

الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل

أ.د. امل مهدي جبر

جامعة البصرة – كلية التربية للبنات

[Amalj1970@gmail.com](mailto:Amalj1970@gmail.com)

م. م نور كاطع عباس

مركز الارشاد التربوي والرعاية النفسية

[noor.k.abbas@uobasrah.edu.iq](mailto:noor.k.abbas@uobasrah.edu.iq)



الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل

أ. د. امل مهدي جبر

م. م نور كاطع عباس

ملخص البحث

هدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل، و تكونت عينة البحث من (١٥٠) ارملة من محافظة البصرة للعام (٢٠٢٠-٢٠٢١)، ولتحقيق اهداف البحث تم اعداد مقياس الصمود النفسي والذي تكون في صورته النهائية من (٣١) فقرة واعداد مقياس للتوجه نحو الحياة والذي تكون من (٢٤) فقرة، ولتحليل البيانات واستخراج النتائج تم الاستعانة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) واسفرت النتائج بتمتع عينة البحث بمستوى متوسط من الصمود النفسي وتوجه ضعيف نحو الحياة لكن اتضح وجود علاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة . الكلمات المفتاحية:- الصمود النفسي ، التوجه نحو الحياة ، الارامل.

**Abstract:**

The current research aims to identify The level relationship between psychological resilience and life orientation among widows, The final research sample which amounted to (1٥0) widowed in Basra Governorate for the year (2021-2020), To achieve the objectives of the current research Preparing the psychological resilience scale that formed from (٣١) paragraph and the life orientation among scale that formed from (٢٤) paragraph for widowed women. and to analyze the data The results were extracted using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) and the results resulted in the sample having a medium level of psychological resilience and a weak orientation towards life, but it became clear that there is a relationship between psychological resilience and life orientation among.

**Key word:** psychological resilience, life orientation , widows

## الفصل الاول

### - مشكلة البحث:

تعتبر الاسرة هي نواة المجتمع فأصلاحها صلاح للمجتمع كما ان البناء الاسري من اهم العوامل التي تساعد على تماسك الاسرة والحفاظ على قدرتها على الأداء الاجتماعي السليم ومن المعروف ان البناء الاسري يقوم على عدة مكونات وهي الاب والام والابناء ولكن عندما تتعرض الاسرة لفقدان احد المكونات فذلك ينعكس على تماسك الاسرة واستقرارها وخصوصا اذا كان المفقود هو الاب لما له من دور رئيسي وفعال في توفير معظم احتياجات الاسرة وتحمل الام هذه المسؤولية لوحدها يعرضها للكثير من الضغوط النفسية والاجتماعية فضلاً عن نظرة مجتمعنا الشرقي الى المرأة الارملة وانها يجب ان تتطوي على نفسها بحزنها وتقضي ما تبقى من عمرها في تربية اولادها وملازمتها للمنزل ما يفرض عليها مجموعه من القيود في العيش والذي يدفعها الى التخلي عن احلامها السابقة سواء كان ذلك بإرادتها او بغير ارادتها وكأنما كانت حياتها مبنية على الزوج وهذا ناتج من عادات وتقاليد المجتمع الذي تعيش فيه؛ لذلك يجب ان تتمتع الارملة بقدر جيد من الصمود النفسي الذي يجعلها قادرة على التوافق و تحمل أعباء الحياة والثبات والحفاظ على الهدوء لتتأقلم مع الحياة الجديدة وتتخلص من الضغط النفسي الذي يحكمها والنظر بإيجابية للحياة من اجل تربية اطفالها تربية سليمة ومتوازنة وجعلهم افراد صالحين في المجتمع قادرين على تحمل المسؤولية.

تكمن مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن السؤال التالي:

( ما العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل؟ )

### - اهمية البحث:

ان عصرنا الحاضر هو عصر السرعة والتطور والتقدم ولكن هذا التقدم لا يخلو من السلبيات التي تؤثر بشكل مباشر واساسي على البناء الاسري من صعوبات ومحن وضغوط تواجهها الاسرة من اجل العيش وتوفير كافة الاحتياجات واحداث التوافق مع المحيط الذي تنتمي اليه الاسرة هذا بشكل عام؛ ولكن الى اي مدى يمكننا ان نتخيل الصعوبات التي تواجهها الاسرة الفاقدة للأب والذي بدوره يعتبر العمود الرئيس لبنائها.

حيث تعتبر المرأة الارملة حالة خاصة؛ بسبب التغير الجذري لأسلوب وشكل حياتها وانقلاب نظامها اليومي في الحياة، ولعل من اهم واخطر تغيير هو ذلك التحول في ذاتها ونفسيته إذ تشعر فجأة بانها لم تعد زوجة كسابق عهدها وتواجه الحياة وتحدياتها بمفردها، مما يتطلب لديها وجود قدر من الصمود النفسي وقدرة على خلق استراتيجيات تساعد على تكوين التوجه بشكل ايجابي نحو الحياة خاصة وان طبيعة المجتمع العربي يفرض عليها قيود وعلى حياة ابنائها، وفي هذا الصدد اشارت دراسة (الحسين، ٢٠١١) الى ان اكثر المشكلات التي تعاني منها الارملة العراقية هي نظرة المجتمع المتدنية، والعوز المادي والتبعية الاقتصادية للآخرين، والشعور بالعجز والضعف، وضعف الاهتمام من قبل اهل الزوج، والشعور بالفراغ النفسي والعاطفي، كما تشير دراسة (الاغا، ٢٠١١) الى ان تعرض المرأة للترمل يعد من اهم واخطر الضغوط النفسية التي تتعرض لها الحياة الزوجية بشكل عام والزوجة بشكل خاص ولا شك ان درجة الخطورة ترتبط بمدى اعتماد المرأة على الرجل ومدى هذا الاعتماد (صالح، وابو هديوس، ٢٠١٤، ص٣٤٩). من هذا المنطلق يمكن ان تلخص الباحثتان اهمية البحث الحالي في النقاط التالية:

- تسليط الضوء على متغيرين مهمين هما الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل من اجل التركيز على نقاط الضعف فيهما ومحاولة إيجاد الحلول في دراسات لاحقه من اجل مساعدة الارملة في استعادة توازنهن بعد التعرض للمصاعب والمحن والضغوط الناتجة من فقدان الزوج وتحمل مسؤولية الاسرة ومحاولة بناء اتجاه ايجابي نحو الحياة.
- الاهتمام بشريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي الارملة ومعاناتها الذي بدورها تؤثر على الاسرة.
- قد تسفر الدراسة عن نتائج تساعد على اعداد برامج لتنمية الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الارملة.

### - أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على ما يأتي:

- ١- قياس مستوى الصمود النفسي لدى الارامل؟

٢- قياس مستوى التوجه نحو الحياة؟

٣- العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الارامل؟

### - تحديد المصطلحات:

اولاً: الصمود النفسي:

- عرفه كورنر ودافيدسون بأنه: قدرة الفرد على التكيف الايجابي في مواجهة الضغوط النفسية، واستعادة توازنه بعد التعرض للمحن والصدمات المضطربة التي تواجهه (غولي والعكيلي، ٢٠١٩، ص ٣٠١).

- عرفه (ابراهيم، ٢٠١٤) بأنه: عملية او سمة او قدرة او خاصية شخصية تمكن الفرد من التعامل والمواجهة الايجابية للضغوط والازمات والمحن المختلفة، والنهوض منها بدون انكسار، واستعادة الحالة النفسية والجسمية الاصلية بعد التعرض للصدمات، والاستمرار في التعايش الايجابي مع الحياة، وتحقيق النواتج الايجابية (كالهناء الذاتي والنمو النفسي) على الرغم من التعرض للظروف المهددة لهناء الفرد الذاتي او حتى دون التعرض لها (ابراهيم، ٢٠١٤، ص ١٤٤)

- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من اجابته على فقرات مقياس الصمود النفسي.

ثانياً: التوجه نحو الحياة:

- عرفه (المحتسب والعكر، ٢٠١٦) : بأنه قدرة الفرد على التفكير بموضوعية وامتلاكه للمعتقدات الايجابية التي تساعده في الانفتاح على الدنيا والناس والتفاعل معهم، والسعي نحو تحقيق اهدافه (صالح، ٢٠٢٠، ص ٦٥).

- عرفه (علي، ٢٠١٢): بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها ويعتمد هذا التقييم على مقارنة المكافآت والكلف بمستوى الحياة التي يعيشها، والنظرة الايجابية والاعتقاد بأن جميع الأشياء والأحداث والمواقف والتصرفات تنزع نحو الخير والسعادة والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيء (علي، ٢٠١٢، ص ١٢٧١).

- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من اجابته على فقرات مقياس التوجه نحو الحياة.

## الفصل الثاني

### إطار نظري ودراسات سابقة

#### - الاطار النظري:

#### اولاً: مفهوم الصمود النفسي:

يستمد مفهوم الصمود النفسي من الضغوط النفسية وأدبيات المواجهة وان فكرته تكون مشتقة من القلق النفسي، وان أصل كلمة الصمود (Resilience) من الكلمة اللاتينية مرن التي تترجم بالرجوع وان الصمود النفسي هو عملية الرجوع الى الوظيفة الطبيعية بعد حدث مرهق أو مجيد ، ويمكن تمييز الصمود عن النمو والنجاح في تحقيق الهدف والازدهار من انه ينطوي على تقليل وانخفاض التفاعل او اعادة النشاط مع الضغوطات ، بحيث تكون معالجة أسرع من الضغوطات اللاحقة أو مستوى أعلى من الحفاظ على الاداء (غولي ، العكيلي، ٢٠١٩، ص٣٠٦). ويرى كلاً من (Cowan & Schulz, 1996) ان الصمود النفسي يشير الى امتلاك الافراد قوى فسيولوجية وخصائص نفسية ومهارات التفاعل بين الافراد تمكنهم من الاستجابة بنجاح الى التحديات العظيمة لنمو شخصياتهم من خلال الخبرة (Cowan & Schulz, 1996, P 1316). رغم أن مفهوم الصمود النفسي ظهر في المجال منذ عام ١٩٥٠، فإن جدية البحث فيه ترجع لعقد مضى فقط. ويجمع الباحثون على أن الصمود النفسي يشير إلى وجود نتائج إيجابية وتوافق وتحقيق الكفاءات النمائية في مواجهة المخاطر أو الصعاب أو الضغوط، ويتطلب الصمود تحقيق معيارين الأول: أن يتعرض الفرد للمخاطر أو صعاب شديدة، والثاني: أن يحقق الفرد نواتج نمائية طبيعية، ولقد تطورت بحوث القدرة على الصمود النفسي ومواجهة الأزمات من خلال البحث عن الأشخاص المعرضين للخطر أو للمشاكل بما في ذلك الأطفال المعرضون للخطر بسبب خلفياتهم العائلية (الوالد لديه اضطراب

عقلي حاد) أو بسبب تجارب الحياة مثل الولادة المبكرة أو الطلاق أو ظروف التربية الخطرة مثل الفقر أو العنف. وقد ركزت بحوث القدرة على الصمود على ثلاث حالات متميزة:

- ١- العمل بشكل جيد خلال فترة الشدائد الكبير "مقاومة الاجهاد".
- ٢- العودة إلى مستوى سابق من الأداء الجيد بعد الصدمة أو الشدة.
- ٣- تحقيق مستويات جديدة من الإيجابية أو التكيف الطبيعي عندما تتحسن الظروف المعاكسة.

في كل هذه الحالات يشير الصمود إلى التكيف الإيجابي أمام المخاطر والمحن وهو مفهوم واسع يشمل طائفة واسعة من الظواهر، بما في التعافي امام المحن (الرفاعي ، احمد، ٢٠١٩، ص٨٤٧-٨٤٨).

#### - دورة تكوين الصمود النفسي:

وضع بيرسيل (Persall, 2003) الاداء النفسي للأفراد اثناء المحن والشدائد في نموذج اطلق عليه دورة الصمود النفسي، ووفقا لتصوير بيرسيل فإن دورة الصمود النفسي تمر على النحو الآتي:

أ- التدهور: تبدأ بمشاعر الغضب او الحزن والاحباط وتنمو هذه المشاعر مؤديه الى المزيد من التدهور، فيبدأ الفرد في لقاء اللوم على الاخرين او التقليل من قيمة الذات

ب- التوافق: بعد مرحلة الانحدار نحو الانخفاض والاختلال ، يرتد الفرد مرة اخرى عكس مسار التدهور صاعدا بقدر كاف يسمح له بالتأقلم مع الاوضاع الراهنة، ويحدث ذلك عندما يتخذ الفرد بعض التدابير والاجراءات التي تمكنه من التغيير.

ت- التعافي: هي استمرار لمرحلة التوافق ، وفيها يتم مواصلة مسار الفرد في النهوض، وتكون مرحلة التوافق بمثابة وسيلة للوصول الى التعافي ، وهو ما يعرف بالعودة الى مستوى الوضع الراهن.

ث- النمو: وفي هذه المرحلة يتعلم الفرد من المحن والشدائد التي تعرض لها ويصل بهذا التعلم الى مستوى مرتفع من الاداء النفسي يفوق ادائه قبل التعرض للمحن وهو ما

يسمى باستعادة التوازن للفرد في الاتجاه التصاعدي ، وتتفق دورة الصمود النفسي وفقا لمفهوم بيرسيل مع ما قدمه كلاً من (امال عبد السميع باظة، ٢٠١٧؛ ومحمد السعيد ابو حلاوة، ٢٠١٣؛ وهيام صابر شاهين، ٢٠١٣) حول مفهوم الصمود النفسي بأنه قدرة الفرد على استعادة توازنه بعد التعرض للمحن والضغوط بل قد يوظف هذه المحن والضغوط لتحقيق النمو والتكامل (خليفة، ٢٠٢٠، ص ٣٢).

### - نظريات الصمود النفسي:

اولاً: نظرية ريتشاردسون (٢٠٠٠):

لقد اقترح ريتشاردسون (Richardson) ما اسماه بنظريات ما وراء الصمود والتي قد تطورت من خلال ثلاث موجات مختلفة؛ فالموجة الاولى : تهتم بالتعرف على تحديد خصائص الافراد الذين يواجهون الاضطرابات بفاعلية وهي تركز على العوامل والخصائص الذاتية والبيئية التي ترتبط بالصمود سواء أكانت هذه العوامل شخصية او اسرية او مجتمعية او ثقافية. والموجة الثانية : هي التي تهتم بفحص العمليات التي تسمح بتفسير كيف تعمل هذه العوامل سواء أكانت (الداخلية والخارجية) و (السلبية والايجابية) بما يؤدي الى استعادة التوازن وتحقيق التوافق او العكس بمعنى فقدان التوازن. الموجة الثالثة: هي التي تركز على توظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصمود وتطلق من ان كل فرد لديه قوى يمكن تقويتها للبناء والتشييد العقلي والتأكيد على الصمود ومقاومة الانكسار، والافتراض الاساسي لهذه النظرية هو فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي والذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة الحالية. حيث ان القدرة على التكيف مع مثل هذه الاحداث الحياتية تتأثر بصفات الصمود وإعادة التكامل مع الصمود السابق. وتؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد الى أربع نتائج هي :

- ١- عادة تكامل الصمود حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن .
- ٢- العودة إلى التوازن جهد يبذل لتجاوز التشويش.
- ٣- فقدان الانتعاش وإنشاء مستوى أدنى من التوازن .

٤- ومن ثم يمكن اَعّ حالة مختلة وظيفيا بار الصمود كنتيجة لقدرات التعامل الناجحة (عبد الفتاح، حليم، ٢٠١٤، ص ١٠٠).

### ثانياً: نظرية روتر (٢٠١٢)

أجرى روتر (Rutter) مقارنة بين الصمود النفسي كعملية أو آلية وبين كونه متغير أو عامل، لأن أي من هذه المتغيرات قد تشكل عامل خطر في أحد الظروف وعامل ضعف في ظروف أخرى، وقد تحدث صاحب النظرية عن مفهوم الآليات والتي تحمي الأفراد من الاضطرابات النفسية التي تصاحب حدوث الشدائد والمحن، وأن التغير يقل وتخف حدته عندما يتغير التقييم لعوامل الخطر، وعندما يستطيع الفرد التكيف الناجح في بعض الظروف فإن تأثير الدرجة الكبيرة لهذا الخطر تقل وبشكل واضح، وأن عوامل الحماية كما يذكر روتر تعمل بالوقت المناسب لتخفيف الخطر والخبرات الصادمة، وهذه العوامل تتمثل في قوة الشخصية والتماسك الأسري والدعم الاجتماعي، وتتضمن في محتواها الاستقلالية، والكفاءة الذاتية، الثقة بالنفس والآفاق الاجتماعية الإيجابية لبناء شبكة من العلاقات الاجتماعية تساهم في ظروف الحياة القاسية (الشوبكي، ٢٠١٩، ص ٢٤-٢٥).

### ثانياً: مفهوم التوجه نحو الحياة:

يعد التوجه نحو الحياة سمة شخصية تتصف بأنها رؤية ذاتية ايجابية، واستعداد كامن لدى الفرد غير محدود بشروط معينة يمكنه من ادراك كل ما هو ايجابي من امور الحياة الجيدة وغير الجيدة. وذلك بالنسبة للحاضر الحالي والمستقبل القادم، فالتوجه نحو الحياة يرتبط بالتوقعات الايجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو سمة من سمات الشخصية وليس حالة. تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والاقوات المختلفة ولا تقتصر على بعض المواقف (عبد الفتاح، ٢٠١٩، ص ١١١).

وإذا اراد الفرد أن يتقن الحياة بكل ما فيها ما عليه إلا أن يأتي الى الهوية والكيونة قبل القيام بالفعل نفسه. فعندما يهتم بشيء ما نجد أن كل حياته تتمحور بأكملها نحو هذا الشيء. ولكي يحقق الفائدة من حياته يجب أن يكون كل شيء في حياته بقدر ويتوازن، فهو بحاجة إلى التوازن لكي يتقدم الى الامام ولكن لا بد ان يكون واعياً بأن واقع الحياة

دائماً ما بين حالة التوازن وعدم التوازن. حالة السعادة والحزن، ما عليه إلا أن يقف على قدم واحدة. فالتوازن لا يتعلق بالأنشطة التي يقوم بها فقط، وإنما بتوجهه نحو الحياة (Maxwell, 2006, ج1). وهذا ما سبق ان اكده سليجمان ان كل فرد يمر بالهزيمة والرفض والفشل لدرجة ما في حياته ، وبالرغم من الرفض والفشل فإن بعض الناس يسعون الى بذل جهودهم بينما يستسلم الآخرون، وهكذا يرى سليجمان ان كيفية تفسير الناس بصورة جوهرية لفشلهم وهزائمهم هي التي تحقق الاختلاف بينهم في التفاؤل والتشاؤم. وكل إنسان يمر بلحظات الحزن الممزوجة بالسعادة في حياته، فلا يحاول تجنب المخاطر، لأنه ليس في مأمن من العقبات والمحن فالغيب لا يعلمه إلا الله سبحانه وتعالى، فالحياة رحمة وليست وجهة معينة، فالسر في تمتعه بالثقة وكسب التقدير والاحترام، وتحقيق احلامه يكمن في تطوير التوجه الايجابي نحو ذاته والآخرين والعالم بأكمله. والتوجه نحو الحياة يحدث فارقا كبيراً، فهو يعد ميزة لدى الفرد لا، ويعطيه افضلية، ولكن مع كل ذلك لا يمكن ان يكون بديلاً عن المهارة والخبرة لديه. فإذا كان الفرد يعتقد أن بإمكانه القيام بشيء ما فهذا نابع من ثقته بنفسه -التي هي احد اوجه التوجه- اما اذا كان بإمكانه القيام به فهذه هي الكفاءة وكلاهما يعد لازماً للنجاح، فتبني توجه ايجابي يساعده على المستوى الشخصي وقد يجعله اكثر شعوراً بالرضا، ولكنه لا يساعده على المستوى المهني فإذا لم يكن يتمتع بالكفاءة فقد يقع بالكثير من المشاكل (ارنوط، ٢٠١٦. ص٤٥-٤٦).

### - سمات الشخص ذو التوجه الايجابي نحو الحياة:

ويتسم الشخص ذو التوجه الايجابي نحو الحياة بالقدرة على اكتساب الانماط والمعلومات الصحيحة والصائبة وليس عن طريق الوقوف على الانماط العقلية والخاطئة ويميل الى اتخاذ الموقف التقبلي والى اكبر حد من الملامح العقلية وينظر الى فكر الآخرين من حيث هم لا من حيث هو كذلك المتفائل على استعداد للحذف والاضافة العقليين. فهو ينظر للأفكار بمثابة حية تتولد وتتكاثر وتخرج افكار جديدة وكذلك من ملامحه بأن المستقبل سيكون افضل (صالح، ٢٠٢٠، ص٧٠).

## - أهم النظريات التي فسرت التوجه نحو الحياة:

أولاً: نظرية لازا وروس (Lazarus, 1982):

يشير سيلاي لازاروس (١٩٨٢) الى ارتباط التوجه نحو الحياة بالضغط النفسية في نظريته وعده عامل نفسي يؤثر على كيان الفرد البنيوي النفسي حيث يحد من قدرته على القيام بأعماله وواجباته على الوجه الاجمل. والى الجانب الضغط النفسي يوجد ما يعرف بالضغط الاجتماعي والذي يشير الى اية ظروف او موقف يستدعي تغيير في انماط الحياة السائدة لدى الانسان وان الضغط النفسي يتولد عن مصادر عدة كالتوتر والاجهاد في العمل وقلة النوم وسوء التغذية وقلة ممارسة الرياضة والافراط في استخدام العقاقير والمواد المضادة (عبد الجبار، وعباس، ٢٠١٨، ص ٢٨).

ثانياً: نظرية سوپر (Supper, 1990):

يؤكد سوپر في نظريته على أن الفرد يحاول الجمع بين أكثر من دور في الحياة يمكن أن يتسبب في خلق شعور بالرضا وبلقلق والتوتر في آن واحد ويتوقف ذلك على مد شعوره بأهمية كل دور من هذه الأدوار ومركزها في حياته. ويقول سوپر أن دراسة أهمية العمل في حياة الإنسان وحدها بعيدا عن باقي مناحي الحياة هي عملية غير كافية على الاطلاق لتفسير معنى العمل في حياة الإنسان وعلى العكس من ذلك ينبغي علينا ان نختبر أهمية دور الأنسان في العمل داخل صياغة الحياة كلها بجميع جوانبها وقياس الأهمية النسبية لذلك الدور بجانب الأدوار في الحياة. وقد أكدت العديد من الدراسات على ما قاله سوپر (supper) درجة قوية من التجانس والتناغم بين أدوارهم في الحياة يخبرون درجات عالية من الشعور بالرضا عن الحياة أكثر من الآخرين الذين يركزون في حياتهم على دور واحد فقط يمنحونهم الأهمية التي ينبغي توزيعها على الأدوار الأخرى في الحياة (قرارة، بقعة، ٢٠١٩، ص ٣٤).

## - دراسات سابقة:

١- دراسة (الرفاعي، واحمد، ٢٠١٩) هدفت الى التعرف على علاقة الصمود النفسي وعلاقته بدافع الانجاز لدى عينة من طلبة الدراسات العليا الوافدين، والتنبؤ بالصمود النفسي من خلال ابعاد دوافع الانجاز لدى افراد العينة وتكونت العينة من (١٦٠)

طالب وطالبة الوافدين بجامعة المنصورة، واسفرت النتائج عن وجود علاقة احصائية دالة بين المتغيرين،

٢- دراسة (الشويكي، ٢٠١٩) الذي تناولت الصمود النفسي وعلاقته بالإجهاد الوظيفي لدى الموظفين الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل هدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والاجهاد الوظيفي لدى الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل تكون مجتمع الدراسة من (١٦٠) ممرض وممرضة يعملون بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل وأشارت النتائج الى علاقة ارتباطية دالة بين المتغيرين.

٣- دراسة (ارنوط، ٢٠١٦) : هدفت الى الكشف عن العلاقة بين التوجه نحو الحياة واضطراب الشخصية التجنبيه لدى المطلقين وتكونت العينة من (٧٠) مطلق من الذكور والاناث، واسفرت النتائج على وجود مستوى متوسط من التوجه نحو الحياة وكذلك على مقياس اضطراب الشخصية التجنبيه، كما توصلت النتائج الى وجود علاقة سالبة قوية بين التوجه واضطراب الشخصية التجنبيه.

٤- دراسة (علي، ٢٠١٢): هدفت الى التعرف على التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزوجي لدى موظفي الجامعة المستنصرية ، وقد توصلت الدراسة الى وجود مستوى عالي من التوجه نحو الحياة ومستوى عالي من الاستقرار الزوجي وعلى وجود علاقة قوية بين التوجه نحو الحياة والاستقرار الزوجي.

#### - مناقشة الدراسات السابقة:

لم تتفق الدراسات السابقة التي تم ذكرها مع الدراسة الحالية من حيث الهدف فالبعض يقيس الصمود النفسي مع دافع الانجاز ، والصمود مع الاجهاد الوظيفي، والتوجه نحو الحياة مع اضطراب الشخصية التجنبيه، والتوجه مع الاستقرار الزوجي، بينما تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة، كما اختلفت الدراسات مع الدراسة الحالية في العينة فالبعض طبق دراسته على المطلقين، وبعضهم على الموظفين المتزوجين والبعض على طلبة الدراسات العليا بينما الدراسة

الحالية اخذت النساء الارامل، وكذلك اختلفت الدراسات في النتائج نتيجة لاختلاف هدف كل دراسة.

### الفصل الثالث

#### منهجية البحث واجراءاته

##### - منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي لمناسبة لأهداف الدراسة والذي يصف طبيعة الظاهرة موضع البحث، ويعمل على تفسير الظواهر التربوية الموجودة، كما يفسر العلاقة بين هذه الظواهر، ويساعد على الحصول على اكبر قدر ممكن من المعلومات حولها استناداً الى حقائق الواقع (عباس، ٢٠٠٧، ص ١٦٢).

##### - مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث الحالي من جميع النساء الارامل الموجودات في محافظة البصرة البالغ عددهم (٢٠٠٠٠) كما تم الحصول عليه من مؤسسة العمل وشؤون المرأة للعام (٢٠٢٠ - ٢٠٢١).

- عينة البحث: تكونت عينة البحث من (١٥٠) امرأة ارملة من محافظة البصرة .

- اداتا البحث: لتحقيق اهداف البحث قامت الباحثتان بأعداد مقياس الصمود النفسي ومقياس التوجه نحو الحياة من خلال الخطوات التالية:

١- تحديد مفهوم الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة من خلال الاطلاع على الادبيات والاطر النظرية والدراسات السابقة.

٢- صياغة الفقرات: تم عمل دراسة استطلاعية الى عينة من الارامل في مؤسسة العين الخيرية مكونة من (٢٠) ارملة وتقديم سؤال استطلاعي للمزوجة بين الأدبيات ومجتمع الدراسة من اجل الحصول على مجموعة من الفقرات ومن ثم تم تحليل الاستجابات التي حصلوا عليها من الدراسة الاستطلاعية متبعين منها تحليل محتوى استجابات أفراد العينة على المقياسين، وفي ضوء تحليل استجابات العينة أمكن صياغة (١٠) فقرات تمثل كل منها فقرة من فقرات مقياس الصمود النفسي بشكله

الأولي وأضيفت (٢١) فقرة تم الحصول عليها من الأدبيات ذات العلاقة، ودمجت العبارات التي تم الحصول عليها عن طريق الاستبيان الاستطلاعي مع العبارات التي تم الحصول عليها من الأدبيات ذات العلاقة وبذلك بلغ عددها (٣١) فقرة لمقياس الصمود النفسي، اما مقياس التوجه نحو الحياة فقد صيغة (٨) فقرات من الدراسة الاستطلاعية واضيف لها (١٧) فقرات من الدراسات والادبيات وبذلك اصبح عددها (٢٦) فقرة لمقياس التوجه نحو الحياة.

٣- مقياس التصحيح: ويقصد به وضع الدرجات على استجابة افراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياسين في ضوء البدائل، وقد كانت البدائل (موافق تماماً، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق اطلاقاً) وقد اعطيت لكل بديل وزن (١-٢-٣-٤-٥).

٤- مؤشرات صدق المقياسين: وللتحقق من صدق المقياسين تم استخراج ما يأتي:  
أ- الصدق الظاهري: وتم التحقق من هذا الصدق من خلال عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء والمحكمين ضمن اختصاص علم النفس والارشاد التربوي في جامعة البصرة، وتم الاعتماد على نسبة (٨٠%) كمؤشر لقبول الفقرات، مع بعض الملاحظات والتعديلات البسيطة، وتم قبول جميع فقرات المقياسين ما عدا الفقرات رقم (٥-١١) في مقياس التوجه نحو الحياة تم رفضها.  
ب- الصدق التمييزي لفقرات المقياسين:

لغرض حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الصمود والتوجه نحو الحياة تم اتباع اسلوب المجموعتين المتطرفتين من خلال الخطوات التالية:

- ١- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات والبالغ عددها (٢٠٠).
- ٢- ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى ادنى درجة.
- ٣- تعيين نسبة (٢٧%) من الحاصلين على اعلى درجة و (٢٧%) من الحاصلين على ادنى درجة والبالغ عددهم (٥٤).

٤- استخدام الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة بدرجة حرية (١٩٨)، ومستوى معنوية (0.05). والجدول (١)- (٢) يوضحان ذلك.

جدول رقم (١)

معاملات تمييز الفقرات لمقياس الصمود النفسي

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفترة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٢.376	.9248	٣.٢١٢	1.1002	4.1852	١
٢.376	1.1117	٤.8333	.9956	3.٤٧٠٩	٢
4.604	.9857	3.1667	.8560	4.3889	٣
4.604	.9509	4.0370	.8990	3.6111	٤
3.651	.9415	2.9815	.9354	4.2593	٥
3.651	.9150	4.2593	.9619	3.5926	٦
3.357	1.0554	3.4074	1.0047	4.1667	٧
3.357	.9700	4.2407	.8831	3.5556	٨
3.028	1.0094	3.6667	.9984	4.3889	٩
3.028	.9613	4.0185	.9060	3.8333	١٠
2.691	1.1965	3.7593	.8777	4.2778	١١
2.691	1.1723	3.7222	.9786	3.7963	١٢
٢.١٣١	1.2679	3.٩٥٢٤	1.2946	3.٢٧٢	١٣
٢.٢٣١	.9326	4.1٦96	1.0757	٣.٠١١	١٤
2.518	1.1427	3.5741	1.1486	4.0370	١٥
2.518	1.2650	3.8519	.9856	3.5185	١٦
2.014	1.1265	3.2963	1.0170	4.1481	١٧
2.014	.8410	4.4815	.9893	3.7593	١٨
1.9٩6	.9706	4.0370	.9060	4.1667	١٩
٢.٦٦٩	.8131	4.4074	.9531	٣.١٨٤٣	٢٠
3.066	1.0108	3.8148	.9167	4.0926	٢١

الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الأراامل

3.066	.9042	4.1111	.9657	3.5370	٢٢
3.167	.9808	3.0185	.9504	3.7593	٢٣
3.167	.9197	4.3889	.9331	3.1852	٢٤
3.322	1.1912	3.4259	.9248	4.4444	٢٥
3.322	.9400	4.2778	.9857	3.8333	٢٦
4.587	.8793	3.9815	1.0529	4.2037	٢٧
4.587	1.2143	3.8148	1.0024	3.2963	٢٨
3.619	1.0731	3.5926	.7652	4.5926	٢٩
3.619	1.0534	4.1481	.8793	4.0185	٣٠
٢.942	.8336	3.3889	1.0534	4.٤٤ 81	٣١

- كل الفقرات دالة عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (١٩٨) وقيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية (1.97).

جدول رقم (٢)

معاملات تمييز الفقرات لمقياس التوجه نحو الحياة

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
3.740	1.1846	3.7407	.5290	2.7222	١
٣.551	.8935	4.3519	.9722	4.1296	٢
2.183	1.0594	3.4815	.9829	4.4259	٣
4.114	1.0087	3.0370	1.0401	4.1111	٤
2.804	.8935	3.3519	.9635	4.4259	٥
3.294	1.0108	4.1852	1.1615	3.5000	٦
2.878	.9235	3.4259	1.1148	3.1407	٧
2.772	.5116	4.7593	1.0449	4.2407	٨
2.820	.9893	3.7593	.9648	3.4444	٩
2.530	.9727	4.1852	1.0628	3.7593	١٠
3.376	.9218	3.5926	.9619	3.4074	١١
4.918	1.0233	4.6667	1.1153	4.0370	١٢
2.736	1.0494	3.7407	1.1627	3.3148	١٣

الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الأرامل

4.615	1.1859	3.9074	1.3963	3.5556	١٤
3.736	.8847	3.4815	1.1536	3.0926	١٥
4.075	.9914	4.1296	1.1021	3.7407	١٦
6.598	.9850	4.5370	1.1186	3.1519	١٧
3.249	.9248	4.4444	1.0757	4.1222	١٨
2.135	1.0534	3.8519	1.1298	3.6852	١٩
2.115	.4506	4.7963	1.0293	4.1852	٢٠
3.116	1.0328	3.9074	1.0231	3.5185	٢١
3.106	.895	٣.٢٤٢	.7181	4.5556	٢٢
5.797	1.0526	٤.٢٤٣	1.0171	3.7222	٢٣
3.425	.9670	٣.١٢١	.9872	4.3148	٢٤

• جميع الفقرات دالة حيث ان قيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.97) عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (١٤٨).

٥- مؤشرات الثبات: تم التحقق من ثبات مقياس الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة من خلال المؤشرات التالية:

أ- الاتساق الخارجي (طريقة اعادة الاختبار):

تعد طريقة تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه مرة اخرى من افضل طرق الثبات، وتقوم هذه الطريقة من خلال تطبيق الاختبار على مجموعة من الافراد ثم اعادة التطبيق بعد فترة زمنية محددة على نفس الافراد (السيد، ١٩٧٩، ص ٥٢٠)، حيث تم تطبيق الاختبار على عينة الثبات البالغة (٣٠)، وقد بلغ ثبات مقياس الصمود النفسي (0.78)، بينما بلغ معامل ثبات مقياس التوجه نحو الحياة (0.86)، وهما قيمتان تجعل المقياسين ثابتين.

ب- الاتساق الداخلي (معادلة الفا كرو نباخ):

تم استعمال معادلة الفا كرو نباخ على عينة الثبات للمقياسين وقد كانت قيمة معامل ثبات الصمود النفسي (0.81)، وقيمة ثبات مقياس التوجه نحو الحياة (0.88)، وهذه القيمة تعني ان المقياسين حققا مؤشر الثبات.

- ٦- الوسائل الاحصائية: تم استعمال الوسائل الاحصائية الاتية:
- النسبة المئوية: لحساب نسبة اتفاق الخبار على اداتا البحث.
  - الاختبار التائي لعينة واحدة: لمعرفة مستوى الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى افراد العينة.
  - الحقيبة الاحصائية للعلوم التربوية والنفسية (SPSS.14).

## الفصل الرابع

### عرض النتائج وتفسيرها

يتم في هذه الفصل عرض للنتائج التي تم التوصل اليها وفق لأهداف البحث وتفسير هذه النتائج ومناقشتها بحسب الاطار النظري والدراسات السابقة، وتبلور عن ذلك مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات التي وصت بهما الباحثان.

#### اولاً: الهدف الاول: التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى عينة البحث:

بعد تطبيق مقياس الصمود النفسي على عينة البحث البالغة (١٥٠)، أظهرت نتائج البحث ان العينة تتمتع بمتوسط حسابي (١٠٥) وبانحراف معياري (17.52)، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (93). وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (8.385) اعلى من القيمة الجدولية (1.97) عند مستوى معنوية (0.05)، ودرجة حرية (١٤٩)، وكما مبين في الجدول (٣):

#### جدول (٣)

#### الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الصمود النفسي

الدالة الاحصائية عند مستوى (0.05)	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
دالة احصائياً	1.97	8.385	١٣٩	17.52	105	93	150

من خلال الجدول اعلاه ومقارنة القيمة التائية يتبين ان العينة تتمتع بصمود نفسي جيد وتفسر الباحثان الى ان السبب في ذلك الى ان الفرد كل ما تعرض لضغوط ومحن

وازمات وتجاوزها يصبح أقوى حتى مما كان عليه في السابق؛ ويتجاوز المشكلات التي يمر بها الانسان في حياته اليومية بشكل اعتيادي بل قد يكون سلوكه افضل من الانسان الذي لم يتعرض لمثل هذه الظروف، وهذا ما اشار اليه (بيرسل، ٢٠٠٣) التي ذكر فيها الى ان الفرد بعد ان يتجاوز المحنة بنجاح قد يصل الى مستوى عالي من الصمود يفوق ادائه قبل التعرض للمحن وهو ما يسمى باستعادة التوازن للفرد في الاتجاه التصاعدي (خليف، ٢٠٢٠، ص ٣٢).

**ثانياً: الهدف الثاني: قياس مستوى التوجه نحو الحياة لدى افراد عينة البحث:**

من اجل تحقيق الهدف الثاني تم تطبيق مقياس التوجه على عينة البحث البالغة (١٥٠) ارملة، وظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي للعينة بلغ (70) بانحراف معياري (14.44)، بينما بلغ المتوسط الفرضي (72)، وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحد ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (0.848) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.97) عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (149)، والجدول (٤) يبين ذلك:

جدول (٤)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الاتجاه نحو الحياة

الدلالة ال احصائية عند مستوى (0.05)	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
غير دالة	1.97	0.848	١٣٩	14.44	70	72	١٤٠

من خلال ملاحظة الجدول اعلاه يظهر ان افراد عينة البحث يتمتعون بمستوى متدني من التوجه نحو الحياة وتفسر الباحثتان ذلك يعود على كمية الانتكاسات والنكبات التي تعرضت لها النساء الارامل من جهة ونظرة المجتمع الشرقي بما فيه من عادات وتقاليد تقيد حياة الارملة من جهة اخرى والتي ادى بها الى الشعور بعدم الرضا وفقدان التوازن وضعف الرغبة في العودة الى ممارسة امور الحياة بشكل طبيعي كما كانت قبل الفقد.

### ثالثاً: التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل:

من اجل تحقيق هذا الهدف تم تطبيق معادلة بيرسون لمعرفة فيما اذا كان هنالك علاقة بين هذين المتغيرين ونوعية هذه العلاقة، والجدول (٥) يبين ذلك:

جدول (٥)

معامل ارتباط بيرسون بين متغير الصمود النفسي ومتغير التوجه نحو الحياة

العينة	المتغيرين	الارتباط	المعنوية
150	الصمود النفسي	0.8127	دال عند مستوى (0.05)
	التوجه نحو الحياة		

من خلال الجدول اعلاه هذا يدل على وجود علاقة دالة ارتباطية قوية بين المتغيرين لدى افراد عينة البحث اي كلما زاد الصمود النفسي لدى النساء الارامل زاد توجههن نحو الحياة والعكس صحيح، وتفسر الباحثتان سبب ذلك الى ان المرأة الارملة كل ما ارتفعت قدرتها على الصمود امام المحن والمشكلات زاد توجهها وايمانها وثقتها بالحياة التي تعيشها وانها قادرة ان تعيد توازن نفسها كما كانت سابقاً واكثر.

#### - الاستنتاجات:

- ١- ان افراد عينة البحث يمتلكون مستوى جيد من الصمود النفسي.
- ٢- وتمتلك عينة البحث مستوى متدني من التوجه نحو الحياة.
- ٣- وجود علاقة ارتباطية بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة.

#### - التوصيات: وفي ضوء النتائج توصي الباحثة

- ١- توجيه اهتمام المسؤولين ومنظمات المجتمع المدني بشريحة الارامل وتقديم الدعم النفسي والمادي لهن وإقامة ندوات وورش توعوية وقائية نفسية واجتماعية

٢- توجيه اهتمام المرشدين النفسيين في مراكز الارشاد الاسري بأعداد مزيد من البرامج الارشادية والعلاجية.

#### - المقترحات:

- ١- اجراء دراسة عن الصمود النفسي لعينات أخرى كالمطلقات او المعنفات
- ٢- قياس التوجه نحو الحياة وعلاقتها بمتغيرات أخرى كالأمن النفسي او تقدير الذات، او الاتزان الانفعالي.

#### المصادر:

#### أولاً: المصادر العربية:

- ارنوط، بشرى اسماعيل احمد.(٢٠١٦). التوجه نحو الحياة وعلاقته باضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقين، جامعة الزقازيق، مجلة الارشاد النفسي، العدد ٤٥٥،
- خليف، احمد عبد المعطي محمد .(٢٠٢٠). تنمية الرحمة بالذات كمدخل لتحسين الصمود النفسي لدى الموهوبين رياضياً ذوي صعوبات التعلم، مصر، جامعة عين شمس، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، قسم علم النفس.
- الرفاعي، زينب احمد، بدرية كمال احمد .(٢٠١٩). الصمود النفسي وعلاقته بدافع الانجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا الوافدين، جامعة المنصورة، المجلة العربية ، المجلد ١٨، العدد ٤.
- الشويكي، علاء ناجي .(٢٠١٩). الصمود النفسي وعلاقته بالإجهاد الوظيفي لدى عينة من الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل، جامعة الخليل، كلية الدراسات العليا.

- صالح، احمد سعيد عبد العزيز.(٢٠٢٠). التوجه المدرك نحو الحياة وعلاقته بقلق المستقبل والانتجاز الاكاديمي لدى الطلاب الصم في الجامعة، *المجلة العربية لعلوم الاعاقة والموهبة*، المجلد الرابع، العدد ١٣.
- صالح، عايدة شعبان، وباسرة محمد ايوب ابو هدرس.(٢٠١٤). الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة لدى النساء الارامل في قطاع غزة، *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، الجزء الثاني، العدد خمسون.
- عباس، محمد.(٢٠٠٧). مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- عبد الجبار، عبير الستار، علي احمد عباس.(٢٠١٨). التوجه نحو الحياة وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية الآداب، جامعة القادسية، كلية الآداب.
- عبد الفتاح، فاتن فاروق، شيرى مسعد حليم.(٢٠١٤). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم، العدد ١٥.
- عبد الفتاح، ولاء.(٢٠١٩) صورة الجسم وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة ، *مجلة العلوم التربوية والنفسية- المجلة العربية للعلوم ونشر الابحاث*، العدد الثالث عشر المجلد الثالث.
- علي، انور جبار.(٢٠١٢). التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزواجي، *مجلة الاستاذ*، العدد (٢٠٣)، الجامعة المستنصرية، كلية الآداب، قسم علم النفس.
- غولي، حسن احمد السهيل، جبار وادي العكيلي.(٢٠١٩). الامن الفكري وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية، *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، العدد ٦١، مجلد ١٦، المديرية العامة لتربية بغداد، الكرخ الثالثة.

المصادر الاجنبية:

- Cowan, P. & Schulz, M. (1996).Thinking about risk and resilience in families. In E.M. Hethering .E. Blechman (Eds.), Stress, Coping, and Resiliency in children and families. (pp.1-63). New Gersy: Lawrence Erlbaum Associates.
- Maxwell ,J.(2006).The difference maker. Making your attitude your greatest asset. The John C. Maxwell Co.