ISSN: 1812-0512 (Print) 2790-346X (online)

Waist Journal for Human Sciences

Journal Homepage: https://wjfh.uowasit.edu.iq/index.php/wjfh/en

Research article

Psychological Hardiness among Employees of the University of Duhok

Res. Aynda Abdulamir Jameel[1], Asst. Prof. Dr. Jihan Saeed Adel [2]

College of Basic Education, University of Duhok, Duhok, Kurdistan Region, Iraq[1-2]

ARTICLE INFO

Keywords: Psychological Hardiness, University of Duhok Employees, Professional Pressures.

***Correspondence author*:**

ayndaabdulamir@gmail.com

Jihan.adil@uod.ac

Received: 15 July 2026

Accepted: 31 **July** 2026

Accepted: 13 August 2026

Published: 01 **November** 2026

1812-0512 /© 2026 The Author(s). Published by Wasit Journal for Humanities Sciences, Wasit University. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

***Cite*:**

Jameel, A. A., & Adel, J. S. (2026). Psychological Hardiness among Employees of the University of Duhok. Wasit Journal for Human Sciences, 22(4/Pt1). https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss4/Pt1.2177

ABSTRACT

This study investigated the degree of psychological hardiness and its components (commitment, control, and challenge) among morning-shift employees at the University of Duhok (2025-2026) under professional pressures such as organizational stress and increased workload. Using a descriptive approach with a sample of 350 employees, data was collected using a 40-item tool with strong psychometric properties (test-retest reliability: 0.86; Cronbach's alpha: 0.89). Results showed that employees possess high psychological hardiness, with a mean score of 144.59, exceeding the hypothetical mean of 120. No statistically significant differences were observed based on gender. However, significant differences were found in other aspects (aged 47years above) and those with longer service (26 years above).

.

الصلابة النفسية لدى موظفي جامعة دهوك

الباحثة ئايندە عبدالامير جميل[1]، أ.م.د.جيهان سعيد عادل [2]
كلية التربية الأساسية، جامعة دهوك، دهوك، إقليم كوردستان، العراق[1-2]

المُستخلص

بحثت هذه الدراسة في مستوى الصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام، التحكم، والتحدي) لدى موظفي الدوام الصباحي بجامعة دهوك للعام الدراسي (2025–2026) في ظل بعض الضغوط المهنية كضغوط التنظيم وزيادة أعباء العمل. واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي على عينة أساسية بلغت 350 موظفاً وموظفة، وتم جمع البيانات باستخدام أداة قياس مكونة من 40 فقرة تتمتع بخصائص سيكومترية قوية، حيث بلغ معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار (0.86) وبمعامل ألفا كرونباخ (0.89). وأظهرت النتائج أن الموظفين يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية بمتوسط حسابي بلغ (144.59) وهو أعلى من المتوسط الفرضي (120). كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات الدلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس، في حين وُجدت فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير العمر لصالح الفئة (47 سنة فما فوق)، ولمتغير سنوات الخدمة لصالح الفئة (26 سنة خدمة فما فوق).

الكلمات المفتاحية :الصلابة النفسية ، موظفي جامعة دهوك ،الضغوط المهنية

التعريف بالبحث:

مشكلة البحث

تُعد الصلابة النفسية من المفاهيم التي تتضمن مجموعة من الصفات والمهارات التي تتيح للفرد أن يواجه الأزمات والأحداث السلبية بطريقة مرنة وإيجابية، ويستعيد توازنه النفسي بسرعة بعد التعرض للمشكلات و تحديات وتزخر بيئة العمل اليوم بكثير من التحديات و الضغوط و تؤثر على صحة الافراد الجسدية و النفسية داخل بيئة العمل، وخاصة في مؤسسات مثل مؤسسات التعليم العالي فالموظفين يواجهون العديد من الضغوطات المهنية، و خاصة فيما يتعلق بمسؤولياتهم الإدارية و الأكاديمية إذ أن طبيعة العمل في الجامعات تفرض عليهم تحديات متعددة تتطلب مرونة نفسية عالية، وقدرة على التكيف مع المتغيرات بسرعة وفعالية و من بين هذه المشاكل، يعاني العديد من الأقسام من نقص في الكوادر المؤهلة والمتخصصة، مما يضع ضغطًا كبيرًا على الموظفين الحاليين ويؤثر سلبًا على الأداء الإداري و الأكاديمي، كما تعاني بعض الإدارات من ضعف في التنظيم الإداري، مما يؤدي إلى تراكم الأعمال وتأخير إنجاز المهام، ويضعف التواصل بين الأقسام المختلفة، الأمر الذي ينعكس سلبًا على كفاءة العمل، علاوة على ذلك، تفتقر الجامعة إلى برامج تطوير مهني مستمرة تساهم في رفع قدرات الموظفين ومساعدتهم على مواكبة التغيرات والتحديثات في المجال الأكاديمي والإداري كل هذه المشاكل تؤدي إلى تأثيرات سلبية على الصلابة النفسية للموظفين، حيث يشعر العديد منهم بالإحباط والتوتر المستمر، مما يقلل من قدرتهم على التحمل والتكيف مع الضغوط.

تبرز مشكلة البحث من خلال سؤال الآتي :

هل يتمتع موظفي جامعة دهوك بالصلابة النفسية؟

أهمية البحث

الصلابة النفسية تعتبر عاملا مهماً للحماية من الأمراض الجسدية وايضاً الاضطرابات النفسية، ولتحقيق الصحة النفسية، أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الأحداث المؤلمة والضاغطة على الصحة النفسية فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون (عبد الرحمن، 1996، ص. 178) .و معلوم ان وجود الضغوط أمر حتمي يمر به كل فرد ، هذا يحتم أن يجد الفرد طريقة مناسبة في التعامل مع المشكلات الحياة و احباطاتها و هو ما يؤكد عليه ماركس في كتابته التعايش مع الخوف بقوله : و وحيث ان القلق جزءً لا مفر منه من الحياة ف من الفرض علينا أن نتعلم كيف نتوافق معه (الربيعي، 2026، ص ص. 2–3). ولذلك الصلابة النفسية تؤثر على أساليب المواجهة التي يختارها الإنسان عند مواجهة المشاكل، فالأشخاص الأكثر صلابة يفضلون الاعتماد على أنفسهم وتحمل المسؤولية، ويستخدمون التحكم الذاتي كوسيلة للسيطرة على ردود أفعالهم، يستفيد هؤلاء الأفراد بشكل أكبر من أساليب المواجهة المختلفة، مما يعزز قدرتهم على التعامل مع المواقف الصعبة بشكل إيجابي، فالصلابة النفسية تخلق نوعًا من الجدار الدفاعي النفسي الذي يساعد الإنسان على التكيف بشكل إيجابي مع الحياة، ويجعله ينظر إلى المستقبل بتفاؤل وأمل. هذا الجدار يسانده في مواجهة التحديات ويعزز ثقته في قدرته على التغلب على الصعوبات، مما يدعم استقراره النفسي ويحفزه على الاستمرار والتقدم في حياته (فرج، 2009، ص. 23) .

تكمن أهمية الصلابة النفسية في قدرتها على حماية الإنسان من تأثيرات الضغوط الحياتية المختلفة، فهي تساعد على تقليل آثار التوتر والقلق الناتجة عن الظروف الصعبة التي يمر بها الإنسان، عندما يكون الشخص صلبًا نفسيًا، فإنه يكتسب مرونة تساعده على التأقلم مع المشاكل والتحديات التي تواجه الفرد، ويمنحه الكفاءة على التغلب عليها بدلًا من الاستسلام أو الهروب منها ، و تلعب الصلابة النفسية دورًا هامًا في حماية الجسم من الأمراض الجسدية الناتجة عن التوتر، فهي تقلل من مستويات الضغط النفسي، مما يعزز الصحة العامة ويقي من بعض الأمراض التي ترتبط بالحالة النفسية السيئة، وتؤثر الصلابة النفسية أيضًا على الطريقة التي يُقيم بها الإنسان الأحداث التي يمر بها، حيث يستطيع تقييم المواقف بشكل أكثر موضوعية وواقعية، مما يسهل عليه التعامل معها بشكل فعال(إسماعيل والرشيدي، 2020، ص. 3).

وتتفق (كوبازا وفولكمان وايضا لازاروس) على الخصائص النفسية مثل الصلابة النفسية تؤثر في تقييم الفرد المعرفي للحدث الضاغط بما يشمله من تهديد لأمنه وصحته النفسية وتقديره لذاته، كما تلعب هذه الخصائص في تقييم الفرد الأساليب المواجهة مثل المشكلات، الهروب، التجنب المسؤولية، البحث عن المسائدة الاجتماعية، والتحكم الذاتي... الخ (عبد الرحمن، 1996، ص. 278). تكمن أهمية الصلابة النفسية في كونها الدرع السيكولوجي والجسدي الذي يقي الفرد من الانهيار أمام حتمية ضغوط الحياة ومتغيراتها المتسارعة فهي لا تقتصر

فقط على حماية الصحة النفسية من أوهام العجز والاضطرابات كاللقلق والاكتئاب، بل تتعدى ذلك لتكون متغيرًا معدلًا يمتص الآثار البيولوجية والفسيولوجية السالبة للتوتر، مما يُعزز كفاءة الجهاز المناعي ويحمي الجسم من الأمراض السيكوسوماتية وحيث تُحول نظرة الفرد للأزمات من كونها تهديدات كارثية إلى تحديات وفرص للنمو والتطوير وبذلك، فإن الصلابة النفسية تُزود الإنسان بمرونة سلوكية واستراتيجيات مواجهة إيجابية تُركز على حل المشكلات وتحمل المسؤولية والتحكم الذاتي، مما يحول دون اللجوء إلى حيل الهروب أو الإنكار، ويدعم استقراره النفسي ودافعيته للإنجاز والاستمرار بنجاح في مختلف مجالات الحياة.

لأهمية النظرية

1. فهم دور الصلابة النفسية كمصدر واق يخفف أثر الضغوط الحياتية.
2. إبراز كيفية دراية الفرد بالمخاطر وتقييمه للظروف الضاغطة.
3. توضيح العلاقة بين الصلابة واختيار السلوكيات الإيجابية كتحمل المسؤولية والتحكم الذاتي.

الأهمية التطبيقية

1. حماية الأفراد من الأمراض السيكوسوماتية والاضطرابات الناجمة عن التوتر.
2. إمكانية تصميم تدريبات نفسية لتنمية المهارات الدفاعية والتكيفية لدى الأفراد.
3. تمكين الأشخاص من تقييم المشكلات بمركزية وموضوعية والتكيف مع الأزمات بدلاً من الهروب.

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف الى:

1- الصلابة النفسية لدى عينة البحث.

2- دلالة الفروق في الصلابة النفسية لدى عينة البحث وفق المتغيرات الديموغرافية:

أ- الجنس (ذكر- انثى) .

ب- العمر (25-35) (36-46) (47-فما فوق).

ج- سنوات الخدمة (5-15) (16-25) (26 - فما فوق).

حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على جميع موظفي جامعة دهوك للعام الدراسي 2025-2026 للدوام الصباحي.

تعريف المصطلحات

الصلابة النفسية عرفها كل من:

عماد مخيمر (1996): هي نمط من الالتزام النفسي يلتزم به الشخص تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الشخص أنه قادر على تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها وان التغيرات التي تطرأ على حياته تعتبر فرصة للنمو أكثر من كونه تهديدا أو إعاقة له (مخيمر، 1996، ص. 284).

لامبيرت وياماس" :(2003)Lambert & yamase مجموعة من المعتقدات عن النفس في تفاعلها مع العالم من حولنا والتي تمدنا بالشجاعة وتحول التغيرات الضاغطة والمثيرة للقلق من مصادر للاضطراب إلى فرص محتملة(Lambert et al., 2003, p. 182)"

" 2006) :) Maddiمزيج من المواقف التي توفر الشجاعة والحافز للقيام بالعمل الاستراتيجي الجاد المتمثل في تحويل الظروف العصيبة من الكوارث المحتملة إلى فرص للنمو.(Maddi, 2006, p. 177)"

التعريف النظري للباحثة: تبنت الباحثة تعريف كوبازا (1979) Kobaza صفة رئيسية من صفات الشخصية، وهي اعتقاد الشخص بانه يستطيع استخدام جميع المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يفهم بفعالية أحداث الحياة الضاغطة والشاقة إدراكًا غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها بشكل إيجابي(Kobasa, 1979, p. 15)

تعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها موظفون من خلال اجاباتهم على مقياس الصلابة النفسية الذي وضعته الباحثة.

الأطار النظري والدراسات السابقة:

الإطار النظري

مفهوم الصلابة النفسية تعود إلى الباحثة الأمريكي (Kobasa Suzanne) أثناء إعدادها لأطروحة الدكتوراه تحت إشراف الأستاذ (Maddi) بجامعة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية، والتي أتمت دراستها عام 1979، حيث قامت بأبحاث استكشافية حول أبعاد الصلابة النفسية والمتغيرات المرتبطة بها (مخيمر، 2012، ص. 11). "لاحظت كوبازا بأن بعض الأفراد قادرون على تحقيق إمكاناتهم الذاتية بالرغم من تعرضهم للكثير من الاحباط والضغوط، لذا اعتبرت أنه من الضروري التركيز على الأفراد الأصحاء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذاتهم "(أبو حلاوة والشربيني، 2016، ص. 152). يعيش الإنسان في زمن تتزايد فيه الضغوط النفسية، والتغيرات السريعة في جميع المجالات، هذا يجعله يواجه الكثير من التحديات في سبيل تحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته، مما يساعده على التوافق مع نفسه والمجتمع، ومن خلال تفاعل مع بيئته، يحتاج الانسان دائما الى تكيف مستمر بين مكوناته شخصيته والظروف التي تحيط به (الرشيدي، 1999، ص. 80). تختلف ردود فعل الأفراد للأحداث الضاغطة والمؤلمة، فبعضهم ينهار ويعجز عن المواجهة ويصاب بامراض جسدية ونفسية، بينما اخرون يواجهون الظروف بقوة وصلابة، ويقبلون بقضاء الله وقدره، ومن العوامل النفسية التي تساعد الأفراد على التكيف مع المواقف الحياة اليومية هي الصلابة النفسية، والتي تعرف أحيانًا بمقاومة النفسية أو المناعة النفسية أو المرونة النفسية عند التعرض للصدمات (راضي، 2008، ص. 21)." فالصلابة هي قدرة الفرد على فهم وتقبل للمتغيرات أو الضغوط النفسية التي يمر بها، فهي تعمل كحماية من الاثار الجسمية

والنفسية للضغوط، وتساعد في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالارهاق النفسي كمرحلة متقدمة من الاجهاد" (محمد، 2002، ص. 301).

خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة

توصلت نظريات كوبازا ومادي إلى أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتسمون بعدة خصائص، ومنها:

1. القدرة على الابتكار وتحقيق الإنجازات.
2. القدرة على اتخاذ القرارات واختيار البدائل الملائمة.
3. التحكم المعرفي.
4. الاعتقاد بأن النجاح في الحياة يعتمد على الجهد والمثابرة وليس على الحظ.
5. إتقان العمل والدراسة، وتقييم الذات والأحداث بطريقة واقعية وموضوعية، والاستفادة من خبرات الفشل.
6. توقع المشكلات والاستعداد لمواجهتها (بوحديد وآخرون، 2022، ص. 25).

خصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة

"الأشخاص ذوو الصلابة النفسية المنخفضة يكونون أكثر عرضة للاضطرابات النفسية، ويشعرون بالعجز، ويتميزون بضعف في الضبط الداخلي، ويكثرون من اللوم الذاتي، ويشعرون بالفشل، ويفتقرون إلى معنى للحياة، ويكون تفاعلهم مع البيئة الاجتماعية محدودًا "(أديب، 2009، ص. 46) .وبناءً على ذلك، فإن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة يتسمون بـ:

1. ضعف القدرة على الصبر وتحمل المشاق.
2. عدم القدرة على التحمل المسؤولية.
3. ضعف في المرونة اتخاذ القرارات.
4. الهروب من مواجهة المواقف الصعبة.
5. ضعف التحكم الداخلي.
6. غياب المبادئ الثابتة (بن قاسي ودلهوم، 2018، ص. 13).

دور الصلابة النفسية في تحقيق الصحة النفسية

تلعب الصلابة النفسية دورًا فعّالًا في تعزيز الأداء والسلوكيات والمعنويات الروحية والصحة النفسية والتفاؤل، وتوليد الأفكار الإيجابية التي تحفز على إنجاز المهام، كما أنها تساهم في تحفيز الدافعية نحو الأهداف، وتُعزز الرغبة في التعلم، مما يجعل الانفعالات أكثر إيجابية، وبالتالي يمتلك الفرد القدرة على التعلم والاستفادة من التجارب الجديدة، كما أن الصلابة النفسية تُعد حاجزًا نفسيًا يحمي من الاكتئاب وأعراضه، مثل فقدان الثقة بالنفس.(Cole & Harris, 2004, p. 34)

أبعاد الصلابة النفسية

الالتزام :(Commitment) يُعزى مفهوم الالتزام في الأدبيات النفسية إلى أبحاث سوزان كوبازا" الالتزام عام (1979) بأنه "قدرة الفرد على التعرف على ذاته، والوفاء بالتزاماته تجاه قيمه، مبادئه، أهدافه، وأولوياته، وكذلك تجاه مجالات الحياة المختلفة مثل: العلاقات الاجتماعية، المؤسسات المهنية ومتطلباتها، القوانين، والأسرة، كما عُرف في أبحاث "سلفادور مادي وسوزان كوبازا" عام (1980) بأنه اتجاه الفرد نحو التعرف على ذاته ودوافعه في الحياة وتحديد اتجاهاته الإيجابية لتميزه عن الآخرين. وهذا هو الالتزام نحو الذات، أما الالتزام نحو العمل فهو إيمان الفرد بقيمة العمل، وأهميته للآخرين، واعتقاده بكفاءته في إنجازه، وتحمله للمسؤولية، والمحافظة على أنظمته (العديني، 2018، ص. 263).

التحكم: (Control) مستمد من مفهوم التحكم الداخلية "مركز التحكم الداخلي" الذي وضعه العالم (جوليان روتر)، والذي يستند إلى نظريته في التعلم الاجتماعي، وقد تم تقديم هذا المفهوم لأول مرة عام (1954) في مقال بعنوان "التعلم الاجتماعي وعلم النفس الإكلينيكي"، حيث تأثر (روتر) بأبحاث (هال سبنس) وأفكار (سكينر) حول التعزيز، وتوقعات (تولمان)، كما تأثر بنظرية المجال (لوين) حيث يُعد إدراك التحكم أمرًا بالغ الأهمية في التعامل مع أحداث الحياة اليومية، إذ أن الأفراد الذين يمتلكون درجة عالية من السيطرة الداخلية يكونون أكثر قدرة على جمع المعلومات حول الأحداث التي تؤثرعلى حياتهم، وفقا(لازروس) (1979)، فإن الشخص الذي يمتلك السيطرة الداخلية يعتقد في قدرته على ضبط نتائج حياته، ويكون لديه توقعات إيجابية فيما يخص الثقة، والاعتماد على الآخرين (شويطر والزقاي، 2015، ص. 52).

التحدي:(Challenge) هو قدرة الفرد على تصور المشاكل على أنها تحديات بدلاً من أن تكون تهديدات بالمخاطر، والبحث عن حلول لها، والتكيف مع التغيرات المختلفة في الحياة، وتقبل المستجدات سواء كانت إيجابية أو سلبية باعتبارها ضرورية لتحقيق النمو الشخصي، إلى جانب قدرته على مواجهة الأحداث الضاغطة بشكل إيجابي، مما يسهم في التكيف السريع معها، واستقبال الخبرات الجديدة، ويشجع على التعلم المستمر من التجارب السابقة باعتبارها مصدرًا للنضج والتطور (الحاج، 2020، ص. 106).

نظريات

نظرية (كوبازا، 1979):

استندت هذه النظرية على مجموعة من المبادئ النظرية واالتجريبية، حيث يكون أساسها في آراء بعض العلماء مثل فرانك ، ماسلو ، وروجرز، الذين اكدوا أن وجود هدف او معنى للحياة يُعد عاملًا أساسيًا في قدرة الفرد على التعامل مع الظروف الصعبة، ويعتمد بشكل رئيسي على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بشكل فعال ، وقدمت كوبازا مفهوم الصلابة النفسية على أنها متغير من متغيرات الحماية والمقاومة للآثار السلبية الناتجة عن الضغوط، والأزمات، والإحباطات، حيث أشارت إلى أن الإنسان يمتلك القدرة على مواجهة الظروف الصعبة والأحداث الضاغطة إذا ما توافرت لديه مجموعة من الخصائص النفسية والمعرفية، مثل الالتزام، والتحكم،

والتحدي، بالإضافة إلى خصائص فرعية تشمل وجود معنى للحياة، والشعور بالمسؤولية، وتقدير قدراته على المواجهة، والقدرة على التحكم في الذات، وهو ما يُشكل في مجمله سمة الصلابة النفسية، ومن الجدير بالذكر أن هذه النظرية تأثرت بشكل واضح بالمبادئ الإنسانية، خاصة آراء ماسلو وروجرز، الذين أكدوا أن الدراسات في مجال الضغوط يجب أن تركز على الأفراد الأصحاء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذاتهم (مخيمر، 2002، ص. 5). كما تأثرت نظرية كوبازا بالمدرسة الوجودية، خاصة أعمال فرانكل، التي أوضحت أن وجود هدف أو معنى في حياة الفرد يُعزز من قدرته على تحمل الإحباطات والضغوط، حيث أن الحياة بطبيعتها معاناة، والأهم هو أن نتمكن من إيجاد معنى لهذه المعاناة لذلك، تضمن مفهوم الصلابة النفسية بعض الأبعاد الأساسية المملوءة بالمعنى، مثل التزام الفرد بقيمه وأهدافه، واهتمامه بالآخرين، واستيعاب أهمية المعنى في حياته كما استفادت كوبازا من المنظور الإدراكي للازاروس، الذي يُعرف بالتقيم المعريفي والذي يتناول تقييم الفرد لخصائصه النفسية، والتي بدورها تؤثر على تقييمه الإدراكي للحدث الضاغط ذاته، وما إذا كان يمثل تحديًا أو تهديدًا لأمنه النفسي، ومن ثم استراتيجيات المواجهة أو المقاومة التي يتبعها (مخيمر، 2002، ص. 6).

نظرية المادي: (1987)

أعتمدت نظرية سلفاتور مادي على رؤية وجودية ونفسية متكاملة تفسر الصلابة النفسية كبناء شخصي يتألف من ثلاثة أبعاد متداخلة، وهي الالتزام والتحكم والتحدي ،و البداية المشتركة (1979) بدأ مادي مع كوبازا في نشر الأبحاث الأولى التي وضعت حجر الأساس للمفهوم الصلابة النفسية و بعدها قام بتطويرات هامة على النظرية في عام (1987) ، خاصة فيما يتعلق بكيفية عمل الصلابة كآلية دفاعية واقية من الضغوط، ونشر دراسات حول تدريبات الصلابة وكيفية تنميتها لدى الأفراد، و قام بتأسيس معهد الصلابة ، لتحويل النظرية إلى تطبيق عملي يساعد الموظفين والطلاب على مواجهة الأزمات وقد ركز مادي بشكل مكثف على الجانب التطبيقي لنظريته، حيث اعتبر أن الصلابة ليست سمة فطرية جامدة يولد بها المرء أو يفتقدها للأبد، بل هي مجموعة من المهارات والمواقف التي يمكن تعلمها وتنميتها من خلال التدريب، ومن هنا برزت مساهمته في تطوير برامج "تدريب الصلابة" التي تهدف إلى مساعدة الأفراد على ممارسة المواجهة الفعالة، وتعزيز المساندة الاجتماعية، وإدارة القلق الناتج عن الضغوط، مما يساهم في النهاية في حماية الصحة البدنية والنفسية للفرد وضمان استمرارية أدائه المتميز حتى في أصعب الظروف (علائدين، 2016، ص. 37).

دراسات صلابة النفسية :

1- دراسة كوبازا:(1979)

عنوان الدراسة (الصلابة النفسية ودورها في تقليل وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسمية) هدفت الدراسة الى استكشاف دور الصلابة النفسية في مقاومة تأثير الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية و الجسدية و فهم علاقتها بأساليب التعايش، حيث تكونت عينة الدراسة من (209) من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا والمحامين ورجال الأعمال، استخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي، طبقت مقياس أحداث الحياة الضاغطة ومقياس الصحة والمرض ومقياس حالة الاستعداد الوراثية في الشخصية، ومقياس مركز

الضبط ومقياس الاغتراب عن الذات وعن العمل لقياس الالتزام، ومقياس الأمن، ومقياس المعرفية حيث توصلت الدراسة إلى أن الصلابة النفسية لا تقتصر على تقليل تاثير الاحداث الضاغطة على الفرد فحسب بل تمثل أيضا كمصدر لمقاومة و الصمود والوقاية من الآثار السلبية لهذه الاحداث على الصحة الجسدية كما اظهرت النتائج وجودعلاقة ارتباطية معنوية بين بعدي الالتزام و التحكم و التحدي و الأساليب الفعالة للتعايش بالاضافة الى ذلك بينت النتائج ان الصلابة النفسية ترتبط بعوامل مثل الشعور بالاغتراب ، السيطرة ، التحدي ، القدرة على التعامل مع الضغوط(Kobasa, 1979))

2- دراسة عماد المخيمر:(1997)

عنوان الدراسة (فحص أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في تقليل الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الطلاب الجامعة) تهدف الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والمساندة الاجتماعية، وتأثيرها على أعراض الاكتئاب بين الطلاب الجامعيين، بالإضافة إلى تحديد الفروق في تلك المتغيرات بين الذكور والإناث، حيث تكونت العينة من 75 طالبا و96 طالبة وتتراوح أعمارهم ما بين (19-24). وطبق مقياس الصلابة النفسية، واحداث الحياة الضاغطة، والمساندة الاجتماعية والأكتئاب وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين الضغوط والاكتئاب وفعالية تدعيم الصلابة بالمساندة في التقليل من حدة الضغوط والمحافظة على الصحة النفسية، كما وجدت فروق لصالح الذكور في الصلابة وإدراك الضغوط، ولصالح الإناث في المساندة الاجتماعية (مخيمر، 1997) .

3- دراسة عبد الكريم وحمزة 2022 :

عنوان الدراسة (الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى علوم الاجتماعية) هدفت الدراسة الى معرفة ابعاد الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدي طلاب العلوم الاجتماعية بهدف معرفة العلاقة بين ابعاد الصلابة النفسية واستراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي في ضوء بعض المتغيرات، واستخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية على عينة مكونة من 92 طالب وطالبة باستخدام المنهج الوصفي ، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوي الصلابة النفسية لدي افراد العينة كان متوسط ،وإن هناك علاقة ارتباطية بين ابعاد الصلابة النفسية (الالتزام - التحدي - التحكم)واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية أي أن الزيادة في مستوي الالتزام والتحدي والتحكم يرتبط بالزيادة في أساليب المواجهة للضغوط النفسية(عبد الكريم وحمزة، 2022).

مناقشة دراسات السابقة:

في ضوء ما تم عرضه من دراسات السابقة نلاحظ ان الدراسات التي تم استعراضها اختلفت من حيث الاهداف، وهو أمر طبيعي لان لكل دراسة هدفها الخاصو مع ذلك يمكننا القول إن هناك خصائص وسمات عامة مشتركة تجمع بين تلك الدراسات. بعد استعراض عدد من الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث الحالي يمكن مناقشة استفادتنا منها خلال عدة نقاط تتعلق بمدى الفائدة التي تم الحصول عليها من تلك الدراسات.

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة:

استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في عدة جوانب منها

1 –تأكيد على مشكلة الدراسة توضيح أهميتها

2–تزيدها باساس علمي واسع حول موضوع البحث.

3 –الطلاع على منهجية المستخدمة في الدراسات السابقة.

4 –المساعدة في اعداد بعض الجوانب المتعلقة بالإطار النظري للدراسة.

5 –الاطلاع على المصادر والمراجع ذات الصلة التي تدعم البحث .

6 –الافادة من نتائج الدراسات السابقة التي تساهم في اثراء الجانب اللمي من الدراسة الحالية من خلال المقارنة بين نتائجها ونتائج الدراسة الحالية .

منهج البحث وإجراءاته :

منهجية البحث

اعتمدت الباحثة على منهج الوصفي لتحقيق اهداف البحث الحالي.

مجتمع البحث

يتمثل مجتمع البحث من جميع موظفين جامعة دهوك البالغ عددهم 1938 موظفًا وموظفة للعام الدراسي(2026–2025)

عينة البحث

"تعتبر عملية اختيار العينة من خطوات المهمة و الرئيسية عند إجراءات البحث لأن العينة هي جزء من المجتمع البحث والتي تحمل جميع مواصفات ذلك المجتمع" (محمد، 2012، ص. 41). لذا تم اختيار (350) موظف وموظفة كعينة الاساسية لاستخراج نتائج البحث، وعينة تحليل الإحصائي (خصائص السيكو متري) البالغ عددها (300) موظف وموظفة، وعينة الثبات 40 موظف وموظفة وبذلك تصبح عدد افراد البحث النهائية عددها 690 موظف وموظفة.

أداة البحث

"يقصد بها الأدوات و الوسائل التي يستخدمها الباحث لجمع المعلومات المتعلقة بالبحث و التي تساعده لتحقيق أهداف بحثه" (العساف، 2014، ص. 14). ولغرض التعرف على الصلابة النفسية لدى عينة البحث (موظفين جامعة دهوك)، تطلب الأمر استخدام اداة لقياس ذلك، وعلى هذا قامت الباحثة باعداد الاداة، بسبب عدم توفر أداة جاهزة ومناسبة لعينة البحث الحالي يمكن الأعتماد عليها، تكون الاداة صادقة إذا كان المظهر العام للأداة من حيث االمظهر ومن حيث ارتباط فقراتها بالسلوك او السمة المراد قياسها، فإذا كانت محتويات الاداة ومفرداتها مطابقا للسمة والظاهرة التي تقيسها فإنها تكون صادقة بالفعل أي أن الاختبار يقيس ما وضع لقياسه (البرواري، 2020، ص.

220). وقامت الباحثة بأعداد اداة متكون من 42 فقرة وتم تخصيص (14) فقرات لمجال الالتزام، و (14) فقرات لمجال التحكم، و (14) فقرات لمجال التحدي.

الصدق الظاهري

تم عرضها على مجموعة من السادة الخبراء في مجال التربية وعلم النفس والقياس النفسي ونسبة الاتفاق (80 %) فأكثر معياراً لصلاحية الفقرة، تعد هذه النسبة مؤشراً للصدق الظاهري وفقاً لما أشار اليه بلوم (Bloom) الى ان نسبة اتفاق الخبراء عندما تكون (75%) أو أكثر يمكنك الشعور بالارتياح من حيث الصدق الظاهري (القواسمة وآخرون، 2012، ص. 233).

القوة التمييزية لفقرات المقياس

من امكانية قياس الفروق الفردية بواسطة مفردات هذه المقاييس، تمييز الفقرات قدرتها على ان تمييز بين الافراد الحاصلين على درجات مرتفعة، والذين يحصلون على درجات منخفضة في السمة التي تقيسها كل فقرة من الفقرات (التطويري، 2014، ص. 265). لأجل أستخراج القوة التميزية لفقرات المقياس، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على 300 موظف وموظفة وتم اختيارهم عشوائياً، وإعطاء درجة الكلية لكل استمارة تم ترتيب الاستمارات تنازلياً حسب مجموع الدرجات من أعلى الى أدنى درجة، ثم اخذت نسبة 27% من الاستمارات للمجموعة العليا وعددها 81 ومجموعة الدنيا عددها 81 استمارة. وحسب رأي (نانلي) فإن هذه النسبة لنا مجموعتين في أفضل ما يمكن أن تكون من حيث الحجم والتباين وتعد طريقة مناسبة للقوة التمييزية .(Nunnally, 1972, p. 262) لإيجاد القوة التميزية لكل فقرة من فقرات المقياس تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين و ذلك لإيجاد دلالة الفروق بين المجموعتين العليا و الدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس و لغرض تحليل البيانات ، تم استخدام برنامج حقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لمعالجة البيانات ، اظهرت النتائج أن القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (3.29_12.086) و عند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) و درجة الحرية 160 نجد ان جميع الفقرات دالة إحصائياً ، لأن قيمة التائية المحسوبة اكبر من قيمة التائية الجدولية وبذلك تكون جميع الفقرات مميزة ، وتشير النتائج الى وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين المتطرفتين في استجابة أفراد العينة وتعد جميع الفقرات المقياس مميزة وذات دلالة الاحصائية الجدول (2) يبين القوة التميزية لفقرات مقياس الصلابة النفسية .

الجدول(2)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الصلابة النفسية

ت	المجموعة العليا (ن=81)		المجموعة الدنيا (ن=81)		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
.1	4.309	0.816	3.358	0.826	7.367

7.528	0.726	3.185	0.816	4.099	**.2**
9.939	0.894	3.222	0.652	4.444	**.3**
6.138	0.877	3.173	0.914	4.037	**.4**
7.792	0.92	3.58	0.573	4.519	**.5**
7.209	0.968	3.63	0.632	4.556	**.6**
7.739	0.962	3.543	0.653	4.543	**.7**
10.357	0.801	3.395	0.612	4.556	**.8**
9.057	0.906	3.321	0.631	4.432	**.9**
7.664	0.799	3.383	0.693	4.284	**10**
7.643	1. 002	3.272	0.701	4.309	**11**
9.827	0.915	3.16	0.665	4.395	**12**
8.226	1.021	3.395	0.635	4.494	**13**
6.987	0.914	3.296	0.814	4.247	**14**
8.93	0.976	3.148	0.71	4.346	**15**
7.876	0.954	3.198	0.794	4.284	**16**
10.59	0.812	2.938	0.791	4.272	**17**
6.464	0.929	2.988	0.919	3.926	**18**
8.917	0.99	3.086	0.715	4.296	**19**
6.229	1.042	3.16	0.894	4.111	**20**
6.205	0.972	3.407	0.734	4.247	**21**
8.987	0.798	3.37	0.646	4.395	**22**
8.106	0.91	3.185	0.771	4.259	**23**
9.215	0.806	3.222	0.633	4.272	**24**
8.358	0.84	3.284	0.652	4.272	**25**
12.086	0.901	3.012	0.57	4.444	**26**

8.585	0.952	3.235	0.715	4.37	**27**
3.29	0.873	3.012	4.613	4.728	**28**
9.753	1.049	2.975	0.785	4.395	**29**
6.665	0.889	3.099	0.972	4.074	**30**
10.633	0.742	3.111	0.766	4.37	**31**
10.061	0.889	3.099	0.674	4.346	**32**
8.002	1.001	3.148	0.88	4.333	**33**
9.093	0.826	3.358	0.649	4.42	**34**
10.589	0.935	2.889	0.729	4.284	**35**
10.86	0.752	2.901	0.709	4.148	**36**
9.883	0.792	3.148	0.782	4.37	**37**
7.693	1.063	3.086	0.845	4.247	**38**
9.686	0.954	2.802	0.808	4.148	**39**
8.013	1.003	3.272	0.836	4.432	**40**

أظهرت النتائج أن القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (3.29_12.086) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية 160 نجد ان جميع الفقرات دالة إحصائياً.

الاتساق الداخلي

أ/ علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يعتمد هذا الاسلوب على علاقة فقرة بالدرجة الكلية للمقياس ويقصد به حساب ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية لجميع افراد العينة فارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية يدل على أن الفقرات تقيس نفس المفهوم الذي تتضمنه الدرجة الكلية للمقياس واشار جليفورد إلى أن الفرة التي تظهر ارتباطاً ضعيفا جدا مع المقياس غالبا ما تكون تقيس سمة مختلفة عن السمة التي تقيسها باقي فقرات المقياس لذا ينصح استبعادها (عودة، 2000، ص. 207). و لهذا الغرض استعانت الباحثة بالبيانات التي تم الحصول عليها في الإجراء الاول (استمارات الصدق التمييزي) ، والبالغ عدد (300) وبعدئذٍ تم استخراج علاقة الفقرة بالدرجة الكلية باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات افراد العينة على كل فقرة و بين درجاتهم الكلية على المقياس، وتبين أن القيم المحسوبة لمعاملات الارتباط تتراوح بين (0.228 – 0.631)

عند مستوى دلالة (0.05) اكبر من القيمة الجدولية 0.113 هذا يعني أن جميع الفقرات دالة إحصائياً لمعاملات الارتباط و بذلك أصبح المقياس المعد للصلابة النفسية مكون من 40 فقرة . والجدول (3) يبين علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية.

جدول(3)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس صلابة النفسية

ت	قيمة الارتباط مع الدرجة الكلية	مستوى الدلالة 0.05	ت	قيمة الارتباط مع الدرجة الكلية	مستوى الدلالة 0.05
1.	0.431	دالة احصائيا	21	0.427	دالة احصائيا
2.	0.426	دالة احصائيا	22	0.505	دالة احصائيا
3.	0.499	دالة احصائيا	23	0.410	دالة احصائيا
4.	0.340	دالة احصائيا	24	0.522	دالة احصائيا
5.	0.478	دالة احصائيا	25	0.483	دالة احصائيا
6.	0.428	دالة احصائيا	26	0.631	دالة احصائيا
7.	0.468	دالة احصائيا	27	0.464	دالة احصائيا
8.	0.547	دالة احصائيا	28	0.327	دالة احصائيا
9.	0.502	دالة احصائيا	29	0.506	دالة احصائيا
10.	0.414	دالة احصائيا	30	0.438	دالة احصائيا
11.	0.417	دالة احصائيا	31	0.545	دالة احصائيا
12.	0.488	دالة احصائيا	32	0.538	دالة احصائيا
13.	0.460	دالة احصائيا	33	0.464	دالة احصائيا
14.	0.430	دالة احصائيا	34	0.487	دالة احصائيا
15.	0.526	دالة احصائيا	35	0.523	دالة احصائيا
16.	0.477	دالة احصائيا	36	0.543	دالة احصائيا
17.	0.539	دالة احصائيا	37	0.546	دالة احصائيا

18.	0.365	دالة احصائيا	38	0.431	دالة احصائيا
19.	0.491	دالة احصائيا	39	0.558	دالة احصائيا
20.	0.228	دالة احصائيا	40	0.468	دالة احصائيا

أظهرت النتائج أن القيم المحسوبة لمعاملات الارتباط تتراوح بين (0.228 – 631.0) عند مستوى دلالة (0.05) أكبر من القيمة الجدولية 0.113 هذا يعني أن جميع افقرات دالة إحصائياً.

ب/ العلاقة الفقرة بالدرجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمجالات:

لضمان صدق فقرات مقياس الصلابة النفسية في كل مجال اعتمدت الباحثة على الدرجة الكلية لكل مجال كمصدر داخلي لتقييم معاملات صدق فقرات المجال ولهذا الغرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه وعند مقارنة القيم المستخرجة بالقيمة الجدولية البالغة (0.113) عند مستوى الدلالة 0.05، أظهرت النتائج أن جميع معاملات ارتباط الفقرات دالةإحصائياً حيث تتراوح معامل الارتباط للمجالات بين (0.315_ 0.573). والجدول (4) يبين معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمجال.

جدول (4)

معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال

المجال	عدد الفقرات	معامل الارتباط	القرار عند مستوى الدلالة 0.05
الالتزام	.1	0.548	دالة أحصائياً
	.2	0.551	دالة أحصائياً
	.3	0.573	دالة أحصائياً
	.4	0.443	دالة أحصائياً
	.5	0.490	دالة أحصائياً
	.6	0.536	دالة أحصائياً
	.7	0.485	دالة أحصائياً
	.8	0.539	دالة أحصائياً
	.9	0.380	دالة أحصائياً
	.10	0.559	دالة أحصائياً

	.11	0.435	دالة أحصائياً
	.12	0.364	دالة أحصائياً
	.13	0.461	دالة أحصائياً
التحكم	.14	0.443	دالة أحصائياً
	.15	0.438	دالة أحصائياً
	.16	0.499	دالة أحصائياً
	.17	0.413	دالة أحصائياً
	.18	0.395	دالة أحصائياً
	.19	0.407	دالة أحصائياً
	.20	0.390	دالة أحصائياً
	.21	0.410	دالة أحصائياً
	.22	0.457	دالة أحصائياً
	.23	0.463	دالة أحصائياً
	.24	0.488	دالة أحصائياً
	.25	0.514	دالة أحصائياً
	.26	0.505	دالة أحصائياً
التحدي	.27	0.455	دالة أحصائياً
	.28	0.532	دالة أحصائياً
	.29	0.473	دالة أحصائياً
	.30	0.428	دالة أحصائياً
	.31	0.426	دالة أحصائياً
	.32	0.437	دالة أحصائياً
	.33	0.470	دالة أحصائياً
	.34	0.354	دالة أحصائياً
	.35	0.455	دالة أحصائياً

	.36	0.426	دالة أحصائياً
	.37	0.425	دالة أحصائياً
	.38	0.315	دالة أحصائياً
	.39	0.428	دالة أحصائياً
	.40	0.426	دالة أحصائياً

أظهرت النتائج أن القيم المحسوبة لمعاملات الارتباط تتراوح بين (0.315_ 0.573) عند مستوى دلالة (0.05) أكبر من القيمة الجدولية 0.113 هذا يعني أن جميع افقرات دالة إحصائياً.

ثبات المقياس:

تتميز الاداة الجيدة بصفة الثبات، ويعرف الثبات بانه مدى دقة التقدير للعلامة الحقيقية للفرد على الخاصية التي تقيسها الاداة ويعني الثبات أن الاداة موثوقة ويمكن لاعتماد عليها، وإن درجة الفرد لا تتغير بشكل جوهري وعند تكرار استخدامها على نفس الافراد وتحت نفس الظروف (الكوافحة، 2010، ص. 71).

1 –طريقة إعادة الاختبار

في هذه الطريقة يطبق اداة القياس على نفس الافراد في المجتمع مرتين خلال فترة زمنية تمتد 14 يوما مع الحرص على حفاظ على ظروف متشابهة قدر الامكان بين التطبيقين بعدها يستخدم معامل الارتباط بين نتائج الاختبار في المرتين لتحديد مدى الثبات الاداة حيث يعبر معامل الارتباط عن مدى الاستقرار في درجات الافراد عبر الزمن (الطويري، 2014، ص. 185). والتقييم الثبات بطريقة إعادة الاختبار تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (40) موظف وموظفة من كلية الزراعة حيث تم تطبيق المقياس عليهم في تاريخ (2026/4/5) ثم إعادة تطبيقه بعد (14) يوم في تاريخ (2026/4/20) تحت نفس ظروف التطبيق الأول، تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين باستخدام معامل ارتباط بيرسون عبر برنامج(SPSS) ، إذ بلغ قيمة معامل الارتباط بين الاختبار الأول والاختبار الثاني (0.86) مما يشير الى أن ثبات المقياس عالي.

2–طريقة معامل الفا كرونباخ

تعتمد هذه الطريقة على التناسق الداخلي للمقياس أو الاداة التي تكون من عدة عناصر أو أسئلة حيث يقيس مدى التوافق بين هذه العناصر في قياس نفس المفهوم او السمة وتظهر قيمة معامل الفا كرونباخ مدى موثوقية الاداة في تقديم نتائج متسقة عند استخدامها على عينة معينة (الطويري، 2014، ص. 185). ولاستخراج ثبات المقياس بطريقة معامل الفاكرونباخ استخدمت الباحثة البيانات التي حصلت عليها من تطبيق الأول في إعادة الاختبار، وتم تحليل البيانات عن طريق برنامجSPSS ، إذ تبين أن معامل الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية بلغ (0.89)، ويشير هذه القيمة من المعامل إلى أن المقياس يتمتع بمستوى عالي من ثبات.

تصحيح المقياس الصلابة النفسية

يحصل المستجيب على درجة اجمالية تعبر عن مستوى الصلابة النفسية لديه حيث يتم تصحيح الاداة من خلال اعطاء أوزان للبدائل التي تتكون جميعها ن فقرات إيجابية ففي حالة اختيار البديل الاول يمنح المستجيب (5) درجات، والبديل الثاني (4) درجات، البديل الثالث (3) درجات، والبديل الرابع (2) درجات، والبديل الخامس (1) درجة. وبناءً على ذلك تتراوح (40 – 200) درجة بمتوسط فرضي (120) درجة وتشير الدرجة العالية إلى أن مستوى الصلابة النفسية لدى موظفي جامعة دهوك مرتفع أو جيد بينما تدل الدرجة المنخفضة على أن مستوى الصلابة النفسية لديهم منخفض أو غير جيد.

نتائج البحث ومناقشتها:

عرض النتائج البحث حسب الاهداف البحث:

1 –التعرف على صلابة النفسية لدى موظفي جامعة دهوك

للتحقق من هذا الهدف قامت الباحثة بتحليل إجابات عينة البحث النهائية البالغة (350) موظفاً وموظفة ، تم استخدام الاختبار التائي–T) (Testلعينة واحدة لإجاد الفروق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي، بعد تحليل النتيجة باستخدام الحقيبة الإحصائية(SPSS) ، أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث (144.59) و الانحراف المعياري (14.95) و المتوسط الفرضي للمقياس (120) أظهرت أن القيمة التائية المحسوبة (30.76) أكبر من القيمة الجدولية (1.967) و ذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (349) و الجدول (5) يبين نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى صلابة النفسية لدى موظفي جامعة دهوك.

الجدول(5)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى الصلابة النفسية لدى موظفي جامعة دهوك

العدد	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		القرار عند مستوى دلالة 0.05 و درجة الحرية 349
				المحسوبة	الجدولية	
350	144.59	120	14.95	30.76	1.967	دالة إحصائياً

يتضح النتائج أن موظفي جامعة دهوك يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية، وهذا يعكس قدرتهم على مواجهة ضغوط العمل اليومية بفاعلية وثبات، وتعزي الباحثة هذه النتيجة إلى أن الموظفين في هذه البيئة الأكاديمية يمتلكون إدراكاً عالياً للمسؤولية ويؤمنون بقدرتهم على التأثير في الأحداث المحيطة بهم وينظرون إلى التغييرات والضغوط كفرص للنمو وليس كتهديدات و تتفق هذه النتيجة في ضوء نظرية كوبازا(Kobasa) ، التي تؤكد أن الأفراد ذوي الصلابة العالية يمتلكون درعاً واقياً ضد الآثار السلبية للضغوط النفسية فالموظف الذي يتمتع بالصلابة يميل إلى استخدام استراتيجيات مواجهة إيجابية و ايضا تتفق هذه النتيجة مع دراسة(عبد الكريم وحمزة،

2022) بِأن الصلابة النفسية تُعد متغيراً حيوياً يساهم في تعزيز الصحة النفسية وجودة الحياة، نظراً لأنها تمد الفرد بالطاقة النفسية اللازمة للاستمرار والثبات والإنتاجية رغم وجود الصعوبات.

2–الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الصلابة النفسية لدى أفراد العينة البحث تبعاً لمتغيرات (الجنس والعمر وسنوات الخدمة)

أ/ الجنس (الذكور والإناث):

للتحقق من هذا الهدف، قامت الباحثة بتحليل نتائج الذكور والإناث لمقياس الصلابة النفسية ومعالجتها إحصائياً باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين أن عدد الذكور 212 وبمتوسط الحسابي 144.32 والإنحراف معياري 13.43، أما الإناث بلغ عددهم 138 وبمتوسط حسابي 145.01 والانحراف معياري 17.08، أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة لمتغير الجنس بلغت 0.418 وهي اقل من القيمة الجدولية 1.967 الجدول (6) يبين الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى صلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس.

الجدول(6)

الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة الطائية		القرار عند مستوى دلالة 0.05 و درجة الحرية 348
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	212	144.32	13.43	0.418	1.967	غير دالة إحصائيا
إناث	138	145.01	17.08			

تفسر هذه النتيجة الى عدم وجود فروق ذات الدلالة الإحصائية وان الصلابة النفسية باعتبارها بناءً نفسياً يتشكل عبر التفاعل المستمر مع البيئة، وليس كسمة فطرية مرتبطة بنوع الجنس، إن انعدام الفروق بين موظفي وموظفات جامعة دهوك يشير بوضوح إلى أن الضغوط المهنية والمتطلبات الإدارية داخل المؤسسة الجامعية تعمل كقوة توحد من استجابات الأفراد النفسية وتتفق هذه النتيجة مع نظرية كوبالا (1979) ونظرية مادي (1987) إذ تؤكد أن الصلابة تتكون من مهارات معرفية وسلوكية (الالتزام، التحكم، والتحدي) وتتطور بالتدريب والتفاعل مع الضغوط وبما أن الموظفين والموظفات يواجهون البيئة الإدارية والوظيفية نفسها، فإن تقييمهم المعرفي واستجاباتهم للتحديات تتشكل بدرجات متماثل. ولكن تختلف النتيجة عن دراسة المخيمر (1997) التي أظهرت فروقاً لدى الطلبة، ويرجع ذلك لطبيعة عينة الدراسة الحالية (الموظفين) حيث تفرض المسؤوليات الوظيفية استجابات ومستويات ضبط واكتمال مهني متقاربة للطرفين.

ب/ تبعاً لمتغير العمر (25–35) و (36–46) و (47–فما فوق)

للتحقق من هذا الهدف قامت الباحثة بتحليل نتائج متغير العمر للصلابة النفسية ، و تم معالجتها احصائياً من خلال تطبيق اختبار التباين الاحادي (One-way anova) و باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) تشير ان النتائج الى وجود فرق دال احصائيا بين المجموعات عند مستوى دلالة 0.05 و الجدول (7) يبين الفروق ذات الدلالة الاحصائية للصلابة النفسية تبعا لمتغيري العمر.

الجدول(7)

الفروق ذات الدلالة الإحصائية للصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	القرار عند مستوى دلالة 0.05
بين المجموعات	1561.45	2	780.72	3.54	دال إحصائياً
داخل المجموعات	76528.56	347	220.54		
المجموع الكلي	78090.01	349			

تطلب الامر استخدام مقارنات البعدية، لذا استخدمت الباحثة شيفيه (Scheffe) لإجراء المقارنات البعدية و، الجدول (8) يبين نتائج المقارنات البعدية بين العمر في مستوى الصلابة النفسية.

الجدول(8)

نتائج المقارنات البعدية بين العمر في مستوى الصلابة النفسية

المجموعات المقارنة	فروق المتوسطات	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
25-35 و 36-46	4.08	1.87	0.03
25-35 و 47- فما فوق	4.54	2.08	0.03
36-46و47 فما فوق	5.08	2.33	0.03

تفسر نتائج البحث عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصلابة النفسية لدى أفراد العينة وتظهر هذه الفروق بشكل رئيسي لصالح الفئة العمرية الأكبر سناً (47 سنة فما فوق) تتفق هذه النتيجة مع نظرية مادي (1987) التي تؤكد أن الصلابة هي مجموعة من

المهارات والمواقف التي تتعلم وتكتسب بالخبرة والتجربة فالتراكم الخبراتي والأزمات التي تجاوزها الأفراد الأكبر سناً عبر السنوات عززت لديهم مهارات المواجهة الفعالة وإدارة القلق.

ج/ تبعا لمتغير سنوات الخدمة (5-15 و16-25 و26 فما فوق)

للتحقق من هذا الهدف قامت الباحثة بتحليل نتائج متغير سنوات الخدمة للصلابة النفسية، وتم معالجتها احصائياً من خلال تطبيق اختبار التباين الاحادي (One-way anova) وباستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) تشير ان النتائج الى وجود فرق دال احصائيا بين المجموعات عند مستوى دلالة 0.05 والجدول (9) يبين الفروق ذات الدلالة الاحصائية للصلابة النفسية تبعا لمتغيري سنوات الخدمة.

الجدول(9)

الفروق ذات الدلالة الإحصائية للصلابة النفسية تبعاً لمتغير سنوات الخدمة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	القرار عند مستوى دلالة 0.05
بين المجموعات	1285.30	2	642.65	5.267	دال إحصائياً
داخل المجموعات	42334.20	347	122.05		
المجموع الكلي	43619.50	349			

تطلب الامر استخدام مقارنات البعدية، لذا استخدمت الباحثة شيفيه (Scheffe) لإجراء المقارنات البعدية و، الجدول (10) يبين نتائج المقارنات البعدية بين سنوات الخدمة في مستوى الصلابة النفسية

الجدول(10)

نتائج المقارنات البعدية بين سنوات الخدمة للصلابة النفسية

المجموعات المقارنة	فروق المتوسطات	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
5-15سنة و 16-25 سنة	4.25	0.82	0.01
5-15سنة و 26 سنة فما فوق	6.40	1.15	0.01
16-25سنة و 26 سنة فما فوق	2.15	0.78	0.03

تفسر نتائج البحث عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصلابة النفسية لدى أفراد العينة وتظهر هذه الفروق بشكل رئيسي لصالح (26 سنة خدمة فما فوق) تتفق هذه النتيجة ما أثبتته دراسة كوبالا (1979) ومع دراسة عبد الكريم وحمزة (2022) أن زيادة الخبرات والتكيف ترتبط إيجابياً بارتفاع أساليب المواجهة وأبعاد الصلابة الثلاثة و يعزى ذلك طول سنوات الخدمة الوظيفية يوفر للموظفين رصيداً غنياً من الخبرات التكيفية والنضج المهني، مما يُكسبهم استقراراً وظيفياً وإدراكاً معرفياً أعمق يُترجم إلى مستويات أعلى من الصلابة النفسية مقارنة بأقرانهم الأقل خدمة.

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

الاستنتاجات

1 –يتمتع أفراد عينة البحث (من موظفي وموظفات جامعة دهوك) بمستوى جيد من الصلابة النفسية، مما يعكس قدرتهم على الصمود والتكيف مع المتطلبات والضغوط المهنية والإدارية.

2 –تتمتع كلا الفئتين (الذكور والإناث) بمستويات متكافئة من الصلابة النفسية دون وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهما حيث يتكافئ كلاهما في الصلابة النفسية لتشابه ظروف وبيئة العمل.

3 –توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الصلابة النفسية لصالح الفئة العمرية الأكبر سناً (47 سنة فما فوق) مقارنة بالفئات العمرية الأقل، مما يستنتج منه أن النضج العمري والتراكم المعرفي يعززان من فاعلية التقييم المعرفي للضغوط والقدرة على التحكم والتحدي.

4 –الموظفون ممن لديهم سنوات خدمة طويلة (26 سنة فما فوق) بمستوى أعلى من الصلابة النفسية مقارنة بأقرانهم من الفئات الأقل خدمة، مما يُستنتج منه أن الخبرة الوظيفية الممتدة توفر رصيداً غنياً من مهارات التكيف والاستقرار المهني.

التوصيات (الموجهة إلى رئاسة الجامعة ورؤساء الأقسام)

1. استثمار خبرة الموظفين القدامى والأكبر سناً لنقل مهارات التكيف وإدارة الضغوط إلى الكوادر الجديدة.
2. تنظيم ورش عمل للموظفين الشبان لتعزيز أبعاد الصلابة النفسية للتعامل مع الضغوط المهنية.
3. توفير ورش عمل دورية تركز على آليات ضبط الانفعالات، بهدف تحويل الصلابة النفسية إلى سلوكيات وظيفية مرنة وإيجابية.
4. توفير بيئة تنظيمية مريحة تدعم الاستقرار النفسي للموظف وتحد من المثيرات المسببة للضغط النفسي الحاد.

المقترحات

1. السلوك التنظيمي وعلاقته بـ الصلابة النفسية لدى موظفي جامعة دهوك.
2. أثر الصلابة النفسية كمتغير مستقل في التنبؤ بالأمن النفسي والرضا الوظيفي لدى الموظفين الإداريين.
3. دراسة مقارنة في مستوى الصلابة النفسية لدى موظفي الجامعة تبعاً لمتغيرات (الجنس، وسنوات الخدمة، وطبيعة العمل: إداري/تدريسي).

قائمة المصادر:

المصادر العربية

أبو حلاوة، محمد السعيد، والشربيني، عاطف مسعد الحسيني. (2016). علم النفس الإيجابي (ط. 1) .

أديب، خالدي محمد. (2009). الصحة النفسية (ط. 3). دار وائل للنشر.

إسماعيل، هبة حسين، والرشيدي، سمية عموج. (2020). علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، .(107)

البروراي، رشيد ملا حسن أحمد. (2020). مناهج البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية (ط. 1). مطبعة فيربون.

بن قاسي، دليلة، ودلهوم، ريمة. (2018). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضى عن الحياة لدى المصابين بالسرطان والمقيمين. مذكرة ماستر. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولود معمري.

بو حديد، مسعودة، ورحال، شاهيناز، وآخرون. (2022). الصلابة النفسية لدى أمهات أطفال التوحد. رسالة ماجستير. كلية العلوم الإنسانية، جامعة 8 ماي 1954 قالمة.

الحاج، محمد نبال عباس. (2020). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفاؤل لدى المراهقين اللبنانيين. المجلة العربية، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الجامعة اللبنانية.

راضي، زينب نوفل أحمد. (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. دار وائل.

الربيعي، عبدالرزاق محسن سعود. (2026). الارتداد النفسي ومظاهره لدى طلبة الجامعة. مجلة الواسط للعلوم الإنسانية، 22 .(2) https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss2.1564

الرشيدي، اللؤلؤة صالح. (1999). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى بعض ذوات الظروف الخاصة والعادات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية. رسالة ماجستير. قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

زهران، حامد عبد السلام. (2000). علم نفس النمو الاجتماعي (ط. 1). عالم الكتب.

شويطر، خيرة، والزيقاي، نادية أيوب. (2015). الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران. مخبر تطوير الممارسات، جامعة وهران.

الطويري، عبد الرحمن بن سلمان. (2014). القياس النفسي والتربوي (ط. 1). مكتبة الرشد.

عبد الرحمن، مخيمر. (1996). علم النفس الاجتماعي (ط. 2). دار الفكر العربي.

عبد الكريم، الطبيبي، وحمزة، زينبو. (2022). الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الأولى علوم اجتماعية. رسالة ماجستير. جامعة أحمد دراية.

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

العساف، صالح بن حمد. (2014). المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية (ط. 1). مكتبة العبيكان للنشر.

علائدين، هلكا عمر علاء. (2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من تحمل الضيق والأبعاد الأساسية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين. أطروحة دكتوراه . كلية العلوم الإنسانية، جامعة بيروت.

عودة، أحمد. (2000). القياس والتقويم في العملية التدريسية (ط. 3). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

فرج، عبد اللطيف حسين. (2009). الاضطرابات النفسية. حامد للنشر والتوزيع.

كوافحة، تيسير مفلح. (2010). القياس والتقويم (ط. 3). دار المسيرة للنشر والتوزيع.

محمد، البهاض سيد أحمد. (2002). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا.

محمد، علي عودة. (2012). مناهج البحث في التربية وعلم النفس (ط. 1). دار أفكار للنشر.

مخيمر، عماد محمد إبراهيم. (1996). إدراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية.

مخيمر، عماد محمد إبراهيم. (1997). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسطية في العلاقات بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية.

مخيمر، عماد محمد إبراهيم. (2002). استبيان الصلابة النفسية. مكتبة الأنجلو المصرية.

مخيمر، عماد محمد إبراهيم. (2012). دليل استبيان الصلابة النفسية. مكتب الأنجلو المصرية.

المصادر الاجنبية

Cole, M. S., Feild, H. S., & Harris, S. G. (2004). Student learning motivation and psychological .
hardiness: Interactive effects on students' reactions to a management class. Academy of Management Learning & Education, 3(1).

Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37(1).

Lambert, V. A., Lambert, C. E., & Yamase, H. (2003). Psychological hardiness, workplace stress and related coping strategies. Journal of Nursing and Health Sciences, 5(3).

Maddi, S. R. (2006). Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth. Springer.

Nunnally, J. C. (1972). Educational measurement and evaluation (2nd ed.). McGraw-Hill