



تقييم الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعتي الموصل ، ودهوك
(دراسة مقارنة)

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

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

ABSTRACT

Psychological evaluation of students of the College of Physical Education and Sports Science for the universities of Mosul and Dohuk (A comparative study)

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

are that there are significant differences between female students and in favor of the University of Mosul

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث :

يعتبر الطلبة ركن العملية التعليمية لذلك فالاهتمام بهم ودراسة الضغوط التي يواجهها مهما، فالعملية التدريسية مبنية على اركان ثلاث من أهمها الطلبة، والاعباء التي تقع على عاتق الطلبة تتطلب المزيد من البحث والحاجة إلى التركيز على المتغيرات المدعمة لقدرة الطلبة على المواجهة الفعالة وعوامل المقاومة والمتغيرات النفسية والبيئية المرتبطة دائماً بالحالة النفسية للطلبة في مواجهة الظروف التي يتعرض لها الطلبة. إذا تعد "الصلابة النفسية من أهم المتغيرات الوقائية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات والتي يحقق وجودها لدى الفرد أهمية كبرى في التحكم في الظروف المحيطة وتحقيق التحدي المطلوب" (صلاح الدين وعبد الحميد، ٢٠٠٥، ٧٠٨).

يعد متغير الصلابة النفسية من المتغيرات الهامة التي ينبغي استحضارها حين الحديث عن مقاومة الضغوط التي يتعرض لها الفرد ويشير (البهاص ٢٠٠٢) "إلى أن الصلابة النفسية باعتبارها مصدراً من المصادر الشخصية الذاتية المقاومة للآثار السلبية لم يكن الاهتمام بها على المستوى المطلوب". (البهاص ٢٠٠٢، ١١٣)

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

١-٢ مشكلة البحث:

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



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

بنية الصلابة النفسية للطالبات من جهة ، واستكشاف مستواها لدى العينة البحث من جهة ثانية ، من هنا برزت مشكلة البحث في التساؤل التالي:

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

٣-١ اهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على :

١- درجة ومستوى الصلابة النفسية لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في كل من جامعة الموصل وجامعة دهوك .

٢- التعرف على درجة الاختلاف في الصلابة النفسية بين طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك .

٤-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري: طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك.

١-٥-٢ المجال الزماني : للفترة من (١/١/٢٠٢٠ لغاية ٣/٤/٢٠٢٠)

١-٥-٣ المجال المكاني :العراق ، قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك.

١-٥-٥ تحديد المصطلحات:

١-٥-١ الصلابة النفسية : تعرفها " (Kobssa) « بأنها سمة من سمات الشخصية تتكون من الالتزام والتحكم والتحدي ، وهي أحد مؤشرات الصحة التي تعتمد على الشخصية الوجودية ، كما تعد كقياس لميول واتجاهات الفرد في محاولة لوجود عاقلة مترابطة بين نفسه وعالمه الخارجي ، وليست مجرد تصلب أو تحكم للضغوط ، بل هي قوة لغرس طريق للفرد في ظل الظروف المحيطة ، و الخوض في احداث الحياة الضاغطة ، والقدرة على فهم الظروف المحيطة بالفرد لاتخاذ قرار (Kobssa.1982.45) () "

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

١-٢ الدراسات النظرية:

1-1-2 مفهوم الصلابة النفسية : يعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا ، وتعد من الخصائص النفسية المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة و المتتالية بنجاح و ولقد باتت الدراسات في السنوات القليلة الماضية البحث و دراسة و علاقتها بضغط الحياة المختلفة في إطار الصحة النفسية.



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة
للمؤتمرات والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

وكانت كوبازا (Kobaza) من أوائل من اهتم بمصطلح الصلابة النفسية حيث لاحظت الإحباطات و الضغوط و لذلك فقد كانت ترى أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم و يحققون ذواتهم وليس على المرضى و وقد اشتقت كوبا از (Kobaza) مصطلح الصلابة النفسية متأثر بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة والذي يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي ويرى ان دافعية أساس البحث المستمر النامي عن المعنى و الهدف من الحياة (Kobssa.1982.22)

٢-١-٢ أبعاد الصلابة النفسية :

أولاً - الالتزام:

يشير إلى إحساس الفرد بروح تحمل المسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم العائلية والاجتماعية والمهنية .

أنواع الالتزام:

١-الالتزام الديني :

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

٢- الالتزام الأخلاقي :

هو التزام الفرد بالقيم ، والأخلاقيات التي ترجع في الأصل إلى الأديان والعقائد ومن ثم الأخلاقيات التي يجب أن يلتزم بها الأفراد في المجتمع المسلم مصدرها القرآن والسنة. (أبو ندى

٢٠٠٧، ٣٢)

٣- الالتزام القانوني :

هو اعتقاد الفرد بضرورة الانصياع للقواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبراً بواسطة السلطة المختصة في حالة خروج عنها ، أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع .

(عباس ، ٢٠١٠ ، ٢٩٠)

ثانياً: التحكم:

ويقول مخيمر بأن التحكم هو اعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث وأنه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته ، وأنه يتضمن القدر على اتخاذ القرارات ، و الاختيار بين البدائل ،

وتفسير وتقدير الأحداث المواجهة الفعالة. (مخيمر ، ٢٠٠٢ ، ١٤)



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

ثالثا : التحدي:

عرفه (يوسف ، ٢٠١٣) بأنه تلك الاستجابة المنظمة التي تنشأ ردا على متطلبات البيئة وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع من وتصف بأنها استجابات فعالة.(يوسف ، ٢٠١٣ ، ٦٧)

بينما عرفه مخيمر بأنه اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته ، وهو أمر مثير وضروري للنوم أكثر من كونه تهديدا مما يساعد على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية ويظهر التحدي في اقتحام المشكلات لحلها والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عن مواجهة المشكلات .
(عثمان ، ٢٠٠١ ، ٢١٠)

٢-٢ الدراسات السابقة والمشابهة:

٢-٢-١ دراسة الصلابة النفسية و علاقتها بمركز الضبط لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة على عينة من الحقوق وعلم النفس و البيولوجي

هدفت الدراسة : للتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين وكذا التعرف على أنماط مركز الضبط ، كما هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية ومركز الضبط ، كما هدفت الدراسة الى التحقق من وجود فروق بين الطلبة في الصلابة و مركز الضبط وتعزى لمتغير الجنس و السن و التخصص و المستوى الدراسي و نمط الإقامة والحالة الاجتماعية. وتحددت أداة الدراسة : بمقياس الصلابة النفسية (عماد مخيمر) (مقياس الضبط) (عماد الدين كفاقي) وتمثلت عينة الدراسة : من (٣٣٠) طالب و طالبة من ٣ تخصص بجامعة زيان عاشور -الجلفة- و هي الحقوق و البيولوجي و علم النفس و تم اختيارهم قسديا) وأظهرت نتائج الدراسة وجود عالقة ارتباطية قوية بين الصلابة النفسية و مركز الضبط ، كما أظهرت النتائج كذلك وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير الجنس في كل من الصلابة و مركز الضبط ، وأظهرت أيضا عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الصلابة النفسية و مركز الضبط تعزى للمتغيرات السن و التخصص و المستوى الدراسي و الحالة الاجتماعية و نمط الإقامة (عينة ، ٢٠١٧ ، ٥) .
٣- إجراءات البحث :

٣-١ منهج البحث:

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

٢-٣ مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثل بطلبات كليتي البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك، والبالغ عددهن (٢١٠) طالبة، في حين تم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية المنتظمة والبالغة (١٠٠) طالبة وبنسبة مئوية مقدارها (٤٨%) من المجتمع الكلي لملائمتها لطبيعة البحث.

٣-٣ وسائل جمع المعلومات

١-٣-٣ تحليل المحتوى

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

٢-٣-٣ المقياس :

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الصلابة النفسية من إعداد "العسود" (٢٠١١) ، يتكون من (٣٨) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد (الالتزام ، والتحكم ، والتحدي) ، منها (١٣) فقرة تقيس الالتزام وهي الفقرات من (١٣-١) و (١٣ فقرة) تقيس التحكم وهي الفقرات من (١٤ - ٢٦) و (١٢) فقرة تقيس التحدي وهي (٢٧-٣٨) وقد استخدم المقياس الثلاثي (تنطبق دائماً/ ٣

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

، جميع بنود الدراسة باعتبارها فقرات ايجابية باستثناء الفقرات (٧ ، ٨ ، ١٣ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢٥ ، ٣٥ ، ٣٨ ،) فقد تم عكس الإجابة .

٥-٣ الشروط العلمية للمقياس :

١-٥-٣ صدق المحكمين (الخبراء) :

على الرغم من تمتع المقياس الحالي بدرجة عالية من الصدق والثبات من خلال الإجراءات العلمية إلا أن الباحثون عمدوا إلى القيام بعدد من المعاملات العلمية للمقياس والتي منها (صدق الخبراء) للمقياس وهو احد أنواع الصدق ويعني " مدى تمثيل الاختبار للمحتوى المراد قياسه "،(العساف ، ١٩٩٥ ، ٤٤) إذ تم عرض فقرات المقياس بصورته الأولية على عدد من السادة ذوي الخبرة في مجال العلوم النفسية ، ومجال القياس والتقييم ، وعلم النفس الرياضي إذ طلب منهم إبداء الرأي * والاختصاص حول مدى صلاحية مجالات وفقرات المقياس لتقويمها ، والحكم على مدى ملائمتها للمجال الذي وضعت لأجله ، وأجراء التعديلات المناسبة من خلال (حذف أو إعادة صياغة أو إضافة بعض المجالات أو عدد من الفقرات) ، وبما تتلاءم ومجتمع البحث ، فضلا عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة ، أو إضافة وتحديد بدائل للإجابة يرونها مناسبة

للمقياس ، إذ يشير (عويس) إلى انه " يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار ، فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه ، يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء " ، ويعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس .
(عويس ، ١٩٩٩ ، ٥٥)

وبعد تحليل استجابات وملاحظات السادة الخبراء تم استخراج صدق الخبراء من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول صلاحية فقرات المقياس ، إذ تم قبول الفقرات التي اتفق عليها (٩٠ %) فأكثر من أراء الخبراء ، إذ أن "على الباحث أن يحصل على نسبة اتفاق للخبراء في صلاحية الفقرات ، وإمكانية إجراء التعديلات بنسبة لا تقل عن (٧٥ %) ، " (بلوم وآخران ، ١٩٨٣ ، ١٢٦) .
٣-٥-٢ ثبات المقياس

تم الاعتماد على طريقة اعادة الاختبار كأجراء علمي للتحقق من الثبات، إذ تم توزيع المقياسان على (٢٠) طالبةً من خارج عينة البحث، وبواقع (١٥) طالبة من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل و(١٥) طالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة دهوك، وبعد مرور اسبوعين تم اعادة توزيعه على المجموعة نفسها، وتم استبعادهم من عينة البحث، ويؤكد ((Adams إلى أن المدة بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني يجب ان لا يتجاوز اسبوعين او ثلاثة أسابيع.
وبعد جمع البيانات تم معالجتها احصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط فظهرت قيمة معامل الثبات (٠,٨٠) وهذا يدل على تمتع المقياس بثبات عالٍ.

٣-٦-١ التجربة الاستطلاعية:

من اجل الحصول على البيانات الخاصة بعينة البحث لابد من التأكد أولاً من سلامة المقياس وملائمته وطرائق اجرائه وترتيب فقراته وقياسها تم اجراء تجربة استطلاعية لتحقيق بعض الاهداف العلمية والادارية. اجريت هذه التجربة بتاريخ (٢٠٢٠/٢/١٢)، على عينة من الطلبة والبالغ عددهم (١٠) طالبات والغرض منها التعرف إلى بعض الأهداف العلمية والإدارية وهي :

- تسلسل الفقرات .
- السلبيات التي تحدث في جمع المعلومات.
- التعرف إلى استجابة عينة البحث في الاجابة عن الفقرات.
- ملائمة مفتاح التصحيح للإجابات.
- الزمن المستغرق للإجابة.



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة / المجلد الثاني
نيسان ٢٠٢٠ / ٢٠٢٠

٣-٦-٢ التجربة النهائية:

بعد اكتمال الشروط العلمية للمقياس والتأكد من صلاحيته وملائمته لعينة البحث، تم توزيع المقياس على عينة البحث في (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، في جامعتي الموصل ودهوك) بتاريخ (١٠/٢/٢٠٢٠ م ولغاية ٢٠/٢/٢٠٢٠ م).

٣-٧ الوسائل الإحصائية:

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

٤-٤ عرض وتحليل النتائج مناقشتها:

٤-١ عرض وتحليل النتائج:

٤-١-١ عرض وتحليل الدرجات والمستويات لمحاور الصلابة النفسية

١ - محور الالتزام

الجدول (١)

يبين الدرجات والمستويات المعيارية لمحور الالتزام للصلابة النفسية

| الدرجة | العدد | | الدرجة | ت | |
|--------|-------|--------|--------|----|----------|
| | دهوك | الموصل | | | الموصل |
| ١ | ٤١-٤٣ | ٣٣-٣٥ | ٠ | ٢ | امتياز |
| ٢ | ٣٨-٤٠ | ٣٠-٣٢ | ٣٤ | ١٨ | جيد جدا |
| ٣ | ٣٥-٣٧ | ٢٧-٢٩ | ٢٠ | ٢٠ | جيد |
| ٤ | ٣١-٣٣ | ٢٤-٢٦ | ١٠ | ٢٥ | متوسط |
| ٥ | ٣٠-٣٢ | ٢٣-٢٥ | ١٠ | ١٥ | مقبول |
| ٦ | ٢٧-٢٩ | ٢٠-٢٢ | ١٦ | ٥ | ضعيف |
| ٧ | ٢٤-٢٦ | ١٧-١٩ | ١٠ | ١٥ | ضعيف جدا |



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

يتبين من الجدول (١) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (جيد جدا) والبالغ عددهن (٣٤) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد لطالبات جامعة دهوك في المستوى المتوسط والبالغ عددهن (٢٥) طالبة .

٢-محور التحكم

الجدول (٢)

يبين الدرجات والمستويات المعيارية لمحور التحكم للصلابة النفسية

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

يتبين من الجدول (٢) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (جيد جدا) والبالغ عددهن (٣٠) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد لطالبات جامعة دهوك في المستوى الجيد جدا والجيد والبالغ عددهن (٢٥) طالبة .

٣-محور التحدي

الجدول (٣)

يبين الدرجات والمستويات المعيارية لمحور التحدي للصلابة النفسية



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة / المجلد الثاني
نيسان ٢٠٢٠ / ٢٠٢٠

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

يتبين من الجدول (٣) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (الجيد) والبالغ عددهن (٥٥) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد لطالبات جامعة دهوك في المستوى الجيد والبالغ عددهن (٤٥) طالبة .

٤- محور الصلابة النفسية الكلي

الجدول (٤)

يبين الدرجات والمستويات المعيارية للصلابة النفسية لعينة البحث

| المستوى | العدد | | الدرجة | | ت |
|---------|-------|--------|--------|---------|---|
| | دهوك | الموصل | دهوك | الموصل | |
| امتياز | 0 | 0 | 92-105 | 112-121 | 1 |
| جيد جدا | 11 | 17 | 83-91 | 102-111 | 2 |
| جيد | 45 | 50 | 76-82 | 92-101 | 3 |
| متوسط | 20 | 18 | 67-75 | 81-91 | 4 |



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة / المجلد الثاني
٢٢-٢١ نيسان ٢٠٢٠ /

| | | | | | |
|---|-------|-------|---|----|----------|
| 5 | 72-82 | 58-66 | 4 | 10 | مقبول |
| 6 | 63-73 | 49-57 | 5 | 10 | ضعيف |
| 7 | 54-64 | 48-56 | 6 | 4 | ضعيف جدا |

يتبين من الجدول (٤) ان اغلب عينة البحث لطالبات جامعة الموصل تقع في المستوى (الجيد) والبالغ عددهن (٥٠) طالبة ، بينما ظهر اعلى عدد طالبات جامعة دهوك في المستوى الجيد والبالغ عددهن (٤٥) طالبة .

٤-١-٢ عرض وتحليل المعالم الإحصائية للصلابة النفسية لعينة البحث (طالبات جامعتي الموصل ودهوك

(
الجدول (٥)

يبين المعالم الإحصائية ودلالة الفروق لمقياس الصلابة النفسية لعينة البحث مجتمعة

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

● دال تحت مستوى دلالة (٠,٠٥)

من الجدول (٥) تبين بان هناك توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محوري (الالتزام والتحدي) والدرجة الكلية للصلابة النفسية حيث بلغت مستوى الدلالة على التوالي (٠,٠٦٢ - ٠,٠٠٧ - ٠,٠٠٦) وهي اكبر من (٠,٠٥) ولصالح طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل ، بينما ظهرت لدينا انه لا

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في محور التحكم حيث بلغت الدلالة الإحصائية (٠,٠٣) وهي اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥) .

٤-٢ مناقشة النتائج :

من خلال عرض وتحليل النتائج يتبين ان اغلب طالبات جامعتي الموصل ودهوك لديهن مستوى جيد من الصلابة النفسية ويعزو ذلك الى ان طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتمتعن بالقدرة على ادراك ما تقدمه وتوفره اغلب المواد الدراسية والنشاطات الرياضية سواء ان كانت الصفية او اللاصفية من خدمات لهن ، مما يخلق لديهن قدرة على التحكم والالتزام والتحدي لمواجهة الظروف . وهذا ما يزيد من دافعية الطالبات للاستفادة مما يتوفر لديهن في مواجهة التحديات وزيادة الكفاءة الذاتية والتميز والتفوق. ويذكر (مخيمر ، ١٩٩٦) " ان المضمون النظري لمفهوم الصلابة النفسية يشير إلى أن ذوي الصلابة المرتفعة يتسمون بالالتزام وهو شعور الفرد بضرورة تحمله لمسؤولياته

الذاتية تجاه المحيطين به في الوسط الأسري والمهني والاجتماعي " (مخيمر ، ١٩٩٦ ، ٩٦).

وأظهرت النتائج في محوري الالتزام والتحدي والدرجة الكلية للصلابة النفسية بين طالبات كليتي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعتي الموصل ودهوك ولصالح طالبات جامعة الموصل، كما ويعزى كذلك للظروف التي مرت بيها طالبات جامعة الموصل من انقطاع للدوام الرسمي طيلة فترة سقوط محافظة نينوى نتيجة العمليات الإرهابية مما خلق رغبة وتحدي من قبل الطالبات على مواجهة الظروف والضغوط النفسية وتحديها. وذكر (Kosbasa ، ١٩٨٢) " أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد واعتباره موقفا قابلا للتعايش الأساسي لنظريتها والقائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمرا ضروريا بل حتمي لا بد منه لارتقاء بالفرد و نضجه الانفعالي والاجتماعي وأن المصادر النفسية و الاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث ،ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية و أبعاد الثلاثة و هي الالتزام والتحكم و التحدي " . (Kosbasa ، ١٩٨٢.١١))

٥- الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

٥-١ الاستنتاجات:

٥-١-١ يتمتع اغلب طالبات جامعتي الموصل ودهوك بالصلابة النفسية.



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

٥-١-٢ يتمتع طالبات جامعة الموصل في محور الالتزام بمستوى جيد جدا وطالبات جامعة دهوك بمستوى متوسط .

٥-١-٣ اغلب طالبات جامعتي الموصل ودهوك بمستوى جيد جدا بمحور التحكم .

٥-١-٤ تفوق طالبات جامعة الموصل بمحور التحدي وبمستوى جيد .

٥-١-٥ هنالك اختلاف بدرجة ومستوى الصلابة النفسية بين طالبات جامعتي الموصل ودهوك بمحوري (الالتزام والتحدي) .

٥-٢ التوصيات والمقترحات :

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

٥-٢-١ ضرورة الاهتمام بالدراسات والبحوث التي تخص الصلابة النفسية.

٥-٢-٢ ضرورة ان تتضمن المناهج الدراسية في كافة المراحل والتخصصات التركيز على الخبرات والمهارات التي تنمي وتعزز الصلابة النفسية .

٥-٢-٣ يبقى المأمول هو مواصلة البحث عن اجزاء جديدة لمفهوم "الصلابة النفسية" وذلك بما يناسب أكثر العينات المدروسة، وفي إطار معطيات البيئة العراقية.

٥-٢-٤ ضرورة اقتراح برامج ارشادية تنمي الجوانب الإيجابية للطالبات كالصلابة النفسية، حتى تدعم مقاومتهن للضغوط.

٥-٢-٥ اجراء دراسة مماثلة لهذه الدراسة على عينة مختلفة .

المصادر العربية والاجنبية :

١- أبو ندى، عبد الرحمن. (٢٠٠٧) : الصلابة النفسية وعلاقتها بضغط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة.

٢- بلوم ، بنيامين وآخ ارن (١٩٨٣) : تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد امين المفتي وآخرون ، دار ماكرو هيل ، القاهرة ، مصر .

٣- البهاص، سيد أحمد (٢٠٠٢) : النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمين ومعلمات التربية الخاصة، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، العدد (٣١) مجلد (١) .

٤- صلاح الدين ، نهال وعبد الحميد ، هدى (٢٠٠٥) ، العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وادراك النجاح للاعبين الأنشطة الرياضية وذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة البحوث النفسية والتربوية . كلية التربية . جامعة المنوفية .



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

- ٥- عباس ، مدحت أطفاف (٢٠١٠) ، الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية . المجلة العلمية . كلية التربية بأسوان . جامعة جنوب الوادي .
- ٦- العسود، فضيلة. (٢٠١١) : مستوى الأمن النفسي والصلابة النفسية والعلاقة بينهما لدى النساء الفلسطينيات زوجات الأسرى في السجون الإسرائيلية في محافظة الخليل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.
- ٧- عثمان فاروق السيد،(٢٠٠١) ، القلق و إدارة الضغوط ط ١ دار الفكر العربي القاهرة.
- ٨- عينة ، ناريمان (٢٠١٧) ، الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجلفة ، الجزائر .
- ٩- عويس ، خير الدين علي احمد (١٩٩٩) : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة ،مصر .
- ١٠- العساف ، صالح بن حمد (١٩٩٥) : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، ط ١ ، مطبعة شركة العبيكان للطباعة والنشر الرياضي ، السعودية .
- ١١- مخيمر ، عماد (١٩٩٦) ، ادراك القبول / الرفض الوالدي و علاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين ج ٠٠ . القاهرة، مصر .
- ١٢- مخيمر، عماد (٢٠٠٢)، استبيان الصلابة النفسية، القاهرة ،مكتبة انجلوا المصرية .
- ١٣- 13- يوسف ،حدة (٢٠١٣) ،الصلابة النفسية و علاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من طلبة الجامعة، مجلة دراسات العدد ٢٤ ، الاغواط .

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



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

الملاحق

ملحق رقم (١)

جامعة الموصل /جامعة دهوك

عزيزتي الطالبة

تحية طيبة وبعد...

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

راجياً التكرم بالإجابة عن فقرات المقياس ووضع إشارة (X) أمام العبارة التي تتفق ووجهة نظرك.
شاكرين لكن جهودكن وأمانتكن العلمية وحرصكم على إنجاز هذه الدراسة، علماً أن إجابتك ستكون
سرية، ولا تشكل أي نوع من الاختبار، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

مع خالص شكرنا لحسن تعاونكم



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

| الفقرات | دائماً | احياناً | أبداً |
|---------|---|---------|-------|
| 1 | قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم. | | |
| 2 | أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله. | | |
| 3 | لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها. | | |
| 4 | يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها. | | |
| 5 | لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه. | | |
| 6 | أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة. | | |
| 7 | أعتقد أن "البعد عن الناس غنيمة". | | |
| 8 | اهتمامي بنفسني لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر. | | |



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

| | | | |
|----|---|--|--|
| 9 | أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي. | | |
| 10 | أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم. | | |
| 11 | أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث. | | |
| 12 | أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن. | | |
| 13 | أغير قيمي ومبادئني إذا دعت الظروف لذلك. | | |
| 14 | أخذ قراراتي بنفسني ولا تملى علي من مصدر خارجي. | | |
| 15 | أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه. | | |
| 16 | أعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيبي. | | |
| 17 | أعتقد أن الفشل يعود إلى سوء التخطيط. | | |
| 18 | أعتقد أن تأثيري ضعيف على | | |



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

| | | | | |
|--|--|--|---|----|
| | | | الأحداث التي تقع لي. | |
| | | | أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها. | 19 |
| | | | الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها. | 20 |
| | | | أؤمن بأن الهروب من المشكلة لا يؤدي إلى حلها. | 21 |
| | | | أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة روتينية. | 22 |
| | | | أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية. | 23 |
| | | | التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح. | 24 |
| | | | الحياة فرص وليست عملاً وكفاحاً. | 25 |



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

| | | | | |
|--|--|--|----|--|
| | | | 26 | أؤمن بأن حل المشكلات يكون بالتفكير فيها وليس تجاهلها. |
| | | | 27 | مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي. |
| | | | 28 | أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها. |
| | | | 29 | عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدرتي على تنفيذها. |
| | | | 30 | أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها. |
| | | | 31 | نجاحي في أموري (عمل، دراسة..إلخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة. |
| | | | 32 | أستطيع مواجهة مشكلات الحياة المختلفة. |



وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة دهوك ومركز نون
للبحوث والدراسات المتخصصة ٢١-٢٢ نيسان ٢٠٢٠ / المجلد الثاني

| | | | | |
|--|--|--|----|--|
| | | | 33 | لدي قدرة على المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني. |
| | | | 34 | أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث. |
| | | | 35 | أستطيع التحكم في مجرى أمر حياتي. |
| | | | 36 | أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة. |
| | | | 37 | لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي. |
| | | | 38 | أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها. |