



أساليب التفكير والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة

ابتتهال عبدالحسين هادي

علم النفس التربوي

مستخلص البحث :

هدفت الدراسة إلى التعرف على أكثر أساليب التفكير انتشاراً، ومستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة القادسية، كما سعت الدراسة أيضاً إلى الكشف عن العلاقة بين بعض المتغيرات الديموغرافية كالجنس، والكلية، ومستوى الدراسة، ومكان السكن في أساليب التفكير والصلابة النفسية لدى طلبة جامعة القادسية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام كل من مقياس أنماط التفكير، ومقياس الصلابة النفسية، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبا وطالبة من طلبة جامعة القادسية، واستكمالاً لذلك قام الباحث بتطبيق المقياسين على عينة قوامها (400) طالب وطالبة في جامعة القادسية تم اختيارها بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات الأسلوب المتناسب. وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً بالاستعانة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SSPS) توصلت نتائج البحث إلى أن طلبة الجامعة لديهم أساليب تفكير جيدة، كما أن هناك ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين معظم متغيرات الدراسة متمثلة بأساليب التفكير والصلابة النفسية، وأظهرت النتائج أن المتغيرات الديموغرافية لم تؤثر على أساليب التفكير أو الصلابة النفسية. وقد خرجت الدراسة بعدة توصيات في ضوء نتائجها. وتشمل أهمية إجراء الدراسات التجريبية والتطبيقية لمهارات إدارة الإجهاد النفسي لدى طلاب الجامعة والعمل على استخدام نتائج الدراسة في إعداد البرامج الإرشادية وورش العمل بالإضافة إلى تكرار البحث على عينات أخرى، مع الأخذ بعين الاعتبار بعض المتغيرات الديموغرافية، وإجراء دراسة على فئات عمرية مختلفة مثل طلاب المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية : أساليب التفكير، الضغوط النفسية، طلبة الجامعة.

Thinking styles and psychological resilience among university students

Ibtihal Abdul Hussein Hadi

Abstract:

The study aimed to identify the most common thinking styles and the level of psychological resilience for students of Al-Qadisiyah University. It also sought to reveal the relationship between some demographic variables such as gender, college, level of study, and place of residence on thinking styles and psychological resilience among students at Al-Qadisiyah University. To achieve the objectives of the study, both the Thinking Styles Scale and the Psychological Resilience Scale were used. The study sample consisted of (400) male and female students from Al-Qadisiyah University. The study adopted the descriptive correlational approach. To complete this, the researcher applied the two scales to a sample of (400) male and female students at Al-Qadisiyah University, who were selected using the stratified random method with a proportional approach. After collecting and statistically processing the data using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS), the research results reached: University students have good thinking styles, and there are statistically significant correlations between most of the study variables represented by thinking styles and psychological resilience. The results showed that demographic variables did not affect thinking styles or psychological resilience. The study came out with several



recommendations in light of its results. They include the importance of conducting experimental and applied studies on stress management skills among university students and working on using the results of the study in preparing guidance programs and workshops, in addition to repeating the research on other samples, taking into account some demographic variables, and conducting a study on different age groups such as high school students.

Keywords: Thinking styles, psychological stress, University students.

مقدمة:

أساليب التفكير هي الطريقة التي نستخدمها لتحليل المشكلات واتخاذ القرارات بناءً على المعلومات المتاحة، وتشمل أساليب التفكير الإبداعي، والتفكير الناقد، والتفكير النقدي، والتفكير النمطي، والتفكير الإيجابي، كذلك يمكن تعزيز أساليب التفكير الإيجابي من خلال ممارسة التفكير النقدي والابتكار. أما الصلابة النفسية فهي القدرة على التكيف مع التحديات والضغوطات بشكل صحيح وفعال، والحفاظ على الهدوء والتوازن في مواجهة الصعوبات. تتضمن الصلابة النفسية القدرة على التحمل، والتفكير الإيجابي، وتطوير مهارات التواصل وحل المشكلات. كما يمكن تطوير الصلابة النفسية من خلال التمرين على التحمل والتفكير في المواقف الصعبة. أساليب التفكير والصلابة النفسية هي مفاهيم أساسية في علم النفس تهدف إلى فهم كيفية تفاعل الإنسان مع التحديات والضغوطات التي يواجهها في حياته، تشمل أساليب التفكير كيفية معالجة المعلومات واتخاذ القرارات وحل المشكلات، كما تشير إلى القدرة على التفكير بشكل مرن وإيجابي، وعدم الانحياز للتفكير السلبي والمحدود، بينما تهدف الصلابة النفسية إلى قدرة الفرد على التكيف والتحمل في مواجهة الصعوبات، كما تعتمد الصلابة النفسية على القدرة على التعامل مع التحديات والضغوط بطريقة فعالة دون أن تؤثر على القدرة العقلية والانفعالية، وقد تشمل أساليب التفكير والصلابة النفسية مسائل مثل التفكير الإيجابي، التخطيط للمستقبل، تحمل المسؤولية، والتكيف مع التغييرات، كما إن تطوير هذه المهارات يمكن أن يساعد في تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على تجاوز العقبات بنجاح.

إن تنمية أساليب التفكير وتعزيز الصلابة النفسية يساعد على تحقيق النجاح والسعادة في الحياة، وإن العمل على تحسين هذه الجوانب النفسية يمكن أن يساعد الفرد على التعامل بشكل أفضل مع التحديات وتحقيق النجاح في حياته الشخصية والمهنية.

مشكلة البحث:

يواجه الأفراد اليوم كماً هائلاً من المواقف الضاغطة والمشكلات التي تتطلب أساليب متعددة من التفكير لمواجهتها ومحاولة تجاوزها إلا أنها كانت أشكال التفكير متعددة ومتنوعة وتحدد أسلوب التفكير طبيعة شخصية الفرد والذي بالتالي يقوده إلى الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه، وخاصة أن تحديد الهدف وتحقيقه أصبح مشكلة صعبة نتيجة الكم الهائل والمتنوع من المعرفة، حيث لا بد من أخذ بعين الاعتبار شريحة الطلاب والذي يفرض عليهم هذا الكم المعرفي نشاطاً مطرداً في مواكبة تنوع المعرفة وتعقدتها يظهر جلياً حجم المشكلة التي يواجهونها طلبة الجامعة.

إن الحياة مليئة بالمشكلات والأزمات والمواقف الضاغطة على الطلبة سواء أكانت إيجابية أو سلبية، ونظراً للتغيرات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية المستمرة والسريعة في كل يوم يتعرضون لمزيد من الضغوطات والتحديات في مدى قدرتهم على تحمل أو مواجهة هذه الأزمات، وفي مدى قدرتهم على التخلص من هذه الضغوط بدرجة كبيرة، فهم بناء المستقبل وهم الجيل الواعد لأي مجتمع، بحيث لا يمكن عزلهم عن مجريات الحياة الضاغطة وأحداثها التي تجري في العالم عامة، وفلسطين خاصة، لإثبات حضوره الفاعل ودوره المهم في ظل هذه التغيرات (كاتبي، 2015)

إن الطلاب الجامعات هم أكثر فئات المجتمع عرضة للضغوط، حيث يتحملون الكثير من الأعباء الإضافية التي ترهقهم وتتجاوز قدرتهم على التحمل، وذلك نتيجة المشاكل والأزمات والضغوط الأسرية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية والأكاديمية، والظروف الصعبة والقاسية التي يتعرضون لها في



حياتهم، فيحاولون تعدي هذه الضغوطات بممارسة الصلابة النفسية فهي تعد عاملاً أساسياً لتجاوز كثير من الأزمات والمواقف الصعبة.

وإن الحياة الجامعية التي يعيشها الطلبة بتعقيداتها المختلفة تجعلهم عرضة للكثير من الضغوط والصراعات النفسية التي تؤثر على أساليب التفكير لديهم، والصلابة هي متغير مؤثر ومنبئ في أسلوب التفكير، فهي تساعد الطلبة على مقاومة العديد من الآثار الضارة للضغط على الحياة اليومية، وتحقيق شخصية قوية قادرة على التعامل مع ضغوطات الحياة بشكل أفضل.

وتساؤلنا التالي يوضح اشكالية ومضمون بحثنا بشكل اوضح من خلال طرح السؤال الات

(ما مستوى أساليب التفكير والصلابة النفسية لدى طلبة جامعة؟).

أهمية البحث:

يمكن إبراز أهمية البحث من خلال ما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

- 1- تكمن في أهمية الموضوعات التي تتناولها الدراسة (أساليب التفكير ، الصلابة النفسية)، حيث إن هذه الموضوعات متغيرات نفسية ترتبط بعلم النفس التربوي ومن المفيد تسليط الضوء عليها.
- 2- أهمية الفئة التي تتناولها الدراسة وهي فئة طلبة الجامعة، حيث أن الشباب يمثلون فئة كبيرة من المجتمع ، بالإضافة إلى أنهم عماد المجتمع.
- 3- تعتبر من الدراسات النادرة - في حد علم الباحث - التي تناولت مستوى أنماط التفكير والصلابة النفسية.
- 4- تظهر أهمية الدراسة نظراً لارتباطها بالمرحلة العمرية التي تجري عليها الدراسة والتي يتعرض خلالها الطلبة للعديد من الضغوط الأكاديمية والأسرية والنفسية، والاجتماعية، حيث أن هذه المرحلة التي يمر بها طلاب الجامعة تفتقر للأبحاث والدراسات فيما يتعلق بالموضوع الحالي.

ثانياً : الأهمية العلمية:

- 1- يمكن الاستفادة من هذه الدراسة في عمل البرامج الوقائية والعلاجية والإرشادية لمواجهة المشكلات التي تواجه طلبة جامعة القادسية في مجالات أساليب التفكير ، الصلابة النفسية.
- 2- تقديم توصيات ومقترحات من شأنها تحسين أساليب التفكير والصلابة النفسية لدى طلاب جامعة القادسية.
- 3- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في التخطيط ووضع البرامج لعمليات الإرشاد والعلاج النفسي للطلاب الذين لا يبدون إدراكاً إيجابياً للضغوط النفسية والذين يجابهون الضغوط النفسية من خلال استراتيجيات سلبية.
- 4- استثمار التعرف على طبيعة العلاقة بين أساليب التفكير والصلابة النفسية في تصميم برامج تربوية ونفسية يمكن أن تسهم في توجيه وإرشاد الطلاب نحو أساليب التصدي التي تتوافق مع قدراتهم الشخصية ومع بيئتهم الاجتماعية.

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي تعرف على:

- 1- أساليب التفكير لدى طلبة الجامعة .
- 2- الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة القادسية للدراسة الصباحية وللعام الدراسي 2023-2024.



تحديد المصطلحات:

1- أساليب التفكير (Thinking Styles):

هو إدراك بين عناصر موقف معين مثل إدراك العلاقة بين المقدمات والنتائج، وإدراك العلاقة والسبب والنتيجة أو إدراك العلاقة بين شيء معلوم وشيء غير معلوم، أو إدراك العلاقة بين العام والخاص (سليمان، 2019).

2- الصلابة النفسية (Resilience):

هي عملية التكيف بشكل جيد في مواجهة الشدائد، أو الصدمات، أو الماسي، أو التهديدات، أو مصادر التوتر الكبيرة؛ مثل مكان العمل والضغوط المالية. إنه يعني "الارتداد" من التجارب الصعبة (75: American Psychological 2010).

3- طلبة الجامعة:

هم جميع الطلبة المسجلين والملتحقين بالدراسة في جامعة القادسية في محافظة الديوانية في العام الدراسي 2024/2023.

الفصل الثاني: إطار نظري ودراسات سابقة

المحور الأول: أساليب التفكير

التفكير : هو عملية وجدانية معرفية، وعقلية، تؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى، كالإحساس والتحصيل والإبداع، وأيضاً على العمليات العقلية كالتمييز والتعميم والتحليل، ومن ثم يأتي التفكير على قمة هذه العمليات العقلية والنفسية، وذلك لدور الكبير الذي يلعبه في المناقشات وعمليات اكتساب المعرفة وحل مشكلات الإنسان (اللوغاني والردعان، 2018).

أهتم العديد من الباحثين في موضوع التفكير ومجالات علم نفس المعرفي، والتطوري، والعصبي، وغيرها لما له من تأثير مهم على التطور المعرفي، مما يمكنه من مواجهة التحديات في المجالات التعليمية، ومواقف الحياة العامة (العساسة وبشارة ، 2012: 32).

والتفكير سلوك هادف لا يحدث بدون هدف، وإنما يحدث في مواقف معينة وهو سلوك تطوري، يتغير كماً ونوعاً حسب نمو الفرد وتراكم تجاربه وخبراته، ويعد التفكير مفهوماً نسبياً، لا يستطيع الإنسان أن يصل إلى درجة الكمال في التفكير ، ولا يمكنه تحقيق كل أنواع التفكير (جروان، 2007: 18).

العوامل التي تؤثر على أساليب التفكير

وفق ما توصل إليه كل من زان وستيرنبرغ من خلال الأبحاث وذلك كما هو موضح في (درويش، 2016: 183) أن هناك خمس عوامل مؤثره في أساليب التفكير وهي:

1. الثقافة: تؤثر الثقافة على القدرات التي يمتلكها الافراد، فهي تدفع الأفراد إلى تعلم ما هو جديد من

معارف وعلوم وتنمية قدرات معينة.

2. الجنس في كثير من الأحيان يتم تعليم الذكور أساليب معينة في التفكير وقد تختلف عن التي يتم تعليمها للإناث.

3. الأسرة: أن الأسرة تشجع الجانب الفكري للأطفال قبل دخولهم المدرسة، ولكن بعد دخول الأطفال للمدرسة يتقيد هذا الدور بسبب ما يفرضه المعلمين لطلاب بين أفعال أو لا تفعل، وهذا يعود إلى الفلسفة التي تتبناها المدارس.



4. الأساليب الوالدية: يتأثر الفرد بالطريقة تعامل والديه من حيث تشجيعهم وتعزيزهم على طرح الأسئلة وتقوية تفكيرهم، من أجل تطوير الأسلوب لديهم.

5. التعليم والوظيفة: حيث يثبت العمل ويشجع على استعمال أسلوب معين للتفكير وكما أن للمدارس والجامعات دوراً في تفضيل استعمال أسلوب تفكير دون آخر .

تصنيفات أساليب التفكير

أشار (السكري، 2009) أن "ماير" قدم أنواعاً من أساليب التفكير مرتكزا على العملية العقلية الموصلة إلى النتيجة وهي:

1. التفكير بالمحاولة والخطأ.

2. التفكير بإعادة بناء الموقف (سلوك حل المشكلات).

3. التفكير الاستقرائي.

4. التفكير الاستنباطي.

نظرية ستيرنبرغ في التفكير

وضح نموذج ستيرنبرج (Sternberg، 1997) المشار إليه في أبو عيشة (2014): أن هذه النظرية هي الأحدث والتي ظهرت بهدف تفسير طبيعة التفكير ، وتعتبر من أكثر النظريات رواجاً وقبولاً من علماء النفس، وظهرت في صورتها الأولى عام 1988م باسم نظرية التحكم العقلي الذاتي، ومن ثم غير ستيرنبرج اسمها في عام 1990 لتصبح نظرية أساليب التفكير (Thinking Styles Theory)، وظهرت صورتها النهائية عام 1997م، ويرى "ستيرنبرج" أن الفكرة الرئيسية أنها تمثل أشكال السلطة المنتشرة في العالم كأساليب تفكير ، وهناك الكثير من الأشياء المتشابهة بين الشخص وتنظيم المجتمع، وإن المجتمع بحاجة إلى قوانين وتشريعات لتنظيم سيره، ولل فرد أيضاً لتنظيم أموره، ومن ثم تحديد الأولويات وتجاوز العقبات التي يواجهها الفرد، ويذكر أن للحكومات من الوظائف ومستويات ونزعات ومجالات كما يوجد للفرد أساليب تفكير . وأشار (سعد، 2020) أن نظرية ستيرنبرج قد ذكرت أن هنالك ثلاثة عشر أسلوباً لكل منها خصائصها، متضمنة في خمس مجالات وتتمثل في:

- الشكل (Form) ويشمل الهرمي الأقلي، الملكي، الفوضوي.
- الوظيفة (Function) ويشمل التشريعي، التنفيذي، الحكمي.
- المستوى (Level) ويشمل العالمي، المحلي.
- النزعة (Leaning) ويشمل: المتحرر، المحافظ.
- المجال (Scope) وتشمل: الداخلي، الخارجي.

المحور الثاني: الصلابة النفسية

تطورت أبحاث الصلابة النفسية على مدى ثلاثة عقود الماضية كهدف المبادرات السياسية الاجتماعية. وقد حيث كان الهدف في البداية هو زيادة قدرة الأطفال والمراهقين على الحد من التأثير النفسي الاجتماعي للصعوبات التي يواجهونها، وبالتالي مساعدة المجتمعات على مقاومة التجارب السلبية وتعرض المجتمع للأحداث الصادمة بشكل واسع.



ويتمتع ذوي الصلابة النفسية، بنقاط قوة أو أصول داخلية مختلفة يمكن وصفها، عند اقترانها بنقاط القوة البيئية أو الخارجية، بأنها عوامل وقائية. عادةً ما يتم التعرف على الطلاب ذوي الصلابة من خلال تقديرهم لذاتهم العالي، وموقعهم الداخلي للتحكم، وتفاؤلهم وتطلعاتهم الواضحة، والإنجاز والتوجه نحو الهدف، والقدرة على التفكير، وحل المشكلات، واحترام استقلالية أنفسهم والآخرين، وأنماط الاتصال الصحية، والقدرة على البحث عن توجيه علاقات الكبار (Barber، 2009:64).

يؤكد (Almedon، 2005)، كما ورد في (Suare، 2011)، أن المراجعة الشاملة حول الصلابة جاءت بأن جميع نظريات الصلابة، تظهر في النهاية أن عدداً من المسارات والسيناريوهات البديلة ممكنة ويمكن ملاحظتها بين الناجين من ضحايا الكوارث (Suare، 2011). وقد تم تطوير رؤية متعددة الأبعاد للمرونة مؤخرًا بواسطة (Masten and Obradovic 2008). يرى هذا الرأي أن الصلابة يمكن أن تتخذ ثلاثة أشكال مختلفة: أولاً؛ كقدرة للتغلب على الصعاب: كيفية تحقيق نتائج أفضل من المتوقع؛ ثانياً، كعامل مقاومة للتوتر: كيف تحافظ على الأداء الجيد في الظروف الصعبة جداً، وثالثاً كنمط من التعافي: كيفية استعادة الأداء الفعال بعد التعرض للإجهاد. يشير هذا التعريف بوضوح إلى أن الصلابة هي تكيف إيجابي ديناميكي ومنفتح.

أهمية الصلابة النفسية

إن الفرد أثناء بحثه عن معنى الحياة، يحتاج لاتخاذ عدة قرارات، حيث تعتبر هذه القرارات الحجر الأساس في الحياة، سواء كن الفرد قادر على إدراك ذلك أم غير قادر على الإدراك، حسب ما يرى الوجوديون، ويرون أيضاً أن السلوكيات غالباً ما تكون ناتجة من القرارات التي يتخذها الفرد.

وتعتبر الصلابة من الجوانب الأساسية التي تلعب دوراً هاماً في جودة حياة الفرد، فالأفراد الذين يعانون من انخفاض الصلابة يكونون عرضة للأضرار النفسية والصحية على المدى الطويل، بينما الذين لديهم ارتفاع فيها يكونون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط النفسية، إذ يشكل ذلك لديهم حماية وأماناً ضد تلك الضغوط النفسية، كما أنها تعتبر القدرة على فهم الظروف الخارجية بدقة، واتخاذ القرار الصائب في الوقت المناسب (Lambert، 2007:89).

نظريات فسرت الصلابة النفسية

تستند نظرية الصلابة النفسية على الأسس النظرية والتجريبية التي تتجسد في آراء العلماء مثل فرانكل وماسلو ولوجرز". حيث تعتمد حياة الفرد الصعبة بشكل أساسي على قدرته على تطوير إمكاناته الشخصية والاجتماعية بطريقة جيدة (الدليمي والضاري، 2011)، وتعد نظرية لازاروس (Lazarus، 1961) من النظريات المهمة التي تعتمد عليها نظرية كوبازا حيث تمت مناقشتها من خلال ارتباطها بعوامل ثلاثة وهي البيئة الداخلية للفرد، والأسلوب الإدراكي المعرفي، والشعور بالتهديد والإحباط.

بينما ترى نظرية التقييم المعرفي ندور الأحداث الضاغطة على تقييم الأفراد لأحداث الحياة، فقد ينظر شخص ما لحدث على أنه حدث ضاغط، بينما يرى آخر الحدث نفسه على أنه غير ضاغط، وذلك راجع إلى التقييم المعرفي لذلك الحدث، وتتمثل هذه النظرية في ثلاثة جوانب الأحداث الضاغطة (علاقة الفرد مع البيئة)، وعملية التقييم، وأساليب المواجهة مركزة على المشكلة، ومركزة على الانفعال.

(العامري ، 2017 :72).

الدراسات السابقة:

المحور الاول: أساليب التفكير



قام السريراتي ومحمد (2021) بدراسة هدفها التعرف على أساليب التفكير وفق نموذج ستيرنبرج (حكومة الذات العقلية) لدى طلبة الجامعة والفروق الدالة احصائياً تبعا لمتغيري (الجنس، التخصص)، ولتحقيق ذلك تم استخدام المنهج الوصفي والدراسة المقارنة تم اختيار العينة بالأسلوب الطبقي العشوائي وفق النسبة المئوية من مجتمع البحث وبلغت (400) ، تم بناء مقياس أساليب التفكير على وفق الإطار النظري لنظرية ستيرنبرج (1998)، تم التحقق من ثبات المقياس، باستعمال طريقة التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، وأظهرت الدراسة فروقا ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير لدى الطلبة ووجود فروق في المخططات العاطفية وفق متغيري (الجنس، التخصص).

فيما قام سليمان (2019) بدراسة هدفها معرفة العلاقة بين أساليب التفكير وفق نموذج ستيرنبرج والتحصيل في مساق المنهجية لدى طلبة الماجستير " ومعرفة مدى أثر التخصص والمستوى الدراسي على أساليب التفكير ، وتم تطبيق الخطوات خلال الحصول على معدلات التحصيل في مساق المنهجية السداسي الأول والنتيجة أن أكثر الأساليب التفكير جاءت بالترتيب وهي أسلوب التفكير التشريعي ومن ثم التنفيذي ومن ثم الخارجي.

وقد هدفت دراسة أجرتها اليزابيتا (Elisabetta، 2013) إلى التعرف على (العلاقة بين أساليب التفكير و المرونة وتقدير الذات لدى الطلبة المراهقين في إيطاليا)، والعينة بلغ عددها (130) ، حيث أظهرت النتائج الى وجود علاقة بين تقدير الذات وأساليب التفكير .

في حين أجرى يلدزلار (Yildizlar، 2010) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أساليب التفكير ومتغير الثقافة من طلبة الأكاديمية) العينة من (102) أنثى و (44) ذكر ، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وقد استخدم الباحث مقياس ستيرنبرج وواجز لأساليب التفكير.

المحور الثاني: الصلابة النفسية

1- دراسة هول وآخرون (1987)

هدفت الدراسة إلى: تحديد طبيعة مفهوم الصلابة ودور الصلابة كمتغير يخفف من أثر أحداث الحياة الضاغطة.

تكونت عينة الدراسة من: (1004) طالباً جامعياً وقد قسم العينة إلى ستة مجموعات كل مجموعة يستخدم بها عدداً من المقاييس النفسية، حيث استخدم مقياس الصلابة النفسية والقلق الاجتماعي.

وقد أظهرت الدراسة أن الصلابة ليست مفهوماً واحداً بل ثلاث مكونات منفصلة وأن بعدي الالتزام والتحكم يتمتعان بخصائص سيكولوجية ملائمة وهما يخففان من أثر الضغوط (هول، 1987:190).

2 - دراسة ميتشل (1998)

هدفت الدراسة إلى: معرفة أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على أحداث الحياة. تكونت عينة الدراسة من (165) طالباً من طلبة البكالوريوس في التمريض وقد طبق مقياسان للصلابة النفسية وقائمة نظريات الشخصية.

وقد بينت الدراسة: إلى عدم وجود ارتباط بين الصلابة والتقييم المعرفي للأحداث بأنها مثيرة للتحدي ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة وتقييم الأحداث بأنها مثيرة للتهديد ووجود ارتباط عكسي بين الصلابة وبعض مقاييس المواجهة التي تركز على الانفعال ويوجد ارتباط إيجابي بين الصلابة وإدراك فعالية المواجهة. (ميتشل، 1998:75).

3- دراسة جودة (2002)



هدفت الدراسة إلى: التعرف على تأثير المستوى الاقتصادي والاجتماعي لعينة الدراسة على متغيرات الصلابة النفسية بأبعادها ووجهة الضبط ودافعية الإنجاز لديهم والتعرف على تأثير نوعية (الإعاقة - السواء) مع المستوى الاقتصادي والاجتماعي على متغيرات الصلابة النفسية ووجهة الضبط ودافعية الإنجاز.

تكونت عينة الدراسة من: (150) طالباً من الذكور من سن (11-13) سنة من المعاقين بصرياً وسمعيًا والأسوياء وقد استخدم مقياس الضبط الداخلي والخارجي للأطفال المراهقين ومقياس الدافعية للإنجاز. وقد بينت النتائج إلى وجود تأثير دال إحصائياً لنوعية الإعاقة - السواء على متغيرات وجهة الضبط والدافعية للإنجاز والصلابة ووجود تأثير لنوعية المستوى الاقتصادي والاجتماعي على متغيرات الصلابة النفسية والدافعية للإنجاز . (جودة، 2002: 160)

4- دراسة الرفاعي (2003)

هدفت الدراسة إلى: بحث الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها.

تكونت العينة من: (321) طالباً وطالبة منهم 161 ذكور و 160 إناث تتراوح أعمارهم بين (19-26) سنة من طلبة جامعة حلوان وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد كوبازا.

ودلت النتائج إلى: عدم وجود فروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية ومكونيها الالتزام والتحكم وظهرت هذه الفروق في مكون التحدي وكانت إلى جانب الذكور ووجدت فروق في الضغوط الاقتصادية والأكاديمية بين الذكور والإناث فكانت الذكور أقل معاناه في تلك الضغوط مقارنة بالإناث كما وجدت فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور ووجد ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكلا من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية . (الرفاعي، 2003:90)

الفصل الثالث:

منهجية البحث وإجراءاته:

■ مجتمع البحث :

يُحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة القادسية للعام الدراسي (2023-2024) والبالغ عددهم (17588) طالباً ، موزعين بواقع (7237) من الذكور ، و(10351) من الإناث ، وبواقع (12020) من التخصص العلمي ، و(5568) من التخصص الإنساني.

■ عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية (Stratified Random Sample) ذات الأسلوب المتناسب إذ بلغت (400) طالب وطالبة من طلبة جامعة القادسية ، ويُعد هذا الحجم مناسباً في بناء المقاييس النفسية (الزوبعي و آخرون ، 1981:73)، والجدول (1) يبين ذلك.

العدد الكلي	الجنس		الكليّة	ت	نوع التخصص
	الإناث	الذكور			
37	24	13	كلية الطب	1	
14	10	4	كلية طب الاسنان	2	
14	8	6	كلية علوم الحاسوب وتكنولوجيا المعلومات	3	



22	15	7	كلية العلوم	4	العلمية	
19	5	14	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	5		
52	30	22	كلية التربية للتخصصات العلمية	6		
41	21	20	كلية الادارة والاقتصاد	7		
5	3	2	كلية التقنيات	8		
12	10	2	كلية التمريض	9		
10	5	5	كلية الزراعة	10		
17	12	5	كلية الصيدلة	11		
23	10	13	كلية الهندسة	12		
7	4	3	كلية الطب البيطري	13		
273	157	116	المجموع			
2	1	1	كلية الآثار	14		الانسانية
24	13	11	كلية الآداب	15		
21	10	11	كلية القانون	16		
10	6	4	كلية الفنون الجميلة	17		
58	36	22	كلية التربية للاختصاصات الانسانية	18		
12	12	0	كلية التربية للبنات	19		
127	78	49	المجموع			
400	235	165	المجموع الكلي			

الأداة الاولى: أساليب التفكير

تم الاستعانة بمقياس أساليب التفكير وهو من إعداد (Stenberg & Wagner, 1991) وقام بتعريبه أبي هاشم (2007)، وذلك لقياس أساليب التفكير لدى طلبة الجامعة .

• إجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس

يعدّ التحليل الإحصائي من أنواع التحليل المهمة، لأنه يتحقق من مضمون الفقرة في قياس ما أعدت لقياسه، مثل قدرتها على التمييز بين الأفراد، فالتحليل المنطقي للفقرات قد لا يكشف أحياناً عن صلاحيتها أو صدقها بشكلٍ دقيق، بينما التحليل الإحصائي للدرجات يكشف عن دقة الفقرات في قياس ما وضعت من أجل قياسه (Ebel, 1972 : 406). ومن أجل ذلك تم تطبيق المقياس على عينة البحث المكونة من (400) طالب وطالبة من طلبة الجامعة باستخدام الطرائق الآتية:

(أ) طريقة المجموعتين الطرفيتين :

أن حساب القوة التمييزية للفقرة تعد من الخصائص القياسية المهمة لأنها تشير إلى قدرة فقرات المقياس على الكشف عن الفروق الفردية بين الأشخاص في الخاصية التي يقوم على أساسها القياس النفسي (Ebel,1972:399). والهدف من هذه الإجراءات في تحليل الفقرات الإبقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة ، فالمقياس الجيد يجب أن يتمتع بقدرته على التمييز بين الأفراد في السمة المقاسة (علام:2000:101).



وقد تم حساب القوة التمييزية للفقرات بطريقة المجموعتين الطرفيتين إذ تم استخراج الدرجة الكلية لكل فرد، وتم ترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة وتم اعتماد نسبة (27%) من استثمارات المجموعة العليا ونسبة (27%) من استثمارات المجموعة الدنيا والهدف من ذلك تحديد المجموعتين اللتين تتصفان بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (عودة ، 1985 : 187) .

وبهذا يكون عدد استثمارات المجموعة العليا (108) استثمارات درجاتهم تتراوح من (147-176) و (108) استثمارات للمجموعة الدنيا درجاتهم تتراوح من (113-132)، وبذلك يكون مجموع الاستثمارات التي خضعت للتحليل (216) استمارة ، وبعد استخدام الاختبار التائي (Independent Sample t- test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين اوساط المجموعتين العليا والدنيا، ظهر أن القيمة (t) المحسوبة لجميع الفقرات هي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند درجة حرية (214)، وبمستوى دلالة (0.05) وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة تمييز فقرات مقياس أساليب التفكير

الدالة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الدنيا 108		المجموعة العليا 108		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	3.7	0.82	2.84	1.08	3.32	1
دالة	7.06	1.05	3.15	0.74	4.02	2
دالة	5.33	0.83	3.42	0.95	4.06	3
دالة	5.43	0.98	2.91	0.97	3.63	4
دالة	3.32	1.19	3.61	0.88	4.08	5
دالة	6.91	1.11	3.05	0.88	3.99	6
دالة	3.06	1.05	3.08	0.99	3.51	7
دالة	5.57	1.05	3.21	1.15	4.05	8
دالة	4.19	1.06	3.21	0.98	3.8	9
دالة	6.14	1.1	3.01	1.16	3.95	10
دالة	2.59	1.11	3.63	0.93	3.99	11
دالة	5.54	0.78	3.32	0.91	3.96	12
دالة	5.02	0.97	2.9	1.24	3.66	13
دالة	3.19	1.17	3.22	1.09	3.71	14
دالة	7.7	0.92	2.96	0.94	3.94	15
دالة	7.2	0.98	2.9	1.04	3.89	16
دالة	6.39	1.15	2.76	0.85	3.64	17
دالة	4.69	0.94	3.3	0.76	3.84	18
دالة	4.23	1.12	3.45	1	4.06	19
دالة	5.4	0.96	3.38	0.82	4.04	20
دالة	6.39	0.95	3.02	0.99	3.86	21
دالة	4.67	1.12	3.27	0.94	3.93	22
دالة	8.03	0.7	3.14	0.97	4.06	23
دالة	7.73	0.95	3.04	0.8	3.96	24
دالة	5.4	0.77	3.33	1.02	4	25



دالة	3.59	1.14	3.24	0.75	3.71	26
دالة	6.55	0.92	3.16	0.99	4.01	27
دالة	6.05	1.06	3.15	0.74	3.9	28
دالة	4.88	0.62	3.15	0.98	3.69	29
دالة	6.12	0.79	3.14	1	3.89	30
دالة	4.31	0.89	3.15	1	3.7	31
دالة	4.67	1.12	3.27	0.94	3.93	32
دالة	7.11	0.85	2.99	0.87	3.82	33
دالة	6.55	0.94	3.13	0.91	3.95	34
دالة	4.34	0.98	3.36	0.83	3.9	35
دالة	5.5	0.95	3.08	0.8	3.74	36
دالة	4.65	0.69	3.45	0.74	3.91	37
دالة	3.66	0.88	3.18	0.97	3.64	38
دالة	9.56	0.97	3.02	0.72	4.13	39
دالة	6.14	1.1	3.01	1.16	3.95	40
دالة	2.59	1.11	3.63	0.93	3.99	41
دالة	4.74	0.94	3.26	0.87	3.84	42
دالة	2.69	0.93	3.29	0.89	3.62	43

- مؤشرات الصدق : Malidity Indexes

يعد الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها في بناء المقياس، وبدل الصدق على ما يفترض أن يقيسه المقياس (Oppenheim, 1973: 69). ويقصد بصدق المقياس صلاحيته في قياس السمة أو الخاصية التي وضع لقياسها (عودة، 1985: 144). وقد استعمل الباحث أكثر من طريقة لحساب الصدق وهي:

(أ) الصدق الظاهري: Face Validity

يشير ايبيل (Eble) إلى أن أفضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري قيام عدد من المحكمين والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للسمة المراد قياسها (Eble, 1972: 79). وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري لمقياس أساليب التفكير من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين والمختصين في العلوم التربوية والنفسية.

(ب) صدق البناء: Construct Validity

يهتم هذا النوع من الصدق بطبيعة الظاهرة التي يقيسها المقياس أي مدى تضمينه بناء نظرياً محدداً أو صفة معينة (ثورانديك وهيجن، 1989: 7)، ويعد صدق البناء أكثر أنواع الصدق تمثيلاً لمفهوم الصدق، ويسمى أحياناً بصدق المفهوم لأنه يستند إلى تحديد المفاهيم أو البنى الممثلة للظاهرة المقاسة ومن ثم التثبت منها تجريبياً، فإذا تطابقت نتائج القياس مع الافتراضات النظرية جاز القول بأن المقياس حقق صدق بنائياً وعليه فقد تم التحقق من صدق البناء.

- مؤشرات الثبات: Reliability Indexes

يعد الثبات من المفاهيم الجوهرية والأساس في دقة أي مقياس (فرج ، 1980: 331). ويقصد بثبات المقياس الاتساق في النتائج ويعد المقياس ثابتاً إذا أعطى نتائج متسقة عند إعادة تطبيقه، فالمقياس الثابت يعطي النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه على أفراد العينة نفسها وفي الظروف نفسها (الشيخ، 1982: 205).



- معادلة ألفا-كرونباخ Chronbach's Alpha method الاتساق الداخلي :

إن استخراج الثبات على وفق هذه الطريقة يتوقف على الاتساق في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس، وهو يعتمد على الانحراف المعياري للمقياس كله والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس بمفردها (عودة ، 1993 : 254)

ولاستخراج الثبات بتلك الطريقة تم تطبيق معادلة الفا-كرونباخ على استجابات عينة التحليل الإحصائي التي بلغت (400) طالب وطالبة، وبعد تطبيق المعادلة بلغ معامل الثبات (0.88) وتعد هذه القيمة مقبولة لأغراض البحث العلمي، إذ يعد معامل الثبات جيداً إذا كان مربعه (0.50) فأكثر.

مقياس أساليب التفكير بصيغته النهائية:

تكون المقياس بصورته النهائية من (40) فقرة يجيب في ضوئها المفحوص باختيار أحد البدائل الخمسة المدرجة أمامها لذا فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب في المقياس تكون (200) درجة وأدنى درجة (40) في حين يبلغ الوسط الفرضي للمقياس (120)، والملحق (1) يتضمن المقياس بصيغته النهائية .

الأداة الثانية: مقياس الصلابة النفسية

استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية من إعداد أونغار وليينبرغ (2011 ، Ungar & Liebenberg) وقام أبو الكباش (2019) باستخدامه بالنسخة العربية، وذلك لقياس الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

• إجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس

يعدّ التحليل الإحصائي من أنواع التحليل المهمة، لأنه يتحقق من مضمون الفقرة في قياس ما أعدت لقياسه، مثل قدرتها على التمييز بين الأفراد، فالتحليل المنطقي للفقرات قد لا يكشف أحياناً عن صلاحيتها أو صدقها بشكلٍ دقيق، بينما التحليل الإحصائي للدرجات يكشف عن دقة الفقرات في قياس ما وضعت من أجل قياسه (Ebel , 1972 : 406). ومن أجل ذلك تم تطبيق المقياس على عينة البحث المكونة من (400) طالب وطالبة من طلبة الجامعة باستخدام الطرائق الآتية:

(أ) طريقة المجموعتين الطرفيتين :

إن حساب القوة التمييزية للفقرة تعد من الخصائص القياسية المهمة؛ لأنها تشير إلى قدرة فقرات المقياس على الكشف عن الفروق الفردية بين الأشخاص في الخاصية التي يقوم على أساسها القياس النفسي (Ebel,1972:399). والهدف من هذه الإجراءات في تحليل الفقرات الإبقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة ، فالمقياس الجيد يجب أن يتمتع بقدرته على التمييز بين الأفراد في السمة المقاسة (علام :2000:101).

وقد تم حساب القوة التمييزية للفقرات بطريقة المجموعتين الطرفيتين إذ تم استخراج الدرجة الكلية لكل فرد، وتم ترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة وتم اعتماد نسبة (27%) من استمارات المجموعة العليا ونسبة (27%) من استمارات المجموعة الدنيا والهدف من ذلك تحديد المجموعتين اللتين تتصفان بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (عودة ، 1985 : 187)

وبهذا يكون عدد استمارات المجموعة العليا (108) استمارات درجاتهم تتراوح من (109-128) و (108) استمارات للمجموعة الدنيا درجاتهم تتراوح من (75-96)، وبذلك يكون مجموع الاستمارات التي خضعت للتحليل (216) استمارة ، وبعد استخدام الاختبار التائي (Independent Sample t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين العليا والدنيا، ظهر أن القيمة التائية المحسوبة لجميع الفقرات هي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند درجة حرية (214)، وبمستوى دلالة (0.05) وجدول (3) يوضح ذلك.



جدول (3)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة تمييز فقرات مقياس الصلابة النفسية

القرار	الدلالة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الدنيا 108		المجموعة العليا 108		ت
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
مميزة	دالة	9.89	0.96	3.06	0.62	4.14	1
مميزة	دالة	6.46	1.21	2.94	0.65	3.8	2
مميزة	دالة	9.5	1.02	3.03	0.7	4.16	3
مميزة	دالة	6.35	0.99	3.17	0.87	3.97	4
مميزة	دالة	3.6	1.19	2.96	0.81	3.46	5
مميزة	دالة	8.62	1.14	2.74	0.84	3.92	6
مميزة	دالة	8.17	1.07	2.9	0.8	3.94	7
مميزة	دالة	2.58	1.23	3.22	0.77	3.58	8
مميزة	دالة	5.14	1.29	3.07	1.06	3.9	9
مميزة	دالة	3.02	0.9	3.43	0.81	3.78	10
مميزة	دالة	7.1	0.89	3.32	0.89	4.19	11
مميزة	دالة	6.58	1.12	2.77	1	3.72	12
مميزة	دالة	7.47	1	2.93	1	3.94	13
مميزة	دالة	3.44	1.33	2.93	0.93	3.46	14
مميزة	دالة	8.53	0.95	2.93	0.76	3.93	15
مميزة	دالة	7.48	1.12	2.63	0.81	3.62	16
مميزة	دالة	9.63	1.04	2.72	0.88	3.98	17
مميزة	دالة	2.19	1.13	3.3	0.76	3.58	18
مميزة	دالة	4.13	0.93	3.5	0.88	4.01	19
مميزة	دالة	6.11	1.23	2.87	0.79	3.73	20
مميزة	دالة	8.1	0.9	3.15	0.77	4.07	21



22	4.01	0.72	3.32	1.19	5.12	دالة	مميزة
23	3.81	0.93	3.11	1.14	4.98	دالة	مميزة
24	3.93	0.83	3.27	0.83	5.84	دالة	مميزة
25	3.81	0.77	3.06	0.92	6.53	دالة	مميزة
26	3.99	0.74	3.12	1.05	7.04	دالة	مميزة
27	3.67	0.67	2.77	1.16	6.98	دالة	مميزة
28	3.98	0.85	3.69	0.89	2.49	دالة	مميزة
29	3.43	0.61	2.84	0.86	5.75	دالة	مميزة
30	3.45	0.78	2.94	0.87	4.62	دالة	مميزة

ب- مؤشرات الصدق Malidity Indexes :

يعد الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها في بناء المقياس، ويدل الصدق على ما يفترض أن يقيسه المقياس (Oppenheim, 1973: 69). ويقصد بصدق المقياس صلاحيته في قياس السمة أو الخاصية التي وضع لقياسها (عودة، 1985: 144). وقد استعمل الباحث أكثر من طريقة لحساب الصدق لمقياس (الصلابة النفسية) وهي:

(أ) الصدق الظاهري: Face Validity

يشير ايبيل (Eble) إلى أن أفضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري قيام عدد من المحكمين والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للسمة المراد قياسها (Eble, 1972: 79).

(ب) صدق البناء: Construct Validity

يهتم هذا النوع من الصدق بطبيعة الظاهرة التي يقيسها المقياس أي مدى تضمينه بناء نظرياً محدداً أو صفة معينة (ثورانديك وهيجن، 1989: 7)، ويعد صدق البناء أكثر أنواع الصدق تمثيلاً لمفهوم الصدق، ويسمى أحياناً بصدق المفهوم؛ لأنه يستند إلى تحديد المفاهيم أو البنى الممثلة للظاهرة المقاسة ومن ثم التثبت منها تجريبياً، فإذا تطابقت نتائج القياس مع الافتراضات النظرية جاز القول بأن المقياس حقق صدق بنائياً .

ج- مؤشرات الثبات: Reliability Indiaexes

يعد الثبات من المفاهيم الجوهرية والأساس في دقة أي مقياس (فرج ، 1980: 331). ويقصد بثبات المقياس الاتساق في النتائج ويعد المقياس ثابتاً إذا أعطى نتائج متسقة عند إعادة تطبيقه، فالمقياس الثابت يعطي النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه على أفراد العينة نفسها وفي الظروف نفسها (الشيخ، 1982: 205)، وقد استخرج الثبات لمقياس كفاية المعرفة الالكترونية بطريقتين، هما:

(أ) الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest) الاتساق الخارجي:

طريقة إعادة الاختبار تعني أن يُعطى الاختبار مرتين لنفس المفحوصين أنفسهم، ويكون بين المرتين فاصل زمني، قد يكون طويلاً أو قصيراً حسب الظروف التي تواجه عملية القياس أو ما تتطلبها الحالة وهو يشير إلى استقرار الأداء عبر الزمن، فإذا ظهر أن معامل الارتباط كان عالياً دل على أن أداء



الأفراد في المرة الثانية غير مختلف عن أدائهم في المرة الأولى، أما إذا كان الارتباط ضعيفاً فيعني أن أداء الأفراد في المرتين مختلف، وهو ما يشير إلى أن الاختبار غير ثابت ولا يمكن الاعتماد عليه (الطريزي، 1997: 72)

ولغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة الثبات التي تكونت من (40) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وبعد مرور مدة أسبوعين من التطبيق الأول أعيد تطبيق المقياس مرة ثانية على المجموعة نفسها، ثم صححت إجاباتهم باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين، بلغ معامل الثبات (0.841) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على مدى استقرار إجابات المستجيبين على المقياس عبر الزمن، ويمكن الركون إليها، إذ يشير عدد من الباحثين إلى أن معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يعد جيداً إن كان (70%) فأكثر (عيسوي، 1985: 58).

(ب) معادلة ألفا- كرونباخ **Chronbach's Alpha method** الاتساق الداخلي :

إن استخراج الثبات على وفق هذه الطريقة يتوقف على الاتساق في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس، وهو يعتمد على الانحراف المعياري للمقياس كله، والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس بمفردها (عودة، 1993 : 254)

ولاستخراج الثبات بتلك الطريقة تم تطبيق معادلة ألفا-كرونباخ على استجابات عينة التحليل الإحصائي التي بلغت (400) طالب وطالبة، وبعد تطبيق المعادلة بلغ معامل الثبات (0.79) وتعد هذه القيمة مقبولة لأغراض البحث العلمي، إذ يعد معامل الثبات جيداً إذا كان مربعه (0.50) فأكثر.

مقياس كفاية المعرفة الإلكترونية بصيغته النهائية:

يتكون مقياس كفاية المعرفة الإلكترونية بصورته النهائية من (30) فقرة يجيب في ضوئها المفحوص باختيار أحد البدائل الخمسة المدرجة أمامه؛ لذا فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب في المقياس تكون (90) درجة وأدنى درجة (30)، في حين يبلغ الوسط الفرضي للمقياس (90)، والملحق (2) يتضمن المقياس بصيغته النهائية .

عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها:

الهدف الأول: تعرف أساليب التفكير لدى طلبة الجامعة .

لتحقيق هذا الهدف تم استخراج الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس أساليب التفكير إذ بلغ (140.55) و بانحراف معياري قدره (11.32) فيما بلغ الوسط الفرضي (120) وعند مقايسة الوسط الحسابي لعينة البحث بالوسط الفرضي للمقياس، واختبار الفرق بينهما باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة **One Sample t-test** تبين أن القيمة التائية المحسوبة (36.32) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) و بدرجة حرية (399) ، مما يُشير إلى أن طلبة جامعة القادسية لديهم أساليب التفكير جيدة والجدول (4) يُبين ذلك:

جدول(4)

دلالة الفرق بين الوسطين الحسابي و الفرضي على مقياس أساليب التفكير

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
400	140.55	11.32	120	399	36.32	1.96	0.05



وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلاً من (Elisabetta، 2013) حيث أظهرت النتائج الى وجود علاقة بين تقدير الذات وأساليب التفكير ودراسة (السريراتي ومحمد، 2011) وأظهرت الدراسة فروقا ذات دلالة إحصائية في أساليب التفكير لدى الطلبة، ومن أسباب وجود أساليب تفكير جيدة لدى طلبة الجامعة:

1. المنهج الدراسي: ويشمل:
 - التشجيع على التفكير النقدي: ربما يعتمد المنهج الدراسي في الجامعة على أساليب تدريس تشجع الطلاب على طرح الأسئلة، وتحليل المعلومات، وتقييم الأفكار المختلفة.
 - دمج المشاريع البحثية: قد تكون هناك فرص للطلاب للمشاركة في مشاريع بحثية تتطلب منهم التفكير الإبداعي وحل المشكلات المعقدة.
 - التركيز على المهارات العملية: قد يكون هناك اهتمام بتطوير المهارات العملية لدى الطلاب، مثل مهارات الاتصال والتقديم، مما يساهم في تحسين قدرتهم على التفكير المنطقي.
 2. بيئة الجامعة: وتشمل:
 - الأنشطة اللاصفية: قد توفر الجامعة بيئة محفزة للتعلم من خلال الأنشطة اللاصفية مثل النوادي العلمية، والمسابقات الأكاديمية، والمحاضرات العامة، مما يساعد الطلاب على توسيع آفاقهم وتطوير مهاراتهم.
 - التفاعل بين الطلاب والأساتذة: قد يكون هناك تفاعل مستمر بين الطلاب والأساتذة، مما يشجع على تبادل الأفكار والآراء، ويعزز قدرة الطلاب على التفكير النقدي.
 3. العوامل الاجتماعية والثقافية:
 - التأثير الأسري: قد يكون للأسرة دور كبير في تشجيع أبنائهم على التفكير النقدي والإبداع.
 - المجتمع المحلي: قد يكون للمجتمع المحلي دور في توفير بيئة محفزة للتعلم والمعرفة.
- ومن الدلائل على وجود أساليب تفكير جيدة لدى طلبة الجامعة هي:

- المشاريع البحثية المتميزة: إذا كان طلاب الجامعة ينتجون أبحاثاً مبتكرة وحلولاً مبتكرة للمشكلات، فهذا يدل على وجود مستوى عالٍ من التفكير النقدي والإبداعي.
 - المشاركة الفعالة في المنافسات: إذا كان الطلاب يحققون نتائج جيدة في المسابقات الأكاديمية والبحثية، فهذا يشير إلى قدرتهم على التفكير السريع وحل المشكلات تحت الضغط.
 - الابتكارات والاختراعات: إذا كان هناك طلاب يقدمون ابتكارات أو اختراعات جديدة، فهذا دليل على قدرتهم على التفكير خارج الصندوق.
 - التغذية الراجعة الإيجابية: إذا كانت هناك تغذية راجعة إيجابية من أصحاب العمل والشركات حول خريجي الجامعة، فهذا يشير إلى أنهم يتمتعون بمهارات تفكير عالية.
- ختاماً: وجود أساليب تفكير جيدة لدى طلاب جامعة القادسية هو أمر إيجابي، ويشير إلى أن الجامعة تسير في الاتجاه الصحيح لتطوير قدرات طلابها. ومع ذلك، يجب الاستمرار في بذل الجهود لتحسين جودة التعليم وتوفير بيئة محفزة للتعلم والإبداع.

الهدف الثاني: تعرف كفاية الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

ولتحقيق هذا الهدف تم استخراج الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية إذ بلغ (103.84) و بانحراف معياري قدره (9.87) فيما بلغ الوسط الفرضي (90) وعند مقايسة الوسط الحسابي لعينة البحث بالوسط الفرضي للمقياس ، واختبار الفرق بينهما باستعمال الاختبار التائي



لعينة واحدة One Sample t-test تبين أن القيمة التائية المحسوبة (28.04) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) و بدرجة حرية (399) ، وهو ما يُشير إلى أن طلبة جامعة القادسية لديهم الصلابة النفسية ، و الجدول (5) يُبين ذلك:

جدول (5)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين الوسطين الحسابي و الفرضي على مقياس الصلابة النفسية

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
400	103.84	9.87	90	399	28.04	1.96	معنوية

يعود تفسير هذه النتيجة الى أن هناك أسباب محتملة لوجود الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة ومنها: التعرض المبكر للضغوط : حيث يبدأ الطلاب في التعرض للضغوط منذ سن مبكرة، سواء في المدرسة أو في الحياة اليومية. وهذا التعرض المتكرر للضغوط يساهم في بناء قدرتهم على التعامل معها بشكل أفضل. والحاجة إلى الاستقلالية : حيث يواجه الطلاب الجامعيون تحديات جديدة تتعلق بالاستقلالية في اتخاذ القرارات وإدارة الوقت والمال، مما يدفعهم إلى تطوير مهاراتهم في التعامل مع الضغوط. والمنافسة الأكاديمية : المنافسة الشديدة بين الطلاب لتحقيق نتائج جيدة تدفعهم إلى بذل أقصى جهد ممكن، وهذا يتطلب مستوى عالٍ من الصلابة النفسية. والتغيرات الاجتماعية : الانتقال من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الشباب، والانضمام إلى بيئة جامعية جديدة، كلها عوامل تساهم في تطوير الصلابة النفسية لدى الطلاب. والبرامج التدريبية : قد تقدم الجامعات برامج تدريبية خاصة لتطوير المهارات الشخصية والاجتماعية لدى الطلاب، مما يساعدهم على بناء صلابتهم النفسية.

وهناك عوامل تدعم الصلابة النفسية لدى الطلاب ومنها: الدعم الاجتماعي : وجود عائلة وأصدقاء داعمين يساهم في تعزيز ثقة الطلاب بأنفسهم وقدرتهم على تجاوز الصعوبات. والهوايات والأنشطة اللاصفية : المشاركة في الأنشطة المختلفة يساعد الطلاب على الاسترخاء وتخفيف التوتر، وبالتالي زيادة صلابتهم النفسية. والتفكير الإيجابي : القدرة على التفكير الإيجابي وتوقع نتائج جيدة تساعد الطلاب على مواجهة التحديات بثقة أكبر. ومهارات حل المشكلات : القدرة على تحديد المشكلات وإيجاد حلول لها تساعد الطلاب على الشعور بالسيطرة على حياتهم.

ختامًا: تعد الصلابة النفسية هي سمة هامة تساهم في نجاح الطلاب في حياتهم الجامعية والمهنية. ويمكن تطوير هذه السمة من خلال توفير بيئة داعمة، وتشجيع الطلاب على المشاركة في الأنشطة المختلفة، وتزويدهم بالمهارات اللازمة لمواجهة التحديات.

التوصيات:

بناءً على ما توصل إليه البحث من نتائج يوصي الباحث بالآتي:

- 1- كما ويوصي الباحث إجراء دراسات تجريبية وتطبيقية لمهارات إدارة ضغوط النفسية.
- 2- توظيف نتائج الدراسة في تقديم برامج إرشادية، وورش ولقاءات التي تركز على دور الصلابة واساليب التفكير في ادارة الضغوط النفسية.



3- إعادة دراسة موضوع البحث على عينات أخرى مع مراعاة بعض المتغيرات الديموغرافية الأخرى مثل

(مستوى تعليم الأم، مستوى تعليم الأب، مستوى الدخل الشهري للأسرة).
4- كما يوصي الباحث في إجراء الدراسة على فئات مختلفة مثل الكليات والمدارس الثانوية الحكومية والخاصة للتعرف على علاقة أساليب التفكير بالصلابة.

المقترحات:

يقترح الباحث إجراء البحوث الآتية لإتمام الاستفادة منها:

- 1- إجراء العديد من الدراسات حول أساليب التفكير وعلاقتها مع متغيرات أخرى مهمة مثل قلق المستقبل.
- 2- استغلال وسائل التواصل الاجتماعي لنشر التوعية والتأكيد على أهمية إكساب الفرد مهارات إدارة الضغوط والصلابة وأساليب التفكير .
- 3- إجراء العديد من الدراسات حول تأثير أساليب التفكير على الصلابة النفسية.
- 4- السعي إلى خلق بيئة داعمة لطلبة الجامعة وتقديم ما يلزم لهم نتيجة العوامل البيئية والاقتصادية.

المصادر العربية والاجنبية :

- سليمان، صليحة (2019). أنماط التفكير وعلاقتها بالتحصيل في مقياس المنهجية لدى طلبة الماجستير بقسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف، الجزائر .
- جودة ، يسرى محمد (2002): تأثير نوعية الاعاقة - السواء والمستوى الاقتصادي والاجتماعي على وجهة الضبط والصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى الذكور، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنوفية، مصر.
- اللوغانى، أحمد عيسى، والردعان، دلال عبد الهادي (2018) أنماط التفكير وعلاقتها بالقلق من المستقبل لدى طلبة كلية التربية الأساسية جامعة القاهرة - كلية الدراسات العليا للتربية ، المجلد 5 ، العدد 2، ص248-265.
- العساسلة، سهيلة، وموفق، بشارة (2012): أثر برنامج تدريبي على مهارات التفكير الناقد في تنمية التفكير التأملي لدى طالبات الصف العاشر الأساسي في الأردن. مجلة جامعة النجاح للأبحاث ، 26 (7)، 1656-1678.
- جروان، فتحي (2007): تعليم التفكير - مفاهيم وتطبيقات، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- كاتبى، محمد عزت (2015) : الصلابة النفسية وعلاقتها بأزمة الهوية : دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية - سلسلة الآداب والعلوم ص(151-166)
- درويش، سلوى محمد (2016): أساليب التفكير لدى الطلاب المتفوقين في الثانوية العامة وعلاقتها بمهارة حل المشكلات في ضوء متغيري الجنس والتخصص الأكاديمي، مجلة كلية التربية ، (20)، 803-805.
- رفاعي، عزة محمد (2003): الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين ادراك احداث الحياة اليومية الضاغطة واساليب مواجهتها، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، مصر.
- السكري، عماد الدين محمد (2009): عوامل الشخصية الخمسة الكبرى وعلاقتها بأساليب التفكير لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة البحوث النفسية والتربوية، 24(1)، 11-15.
- سعد، هبة محمد إبراهيم (2020): أساليب التفكير ودلالاتها التنبؤية بالإبداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة، المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية، 3(2)، 457-529.



- أبو عيشة، زاهدة جميل نمر (2014): أنماط التفكير وعلاقتها بالسلوك العدوانى لدى طالبات السنة التحضيرية في جامعة الطائف، مجلة الإرشاد النفسى، 39 223-284.
- الدليمي، إسماعيل، وضاري، ميسون (2011): التحمل النفسى وعلاقته بفاعلية الذات لدى طلبة جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية (34) 297-331.
- العامري، حمود (2017): الصلابة النفسية وعلاقتها بالقيم الأخلاقية لدى طلبة معاهد العلوم الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى سلطنة عمان.
- السريراتي، كريم فخري هلال، ومحمد، فاطمة على طالب (2021): أنماط التفكير وفق نظرية وفق نظرية ستيير نبرج "حكومة الذات العقلية لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم الإنسانية، 28 (3) 1-10.
- هول، وليندرزي (1987): نظريات الشخصية، ترجمة فرج أحمد، دار الشايح القاهرة.
- سعد، هبة محمد إبراهيم (2020): أساليب التفكير ودلالاتها التنبؤية بالإبداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة، المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية، 3 (2) ، 457-529.
- سليمان، محمد راجح (2019): الضغوط النفسية وعلاقتها بحيل الدفاع النفسى والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيير زيت. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 3 (15) ، 138-183.
- علام ، صلاح الدين محمود (2000) : القياس والتقويم التربوي والنفسى اساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- عودة، احمد سليمان (1985): القياس والتقويم في العملية التدريسية، المطبعة الوطنية، اربد، الاردن.
- ثورندايك، روبرت، وهيجن، إليزابيث (1989): القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة: عبد الله زيد وعبد الرحمن عدس، مركز الكتب الأردني، عمان، الاردن.
- الشيخ، موسى (1982): اساسيات القياس والتقويم في العلوم السلوكية، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان.
- الطريري، عبد الرحمن بن سليمان (1997): القياس النفسى والتربوي، الطبعة الاولى، مكتبة الرشد للنشر والتوزيع، الرياض.
- عيسوي، عبد الرحمن (1985): القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار المعرفة الجامعية ، بيروت، لبنان.
- عودة ، احمد سليمان (1993): القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط2 ، دار الأمل ، أربد، الاردن.
- فرج ، صفوت (1997): القياس النفسى ، ط3 ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة، مصر.
- الزوبعي ، عبد الجليل ، بكر، محمد الياس ، الكنانى، إبراهيم (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، العراق.
- ميتشل، تيموثي ، وبشير، السباعي (1998) : " مدرسة دراسات التابع ومسألة الحدائة .

- American Psychological Association. *Publication manual of the American psychological association*. American Psychological Association, 2010.
- Almedom, Astier M. "Social capital and mental health: An interdisciplinary review of primary evidence." *Social science & medicine* 61.5 (2005): 943-964.
- Ungar, Michael, and Linda Liebenberg. "Assessing resilience across cultures using mixed methods: Construction of the child and youth resilience measure." *Journal of Mixed Methods Research* 5.2 (2011): 126-149.



- Elisabetta, Sagone, (2013). Relationships between Resilience, Self - Efficacy, and thinking styles in Italian Middle Adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 92. p 838-845
- Sternberg, R. J., & Wagner, R. K. (1991). *MSG thinking styles inventory: Manual*. Star Mountain Projects.
- Barber. B. K. (2009). Making sense and no sense of war: Issues of identity and meaning in adolescents' experience with political conflict Adolescents and war: How youth deal with political violence. (pp. 281-311): Oxford University Press, New York, NY.
- Eble, R. L (1972) : *Essential of Educational Measurement*, New York, Englewood Cliffs Frrentice Hill.
- Masten, Ann S., and Jelena Obradovic. "Disaster preparation and recovery: Lessons from research on resilience in human development." *Ecology and society* 13.1 (2008).
- Oppenheim,A.N.(1973):*Questionnaire Design and attitude measurement*, London. Britain, Heinemann press.
- Lazarus, R. (2000). Toward better research on stress and coping, *Journal of American Psychologist*, 55(6).
- Lambert, Michael. "Presidential address: What we have learned from a decade of research aimed at improving psychotherapy outcome in routine care." *Psychotherapy research* 17.1 (2007): 1-14.
- Yıldızlar, M. E. H. M. E. T. "Farklı kültürlerden gelen öğretmen adaylarının düşünme stilleri." *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 39.39 (2010): 383-393.
- Suarez, E. B. (2011). *Surviving the "Sasachacuy Tiempo "[difficult times]: the Resilience of Quechua Women in the Aftermath of the Peruvian Armed Conflict. (NR78030 Ph.D.)*, University of Toronto (Canada), Ann Arbor. Retrieved from.

ملحق (1) استبانة أساليب التفكير بالصورة النهائية

الخيارات					الفقرات	ت
معارض بشدة	معارض	غير متأكد	موافق	بشدة		
					عندما تواجهني مشكلة ما، فإنني استخدم أفكارى واستراتيجياتي الخاصة في حلها	1
					أفضل الوصول إلى حل المشكلات التي تواجهني وفق طرق محددة	2
					أفضل المواقف التي أستطيع من خلالها أن أقارن بين الطرق المختلفة لحل المشكلات	3
					أظهر القليل من الاهتمام بتفاصيل الموضوعات التي	4



					تواجهني	
					أفضل التعامل مع مشكلات محددة أكثر من التعامل مع مشكلات عامة	5
					أفضل أن أتحدى الطرق التقليدية الحلال مشكلات والبحث عن طرق أخرى جديدة أفضل لحلها	6
					التزم القواعد المحددة والطرق المألوفة لعمل الأشياء	7
					عندما أقوم بتنفيذ أشياء معينة، فإنني أقوم بترتيبها حسب أهميتها	8
					عند التحدث أو كتابة أفكار معينة، أركز على فكرة رئيسية واحدة	9
					عند مناقشة أو كتابة موضوع ما، فإنني التزم بوجهات النظر التي تكون مقبولة من زملائي	10
					يمكنني الانتقال من مهمة لأخرى بسهولة لأن كل المهام تبدو لي على نفس القدر من الأهمية	11
					أميل إلى تنفيذ جميع مراحل المشروع أو العمل دون الحاجة لأخذ آراء الآخرين	12
					عند البدء في أداء مهمة ما، أفضل الوصول إلى أفكار جديدة لهذه المهمة من خلال الأصدقاء	13
					أحب أن أجرب أفكارى وأراقب مدى نجاحها	14
					أهتم كثيرا باستخدام الطرق المناسبة لحل أية مشكلة تواجهني	15
					أميل إلى تقييم ومقارنة وجهات النظر والآراء المتباينة	16
					عند أدائي لعمل ما، فإنني اهتم كثيرا بالقواعد العامة أكثر من اهتمامي بالتفاصيل	17
					عند الكتابة أو النقاش حول موضوع ما، فإنني أعتقد أن التركيز على التفاصيل والحقائق أكثر أهمية من تناول الصورة العامة الكلية للموضوع	18
					عندما تواجهني مشكلة ما، فإنني أفضل استخدام الطرق والاستراتيجيات الجديدة في حلها	19
					عندما أكون مسؤولاً عن عمل، فإنني أفضل إتباع الطرق والأفكار التي استخدمتها مسبقاً	20
					عند البدء في أداء مهمة ما، فإنني أحاول الربط بين الموضوعات الفرعية والهدف العام للمهمة	21
					اميل الى التركيز على الهدف الرئيسي فقط عند محاولتي اتخاذ قرار ما.	22
					أفضل أداء المهام أو المشروعات التي تلقى قبول واستحسان لدى زملائي	23
					اعتمد على تقديري الخاص للموقف، عند محاولتي لاتخاذ قرار ما.	24
					أن أمزج أفكارى الخاصة مع أفكار الآخرين.	25



				استمتع بأداء الأشياء التي تؤدي في ضوء تعليمات محددة	26
				أفضل المشروعات التي يمكنني فيها أن أقارن بين مختلف وجهات النظر .	27
				أميل الي تأكيد الأوجه العامة للقضايا التي اتناولها .	28
				أفضل أن أجمع معلومات محددة أو مفصلة عن المشروعات التي أقوم بها	29
				أفضل أن أؤدي الأشياء بطرق جديدة غير التي تطرق إليها الآخرون في الماضي	30
				عند مواجهتي لبعض المشكلات فإنه يكون لدي إحساس جاد بمدى أهمية كل مشكلة وبأية طريقه أتعامل معها	31
				أفضل المشروعات التي يمكنني أن أنجزها كاملة معتمدا على نفسي.	32
				عند مناقشة أو كتابة أفكارني فإنني أتناولها في ضوء كلما يتطرق إلى ذهني.	33
				أفضل المواقف التي تتيح لي إتباع مجموعة من القواعد المحددة	34
				عندما يكون لزام على أداء مجموعة من الأشياء المهمة فإنني أقوم بأداء أكثرها أهمية لي ولزملائي	35
				عندما يكون هناك العديد من الأشياء التي يجب القيام بها، فإنه يكون لدي إحساس واضح في ترتيب حل لهذه المشكلات طبقا لأهميتها.	36
				اهتم كثيرا بمعرفة الأجزاء الخاصة بالمهمة التي سأعمل بها أكثر من أهميته العامة	37
				عند الحديث عن أفكارني أو كتابتها، فإنني أفضل أن أوضح المنظور والسياق الخاص بأفكارني أي الصورة الكلية لها	38
				أفضل أن أركز على أداء مهمة واحدة فقط في الوقت المحدد لذلك.	39
				استمتع بالعمل الذي يتضمن التحليل أو الترتيب أو المقارنة بين الأشياء.	40

ملحق (2) استبانة الصلابة النفسية بالصورة النهائية

ت	الفقرات	الخيارات		
		أوافق	الى حد ما	لا أوافق
1	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي			
2	اتخذ قراراتني بنفسي ولا تملني علي من مصدر خارجي			
3	أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على			



			مواجهة تحدياتها	
4			قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم	
5			عندما أضع خططتي المستقبلية غالباً ما أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها	
6			أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها	
7			معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها	
8			نجاحي في أمور (دراسة - عمل ... الخ) اعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة	
9			لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه	
10			أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش لأجله	
11			الحياة فرص وليست عمل وكفاح	
12			أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أوجهها	
13			لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها	
14			أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه	
15			لدي قدرة المثابرة حين أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني	
16			لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها	
17			أعتقد أن ما يحدث لي غالباً هو نتيجة لتخطي	
18			المشكلات تستنفر قواي وقدراتي على التحدي	
19			لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه	
20			لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي	
21			اهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن	
22			التغير هو سنة الحياة والمهم وهو القدرة علي مواجهة بنجاح.	
23			أغير قيمي ومبادئني إذا دعت الظروف لذلك.	
24			أعتقد أن لي تأثير قوى على ما يجري حولي من أحداث.	
25			أعتقد ان الحياة التي لا تنطوي علي تغيير هي حياة مملة وروتينية.	
26			الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.	
27			أبادر بعمل اي شيء اعتقد انه يخدم اسرتي او مجتمعي.	
28			لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي	
29			اعتقد ان سوء الحظ يعود الي سوء التخطيط	
30			استطيع التحكم في مجرى امور حياتي.	