on the psychological hardness scale of Imad Mohammed Camper (2002) and the data was processed statistically based on the SPSS program. And may. The initial results of the study showed that the level of psychological hardness was high*

*- The level of psychological rigidity is high among mother teachers. Absence of statistically significant differences attributable to the age variable .*

*- Absence of statistically significant differences attributable to the seniority variable.*

*-The absence of statistically significant differences attributable to the variable unnumber of children.*

**Keywords,** psychological hardness.the working mother

# مقدمة

### مقدمة

أنعم الله على الإنسان نعماً كثيرة لا يستطيع حصرها مهما حاول، ومن هذه النعم نعمة الصحة والعافية، ولا شك أن صحة النفس لا تقل أهمية عن صحة الجسد أو العقل ولكن في ظل التطورات والتغيرات التي يعيشها الإنسان في مختلف مجالات الحياة وما يواجهه من مشكلات وضغوط مختلفة أثر ذلك على طبيعته وحياته الهادئة فالحياة من حولنا مليئة بالمشكلات والضغوط النفسية والأزمات وغيرها التي تؤثر على حياة الإنسان ولا يوجد فرد تخلو حياته من الاضطرابات.

حيث يعتبر الضغوط النفسية والاجتماعية سمةً من سمات الحياة المعاصرة، حيث يواجه الأفراد يومياً تحديات متعددة في مختلف جوانب حياتهم الشخصية والمهنية. وفي ظل هذه الضغوط، برزت الحاجة إلى البحث في الخصائص النفسية التي تساعد الإنسان على التكيف مع هذه التحديات والنجاح في مواجهتها، ومن بين هذه الخصائص تبرز الصلابة النفسية كعامل مهم يسهم في تحقيق التوازن النفسي والاستقرار الداخلي.

لقد حظيت الصلابة النفسية باهتمام كبير من قبل الباحثين في مجالات علم النفس، حيث تشير إلى قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع المواقف الصعبة، والحفاظ على الدافعية والأمل، واتخاذ التحديات فرصاً للنمو والتطور، بدلاً من الاستسلام والإحباط. وتزداد أهمية هذه السمة النفسية في حياة الأفراد الذين يتحملون مسؤوليات مزدوجة، مثل النساء العاملات، وخاصة الأمهات منهن، اللواتي يجمعن بين أعباء العمل ومسؤوليات الأسرة .

وتعد الأمهات العاملات في مجال التعليم، وخصوصاً في مرحلة التعليم الابتدائي، من الفئات التي تتعرض لضغوط نفسية متزايدة، نظراً لطبيعة عملهن الذي يتطلب جهداً نفسياً ووجدانياً كبيراً في التعامل مع الأطفال، إلى جانب دورهن المحوري في تربية ورعاية أسرهن. ومن هنا تبرز الحاجة إلى دراسة الصلابة النفسية لدى هذه الفئة، لفهم آليات التكيف التي يعتمدن عليها، وكيفية تعزيز هذه السمة.

وتنقسم هذه الدراسة إلى جانبين، الجانب الأول مخصص للبحث النظري ويتكون من ثلاث الفصول

## 1/الجانب النظري

الفصل الأول: تم تناول فيه مشكلة الدراسة وتساؤلات الدراسة فرضيات والأهداف و الأهمية بالضافة الى التعريف الإجرائي لمتغير الدراسة.

الفصل الثاني:تطرقنا الى الدراسات السابقة والتعقيب عليها

الفصل الثالث: تم التطرق فيه لصلابة النفسية والأم العاملة والمصطلحات ذات الصلة بهما

وأما الجانب الثاني من الدراسة هو البحث الميداني الذي يتضمن فصلين:

## 2/الجانب الميداني

الفصل الرابع:يعرض هذا الفصل الإجراءات المنهجية للدراسة، بما في ذلك منهج البحث، والدراسة الاستطلاعية وعينتها، وأدوات البحث وخصائصها السيكمترية ثم تطبيق الدراسة الأساسية وعينتها والأساليب الإحصائية المستخدمة فيها.

الفصل الخامس:تم تخصيص هذا الجزء الأخير لعرض وتحليل نتائج الدراسة، والمناقشة والتفسير من خلال فرضياتها، وأخيرا الاستنتاجات والاقتراحات العامة.

# الجانب النظري

الفصل الاول :إطار العام للدراسة

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

فرضيات الدراسة

أهمية الدراسة

أهداف الدراسة

التعريف الإجرائي

### مشكلة الدراسة:

تعدّ الصحة النفسية من الركائز الأساسية التي تُمكن الفرد من التكيف مع متطلبات الحياة اليومية، وتُساهم في تحقيق التوازن بين الأدوار المختلفة التي يؤديها، خاصةً في ظل التحديات المتزايدة في العصر الحديث. وتُعرف الصحة النفسية بأنها حالة من الرفاهية التي يُدرك فيها الفرد قدراته، ويستطيع التعامل مع ضغوط الحياة العادية، والعمل بكفاءة، والمساهمة في مجتمعه. ومع تزايد الضغوط النفسية الناتجة عن التغيرات الاجتماعية والاقتصادية، أصبحت الأمهات العاملات، وخاصة المعلمات، يواجهن تحديات متعددة تتمثل في التوفيق بين متطلبات العمل والواجبات الأسرية. هذه الضغوط قد تؤثر سلبيًا على صحتهن النفسية، مما يستدعي البحث عن العوامل التي تُساهم في تعزيز قدرتهن على التكيف والتصدي لهذه الضغوط. في هذا السياق.

تبرز الصلابة النفسية كأحد المفاهيم النفسية التي تُشير إلى قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات بطريقة فعّالة، وتُعتبر من العوامل الوقائية التي تُساهم في الحفاظ على الصحة النفسية. وتتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد رئيسية: الالتزام، والتحكم، والتحدى، والتي تُساعد الفرد على تفسير الأحداث الضاغطة بطريقة إيجابية، وتُعزز من قدرته على التكيف. وقد أظهرت دراسات سابقة في الجزائر أهمية الصلابة النفسية في مواجهة الضغوط النفسية لدى الأمهات العاملات. فمثلاً، دراسة شويطر خيرة (2017) بعنوان "قدرة الأثر التفاعلي لكل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ باستراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى الأمهات العاملات بالتعليم بوهران"، أوضحت أن هناك تفاعلاً بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ باستراتيجيات التعامل مع الضغوط، خاصة في بعد حل المشكلات. وبالنظر إلى ولاية ورقلة، والتي تُعدّ من الولايات الجزائرية التي تشهد تطوراً في القطاع التعليمي، فإن الأمهات العاملات يواجهن تحديات خاصة تتعلق بظروف العمل والبيئة الاجتماعية. لذا، فإن دراسة الصلابة النفسية لدى هذه الفئة تُعدّ ذات أهمية لفهم كيفية تعاملهن مع الضغوط النفسية، وتقديم توصيات لتعزيز صحتهن النفسية.

ولقد جاءت هذه الدراسة لتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائي بورقلة ولذلك فإن مشكلة الدراسة تتمحور في التساؤلات التالية:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائي بولاية ورقلة؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة تعزى إلى متغير الإقداامية؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة تعزى إلى متغير السن؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة حسب عدد الأولاد تحت الكفالة؟

### 2/الفرضيات:

ومن خلال التساؤلات السابقة,فاننا نقوم بصياغة فرضيات الدراسة والتي هي عبارة عن إجابات مؤقتة وهي كالتالي:

مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلةمرتفع

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة تعزى إلى متغير الإقداامية

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة حسب متغير السن

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة حسب عدد الأولاد تحت كفالة

### 4/أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى مايلي:

\*معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة.

\*التحقق من إمكانية وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات في التعليم الابتدائي تعزى بمتغير السن.

\* التحقق من إمكانية وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات في التعليم الابتدائي بولاية ورقلة تعزى إلى متغير الإقداامية

\*التحقق من إمكانية وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات في التعليم الابتدائي بورقلة حسب عدد الأولاد تحت كفالة.

### 5/أهمية الدراسة:

نبح أهمية هذه الدراسة من الدور الحيوي الذي تلعبه الأمهات العاملات، لا سيما الملمات في مرحلة التعليم الابتدائي، حيث يجمعن بين مسؤولياتهن المهنية والتربوية داخل المدرسة، وبين أدوارهن الأسرية كأمهات، الأمر الذي يجعلهن عرضة لضغوط نفسية متزايدة قد تؤثر على أدائهن الوظيفي واستقرارهن النفسي. وتعد الصلابة النفسية من السمات الأساسية التي تساعد الفرد على مواجهة هذه التحديات والضغوط الحياتية بطريقة فعالة ومنتزنة. ومن هنا، فإن دراسة الصلابة النفسية لدى هذه الفئة تسهم في

- 1فهم مدى قدرتهم على التكيف مع الضغوط المرتبطة بالدورين الأسري والمهني.
- 2الكشف عن الاحتياجات النفسية الخاصة بهذه الفئة، ما يسهم في وضع خطط دعم مناسبة.
- 3تقديم توصيات عملية يمكن أن تسهم في تعزيز الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات، من خلال البرامج الإرشادية والتدريبية.
- 4المساهمة في تطوير بيئة العمل التعليمية من خلال الاهتمام بالجانب النفسي للملمات، مما ينعكس إيجاباً على جودة التعليم.

### 3/تحديد المفاهيم الإجرائية:

الصلابة النفسية:هي قدرة الأمهات الملمات على مواجهة تحديات وضروف العمل والحياة الخاصة معاً؛ والموازنة بينهما ومحاولة التعامل مع ضغوطات وصدمات الحياة ومشاكلها والتي من بينها الإلتزام بمهام العمل والتحكم في الإنشغالات الحياتية .

الصلابة النفسية إجرائيا : هي الدرجة التي تتحصل عليها الام المعلمة من خلال تطبيق مقياس الصلابة النفسية ل عماد مخيمر.2002"

**الأم العاملة :** نقصد بالأم العاملة في هذه الدراسة، الأم التي تكون لها مسؤولية مزدوجة أي إضافة إلى دورها الرئيسي كأم و ربة بيت تقوم بعمل خارج المنزل، في مؤسسة تربية... الخ، مقابل أجر ما، تسعى من خلاله لتحقيق مجموعة من الأهداف كالرفع من المستوى المعيشي لأسرتها.

الفصل الثاني : الدراسات السابقة

تمهيد

الدراسات السابقة الخاصة بالصلابة  
النفسية

التعقيب على الدراسات السابقة

خلاصة

تمهيد

الدراسات السابقة هي جزء أساسي من أي بحث علمي حيث تُعتبر مراجعة للأعمال والابحاث التي سبقت الدراسة الحالية في مجال معين تلعب هذه الدراسات دورا محوريا في فهم التطورات العلمية السابقة وتحديد الفجوات المعرفية التي تمكن للبحث الحالي أن يسدها من خلال مراجعة الأدبيات السابقة يمكن للباحثين بناء أساس نظري قوي وتجنب تكرار الجهود البحثية ولاستفاد من النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة .

## 1/الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية

دراسة (د.فائقة محمد بدر 2008) بعنوان "علاقة الخبرات الانفعالية بمواقف الغضب بالصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة" هدفت الدراسة على الكشف عن العلاقة بين الخبرات الانفعالية بمواقف الغضب بالصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة , والكشف عن علاقة بين السن ودرجة الصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة , حيث تكونت عينة الدراسة (80) معلمة. واستخدم مقياس الصلابة النفسية ل عماد مخيمر (2002) ومقياس الخبرات الشخصية المرتبطة بوصف انفعال الغضب وهو من إعداد حسن مصطفى على عبد السلام عام, كأداة للدراسة

دراسة (خيرة شويطر, نادية يوب مصطفى الزقاي) (2015) بعنوان الصلابة النفسية لدى الامهات

العاملات بقطاع التربية بواهران هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التربية بواهران, استخدمت الدراسة منهجين السيكومرتري ومنهج الوصفي كمنهج لدراسة تكونت العينة (200) أم عاملة تم إختيارها بشكل قصدي, واعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الصلابة النفسية ل مخيمر (2002), وقننه معمريه بشير على البينة الجزائرية اكدت دراستها ان مستوى مرتفع.

دراسة 2016 (نادية دربالي) بعنوان الصلابة النفسية لدى المرأة العاملة المتزوجة هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن مستويات الصلابة النفسية وذلك بأبعادها الثلاثة " التحكم، الالتزام، التحدي " بتطبيق مقياس الصلابة النفسية، والتعرف على الإستراتيجيات التي تستخدمها المرأة العاملة المتزوجة واعتمدت في دراستها على المنهج العيادي واستخدمت تقنيات المتمثلة في المقابلة النصف موجهة ومقياس الصلابة النفسية., كما بينت النتائج ان المرأة العاملة المتزوجة تتمتع بالصلابة النفسية.

دراسة (يوسف بن سيف الرجيبى ومحمد عبدالحميد الشيخ حمود 2018) بعنوان الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية

هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية , حث تكونت عينة الدراسة من 178

معلمين الذكور، 128 ملومات الاناث قد ا ختريت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية ،و استخدام المنهج الوصفي الارتباطي كمنهج لدراسة ،. أسفرت الدراسة على أن مستوى الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة بالنسبة للمجموع الكلي للمقياس كان عاليا.

دراسة ( حبيبة شطي) 2019 بعنوان الصلابة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة، وكذا معرفة علاقة مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة بكل من الجنس والتخصص والمؤهل العلمي والأقدمية، حيث تكونت عينة الدراسة (99) أستاذ منهم (24) ذكور (75) أناثا، واعتمدت في دراستها على المنهج الوصفي للدراسة ، واستخدمت مقياس كوبازا 1982 وتعديل مخيمر 2002، كأداة للدراسة، وقد أظهرت نتائج الدراسة على أن مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة مرتفع.

دراسة ( د. مسعودة بن السائح) 2019 بعنوان الصلابة النفسية لدى العاملات بمدرسة المعاقين مسعيا بالأغواط هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من العاملات بمدرسة المعاقين مسعيا بالأغواط ، وكذلك معرفة الفروق في الصلابة النفسية حسب متغيري العمر والحالة الاجتماعية، وتم استخدام المنهج الوصفي كما طبق مقياس الصلابة النفسية لنجار تكونت عينة الدراسة ( 62) عاملة وأظهرت النتائج مستوى متوسط من الصلابة النفسية، كما بينت النتائج عدم وجود فروق بين العاملات بمدرسة المعاقين مسعيا في الصلابة النفسية حسب متغيري العمر والحالة الاجتماعية.

دراسة (زينب زيد الخير 2021) بعنوان الذكاء العاطفي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الأمهات

العاملات بمدينة الأغواط هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء العاطفي والصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بمدينة الأغواط ، وأيضا إلى تحديد الفروق في متغيري الدراسة حسب المتغيرات الوسيطة: الشخصية و الاجتماعية والمهنية للأم العاملة (السن، عدد الأولاد، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات الزواج، الخبرة، السكن) حيث تكونت عينة الدراسة (903) أما عاملة، وتم استخدام مقياس الذكاء العاطفي ل "quot; خربية"quot;، و لصلابة النفسية"quot;، مخيمر"quot;، كأداة للدراسة واعتمدت على المنهج الوصفي كمنهج لدراسة.

دراسة (دراوي توبة, بن الزائر مائسة ) ( 2022 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى النساء العاملات هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي في ضوء ثالث متغيرات متعلقة بالنساء العاملات وهي (المستوى التعليمي، مدة الزواج، عدد الاولاد)،وقد شملت عينة الدراسة من 150 امرأة متزوجة عاملة في مختلف القطاعات قطاع التعليم، قطاع الصحة، قطاع الخاص, واستخدمت المنهج الوصفي الارتباطي الفارقي كمنهج لدراسة واستعانة بمقياس التوافق الزوجي للعادلي 2012 والمتكون من 35 بند، ومقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر 2007 والمتكون من 48 بند،أهم النتائج التي توصلت اليه البحث تتمتع النساء العاملات بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية.

دراسة(زينب محمد الكويز2022) بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بضعوط الحياة لدى المرأة العاملة بكلية الآداب زليتن هدفت هذه الدراسة على مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة العاملة المتزوجة في كلية الآداب بزليتن، والتعرف على مستوى ضغوط الحياة لديها، كذلك معرفة الفروق في مستوى الصلابة النفسية، ومعرفة الفروق في مستوى ضغوط الحياة لديها حسب متغيرات المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، وتم لتحقيق ذلك استخدام المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الاستبانة كأداة لجمع البيانات، وتكون مجتمع البحث من (60) عضوا من أعضاء هيئة التدريس، واختيرت العينة بطريقة قصدية شملت المجتمع بالكامل، لصغر حجمه، وتوصل البحث إلى نتائج أهمها: أن مستوى الصلابة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية الآداب كان مرتفعا، بينما كان مستوى ضغوط الحياة لديهم منخفضا، كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية وفقا لمتغيري المؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ضغوط الحياة لمتغيري المؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، وفي ضوء النتائج السابقة توصى الباحثة بزيادة رفع الثقة للمرأة العاملة بنفسها

ومساندتها من خلال فتح مراكز للدعم النفسي لمواجهة الصعوبات والمشاكل التي قد تقابلها في مسيرة حياتها.

## 2/التعقيب على دراسات السابقة

\*من حيث الاهداف: اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث الاهداف في الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الامهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائي , مثل دراسة خيرة شويطر , نادية يوب بمصطفى الزقاي, (2015) و(فائقة محمد بدر) 2008 واختلفت مع دراسة كل من (دراوي توبة, بن الزائر مائسة) 2022 و(زينب زيد الخير 2021))

\*من حيث العينة: اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث العينة حيث ان الدراسات السابقة كنت معظم عيناتهم حول الأم العاملة مثل دراسة(خيرة شويطر , نادية يوب بمصطفى الزقاي 2015) و( زينب محمد الكويز 2022) ام الدراسة الحالية فكانت حول الأم المعلمة

\*من حيث الأداة: تشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام مقياس الصلابة النفسية ل عماد مخيمر 2002 مثل دراسة (دراوي توبة , بن الزائد مائسة (2022)نادية دربالي ) بينما اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة التي اعتمدت على مقياس اخرى( مسعود بن السائح 2019)

\*من حيث المنهج: تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة (زينب محمد الكويز ) في استخدام المنهج الوصفي واختلفت مع دراسات السابقة مثل دراسة (دراوي توبة , بن الزائد مائسة) 2022 و (يوسف بن سيف الرجبيي ومحمد عبدالحميد الشيخ حمود 2018)

\*من حيث المتغيرات تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث متغير الاقدمية كدراسة(زينب محمد الكويز) 2022 ودراسة (حببية شطي) 2019 ومن حيث متغير السن تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة (مسعود بن السائح) ودراسة (زينب زيد الخير) ومن حيث الاولاد اتفقت مع دراسة (دراوي توبة , بن الزائد مائسة )

## خلاصة

إن النظرة الشاملة للبحوث والدراسات السابقة مكنت الباحثين من الاطلاع على النقاط التي تم التركيز عليها في هذه الدراسات والمتغيرات التي قامنا بدراستها بالإضافة إلى الأدوات التي استخدمتها، الأمر الذي ساعد في أداة الدراسة المتعلقة بالصلابة النفسية، كما تم الاطلاع على المنهج الذي تم الإعتماد عليه في هذه الدراسات، وكذلك الاطلاع على الفرضيات المستخدمة، وطرائق استخلاص النتائج والأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسات، ومن خلال استعراض النتائج ومناقشتها وتفسيرها في هذه الدراسات تم الاستفادة منها في مناقشة نتائج الدراسة الحالية وتفسيرها.

## الفصل الثالث

### الخلفية النظرية للدراسة

أولا: الصلابة النفسية

تمهيد

نشأة الصلابة النفسية

مفهوم الصلابة النفسية

نظريات الصلابة النفسية

أهمية الصلابة النفسية

أبعاد الصلابة النفسية

خصائص الصلابة النفسية

خلاصة

## تمهيد الفصل:

تُعتبر الصلابة النفسية من المفاهيم الأساسية في علم النفس الإيجابي، حيث تشير إلى قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والتحديات الحياتية، والمحافظة على التوازن النفسي في مواجهة الصعوبات. تُعرّف الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تمكن الإنسان من مواجهة الأزمات والمواقف الصعبة بمرونة وقوة، دون أن يفقد قدرته على الاستمرار والتطور.

## 1/نشأة الصلابة النفسية :

نشأ مفهوم الصلابة النفسية على يد سوزان كوباسا Kobasa أثناء إعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها مادي Maddi بجامعة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية والتي انتهت منها عام 1977. ورغم وجود بدايات مبكرة سبقت كوبازا في الإشارة إلى المتغيرات النفسية التي تخفف من حدة الضغوط، إلا أن رسالتها للدكتوراه وأبحاثها التي تلت ذلك وكذلك أبحاث أستاذها مادي تعد علامة فارقة في تاريخ دراسة الضغوط النفسية؛ فقبل نشر أبحاث كوباسا وأستاذها مادي كانت الأبحاث تهتم فقط بالعلاقة بين الضغوط والأمراض Stress-illness فقد استخدمت معظم الأبحاث مقياس هولمز وراهي Holmes & Rahe لقياس أحداث الحياة الضاغطة ودرسوا العلاقة بين إدراك هذه الأحداث وبين الأعراض المرضية الجسمية والنفسية (قلق، اكتئاب، أمراض سيكوسوماتية.. إلخ). (عماد مخيمر، 2012: 11-12) وكان التساؤل الرئيسي الذي طرحته كوباسا Kobasa لماذا لا يمرض بعض الأفراد رغم تعرضهم لمستويات مرتفعة من الضغوط، بينما يمرض البعض الآخر؟ وأطلقت كوباسا على مجموعة الخصائص التي تميز الأفراد الذين يقاومون ويتحملون الضغوط مصطلح الصلابة النفسية Psychological Hardiness وهو مركب متعدد المكونات موجود لدى كل الناس بدرجات متفاوتة .

(أبو الفتوح ، نهى عبد الرحمن 2014 ص 489)

## 2\_ مفهوم الصلابة النفسية:

### 1-2/التعريف اللغوي للصلابة

تعريف الباحثين تُشتق كلمة الصلابة من الفعل "صَلَبَ"، أي اشتد وثبت وقوي، وهي تدل على القوة والمتانة ومقاومة الانكسار، ويُقال "صلب النفس" أي شديدها وثابتها عند الشدائد. أما النفس فهي الذات وبناءً عليه، فإن الصلابة النفسية لغويًا تعني: قوة النفس . الإنسانية بما تحمله من وجدان وفكر وسلوك وثباتها أمام المحن، وعدم خضوعها بسهولة للانكسار أو الضعف.

### 2-2/التعريف الاصطلاحي للصلابة:

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 إدراكاً غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية، وموضوعية، ومنطقية، ومتعايش معها على نحو إيجابي ومتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام، والتحكم، والتحدي (سالم أحمد علي المشاي 2020 ص 386)

يعرفها محمد بأنها مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية وهي خصال فرعية تضم التزم ، والتحدي ، والتحكم يراها الفرد علي أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش (محمد عودي 2010 ص 65) عرفها مخيمر (1996: 284) بأنها "تمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث يتحمل المسؤولية عنها، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه (أمال حسين محمد 2023 ص 258)

وتعرف الباحثة الصلابة النفسية: أنها إحدى السمات الإيجابية في شخصية الفرد، والتي تتفاعل مع قدراته لمواجهة أحداث الحياة المتغيرة، والتي تسهم في التخفيف من الآثار السلبية على الصحة النفسية، وقدرة الفرد على تبني أهداف تجاه جوانب الحياة المختلفة، والالتزام بها وتحمل المسؤولية نحوها. وإدراك الفرد لأحداث الحياة وتفسيرها تفسيراً واقعياً، وقدرته على السيطرة على أحداث الحياة وتحويلها إلى فرص للتعلم والنمو. (أمال عبد الله السعدي 2015 ص 448)

### 3/نظريات الصلابة النفسية :

من خلال التعاريف السابقة لمفهوم الصلابة النفسية يتضح لنا أنه هناك العديد من المقاربات النظرية المفسرة للصلابة النفسية، تعتمد كل نظرية على العديد من الأسس العلمية، وتعتبر نظرية "كوبازا" من النظريات الأولى التي تناولت الصلابة النفسية. هذا وستنطرق إلى بعض النماذج الأخرى التي فسرت الصلابة النفسية.

أ- نظرية كوبازا: (Kobasa, 1983)

قدمت كوبازا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوماً حديثاً في هذا الجانب واحتمالات الإصابة بالأمراض. واعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية،

**1/الأساس النظري للنظرية:**اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية في اراء بعض العلماء , أمثال (فرانكل, ماسلو ووجرز ) والتي أشارت إلى أنه يوجد هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكانياته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة (العاتي سعاد , 2020 ص 109)

ويعد نموذج لازاروس (Lazarus) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية لأنها ناقشت العلاقة بين بعض السمات الشخصية والضغط. (Kobasa, 1982, 168-177) (Stress) ويعد أنموذج لازاروس (Lazarus) في تفسير الأحداث الضاغطة من أهم النماذج المعرفية، إذ يؤكد أن العمليات المعرفية مثل الإدراك والتفكير والتذكر، ومعنى الحدث لا تؤثر فقط في كيفية تقويم الفرد للحدث، لكنها تؤثر أيضاً في كيفية مواجهة الفرد لهذا الحدث، وأن الذي يحكم في تقدير الفرد وتفسيره للحدث هو التاريخ النفسي للفرد. وذكر لازاروس (Lazarus) أن التقويم المعرفي يمر بمرحلتين: تشير المرحلة الأولى: عملية التقويم الأولي الذي يحدد وجود درجة التهديد الناتج عن المنبه الخارجي، وتشمل المرحلة الثانية: عملية التقويم الثانوي تقويم الفرد لقدراته الخاصة وتحديده لمدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة . وهاتان المرحلتان فيهما عدة عوامل منها (طبيعة المنبه نفسه، خصائص الفرد الشخصية، الخبرة السابقة للمنبه، الذكاء، المستوى الثقافي للفرد، تقويم الفرد لإمكاناته(مهدي عناد العوض 2015 ص32)

## **2/الاساس التجريبي للنظرية:**

ونقلاً عن حراوبية (2005): أنه من بين الدراسات الاستكشافية التي قامت بإجرائها كوبازا عام 1979 والتي هي مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط على عدد من الذكور بلغ عددهم (76) فرداً، حاصلين على مستويات جامعية، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة كانوا أقل مرضاً بالرغم من تعرضهم للضغوط كما اتسموا بالصمود والسيطرة والانجاز والضبط الداخلي اضافة الى أنهم كانوا أكثر مرونة واقتدار ونشاطا واقتحاما، عكس الأشخاص الأقل صلابة كانوا أكثر عجزا ومرضا واعلى في ضبطهم الخارجي. وفي دراسة أخرى لكوبازا عام 1982 رفقة باحثين آخرين، حول الصلابة النفسية بمكوناتها الثلاثة (الالتزام، التحكم والتحدي) أنها تعمل كمتغير

سيكولوجي يقلل من تأثير ووقوع الحدث الضاغط على صحة الفرد النفسية والجسمية، وهذا على عينة قوامها (295) فردا يعملون في مواقع ادارية عليا، لتوصل نتائج الدراسة على أن الصلابة النفسية لا تعمل على التخفيف من وقع الأحداث الضاغطة فحسب بل تمثل مصدر مقاومة و صمود والوقاية من الآثار التي تخلفها الأحداث الضاغطة على صحة الأفراد النفسية والجسمية. وفي دراسة أخرى لكوبازا عام 1982 على فئة المحامين بلغ عددهم 157 محاميا والتي كانت نتائجها مخالفة لدراسات السابقة كونها أكثر إثارة وذلك بعدم وجود ارتباط (0.3) بين إدراك الضغوط وبين المرض الجسمي لدى فئة المحامين وتبرر كوبازا ذلك بأن هذه الفئة (المحامين) لديهم ميل للاعتقاد أن نشاطهم المهني يكون أفضل تحت الضغوط، كما أشارت إلى أن الصلابة النفسية لا تؤثر في كيفية إدراك الأحداث فقط بل تؤثر أيضا في كيفية مواجهتها إضافة إلى أن كل من المساندة الاجتماعية والصلابة يعملان على التخفيف من آثار ووقوع الأحداث الضغوطات(سمير لعربي, 2024, ص 22)

من خلال هذه الدراسات والأبحاث التجريبية التي قامت بها كوبازا (Kobasa et al., 1985) توصلت إلى

أ- أن الصلابة النفسية تعتبر أهم وقاية للمرض من خلال أنها تقدم مناعة وحماية ضد المرض في الحاضر والمستقبل

ب- أنها كشفت عن أحد المصادر الايجابية التي تساعد على تجنب الاصابة بمختلف الاضطرابات النفسية والجسمية .

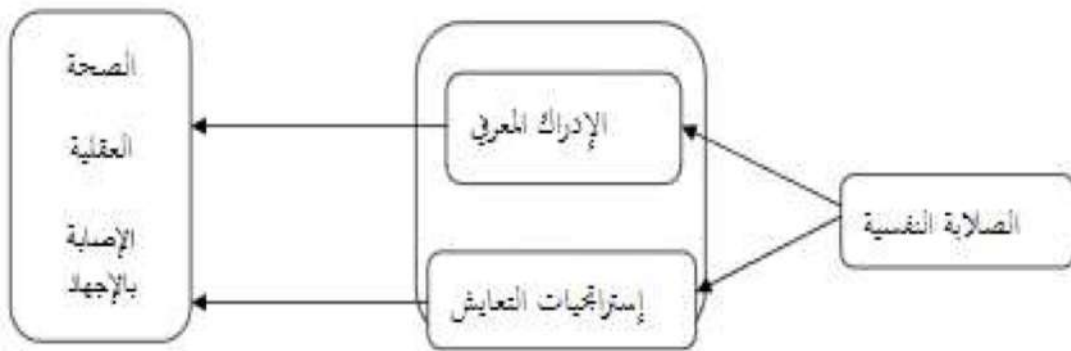
ج- أن هناك مصادر أخرى للمقاومة كالمساندة الاجتماعية والرياضة إلا أن الصلابة النفسية تأثيرها أقوى وهي أفضل المصادر، كما أن الصلابة تعمل على تحويل الضغوطات والأحداث إلى أحداث بنسبة أقل حدوثا وضغطا(Kobasa et al, 1985, p. 525-533) .

د- أن البحث في مجال الضغوط يجب أن لا يقتصر على العلاقة بين الضغوط والأمراض بل يتجاوزها إلى البحث في كيفية تقوية متغير الصلابة النفسية والفاعلية الذاتية، لأن تعرض الأفراد للضغوط أمر حتمي واعتبارها فرصة للنمو النفسي ومدى فاعلية الفرد وقدرته الذاتية على استخدام المصادر النفسية والاجتماعية من أجل إدراكه وتفسيره وفاعليته في مواجهة الحدث الضاغط،.(نفس المرجع ص22)

ب/نموذج فنك Funk المعدل لنظرية كوبازا للصلابة النفسية (١٩٩٢):

ظهر حديثاً في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها، وهذا النموذج قدمه فنك (١٩٩٢) وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها، بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال والصحة العقلية، وذلك على عينة قوامها ١٦٧ جندياً إسرائيلياً، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصلت نتائج دراسة "فنك" إلى ارتباط مكثف بالالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فارتبط الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجيات ضبط الانفعال حيث ارتبط ببعد التحكم إيجابياً بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام استراتيجيات حل المشكلات للتعايش. (عدواني حنان 2024 ص 76)

وقام فنك بإجراء دراسة أخرى في عام (١٩٩٥) تحمل الهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى وعينة من الجنود الإسرائيليين أيضاً، واستخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة 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 الشاقة الحقيقية، وطرق التعايش قبل فترة التدريب، وبعد الانتهاء منها تم التوصل إلى نفس نتائج الدراسة الأولى، ثم طرح "فنك" نموذج المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها كما يوضحه شكل. (د. أحمد سعيد زيدان 2017 ص 54)



يوضح الشكل نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها

( عدواني حنان 2024 ص 77 )

#### 4/ أهمية الصلابة النفسية:

العديد من التفسيرات توضح فيها السبب الذي يجعل الصلابة النفسية (Kobasa 1979 &quot; قدمت

كوبازا

تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ومن بينها:

- الصلابة النفسية تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
- أنها تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة وتساعد على الانتقال من حال إلى حال.
- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
- تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي
- الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية.
- تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة.
- تجعل الفرد أكثر مرونة وتفاوضاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة.
- تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية. ( خالد بن محمد بن عبد الله)

#### 5/ أبعاد الصلابة النفسية :

توصلت كوبازا من خلال دراستها إلى إن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد الالتزام التحدي التحكم. وترى كوبازا أن هذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص النمو الشخصي. كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه احتراق نفسي. ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمر أكثر إيجابية. فالصلابة النفسية بحسب كوبازا مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس.(حرث علي , جراب محمد عرفات2018ص215)

#### **1/الالتزام Commitment**

تعرف كوبازا الالتزام بأنه نوع من التعاقد النفسي بين الفرد ونفسه، يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمة وقراراته والآخرين من حوله.(جديد أحلام 2018ص 789)

هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه والآخرين لتحقيق ما يريده (مخير، ٢٠٠٢، ص ٦)، ويعتبر عنصر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة الضغوطات النفسية، ويعني الالتزام الرغبة في العمل بهمة ونشاط كبيرين مع الإحساس بأهمية وقيمة الأنشطة-وجدواها والتي يؤديها الفرد، والالتزام يتكون من مجموعة أبعاد، حيث يتكون من بعد الالتزام نحو الذات ويقصد به اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين، وبعد الالتزام نحو العمل ويقصد به اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وكفاءته في إنجاز الأعمال الموكلة له وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام، وبعد الالتزام الديني ويقصد به التزام الفرد بعقيدة الإيمان الصحيح، وظهور ذلك في سلوكياته بممارسة ما يأمر به الله وما ينهى عنه، وبعد الالتزام الأخلاقي ويقصد به التزام الفرد بالقيم والأخلاقيات التي ترجع في أصلها إلى الأديان والعقائد، وبعد الالتزام القانوني ويقصد به اعتقاد الفرد بضرورة الانصياع لمجموعة القواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها بواسطة السلطة المختصة لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع (هبة حسين إسماعيل، نشيمة عمهوج حمدان الرشدي 2020 ص476)

#### أ- أنواع الالتزام :

\***الالتزام الشخصي أو النفسي:** أشارت كوبازا ومادي ويكستي (paccitti .kobaza ,madi) أن الالتزام الشخصي أو النفسي يضم كل من:

\***الالتزام اتجاه الذات:** وعرفته بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة وتحديد الاتجاهات الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين.

\***الالتزام اتجاه العمل:** وعرفته على أنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في إنجاز عمله وضرورة تحمله والالتزام بنظامه.

\***الالتزام الأخلاقي:** ويتجلى في تحلي الفرد بصفات خلقية تتناسب وواقع الحياة الاجتماعية التي تحيا في المجتمع كالصدق والأمانة والتسامح

\***الالتزام القانوني:** عرفه عبد الله (1986) بأنه اعتقاد الأفراد بضرورة الانصياع المجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل بتنفيذها جبراً بواسطة السلطة المختصة في حال الخروج عنها أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع.

(بن العربي فاطمة ,عموم رمضان 2021 ص 319-318)

## 2/التحكم Control

ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، وهذا البعد يتكون من 16 عبارة وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسؤوليته الشخصية عما يحدث له.

أشارت إليه كوبازا Kobaza بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها للسيطرة عليها. ويعرفه ويبي بأنه "اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول والتحكم فيها

### 1-أنواع التحكم:

للتحكم أربعة أشكال رئيسة وهي:

\***التحكم في اتخاذ القرار:** وهذا النوع المتصل باتخاذ القرار يحسم طريقة التعامل مع الموقف سواء بتخطيه أو تجنبه أو التعايش معه، ولذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف وظروف حدوث.

\***التحكم المعرفي:** وهو يعد أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية للمشقة، إذا تم على نحو إيجابي، فهو يعتمد على التحكم في استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للحدث الضاغط كالتفكير في الموقف، والنظر له من عدة أبعاد، وإدراكه بطريقة إيجابية ومتفائلة، وتفسيره بطريقة منطقية، وبمعنى آخر يمكن التحكم في الموقف الضاغط باستخدام استراتيجيات عقلية مثل تشتيت الانتباه، أو عمل خطة للتغلب على المشكلة، استخدام كافة المعلومات المتاحة عن الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه.

\* **التحكم السلوكي:** وهو القدرة على المواجهة العالية وبذل الجهد مع الدافعية للإنجاز والتحدي من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديل الموقف أو تخفيفه.

\***التحكم الاسترجاعي:** ويرتبط بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف قابل للتداول والسيطرة، بمعنى نظرة الفرد تحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته، مما قد يؤدي لتخفيف أثر

الحدث الضاغط (د.الطاهر محمد الطاهر 2016ص124,123)

**3/التحدي** عرفت زينب راضي (2008: 30) التحدي بأنه: "قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة باعتبارها أمور طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية، وهذه الخاصية تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المؤلمة وتخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة.(أ.م.د، ونام عليامين معروف 2022ص1507)

**تعريف الباحثين التحدي:** التحدي هو ظرف أو موقف يواجهه الفرد، ويتطلب منه بذل جهد أو اتخاذ خطوات لمواجهته والتغلب عليه. يمكن أن يكون التحدي متعلقًا بمجالات متعددة مثل العمل، الدراسة، الحياة الشخصية، أو حتى التحديات الصحية

العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية للفرد:

\* السمات الشخصية للفرد: الكفاية، الاستقلالية. الذكاء. التقدير العالي للذات.

\* المساندة الاجتماعية: ترابط الأسرة وتماسكها. إحساس الفرد بالدفء.

### 6/ خصائص الصلابة النفسية:

وتنقسم خصائص ذوي الصلابة النفسية إلى قسمين:

أ/خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة

توصلت كوبازا من سلسلة دراستها (1979.1982.1983) (وكذبك "مادي" وآخرون إلى خصائص ذوي الصلابة المرتفعة كما يلي:

توصلت كوبازا من سلسلة دراستها (1979.1982.1983) (وكذبك "مادي"; وآخرون إلى خصائص

ذوي الصلابة المرتفعة كما يلي:

- القدرة علي الصمود والمقاومة .

- إنجاز أفضل ، وذوي وجهه داخلية للضبط .

- الميل للقيادة والسيطرة .

- أكثر مباداه ونشاطاً .
- ذو دافعية عالية نحو العمل .
- لديهم قدرة علي التحكم في الأحداث .
- يستخدمون أسلوب المواجهة التحويلي ، أي يقومون بتقبل وتغير الأحداث التي يمكن أن تصبح ضغوطاً بل وتحويلها إلي فرص جيدة للنمو والتحسن .
- التوافق مع الأحداث الضاغطة بطريقة متفائلة وفعالة .
- لديهم أعراض جسمية ونفسية قليلة وغير منهكين .
- التمرکز حول الذات .

(مريم عبد الله محسن ناصر العنزي 2022 ص 182)

ب/خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

يتصف ذوي الصلابة النفسية المنخفضة بعدم شعورهم بقيمة ومعنى حياتهم ولا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية ويتوقعون التهديد المستمر والضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المتغير ويفضلون ثبات الأحداث الحياتية، وليس اعتقاد بضرورة التجديد والارتقاء كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السئ للأحداث الضاغطة.

ويتضح مما سبق أن ذوي الصلابة المنخفضة يتصفون بما يلي:

-عدم القدرة على الصبر وعدم تحمل المشقة.

-عدم القدرة على تحمل المسؤولية.

-قلة المرونة والتوازن.

-الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة.

-سرعة الغضب والحزن والميل إلى الاكتئاب والقلق.

-ليس لديهم قيم ومبادئ معينة.

-عدم القدرة على تحمل الذات.

خلاصة:

تُعد الصلابة النفسية عاملاً وقائيًا مهمًا ضد الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب، وهي تعزز القدرة على اتخاذ القرار، والتحكم في الانفعالات، وتحمل المسؤولية، وتدعم الصمود النفسي خاصة في بيئات العمل الصعبة مثل التعليم أو الرعاية الصحية أو الأعمال الأمنية.

## ثانيا. الأم العاملة

تمهيد

مفهوم الأم العاملة

دوافع خروج الأم العاملة

أثر عمل الأم العاملة وانعكاساتها الاسرية

الصعوبات التي تواجهها الأم العاملة

الحلول للصعوبات التي تواجه الأم العاملة

خلاصة

## تمهيد

تعتبر الأم العاملة رمزاً للقوة والصبر والعطاء، فهي تجمع بين دورها في الأسرة ومسئولياتها في العمل خارج البيت. لقد أصبحت مشاركة المرأة في سوق العمل أمراً ضرورياً في كثير من المجتمعات، ليس فقط لدعم الأسرة مادياً، بل أيضاً لإثبات ذاتها وتحقيق طموحاتها. ومع هذا الدور المزدوج، تواجه الأم العاملة تحديات كبيرة في تحقيق التوازن بين متطلبات الأسرة والوظيفة، مما يجعلها بحاجة إلى دعم من الأسرة والمجتمع كي تتمكن من أداء دورها بنجاح دون أن يؤثر ذلك على حياتها الأسرية أو المهنية.

## 1/تعريف الام العاملة :

نقصد بالأم العاملة ،هي الأم التي تكون لها مسؤولية مزدوجة أي إضافة إلى دورها الرئيس ي كأم و ربة بيت تقوم بعمل خارج المنزل، في مؤسسة اجتماعية أو صناعية أو تربية...الخ، مقابل أجر ما، تسعى من خلاله لتحقيق مجموعة من الأهداف كالرفع من المستوى المعيشي لأسرتها(عباوي الزهرة 2019ص41-42)

تعريف الباحثين هي الأم التي تؤدي دورين أساسيين في حياتها اليومية، حيث تجمع بين مسؤولياتها كأم داخل الأسرة من رعاية الأبناء وتنظيم شؤون البيت، وبين دورها كعاملة تشارك في سوق العمل خارج المنزل، سواء في القطاع العام أو الخاص. ويُنظر إلى الأم العاملة كأحد المحاور المهمة في الدراسات الاجتماعية والنفسية نظرًا لما تواجهه من تحديات في التوفيق بين متطلبات العمل والحياة الأسرية، وما لذلك من تأثير على صحتها النفسية وعلاقتها بأفراد أسرتها.

## 2/دوافع خروج الام العاملة:

**1.2الاقتصادي:** خروج المرأة للعمل ضرورة استلزمتهما الحاجات المتزايدة للمجتمع، إذ إن أعباء المعيشة وغلائها من جهة والتطلع إلى مستوى أفضل للحياة من جهة أخرى، دفع المرأة إلى الخروج عن إطارها التقليدي المتمثل في دور المربية والراعية لشؤون أسرتها، إن أساسيات الأسر تفرض على المرأة الخروج إلى ميدان العمل أو امتهان بعض الحرف حتى المنزلية منها إحساسا بأهمية المال كوسيلة لرفع مستوى معيشة الأسر ( شريف ابو شادي 2022ص8) و لقد أثبتت العديد من الدراسات، أن خروج الأم للعمل كانت نتيجة الحاجة الاقتصادية، والمقصود بالحاجة الاقتصادية، هو حاجة الأم الملحة لكسب قوتها بنفسها.

**2/الدافع الاجتماعي:**هو الآخر من بين الدوافع الأساسية التي جعلت المرأة تخرج إلى ميدان العمل الخارجي فمنه يُسمح لها بالمشاركة في إتخاذ القرارات الأسرية، وإبداء آرائها المختلفة ومن ثمفرض وجودها في المجتمع مما يسمح لها أن يكون لديها سلطة. كما أن الشعور بالمسؤولية لدى المرأة العاملة وفرض ذاتها إجتماعيا يظهر جليا في مشتريات البيت (تأثير البيت)، وذلك حتى تثبت دورها في الحياة الأسرية(مليكة الحاج يوسف 2003 ص74)

**3/الدوافع التعليمية :** في مجتمعنا الحديث نجد أن الأسرة أولت إهتماما بالغا لضرورة تعلم المرأة خاصة وتكوينها ،حيث أصبح تعليمها ضرورة البد منها للقضاء على الأمية .كما تجدر الشارة إلى القول بأن فرص عمل المرأة ترتبط بمستواها التعليمي ،وتتدفع للبحث عن عمل مهني مناسب لشهادتها الدراسية حتى لو كانت و الزالت في إطار التمدرس في التدرج كماهو المثال اليوم

### 3/أثر عمل الأم العاملة وانعكاساتها الاسرية:

يعد الوضع الاجتماعي الجديد الذي تعيشه أسر النساء العاملات نتيجة للتغيرات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية قد أدى إلى تأثيرات كبيرة على النظام الأسري. فقد أسهمت هذه التغيرات في إعادة توزيع الأدوار داخل الأسرة، حيث أصبحت المرأة تشارك بشكل أكبر في العمل خارج المنزل. وهذا التغيير قد أثر على عدة جوانب نذكر منها.(ط.د. السعيد فيطس 2024 ص 155)

**3.1 المرأة:** أصبحت المرأة تمارس دورا مزدوجا، حيث تتحمل مسؤولية العمل خارج المنزل بالإضافة إلى المسؤوليات الأسرية. هذا قد يزيد من الضغط النفسي والجسدي عليها، ولكنه يمكن أن يوفر لها أيضا استقلالية اقتصادية وفرصا أكبر في التعليم والترقي المهني.

**3.2الابناء:** تعاني المرأة العاملة من مشكلات تتعلق بتربية الأطفال فقضاء المرأة ساعات طويلة في العمل خارج البيت يعرض الأطفال إلى الإهمال وسوء التربية ناهيك عن قلق المرأة على أطفالها عندما تتركهم في البيت وحدهم، فهؤلاء الأطفال غالبا ما يعانون من مشكلة تردي أوضاعهم الاجتماعية والصحية والتربوية والسلوكية أو ينحرفون عن الطريق السوي بعد اختلاطهم بأبناء السوء وتأثرهم فيهم مما يولد عندهم خصال الجنوح والإجرام، أو قد يهملون واجباتهم المدرسية ويتهربون من السعي والاجتهاد بسبب عدم وجود من يشرف عليهم ويوجههم وهنا يتعرض هؤلاء الصغار إلى الرسوب وترك الدراسة.(بليبوز لامية،حرقاس وسيلة 2020 ص 124)

**3.3 الاسرة:** قد يؤدي العمل النسائي إلى إعادة توزيع المهام المنزلية، حيث قد يتولى الزوج أو الأبناء جزءا من المسؤوليات المنزلية. من ناحية أخرى، قد تزداد الضغوط المالية على الأسرة مما يتطلب تخطيطا أكثر دقة. وعليه فإن التغيرات الاجتماعية المرتبطة بالعمل النسائي قد أسهمت في تطور الأدوار الأسرية لكنها أدت إلى تحديات جديدة تتطلب تكيفا من جميع أفراد الأسر.

### 4/الصعوبات التي تواجهها الام العاملة:

تواجه المرأة العاملة عدة مشاكل وصعوبات وهذا ما يؤثر وينعكس على علاقاتها داخل الأسرة وخارجها :

**1.4مشاكل تتعلق بالقيم والتقاليد :**المجتمع المحيط بالمرأة بحصر عملها في البيت فقط وإذا كان من الضروري أن تعمل فعليها اختيار الأعمال البسيطة والسهلة وهذا ما يقلل من شأنها وطموحاتها وبخلق

بعض المواقف المعارضة لعملها خارج المنزل خاصة وأن فكرة خروجها من المنزل في حد ذاتها مازالت محل نقاش بين مؤيد ومعارض.

**4.2. مشاكل تتعلق بالعمل:** هناك من ينظر إلى المرأة نظرة نقص كونها أقل بنية جسدية من الرجل وأنها لا تملك القدرة على تحمل مشاق العمل مما نتج عنه عدم تقبلهم لدورها الجديد، إضافة إلى هذا وجود بعض المشاكل مع الزملاء داخل العمل فهناك الكثير من النساء تعرضن للتحرش الجنسي والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء داخل العمل تجعل المرأة عرضة للشائعات وهذا ما يسبب لها معاناة نفسية.

**4.3. مشاكل تتعلق بتعدد الأدوار:** إن أكبر مشكلة تواجه المرأة هي مشكلة تعدد الأدوار فقد أصبحت محصورة في نطاق ضيق بين العمل والبيت فهي مشغولة البال طول غيابها عن المنزل بسبب التفكير في أبنائها وخاصة إذا كانوا صغار السن فهم في أمي الحاجة إليها من جهة وفي الأعمال المنزلية التي لم تستطع القيام بها بسبب ضيق الوقت نورة سليمان فيسة، نوال زبوجي 50 من جهة أخرى حيث بينت بعض الدراسات في مصر أن عمل المرأة يؤدي إلى التقصير في شؤون المنزل لأن نسبة مهمة من الأزواج يرفضون مساعدة وتقدر بـ 3.55% زيادة على مسؤوليتها خارج البيت وضرورة القيام بعملها على أحسن وجه والمشاركة في دخل الأسرة نهيك عن أنها قد تتعرض للابتزاز من طرف الزوج الذي يرهقها بمطالبه المادية ويرى بانه مادام قد سمح لها بالعمل عليها الاستسلام كل مطالبه.

**4.4. مشكلة تربية أطفال المرأة العاملة:** تعاني المرأة من مشكلات أسرية أخرى تتعلق بتربية الأطفال فقضاء المرأة لساعات طويلة في العمل خارج البيت يعرض الأطفال إلى الإهمال وسوء التربية نهيك عن قلق المرأة على أطفالها عندما تتركهم في البيت وحدهم، وقلقها هذا لا يساعدها على التركيز على العمل مما يسبب انخفاض إنتاجيتها وتدني مستوى الخدمات التي تقدمها للمؤسسة. وتتعرض المرأة العاملة في معظم الحالات لمشكلة عدم من يرضى أطفالها ويشرف عليهم ويلبي متطلباتهم خلال فترة خروجها للعمل، فالأزواج في معظم الأحيان لا يستطيعون مساعدة زوجاتهم في تحمل مسؤولية العناية بالأطفال خلال فترة خروجهن للعمل، فمعظم الأزواج يرفضون تنظيف الأطفال أو اللعب معهم أو السهر على رعايتهم، لأن مثل هذه الواجبات هي من اختصاص النساء وليست من اختصاص الرجال. (نورة سليمان فيسة، نوال زبوجي 2023 ص 49,50)

وقد قامت الباحثتين بتلخيص الصعوبات في نقاط التالية :

**ضييق الوقت:** صعوبة التوفيق بين متطلبات العمل ومسؤوليات المنزل ورعاية الأطفال.  
**الإجهاد البدني والنفسي:** بسبب تعدد المهام بين العمل والمنزل، ما يؤدي أحياناً إلى الشعور بالتعب والضغط النفسي.

الشعور بالذنب: كثير من الأمهات يشعرون بالذنب لعدم قضاء وقت كافٍ مع أطفالهن أو عدم متابعتهم بشكل دائم.

غياب الدعم الاجتماعي: نقص الدعم من الزوج أو العائلة يزيد من صعوبة التوفيق بين الأدوار. قلة المرونة في بيئة العمل: بعض أماكن العمل لا توفر ساعات مرنة أو إمكانية العمل عن بعد. التمييز الوظيفي: تواجه بعض الأمهات تمييزاً في فرص الترقى أو الأجر بسبب الأمومة.

### 5/الحلول لل صعوبات التي تواجه الأم العاملة:

التنظيم الجيد للوقت: وضع جدول زمني مرن يساعد المرأة على توزيع وقتها بين العمل والمهام الأسرية.

الدعم الاجتماعي: مشاركة الشريك أو أفراد الأسرة في المسؤوليات اليومية يعين المرأة على إدارة ضغوط العمل والمنزل.

الاستقلالية المهنية: دعم المرأة في الحصول على فرص تعليمية وتدريبية، مما يعزز فرصها في تحقيق النجاح المهني.

التشريعات والسياسات الداعمة: ضرورة وجود سياسات تشجع على المساواة في الفرص بين الجنسين في العمل، وتوفير بيئة عمل ملائمة للمرأة، مثل إجازات الأمومة والسياسات المرنة. (ط.د. السعيد فيطس 2024 ص 156)

### خلاصة

الأم العاملة نموذجًا للعطاء والتوازن، فهي تسعى للجمع بين واجباتها الأسرية ومهامها المهنية، متحديّة بذلك العديد من الصعوبات والتحديات. وتحتاج لدعم أسرتها والمجتمع لتنجح في أداء دورها المزدوج دون التقصي رفي دورهن.

# الجانب الميداني

تمهيد

منهج الدراسة

مجتمع وعينة الدراسة

أداة الدراسة

الدراسة الإستطلاعية

أهداف الدراسة الإستطلاعية

عينة الدراسة الإستطلاعية

الخصائص السيكومترية للدراسة

الدراسة الأساسية

عينة الدراسة الأساسية

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

خلاصة

تمهيد

تعتبر الدراسة الميدانية من الركائز الأساسية في أي بحث علمي تطبيقي ، حيث تتيح للباحث الانتقال من الطرح النظري إلى الواقع العلمي من خلال جمع البيانات من الميدان وتحليلها بغرض التحقق من صحة الفرضيات المطروحة والاجابة عن التساؤلات البحث.

## 1/ المنهج المعتمد في الدراسة :

### 1.1 منهج الدراسة

يعتبر المنهج العلمي أمر جوهري في القيام بالحوث والدراسات العلمية، سواء كانت بغرض الوصول الى نتائج نظرية او تطبيقها على ارض الواقع او معالجة مشكلات عملية، كما يتيح ويحدد للباحث طبيعة الادوات الوسائل والاجراءات التي يعتمد عليها في جمع البيانات والمعلومات وتحليلها وتفسيرها، فهو الاطار الذي يقيد الباحث ويوجهه نحو تحقيق هدفه في معالجة وتفسير المشكلات والظواهر بموضوعية ودقة ومصداقية. إذ يمنع تدخل اهواء وميولات وعواطف الباحث وتأثيرها على طريقة اجراء البحث واستخلاص النتائج(عبد الله قلش 2017 ص60)

المنهج هو مجموعة من القواعد والخطوات التي يجب ان يتبعها الباحث للوصول إلى النتائج المستهدفة فهو وسيلة الباحث في ضبط إجراءاته طبق للقواعد المعيارية المميزة لكل منهج كما يشير من الناحية التطبيقية إلى طريقة تعامل الباحث مع القاعدة المعرفية أو قاعدة البيانات المتاحة لتحقيق أهداف الدراسة .(سعد سليمان الشهداني 2019 ص23)

### 1.2 المنهج الوصفي

وقد تم استخدام المنهج الوصفي في هذه الدراسة الحالية لكونه الأنسب لتحقيق أهدافها. يعتمد هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع، ووصفها وصفاً دقيقاً وتعبيراً كمياً وكيفياً عنها، وذلك من خلال إعطاء وصف رقمي يوضح مقدار الظاهرة وحجمها، ودرجة ارتباطها بالظواهر الأخرى، بالإضافة إلى تفسيرها وتحليلها

## 2/مجتمع وعينة الدراسة:

تم إجراء الدراسة 2025/2024 في مجموعة من المدارس الابتدائية التابعة لمديرية التربية لولاية ورقلة، حيث تم التركيز على المؤسسات التي تضم ضمن طاقمها التربوي أمهات معلمات. وقد تم اختيار هذه المدارس نظراً لتوفر الخصائص المرتبطة بموضوع الدراسة، المتمثلة في الجمع بين الدور المهني كمعلمة، والدور الأسري كأم، وهو ما يجعل هذه الفئة نموذجاً مناسباً لدراسة الصلابة النفسية في ظل الضغوط المهنية والأسرية. وتكونت عينة الدراسة من 100 أم معلمة ,

3/أداة الدراسة الأساسية

من أجل الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الامهات المعلمات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة ، تم الاعتماد على مقياس الصلابة النفسية ل عماد مخيمر(2002)وقد تم الاستناد إلى أداة بعد التأكد من مصداقيتها عبر إجراء الدراسة الاستطلاعية.

وصف مقياس الصلابة النفسية:

تم إعداد المقياس من طرف "سو ازن كوبا از" وتم تقنيه على البيئة المصرية من قبل: مخيمر(2002) تستهدف الأداة قياس الصلابة النفسية، حيث تتكون من ثلاثة أبعاد هي: الالتزام ، التحكم والتحدي. تحتوي على 47 بنداً، وتوزع البنود على الأداة كما هو موضح في الجدول رقم

46-43- 40- 17- 31- 28- 25-22-19- 16- 13- 10- 7- 4-1	<b>الالتزام</b>
47-44- 41- 38- 35- 32- 29-26-23- 20- 17- 14- 8- 5-2	<b>التحكم</b>
48-45-42- 39- 36- 33- 30- 27-24-21- 18- 15- 12- 9- 6-3	<b>التحدي</b>

تصحيح المقياس:

الإجابة على المقياس في ثلاث مستويات (تنطبق دائما -تنطبق أحيانا- لا تنطبق أبدا وطريقة التصحيح كالآتي:  
 -إذا كانت الإجابة تنطبق دائما نعطي 3 درجات.  
 -إذا كانت تنطبق أحيانا نعطي درجتين.  
 -إذا كانت لا تنطبق أبدا نعطي درجة واحدة.  
 - وبذلك يترواح المجموع الكلي للأداة بين (47-141)درجة.

شملت الدراسة 8 الأبتدائيات على مستوى مدينة ورقلة:

الابتدائية عائشة نواصر:

الابتدائية رابعة العدوية:.

الابتدائية سيدي عبد الرحمان:.

الابتدائية الأميرة عبد القادر القديمة / الجديدة) الشرفة

الابتدائية عقبة بن نافع (القصر العتيق)

الابتدائية خليل عبد القادر الشرقية) تزرقات)

الابتدائية 19 مارس 1962 حي النصر

### 3/الدراسة الاستطلاعية:

تُعد الدراسة الاستطلاعية مرحلة تمهيدية من مراحل البحث العلمي، وتهدف إلى جمع معلومات أولية حول الظاهرة المدروسة. وهي تُستخدم عندما يكون الموضوع جديدًا أو معقدًا، أو عندما يحتاج الباحث إلى استكشاف ميداني لفهم البيئة أو الأداة أو الفئة المستهدفة قبل الشروع في الدراسة الأساسية دخول.

### 1/أهداف الدراسة الاستطلاعية :

بلورة موضوع البحث أو الظاهرة موضوع البحث وصياغته بطريقة أكثر إحكامًا.

تحديد المفاهيم الأساسية ذات الصلة بالموضوع.

تنمية الفروض وذلك ببلورة مشكلة البحث أو صياغتها في صورة فروض علمية أو تساؤلات.

التعرف على الجوانب المختلفة لموضوع البحث أو الدراسة.

تحديد جوانب القصور في إجراءات تطبيق أدوات جمع بيانات البحث.

ممارسة تطبيق الاختبارات وتحديد الصعوبات ومحاولة حلها.

### 2/عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة من ( 30 ) أم معلمة من التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة، حسب متغيرات الأقدمية و السن وعدد الاولاد تحت الكفالة .

### 4/الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

تم قياس الخصائص السيكومترية لأداة البحث، وهي الصدق والثبات:

أ/الصدق : يعد الصدق من الشروط المهمة الواجب توفرها في أداة جمع البيانات، ويتعلق الصدق

بالسؤال التالي: هل أنا أقيس ما نويت قياسه؟

عليه يقصد بالصدق "صلاحية الأسلوب أو الأداة لقياس ما هو مراد قياسه، أو بمعنى آخر صلاحية أداة البحث في تحقيق أهداف الدراسة، وبالتالي ارتفاع مستوى الثقة فيما توصل إليه الباحث من نتائج بحيث يمكن الانتقال منها إلى التعميم"

الصدق أيضا "يعنى صلاحية الأداة لقياس ما وضعت من أجل قياسه وصدقها في قياس السمة أو السمات التي يريد الباحث قياسها فعندما يكون الغرض قياس التحصيل في مادة معينة فإن صدق الأداة يعني أن الأداة صالحة لقياس التحصيل في تلك المادة وتوفير البيانات اللازمة عن التحصيل، فالصدق يعني أن يكون المقياس صالحا لقياس الظاهرة أو السمة التي يراد قياسها."

- لحساب صدق المقياس تم استخدام:

**1/ صدق المقارنة الطرفية لمقياس الصلابة النفسية:** وتعتمد هذه الطريقة على مقارنة الدرجات في

الثلث الأعلى من الاختبار مع الدرجات في الثلث الأسفل، وتتم هذه المقارنة بحساب الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين، فإذا كانت هناك دلالة واضحة في الفرق بين متوسطي الثلث الأعلى والثلث الأسفل، فإن الاختبار صادق وموثوق.

وتعتمد هذه الطريقة على مقارنة الدرجات في الثلث الأعلى من الاختبار مع الدرجات في الثلث الأسفل، وتتم هذه المقارنة بحساب الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين، فإذا كانت هناك دلالة واضحة في الفرق بين متوسطي الثلث الأعلى والثلث الأسفل، فإن الاختبار صادق وموثوق.

(سعد عبد الرحمن، 2007، ص206)

يوضح جدول (1) نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الصلابة النفسية لدى أفراد

الدراسة الاستطلاعية (عدد الافراد 30):

الفئة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	درجة الحرية	قيمة Sig	مستوى الدلالة
العليا	11	74,8630	4,32394	7,414	14	0,00	0,01
الدنيا	11	58,8750	5,81715				

تظهر النتائج الواردة في الجدول (1) أن المتوسط الحسابي للفئات العليا هو (74,8630) والانحراف المعياري هو (4,32394). بينما بلغ المتوسط الحسابي للفئة الدنيا (58,8750) بانحراف معياري قدره (5,81715) و (ت) المحسوبة التي بلغت (7,414) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (0,05) حيث ان مستوى الدلالة (0,00) قيمة اقل من (0,05) مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,01) لذلك يعتبر الاستبيان صادقا وموثوقاً وقابلاً للتطبيق في الدراسة الاساسية.

ب/الثبات: يحظى الثبات باهتمام كبير من قبل الباحثين في العلوم الاجتماعية لأن أداة القياس المستخدمة نادرا ما تكون صادقة بشكل كامل، وفي كثير من الحالات لا يتوفر لدى الباحث أي دليل حول الصدق. لذلك يلجأ الباحثون إلى تقييم أداة القياس من ناحية خصائص أخرى وافترض صدقها، ومن بين الطرق المستخدمة في ذلك هي درجة ثباتها.

"إن كلمة الثبات قد تعني الاستقرار، بمعنى أنه لو كررت عمليات قياس الفرد الواحد لأظهرت درجته شيئاً من الاستقرار، كما أن الثبات قد يعنى الموضوعية، بمعنى أن الفرد يحصل على نفس الدرجة مهما اختلف الباحث الذي يطبق الاختبار أو الذي يصححه وفي هذه الحالة يكون الاختبار الثابت اختبار يقدر الفرد تقديراً لا يختلف في حسابه اثنان ("حنان بشته ، تعيم بوعموشة ، 2020ص)126.125

ليقاس ثبات المقياس تم الاعتماد على طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ:

**1\_ معامل ألفا كرونباخ:** معامل ألفا كرونباخ هو مقياس الاتساق الداخلي للاختبارات الاحصائية مثل الاستبيانات والمقاييس المشابهة، والاتساق الداخلي أو الموثوقية هو مدى ارتباط مجموعة من العناصر ببعضها البعض كمجموعة متسقة.

**جدول رقم (2) يوضح قيمة ألفا كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية :**

المتغير	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha
الصلابة النفسية	47	0,896

يتبين من خلال الجدول رقم (2) بحسب متغير الصلابة النفسية نسبة الثبات قدرت ب (0,896) وهي نسبة عالية من الثبات وعليه فان البنود تعتبر ثابتة. وعليه يتم اعتماد المقياس.

**2/ الثبات على نفس العينة بطريقة التجزئة النصفية، والجدول الموالي يوضح ذلك:**

اعتمدت الباحثين طريقة التجزئة النصفية لقياس ثبات الاختبار، ولأن القيمة التقديرية لمعامل الاتساق الداخلي المحسوب بطريقة التجزئة النصفية تمثل معامل ثبات نصف الأداة وليس كل الأداة، ولحل هذه المشكلة أوجد العلماء العديد من المعادلات لتصحيح معامل ثبات نصف الأداة ليبدل على معامل ثبات كل الأداة ومنها معادلة سيرمان و ب ارون، وكذلك معادلة جيتمان (بن صافي، 2017، ص37)

**جدول رقم (3) القياس ثبات التجزئة النصفية باستخدام معامل الارتباط بيرسون قبل التعديل ومعامل الارتباط سيرمان براون بعد التعديل**

المتغير	معامل الارتباط بين النصفين	معامل الارتباط	معامل جيتمان	N
الصلابة النفسية	0,749	0,919	0,889	30

يتضح لنا من خلال الجدول (3) أن معامل الثبات بلغ (0,749) قبل التعديل وبعد التعديل بمعادلة سبيرمان وبراون بلغ معامل الثبات (0,919) ومعامل جتمان (0,889) وهي درجة مرتفعة من الثبات وذلك حسب ما أورده (بن صافي 2017) في دراسته بعنوان "دراسة تقييمية لطرق صدق وثبات أدوات جمع المعطيات في أطروحات الدكتوراه علم النفس وعلوم التربية" حيث قال إنه في البحوث الأساسية قيمة معامل الثبات المقبولة تتراوح بين 0,70\_0,80

#### 5/ الدراسة الأساسية

وقد سمحت الخصائص السيكو مترية للأداة (الصدق والثبات) ضمن إجراء البحث الاستطلاعي الاستكشافي بمواصلة هذه الدراسة وتطبيق الأداة على أفراد الدراسة وفقاً للإجراءات والمراحل المنهجية

#### ب/ عينة الدراسة الأساسية

تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية على عينة من الأمهات المعلمات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائي بمدينة ورقلة خلال السنة الجامعية 2025/2024 تم اختيارهم بطريقة العينة عشوائية بسيطة، حيث تم (70) توزيع استبيان

#### جدول رقم (4) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الأقدمية والسنوات وعدد الأولاد

المتغير	التصنيف	N	النسبة	المجموع
---------	---------	---	--------	---------

70	<u>31,42%</u>	22	أقل من 5 سنوات	الأقدمية
	<u>28,57%</u>	20	من 5 إلى 10 سنوات	
	<u>40%</u>	28	أكثر من 10 سنوات	
	<u>38,57%</u>	27	أقل من 30 سنة	السن
	<u>45,71%</u>	32	من 30 إلى 40 سنة	
	<u>15,71%</u>	11	أكثر 40 سنة	
	<u>25,71%</u>	18	طفل واحد	عدد الأولاد تحت الكفالة
	<u>32,85%</u>	23	طفلين	
	<u>41,42%</u>	29	ثلاث أطفال او اكثر	

يوضح الجول رقم (4) عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الاقدمية ان فئة الأقل من 05 سنوات بلغ عددها 22 فردا بنسبة 31,42% من حجم العينة الأساسية وان فئة الأكثر من 05 الى 10 سنوات بلغ عددها 20 فردا بنسبة (28,57%) من حجم العينة الأساسية وان فئة أكثر من 10 سنوات بلغ عددها 28 فردا بنسبة 40%، حسب متغير السن ان فئة الأقل من 30 سنة بلغ عددها 27 فردا بنسبة 38,57% من حجم العينة الأساسية وان فئة من 30 الى 40 سنة بلغ عددها 32 فردا بنسبة 45,71% من حجم العينة الأساسية وان فئة أكثر من 40 سنة بلغ عددها 11 فردا بنسبة 15,71% من حجم العينة الأساسية وان فئة طفل واحد بلغ عددها 18 فردا بنسبة 25,71% من حجم العينة الأساسية وفئة طفلان بلغ عددها 23 فردا بنسبة 32,85% من حجم العينة الأساسية او أكثر بلغ عددها 29 فردا بنسبة 41,42% من حجم العينة الأساسية.

#### 6/ الأساليب الإحصائية :

تم الاعتماد في معالجة مختلف بيانات الدراسة على برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

\_ المتوسط الحسابي

\_ الانحراف المعياري

\_ اختبار تحليل التباين الاحادي (ANOVA) لمعالجة الفرضيات الفرعية

## الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة نتائج  
الدراسة

عرض وتحليل و مناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة

### تمهيد

بعد تطبيق أدوات البحث على أفراد عينة الدراسة، وبعد تفرغ البيانات المتحصل عليها. سيتم في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة الميدانية من خلال عرض إجراءات اختبار كل فرضية من فرضيات الدراسة والنتائج المتوصل إليها، وقد اعتمدنا في عملية التحليل الإحصائي لفرضيات الدراسة على برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية النسخة (SPSS V25) كما يتضمن هذا الفصل عرضاً لتفسير نتائج الدراسة ، بالاعتماد على الإطار النظري والدراسات السابقة.

### 1/ عرض نتائج الدراسة :

#### جدول رقم(5) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات الدراسة:

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	عدد الفقرات	المتغير
4,774	72,300	47	47	الصلابة النفسية

#### عرض نتائج الفرضية الأولى:

من خلال الجدول رقم (5) نرى بيان الفرضية الأولى تنص على مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات في مرحلة التعليم الابتدائي مرتفع من خلال الجدول رقم (5) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لمستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات بلغ (72,300) وهو أعلى بكثير من المتوسط النظري للمقياس (47,00) مما يشير إلى أن الأمهات الملمات يتمتعون بمستوى عاليا من الصلابة النفسية بالتالي تعتبر الفرضية الأولى التي تنص على أن مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات في مرحلة التعليم الابتدائي مرتفع فرضية محققة.

#### 2- عرض نتائج الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات الملمات في مرحلة التعليم الابتدائي تعزى إلى متغير الأقدمية

جدول رقم (6) يمثل نتائج التباين الأحادي ANOVA لدراسة الفروق الصلابة النفسية حسب متغير الأقدمية

الفئة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	sig	القرار إحصائي
أقل من 5 سنوات	22	72,40	6,72	0,098	0,907	غير دالة
من 5 إلى 10 سنوات	28	72,00	3,12			
أكثر من 10 سنوات	20	72,70	4,77			

يبين الجدول (6) نتائج تحليل التباين الأحادي ANOVA لاختبار الفروق في الصلابة النفسية باختلاف سنوات الأقدمية حيث بلغ المتوسط الحسابي لفئة أقل من 5 سنوات (72,40) (بانحراف معياري قدره 6,72) وبلغ المتوسط الحسابي لفئة من 5 إلى 10 سنوات (72,00) (بانحراف معياري قدره 3,12) أم فئة أكثر من 10 سنوات فقد بلغ المتوسط الحسابي لهم (72,70) (بانحراف معياري قدره 4,77) وقد اتضح أن قيمة F قد بلغت (0,098) وقيمة مستوى الدلالة بلغت sig 0,907 وهي أكبر من 0,05 مما يدل على أن الفرضية التي تنص على أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائي تعزى إلى متغير الأقدمية غير محققة.

## 2- عرض نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائي تعزى إلى متغير السن

جدول رقم (7) يمثل نتائج التباين الأحادي ANOVA لدراسة الفروق الصلابة النفسية حسب متغير

السن

الفئة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	F	sig	القرار إحصائي
أقل من 30 سنة	27	72,66	5,76	1,88	0,160	غير دالة
من 5 إلى 10 سنوات	32	71,28	4,12			
أكثر من 10 سنوات	11	74,36	3,13			

يبين الجدول (7) نتائج تحليل التباين الأحادي ANOVA لاختبار الفروق في الصلابة النفسية باختلاف السن حيث بلغ المتوسط الحسابي لفئة أقل من 30 سنة (72,66) (بانحراف معياري قدره (5,76) وبلغ المتوسط الحسابي لفئة من 30 إلى 40 سنة (71,28) (بانحراف معياري قدره (4,12) أم فئة أكثر من 40 سنة فقد بلغ المتوسط الحسابي لهم (74,36) بانحراف معياري قدره (3,13) وقد اتضح أن قيمة F قد بلغت (1,88) وقيمة مستوى الدلالة بلغت 0,160 sig وهي أكبر من 0,05 مما يدل على أن الفرضية التي تنص على أنها توجد فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائي تعزى إلى متغير السن غير محققة.

#### 4- عرض نتائج الفرضية الرابعة :

التي تنص على أنها توجد فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائي تعزى إلى متغير عدد الاولاد تحت الكفالة .

جدول رقم (8) يمثل نتائج التباين الأحادي ANOVA لدراسة الفروق والصلابة النفسية حسب متغير عدد الأولاد تحت الكفالة

القرار إحصائي	sig	F	الانحراف المعياري	المتوسط	N	عدد الأطفال
غير دالة	0,64	0,43	7,47	72,43	18	طفل واحد
			3,25	72,79	23	طفلان
			3,62	72,30	29	ثلاثة أطفال أو أكثر

يبين الجدول (8) نتائج تحليل التباين الأحادي ANOVA اختبار الفروق في الصلابة النفسية باختلاف عدد الأولاد حيث بلغ المتوسط الحسابي لفئة طفل واحد (72,43) بانحراف معياري قدره (7.47) وبلغ المتوسط الحسابي لفئة طفلان (72.79) بانحراف معياري قدره (3.25) ام فئة ثلاثة أطفال أو أكثر فقد بلغ المتوسط الحسابي لهم (72.30) بانحراف معياري قدره (3.62) وقد اتضح أن قيمة F بلغت (0,43) وقيمة مستوى الدلالة بلغت sig 0,64 وهي أكبر من 0,05 مما يدل على ان الفرضية التي تنص على انها توجد فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الأمهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائي تعزى الى متغير عدد الأولاد غير محققة.

## 2/ تفسير ومناقشة النتائج:

الفرضية الاولى تنص الفرصية ان مستوى الصلابة النفسية للامهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائي مرتفعة وقد اتفقت مع نتيجة خيرة شريطر (2015) حيث توصلت نتائجها ان مستوى الصلابة النفسية مرتفع للامهات العاملات في قطاع التربية وتفتت كذلك مع نتيجة حبيبة شطى (2020) ان مستوى الصلابة النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي مرتفعة واتفقت كذلك مع دراسة نادية دربالي (2016) الصلابة النفسية لدى المرأة العاملة المتزوجة توصلت ان المرأة العاملة المتزوجة تتمتع

بالصلابة النفسية مرتفعة، وتتفق دراسة يوسف بن سيف الرجيبى ومحمد عبدالحميد الشيخ حمود(2018) الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية حيث توصلت نتائجها الى ان الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة بالنسبة للمجموع الكلى للمقياس مرتفعة.

مما يشير ان أفراد العينة لديهم قدرة كبيرة على التكيف الإيجابي مع الضغوط، ومهارات نفسية تساعدهم على الصمود في مواجهة التحديات سواء على الصعيد المهني أو الشخصي كما ان لديهم الوعي بالذات والقدرة على التحكم الانفعالي، والمسؤوليات المتعددة التي تؤدي إلى تنمية الإحساس بالتحكم والسيطرة على مجريات الحياة.

**الفرضية الثانية** والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الامهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير الأقدمية.

من خلال النتائج الموضحة في الجدول والذي بين الفروق في متغير الأقدمية اتضح انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الامهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير الأقدمية وقد اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة يوسف بن يوسف الرجيبى (2018) الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الاساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية حيث توصلت نتائجها الى عدم وجود فروق تعزى الى متغير الأقدمية واتفقت كذلك مع دراسة قدوري احمد (2021) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة بادرار حيث توصلت الى ان عدم وجود فروق دلالة احصائية لصلابة النفسية تعزى الى متغير الأقدمية ، ويبدو أن الصلابة النفسية لا تتأثر بمدى الخبرة التي يمر بها الفرد، وقد يرجع ذلك لكون الصلابة النفسية سمة من سمات الشخصية التي تتطور خلال نشأة الفرد في مراحل نموه المختلفة حتى يبنى فرداً قادراً على مواجهة وتحدي الصعوبات والمشاكل.

**الفرضية الثالثة** والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الامهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير السن .

من خلال النتائج الموضحة في الجدول والذي بين الفروق في متغير السن اتضح انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الامهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير السن

وهذا راجع الى أن الأفراد، باختلاف أعمارهم، قد يمرون بتجارب حياتية متنوعة تسهم في تعزيز قدرتهم على التكيف ومواجهة الضغوط، ويؤكد ذلك ما أشار إليه [البهواسي، 2012] من أن الصلابة النفسية ليست ثابتة بل تنمو وتتطور عبر مراحل العمر، حيث يتعلم الفرد تدريجياً كيفية التفاعل مع التحديات والضغوط الحياتية، وبالتالي فإن التجارب والخبرات الشخصية قد تكون أكثر تأثيراً في تشكيل الصلابة النفسية من السن وحده، وقد انتقف هذه النتائج مع نتائج دراسة سمية بن عمارة (2013) صراع الأدوار لدى الأم العاملة وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية بمدينة الجفلة حيث توصلت نتائج ان لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى الى متغير السن.

**الفرضية الرابعة** والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الامهات العاملات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير عدد الاولاد تحت كفالة .

من خلال النتائج الموضحة في الجدول والذي بين الفروق في متغير عدد الاولاد تحت كفالة اتضح انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لصلابة النفسية لدى الامهات المعلمات في مرحلة التعليم الابتدائية تعزى الى متغير عدد الاولاد مما يشر الى ان الأمهات المعلمات قد طورن مهارات التكيف والتنظيم الذاتي بشكل جيد، مما مكنهن من التعامل مع ضغوط تربية الأطفال والعمل سواء كن أمهات لطفل واحد أو لعدة أطفال، وجود دعم اجتماعي أو أسري مستقر، وقد انتققت هذه النتائج من نتيجة درقاوي توبة، بن الزائر مائسة (2022) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى النساء العاملات حيث أظهرت نتائجهم انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى الى متغير عدد الأولاد، وتتفق كذلك مع دراسة زينب زيد الخير (2021) الذكاء العاطفي و علاقته بالصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بمدينة الاغواط توصلت الى ان لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغير عدد الأولاد، من خلال النتائج الإحصائية فإن الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات لا تتغير ولا تتأثر بغض النظر عن عدد الأوالد الذين أنجبهن، وحسب مناقشة الطالبة (زينب) في بعض الأسباب التي جعلت من صالبتهن قوية صرحن حول أن ، الوسائل التكنولوجية الحديثة سهلت حياة الام العاملة بغض النظر عن عدد الأولاد، وساعدتهن في التغلب على الوقت والجهد في أعمالهن اليومية وحسب دراسة مادوي، 2012 ( فإن هذه الوسائل سمحت لأم العاملة بالقيام بوظيفتها خارج المنزل والتخفيف من متطلبات الأسرة ومسؤولياتها، وبذلك فإن زيادة أو نقصان عدد الأوالد لا يؤثر تأثيراً بالغا في الصلابة الأم، فالأم تسعى دوما الحياة إلى الحفاظ على كيان أسرتها ولو كان ذلك على حساب أولوياتها في ؛ فالأم إجتماعيا واعتقاديا مجبرة على التضحية من

أجل راحة من حولها بغض النظر عن عددهم من جهة ومن جهة أخرى تحاول إثبات ذاتها أمام المنتقدين وأنه لا أحد ، فإن يستطيع أن يهزمها، وذلك لتصل إلى نفس مكانة القوة الإجتماعي الممنوحة للرجل، فنجد أنها اغتتم أبسط الفرص ولا تضيع وقت فراغها وتعطي طاقة عاطفية لأطفالها بدرجة عالية وهو ما يجعلها صلبة نفسيا وجسديا أمام الانتقادات السلبية التي تواجهه.

## الاستنتاج العام

في ضوء ما سبق ذكره فقد ، ، تتضح الأهمية البالغة للصلابة النفسية بوصفها صمام أمان داخلي يمكن الفرد من مواجهة الضغوط النفسية المتزايدة التي تفرضها متغيرات الحياة اليومية. وتزداد هذه الأهمية عندما نتحدث عن فئة الأمهات الملمات، اللواتي يجمعن بين أداء رسالة التعليم خارج البيت، وأعباء الأمومة ورعاية الأسرة داخله، في توازن دقيق يتطلب قدرًا عاليًا من القوة النفسية والمرونة المعرفية والانعالية، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج:

1- مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى الأمهات الملمات.

2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية للامهات الملمات تعزى الى متغير السن

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصلابة النفسية للامهات الملمات تعزى لمتغير الأقدمية.

4\_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير عدد الأولاد.

## التوصيات

وعليه مما سبق ذكره نضع التوصيات التالية:

\*تنظيم دورات تدريبية منتظمة حول مهارات التكيف مع الضغوط، وإدارة الوقت، والتوازن بين الحياة المهنية والأسرية.

\*توفير الدعم النفسي في المؤسسات التربوية من خلال استحداث خلايا إنصات وتوجيه نفسي داخل المدارس تُعنى بمرافقة الملمات نفسيًا.

\*تبني سياسات عمل مرنة تراعي ظروف الأم العاملة، كتقليل الضغط الإداري، وتوزيع المهام بشكل عادل، خاصة خلال الفترات الحساسة (فترة الرضاعة، رعاية الأطفال).

\*تعزيز روح التضامن المهني بين الملمات، من خلال إنشاء مجموعات دعم داخلية تسمح بتبادل التجارب وتخفيف الأعباء النفسية.

\*الاهتمام بترقية الأمهات المعلمات وتمكينهن من أدوار قيادية داخل المؤسسة التربوية، مما يعزز شعورهن بالكفاءة والقدرة على التحكم في بيئة العمل.

\*تقدير الجهود المبذولة من طرف الأمهات المعلمات، عبر إشراكهن في برامج تحفيزية وتكريمية تعزز من معنوياتهن ورضاهن الوظيفي.

\*دعم البحث التربوي والنفسي حول قضايا الصلابة النفسية لدى المعلمين عمومًا، والأمهات منهم خصوصًا، لتقديم تدخلات مبنية على نتائج واقعية


### الاقتراحات:

\*دراسة مقارنة للصلابة النفسية بين الأمهات المعلمات والمعلمات غير الأمهات في مرحلة التعليم الابتدائي.

\*العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط لدى المعلمات في المراحل التعليمية المختلفة ابتدائي، متوسط، ثانوي.

\*أثر الصلابة النفسية في جودة الحياة المهنية لدى المعلمين والمعلمات في المؤسسات التربوية العمومية.

\*دور الدعم الأسري والاجتماعي في تنمية الصلابة النفسية لدى المرأة العاملة في قطاع التربية والتعليم .  
\*الصلابة النفسية وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى المعلمات في المناطق الريفية أو المعزولة.



# قائمة المراجع

قائمة المراجع

- 1/أحمد بن عبد الله العيافي (2012)، الصلابة النفسية وأحدث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث ، بحث مقدم إلى قسم علم النفس بكلية جامعة أم القرى متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس، تخصص إرشاد نفسي.
- 2/أمل عبد الله السعدي (2015) الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية ،مجلة الإرشاد النفسي ، مركز الإرشاد النفسي ،كلية التربية ،جامعة عين شمس
- 3/أحمد سعيد زيدان (2018) الصلابة النفسية ومستوى الطموح بالانشطة الابداعية لدى طلاب المدارس الثانوية ، مجلة كلية التربية ، جامعة بورسعيد.
- 4/الظاهر محمد الظاهر (2016): الصلابة النفسية، مجلة كلية دلتا العلوم و التكنولوجيا- جامعة الإمام المهدي كلية الآداب .مجلة القبس للدراسات
- 5/أمال حسين محمد محمد (2023)الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفكير في الانتحار لدى عينة من طلاب جامعة عين شمس ، مجلة كلية الآداب بقنا ، جامعة جنوب الوادي
- 6/أمال بوعيشة، سامية عدانكه ، نعيمة غازلي ،(2020) الصلابة النفسية و علاقتها بصراع الأدوار لدى الزوجة العاملة، مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر- الوادي.
- 7/السعيد فيطس(2024) المرأة العاملة والعلاقات الأسرية بين الأدوار المهنية والعائلي، Revue Algérienne de Finance Islamique Vol 2 ، جامعة عباس لغرور خنشلة، مخبر المجتمع والأسرة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية جامعة باتنة الجزائر
- 8/بن الصافي (2017)دراسة تقييمية لطرق تقدير صدق وثبات أدوات جمع المعطيات في أطروحات دكتوراه علم النفس وعلوم التربية بجامعة الجزائر 2
- 9/ بدر، فائقة محمد(2008) علاقة الخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب بالصلابة النفسية لدي معلمات المرحلة المتوسطة ، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية

- 10/بليبوض لامية , حرقاس وسيلة (2020) صراع الدور لدى المرأة العاملة وتأثيره على علاقتها بالأسرة
- 11/بن العربي فاطمة, عمومن رمضان (2021) الصلابة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة &quot;دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية, مجلة العلوم الإسلامية والحضارة,جامعة عمار ثليجي, الأغواط, مخبر الصحة النفسية, الجزائر
- 12/دراسة ميدانية بالمؤسسات الاستشفائية لولاية قالمة, مجلة الأكاديمية للبحوث في العلوم الاجتماعية جامعة 8ماي 1945 قالمة الجزائر
- 13/جديدأحلام(2018) علاقةالصلابةالنفسية بالدافعية للتعلم, مخبرعلم النفس وجودةالحياة,مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الأتجتماعية ,جامعة قاصدي مرباح ورقلة الجزائر
- 14 / حدة يوسفى,(2013) الصلابة النفسية ودورها الوقائي من الضغوط النفسية, مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية, جامعة باتنة.
- 15/حراث علي( 2019 )، الصلابة النفسية وعلاقتها باست ا رتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه تخصص ارشاد وتوجيه، جامعة ورقلة، الجزائر.
- 16/حنان بشته , تعيم بوعموشة (2020)الصدقوالثبات في البحوث الاجتماعية ,مجلة دراسات في دراسة الانسان والمجتمع , جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل
- 17/خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي (2012) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوفين دراسيا و العاديين بمدينة مكة المكرمة ,اطروحة الماجستير , جامعة أم القرى
- 18/خيرة شويطر أ.د. نادية يوب مصطفى الزقاي,(2015) الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران, دراسات نفسية و تربوية, مخبر تطوير الممارسات النفسية و التربوية, جامعة وهران.
- 19/دليلة زميت (2018)علاقة الصلابة النفسية والذكاء الإنفعالي وإدراك الضغط النفسي بمستوى الصحة النفسية لدى الشباب البطل دراسة ميدانية بمدينة بوسعادة المسيلة ولاية, أطروحة مكملة

- لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس الاجتماعي ,جامعة الجزائر 2
- 20/ راضي زينب نوفل أحمد (2008) الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ,أطروحة الماجستير ,جامعة الإسلامية
- 21/سالم أحمد على المشاي (2014) الصلابة النفسية و الضغوط الحياتية واساليب مواجهتها لدى عينة من الطلاب اللبيين الدراسين في جامعة دمياط اطروحة ماجستير , جامعة المنصورة كلية الاداب , قسم علم النفس
- 22/سلمان، سعد. (2019). منهجية البحث العلمي (ط. 1). دار أسامة
- 23/سمير لعربي (2024) الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة المرتبطة بالصحة لدى مرضى السكري دراسة مقارنة بين مرضى السكري نمط 1 و نمط 2 , أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه, جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
- 24/ شريف أبو شادي (2022) دراسة مشكلات الأم العاملة في رعاية أطفالها-إدارة المعرفة-حكومة الشارقة دائرة الخدمات الاجتماعية
- 25/عبد الله قلوب (2017) منهجة البحث العلمي , دروس في منهجية البحث العلمي , جامعة الشلف الجزائر
- 26/عباوي الزهرة , (2019) الأم العاملة وتحديات النسق الاجتماعي. دراسة ميدانية لعينة من الأمهات العاملات في مختلف القطاعات مجلة دراسات في علوم الانسان والمجتمع , جامعة جيجل.
- 27/ عباوي الزهرة(2019): واقع الأم العاملة في المجتمع الجزائري، دراسة ميدانية لعينة من الأمهات العاملات في مختلف القطاعات بالمدينة، النفسية والاجتماعية.
- 28/علي حراث (2020) الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا بجامعة عمار ثليجي دراسة ميدانية بمدينة الأغواط ,أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه
- 29/مليكة الحاج يوسف, (2003) آثار عمل الأم على تربية أطفالها دراسة ميدانية لبعض الأمهات العاملات بمدينة "؛ الشارقة رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع جامعة الجزائر

- 30/فاطمة الزهراء جنيدي. سلامي باهي (2024), الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية 'مجلة العلوم الاجتماعية', مخبر الصحة النفسية, جامعة الأغواط الجزائر
- 31/مليكة الحاج يوسف(2005)آثار عمل الأم على تربية أطفالها، دراسة ميدانية لبعض الأمهات العاملات بمدينة الشارقة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية قسم علم الاجتماع
- 32/ مليكة الحاج يوسف(2005)آثار عمل الأم على تربية أطفالها، دراسة ميدانية لبعض الأمهات العاملات بمدينة الشارقة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية قسم علم الاجتماع
- 33/مهدي عناد العوض (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي, رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس التربوي, جامعة دمشق
- 34/مسعودة بن السائح,(2019) الصلابة النفسية لدى العاملات بمدرسة المعاقين سمعيا بالأغواط, مجلة التمكين الاجتماعي مجلة فصلية دولية أكاديمية محكمة, جامعة عمار ثليجي، الأغواط، الجزائر.
- 35/محمد عودة (2010 )، الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمكانية الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، ماجستير إرشاد نفسي، الجامعة الإسلامية بغزة.
- 36/مريم عبد الله محسن ناصر الحسيني (2022) الأسرة وتكوين سمة الصلابة النفسية لدى الأبناء,المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ,جامعة المنصورة
- 37/يوسف بن سيف الرجبي ومحمد عبدالحميد الشيخ حمود(2018) الصلابة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم ما بعد الأساسي بمحافظة جنوب الباطنة وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية,مجلة الدراسات التربوية والنفسية , جامعة السلطان قابوس.
- 38/عدواني حنان(2022),اساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالصلابة النفسية والأمن النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة

# قائمة الملاحق



جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية



المعلومات الشخصية

1: الأقدمية في العمل:

أقل من 5 سنوات  من 5 إلى 10 سنوات  من 10 سنوات أكثر

2: السن:

أقل من 30 سنة  من 30 سنة إلى 40 سنة  أكثر من 40 سنة

عدد الأطفال تحت الكفالة:

طفل واحد  طفلان  ثلاثة أطفال أو أكثر

الرقم	العبرة	تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	لا تنطبق أبداً
1	مهما كانت التحديات، أستطيع التوفيق بين مسؤولياتي			
2	أستطيع اتخاذ قراراتي التربوية والمهنية بثقة			

## قائمة الملاحق

			أجدمتعة في مواجهة التحديات اليومية في تربية أبنائي وتدريس تلاميذي	<b>3</b>
			التزم بقيم تربوية ومهنية تساعدني في بناء جيل واعي	<b>4</b>
			أضع خططاً واقعية لتحقيق أهدافي كأمو معلمة وأعمل جاهدة لتنفيذها.	<b>5</b>
			اقتحم المشكلات لحلها ولا انتظ رحدوثها	<b>6</b>
			أستثمر وقتي في أنشطة ذات معنى تربوي ومهني	<b>7</b>
			أؤمن بأن نجاحي يعتمد على جهودي المستمرة	<b>8</b>
			لدى فضول ورغبة في تطوير مهاراتي التربوية والتعليمية	<b>9</b>
			اعتقد إن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله.	<b>10</b>
			أرى في كل يوم فرصة للتعلم والنمو، وليس مجرد عمل وليس روتين فقط	<b>11</b>
			أستمتع بمواجهة التحديات التربوية والتعليمية، وأعتبرها فرصاً للتطور.	<b>12</b>
			لدى قيم ومبادئ معنية التزم بها وأحافظ عليها.	<b>13</b>
			أتعلم من أخطائي وأسعى لتطوير نفسي باستمرار.	<b>14</b>
			لدى قدرة علي المثابرة حتى انتهى من حل إي مشكلة تواجهني.	<b>15</b>
			لدي أهداف واضحة ومحددة أسعى لتحقيقها في حياتي	<b>16</b>
			اعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيطي.	<b>17</b>
			أشعر بأنني قادرة على مواجهة التحديات والمشكلات	<b>18</b>

## قائمة الملاحق

			أحرص على المشاركة في الأنشطة التي تفيد أبنائي وتلاميذي والمجتمع	<b>19</b>
			أؤمن بأن العمل الجاد والتخطيط هما مفتاح النجاح في حياتي	<b>20</b>
			أتعامل مع التغيرات المفاجئة في حياتي بمرونة وثبات.	<b>21</b>
			أقدم الدعم لأبنائي و تلاميذي وزملائي عند مواجهة المشكلات	<b>22</b>
			أؤمن بقدرتي على التأثير في مجرى حياتي من خلال قراراتي وأفعالي.	<b>23</b>
			أستمتع بإيجاد حلول للتحديات التي تواجهني في تربية أبنائي وتدريس تلاميذي	<b>24</b>
			اعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها	<b>25</b>
			الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.	<b>26</b>
			اعتقد إن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي علي المثابرة.	<b>27</b>
			اهتمام بينفسى لا يترك لي فرصة للتفكير في اشئ آخر.	<b>28</b>
			اعتقد إن سوء الحظ يعود الي سوء التخطيط	<b>29</b>
			لدى حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط حولي	<b>30</b>
			أبادر بعمل أي شي يعتقد انه يخدم أسرتي أو مجتمعي.	<b>31</b>
			أؤمن بأن لدى القدرة على التأثير في مجريات حياتي	<b>32</b>
			أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدراتي علي حلها.	<b>33</b>

## قائمة الملاحق

			اهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث.	<b>34</b>
			اعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوة خارجية لا سيطرة لهم عليها	<b>35</b>
			الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.	<b>36</b>
			الحياة بكلما فيها لا تستحق انحيائها.	<b>37</b>
			أؤمن بأن العملا لجاد والتخطيط هما أساس النجاح في تحقيق أهدافي	<b>38</b>
			أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية.	<b>39</b>
			أشعر بالمسؤولية تجاه أبنائي وتلاميذي وأسعى لتقديم الدعم والمساعدة لهم	<b>40</b>
			أؤمن بقدرتي على التأثير الإيجابي في حياة أبنائي وتلاميذي من خلال عملي وتعاملي معهم	<b>41</b>
			أتعامل مع التغييرات في حياتي بثقة ومرونة، وأبحث عن الفرص التي تحملها.	<b>42</b>
			أهتم بتنمية وعي تلاميذي بقضايا المجتمع والوطن، من خلال المشاركة في الأنشطة التربوية التي تعزز ذلك	<b>43</b>
			أخطط لمهام يومسؤولياتي كأ م ومعلمة، وأسعى لتحقيق التوازن بينهما.	<b>44</b>
			التغير هو سنة الحياة والمهم وهو القدرة علي مواجهته بنجاح.	<b>45</b>
			أتمسك بقيمي ومبادئ الأساسية، وأسعى لتطبيقها في حياتي	<b>46</b>
			أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.	<b>47</b>



## قائمة الملاحق

DESCRIPTIVES VARIABLES=الصلابة النفسية  
/STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.

## Descriptives

### Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
الصلابة النفسية	27	50,00	92,00	70,7778	9,43534
N valide (liste)	27				

T-TEST

/TESTVAL=47

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=الصلابة النفسية

/CRITERIA=CI (.95).

## Test T

### Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الصلابة النفسية	27	70,7778	9,43534	1,81583

### Test sur échantillon unique

Valeur de test = 47

	T	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
الصلابة النفسية	13,095	26	,000	23,77778	20,0453	27,5103

ONEWAY الصلابة النفسية BY الاقدمية

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

## Unidirectionnel

### Descriptives

الصلابة النفسية

	N	Moyenn e	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
سنوات 5 اقل من	6	71,3333	11,86030	4,84195	58,8867	83,7800	56,00	92,00
10 الى 5 من	11	69,5455	9,22349	2,78099	63,3490	75,7419	52,00	82,00
10 اكثر من	10	71,8000	9,01604	2,85112	65,3503	78,2497	50,00	81,00
Total	27	70,7778	9,43534	1,81583	67,0453	74,5103	50,00	92,00

### ANOVA

الصلابة النفسية

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	29,006	2	14,503	,152	,860
Intragroupes	2285,661	24	95,236		
Total	2314,667	26			

ONEWAY الصلابة النفسية BY السن  
/STATISTICS DESCRIPTIVES  
/MISSING ANALYSIS.

## Unidirectionnel Descriptives

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
سنة 30 اقل من	2	67,5000	2,12132	1,50000	48,4407	86,5593	66,00	69,00
40 الى 30 من	11	74,6364	10,13186	3,05487	67,8297	81,4430	56,00	92,00
40 اكثر من	14	68,2143	8,79841	2,35148	63,1342	73,2943	50,00	81,00
Total	27	70,7778	9,43534	1,81583	67,0453	74,5103	50,00	92,00

### ANOVA

الصلابة النفسية

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	277,264	2	138,632	1,633	,216
Intragroupes	2037,403	24	84,892		
Total	2314,667	26			

الکفالة BY الصلابة النفسية ONEWAY  
/STATISTICS DESCRIPTIVES  
/MISSING ANALYSIS.

## Unidirectionnel Descriptives

الصلابة النفسية

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
طفلواحد	2	69,5000	4,94975	3,50000	25,0283	113,9717	66,00	73,00
2 طفل	8	70,0000	9,94269	3,51527	61,6877	78,3123	52,00	82,00
3 او اكثر	17	71,2941	9,95468	2,41436	66,1759	76,4123	50,00	92,00
Total	27	70,7778	9,43534	1,81583	67,0453	74,5103	50,00	92,00

## ANOVA

الصلابة النفسية

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	12,637	2	6,319	,066	,936
Intragroupes	2302,029	24	95,918		
Total	2314,667	26			

## Récapitulatif de traitement des observations

	N	%
Observations Valide	30	100,0

Exclue <sup>a</sup>	0	,0
Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

## Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,896	47

## Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,896
		Nombre d'éléments	23 <sup>a</sup>
	Partie 2	Valeur	,710
		Nombre d'éléments	24 <sup>b</sup>
Nombre total d'éléments			47
Corrélation entre les sous-échelles			,749
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,919
	Longueur inégale		,899
Coefficient de Guttman			,889

## Fiabilité

Echelle : ALL VARIABLES

## Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclue <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

## Test T

## Statistiques de groupe

	VAR00047	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne standard	erreur
الصلابة_ النفسية_ الصلابة	1,00	11	74,8630	4,32394	1,52874	
	,00	11	58,8750	5,81715	2,05667	

		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral )	Différence moyenne	Différen ce erreur standar d	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	Infé rieur	Supérieur
الصلابة_ النفسية_ الصلابة	Hypothès e de variances égales	1,696	,214	7,414	14	,000	19,00000	2,56261	13, 503 75	24,49625	
	Hypothès e de variances inégaies			7,414	12,926	,000	19,00000	2,56261	13, 460 60	24,53940	