

اللامبالاة الصحية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة

أ.د. بان عدنان عبد الرحمن

أ.د. حسين فالح حسين

drhussain_falih1@uomustansiriyah.edu.iq

الجامعة المستنصرية ، كلية الاداب، قسم علم النفس

الجامعة المستنصرية ، كلية التربية ، قسم الارشاد النفسي

الملخص

يستهدف الدراسة الحالية تعرف اللامبالاة الصحية لدى طلبة الجامعة وتعرف الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، وتعرف العلاقة الارتباطية بين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة . ولتحقيق اهداف الدراسة تم اعداد مقياس اللامبالاة الصحية المكون من (20) فقرة واعداد مقياس الصلابة النفسية المكون من (25) فقرة ذات خمس بدائل ، بالاعتماد على النظرية (السلوكية) للامبالاة ونظرية (كوباسا) للصلابة النفسية ، أذ بلغت عينة الدراسة من (150) طالب وطالبة بواقع (75) طالب و(75) طالبة، وبعد تحليل البيانات ، أظهرت نتائج الدراسة ان عينة الدراسة تمتلك اللامبالاة الصحية بدرجة ضعيفة وهناك علاقة بين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية ، ومن خلال النتائج تم التوصل الى عدد من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية ، اللامبالاة الصحية ، طلبة الجامعة

Healthy Indifference and Its Relationship to Psychological Hardness among University Students

Prof. Dr. Hussein Falih Hussein
College of Education, Al-Mustansiriya University

Prof. Dr. Ban Adnan Abdul Rahman
College of Arts, Al-Mustansiriya University

Abstract

The current study aims at identifying healthy indifference among university students and identify psychological Hardness among university students, and identify the correlation relationship between healthy indifference and psychological hardness among university students. To achieve the objectives of the study, a scale of health apathy consisting of (20) items is prepared, and a scale of psychological hardness consists of (25) items with five alternatives is prepared, based on Bandura's theory of psychological recovery and Kobasa's theory of psychological hardness. The study sample consists of (150) male and female students, (75) male students and (75) female students. After analyzing the data. The results of the study show that the study sample does not have health indifference and there is a relationship between health indifference and psychological hardness. e arrived at, the researchers have put forward a number of recommendations and suggestions.

Keywords : Psychological Hardiness, Apathy Health , University students

الفصل الاول

مشكلة البحث :

تلعب المحددات العاطفية دوراً مهماً في السلوكيات الصحية. على سبيل المثال، ينبئ التوتر والتأثير السلبي بنشاط بدني أقل في اليوم التالي، في حين تتنبأ الرفاهية النفسية بزيادة النشاط على مدى عقد من الزمن. للامبالاة هي افتقار إلى الدافع أو السلوك الموجه نحو هدف معين وعدم الاكتراث بالبيئة المحيطة. قد يعاني الأشخاص الذين يعانون من اللامبالاة من انخفاض الرغبة في إكمال المهام أو التفاعل مع البيئة المحيطة بهم.. ألا انه هناك نوع من انواع اللامبالاة تعد صحية للفرد وتختلف عن المرضية المؤذية للانسان . (نصر الله، 2004، صفحة 22)

تعد اللامبالاة بصورتها الإيجابية بأنها إتقان فن العيش الصحيح للوصول لحد النضج الإنساني المعتدل المطلوب لمواجهة الحياة بشكل سليم ومقابلة ضغوطاتها والتغلب عليها، وهي إرادة الإنسان وإصراره على العيش وترك كل ما قد يرهقه من إحباطات الآخرين وسلبينهم، فلا شيء يؤثر به ولا يتأثر بشيء. وتعني اللامبالاة الإيجابية التغلب على الحزن واليأس والخوف، أن تتجرد ولا تبالي تجاه الكسب والفقد والخسارة والحزن والمحاولات المستمرة التي تدعم الشعور الإنساني السلبي، وأن تمتلك فن اللامبالاة الصحية هذا بحد ذاته أمر صحي جداً. وهذا ما اثبتته دراسة (smith 2010) على مجموعة من الطلبة ودراسة (jone 2012) على عينة مكونه من 100 طالب وطالبة ودراسة (محمود 2013) لاسيما أن ارتبطت بسمات الشخصية والتأثير عليها الامر الذي يؤدي الى خلق افكار وسمات وتصرفات جديدة للشخصية والتي منها الصلابة النفسية التي تعد من احد ضروريات التوافق مع البيئة وتحمل الظروف، فهناك صلابة ذات مستوى عالي اذ يكونون الافراد ذوي مبادئه ونشاط وابداع والابداع والميل الى القيادة والتمتع بالصحة النفسية وهذا ما اشارت اليه العديد من الدراسات والتي منها دراسة (الشمري 2015) ودراسة (نور 2002) ، لذلك فأن هذين المتغيرين يعدان من المتغيرات المهمة في بناء الشخصية وتأثيرهما على الصحة النفسية للفرد خاصة وان عينة الدراسة من طلبة الجامعة التي تحتاج الى نوع من الخبرة والتوجيه للحفاظ على الشخصية والبحث عن الراحة النفسية والقضاء على الصراعات التي تعيشها هذه الفئة العمرية بسبب التغيرات الهرمونية والنمو والنضج وحب الاستطلاع وغيرها (ابن عامر، 2017 ، صفحة 55)، لذلك ينبغي الاهتمام بهذه المتغيرات في مثل هذه الشخصية الامر الذي يحتاج الى دراسة بحثية تطبيقية للتعرف هل يمتلك الطالب الجامعي هذا النوع من انواع اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية وهذا ما تحاول الدراسة الاجابة عنها ؟

أهمية البحث :

أن الاهتمام بالصحة النفسية تعد من الضرورات التي ينبغي الاهتمام بها خاصة لفئة مهمة من فئات المجتمع وهي فئة طلبة الجامعة التي تمثل فترة الانتقال من مرحلة المراهقة المتأخرة الى مرحلة الشباب ، تلك الفترة العمرية المهمة والدرجة في تقويم شخصية الفرد خاصة وهم يعدون عماد الدولة ورجال المستقبل وبنائه ، في هذه المرحلة العمرية يحتاج الطالب الى التوجيه والتعليم والتعلم واتباع السبل الصحيحة والصحية لبناء الشخصية والطاقة الايجابية ، فهناك العديد من العوامل والاسباب التي تقود الفرد الى الحياة الصحية من عدمها ومن هذه المتغيرات هي الصلابة النفسية التي تعد من أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للأثار السلبية للضغوط والأزمات والأحباطات، إنها من المحددات المهمة للشخصية التي يجب على مؤسسات المجتمع كافة أن تعمل على تنمية الوعي بها عند منتسبيها وموظفيها وأفرادها، ولا سيما أننا نعيش عصر علم النفس الايجابي، الذي يتطلب منا التركيز على الايجابيات وتنمية الصحة النفسية لدى أفراد المجتمع كافة، فهي بذلك تعد كمرود ايجابي للأمن الاجتماعي والنفسي وحتى الوظيفي، ولا سيما إذا تمتع العاملين في المؤسسات الحكومية بمستوى متميز من الصلابة النفسية (ابن عامر، 2017 ، صفحة 1)

إن متغير الصلابة النفسية مهم جداً في التنشئة الاجتماعية، لأن نمو الصلابة النفسية يتوقف بصفة أساسية على طبيعة العلاقة بين الوالدين وأبناءهم وتشجيعهم على اتخاذ القرارات بأنفسهم وحل المشكلات المناسبة لعمرهم، والمبادأة والاستكشاف والاقتحام والتحدي يجعلهم أكثر تحدياً وثقة وشعوراً بالقيمة والفاعلية ويكون لديهم صلابة نفسية، فلا بد من أساليب للتنشئة تُشعر الأبناء بالدفء الذي يمثل قاعدة الأمن والأمان والتحكم والتحدي وتحقيق الذات، والصلابة النفسية ذات تأثير كبير في قدرة الأفراد على تخطي المحن وأعراضها النفسية الناتجة عن الخبرات الصادمة ، وبقاء الفرد ثابتاً في وجه الصعوبات الحياتية، يأتي نتيجة نمو الصلابة النفسية لديه، وطبيعة التعامل ومقاومة المشاكل والصعوبات، هو الناتج النهائي للمناورة والتفاوض مع عوامل الخطر المحيطة بالفرد، فعوامل الحماية يمكن أن تعد كمؤشرات تخفّف وتلطّف أو تغيّر في استجابة الشخص للمخاطر البيئية التي قد تجعله عرضة لسوء التوافق إلى استجابة ايجابية تتمثل بالخبرات الجيدة والسعيدة، والتي يمكن تعريفها في تأثيراتها على الفرد لإخراج استجابات أكثر ايجابية للضغوط، وعوامل الحماية هذه لا يتحدد تأثيرها بعدم وجود ضغوط نفسية بل وتعمل على تخفيف الاستجابة للمحن اللاحقة أكثر من تأثيرها على تطور حياة الفرد، وهي بشكل عام عوامل ناتجة عن التنشئة الاجتماعية للفرد ، لذلك كانت الصلابة النفسية مصدر مهم ورئيس للمقاومة يمكنه معادلة الآثار السلبية المحتملة من الضغوط والصدمات والأزمات كما في دراسة (محسن 2026) ودراسة (محمد 2011) ، الا ان ذلك غير كافي اذا ما كان هناك نوع من التعامل الصحيح مع الاحداث وما يتعرض له الفرد ودرجة تفاعله مع ما

يتعرض له وهي اللامبالاة الصحية التي تعد اساس العافية للفرد أذ ذكر باندورا أن تعلم سلوك اللامبالاة يأتي من الملاحظة و التقليد اذا كان هناك نموذج يحتذى به الفرد اي يحترمة بالاضافة الى التنشئة الاجتماعية والبيئة التي نشأ بها ، فاللامبالاة الصحية هي مرحلة من الوعي التي تعد اساس العافية للفرد التي تعني بأنه ينبغي ان تكون علاقات الفرد سطحية ومن غير الضروري ان يتعمق الفرد بهذه العلاقات والتدريب على ان لا نبالي بأخطاء الآخرين ولا لغدرهم او اذيتهم ، اذ ان فقدانهم لا يعد خسارة ولا نتفقر لوجود احد و لانغنى بحضورهم ، فأن كسب العلاقات الناجحة تأتي من خلال تناغم الارواح ، اي ان ارواح التي تشبع روحك ستجذبك وتتناغم معك دون مجهود وتخطيط ، فأن لهذا النوع من اللامبالاة فوائد ، أذ سوف سيضعف القلق أنه لا فائدة من حمل الضغينة والكره تجاه تصرفات الآخرين التي لا تتماشى مع فهمك الخاص للعالم، وسيحركرر الخلي عن تلك الأفكار، ويعينك على فهم اختلاف طبائع الناس، فلا تتوقع منهم أن يفكروا مثلما تفكر . وبمجرد أن نتقن حرفة الاستغناء سنكون على طبيعتنا دون تصنع أو تكلف، فنحن غالباً ما نقول أشياء لا نقصدها بقصد إرضاء الآخرين وكسب إعجابهم. وتساعدنا أيضاً اللامبالاة على التعرف على العلاقات الحقيقية في حياتنا، والابتعاد عن العلاقات السطحية المرهقة، وهذا ما اشارت اليه دراسة (نور ، 2013) ودراسة (العميدي ، 2013) ، فمن يحبنا سيتمسك بنا ولو لاحظ عدم اهتمامنا أحياناً، وبالمقابل فالأشخاص المزيفون سيسقطون من حياتنا. (نصر الله، 2004، صفحة 88) ، ومن خلال ما تقدم تجدر الاهمية النظرية والتطبيقية من خلال النقاط الاتية :

- تسليط الضوء في الحفاظ على شخصية الطالب وعواطفه في اختيار نوع العلاقة وتقلته بالآخرين تجنباً للالم النفسي
- التعرف على الصلابة النفسية واهميتها في اتخاذ القرار وتمل المسؤولية التي ينبغي على الشاب ان يتعلمها .
- تسليط الضوء لشخصية الطالب للحفاظ على عواطفه وعدم التسرع في اختيار الصديق وتحمل المسؤولية .

أهداف البحث :

تتحدد اهداف البحث الحالي بما يلي

- 1- تعرف اللامبالاة الصحية لدى طلبة الجامعة
- 2- تعرف الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة
- 3- تعرف العلاقة الارتباطية بين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية للعام الدراسي 2024 - 2025 الدراسة الصباحية

تحديد المصطلحات :

أولاً : اللامبالاة الصحية :

- أبو حطب وفهمي 1994: وهو عدم التأثر بالمواقف التي من شأنها ان تثير الاهتمام". (أبو حطب و فهمي، 1994، صفحة 15)

- نصر الله 2004: " اللامبالي هو الفرد الذي يميل إلى تأجيل القيام بواجباته اليومية لعدم وجود دافع او حافز للعمل والإنجاز، وهم في العادة راضون عن أنفسهم، قانعون بما هم عليه، و لا يعبأون بمستقبلهم". (نصر الله، 2004، صفحة 134)

حمادات - 2008 : لم يبذل الفرد أدنى جهد من أجل ث "وهو ادعاء الفرد بأن الأمور خارجة عن سيطرته ومن الاحتفاظ بعمله و لا يعمل أي شيء لتصحيح الوضع". (حمادات، 2008، صفحة 277)

تعريف الباحث : من خلال التعارف الانفة الذكر توصل الباحثان الى هذا التعريف " وهي مرحلة من الوعي التي تكون علاقات الفرد سطحية غير متعمقة وعدم المبالاة لاختفاء الآخرين وغدرهم واختيار الصديق يأتي من أنسجام الارواح المشابهه "

التعريف النظري : اذ تم تبني تعريف باندورا وذلك لتبني تعريفه

التعريف الاجرائي : وهو الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس اللامبالاة الصحية .

ثانياً : الصلابة النفسية

تعريف كوباسا : وهو اعتقاد لدى الفرد في فعاليته وقدرته على استعمال المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة . (Kobasa & Pucceti , 1983, p. 171)
التعريف النظري : اذ تم تبني تعريف كوباسا وذلك لتبني نظرية .
التعريف الاجرائي : وهو الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الصلابة النفسية .

الفصل الثاني

يتضمن هذا الفصل عرض المفهومين لكل من اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية .

أولاً : اللامبالاة الصحية Health Apathy

تعد اللامبالاة جزء من الآليات الدفاعية التي تدافع بها الانا عن ذاتها حيث تقترن مع الهروب من الواقع هي والنصوص وأحلام اليقظة والتبليد إذا كان الواقع مليء بالمشاكل التي تكون فوق القدرة. فعندما يتعرض الفرد للحرمان مثل البطالة أو الفرى تظهر لديه ميول عدوانية على المجتمع تتمثل أحياناً في اللامبالاة. وعادة يكون تقدير الذات منخفضاً فيشعر ان لاقيمة له في المشاركة. وتارة تكون الأحداث متعبة أو مجهداً فيستبعد مشاركته. ألا أن هناك مبالاة صحية تتمثل في التغلب على الحزن واليأس والخوف، أن تتجرد ولا تبالي تجاه الكسب والفقد والخسارة والحزن والمحاولات المستمرة التي تدعم الشعور الإنساني السليبي، وأن تمتلك فن اللامبالاة الإيجابية هذا بحد ذاته أمر صحي جداً. ويجدر الامر في هناك عدة خطوات وصولاً الى هذه اللامبالاة وكيفية تعلمها :

1- لا تبال بآراء الناس.

أول خطوة في طريق اللامبالاة هي عدم الاكتراث بآراء الآخرين وعدم تقييد تصرفاتك تبعاً لأهوائهم، ولا تأخذ في الاعتبار ما يعتقدك عنك الآخرون، فهناك فئة كبيرة من الأشخاص المتمرسين بإصدار الأحكام ومراقبة الناس، لا تلتفت لكلامهم فحياتك من أجلك وليس لإرضائهم، وأنت وحدك من يعرف نفسك فدعها تعيش الحياة بسعادتها.

2- لا تبال بالمستقبل.

السعي بما تمتلك من امكانيات لذا لا تفكر كثيراً فيما يخبئه لك المستقبل والأيام القادمة، وتذكر أن هذا النوع من القلق يهدر طاقتك ويعذب نفسك بلا فائدة، فعش أيامك بسلام وتسليم ورضا ولا تفكر كثيراً بأشياء خارجة عن إرادتك موضوعة بعلم الغيب وفي يد صاحب الأمر كله وميسر كل الخير.

3- لا تبال بالفشل.

الطبيعة البشرية تقتضي أن يخطئ الإنسان ويمر بتجارب كثيرة، فلا تكن جالداً لذاتك طوال الوقت، وتعامل مع الفشل كمنحنى تعليمي وتجارب تستفيد منها دون أن تستسلم، ولا تنظر للحياة بعين الكمال حتى لا تصاب باليأس، وعندما لا تسير الأمور كما هو مخطط لها، دعها تسير على ما يرام ولا تبالي.

4- اسأل نفسك ما الذي أريده حقاً ونفذ.

ابدأ لعبة التغيير واخرج من دائرة المسؤوليات والواجبات النموجية، واسع لتخصيص وقت لفعل ما تحب، فالحياة تستحق العيش فقط إذا فعلت ما تحب، أما الواجبات قد تدخلك في دوامة الروتين القاتل (طالب، 2016، صفحة 88)

أنواع اللامبالاة ما يلي :

أ- اللامبالاة السلوكية : تشير اللامبالاة السلوكية إلى افتقار السلوكيات التي يبادر بها الشخص بنفسه، مثل إكمال المهام اليومية الروتينية.

اللامبالاة الاجتماعية : تشير اللامبالاة الاجتماعية إلى الافتقار إلى التواصل أو المتعة في العلاقات

النظريات المفسرة للامبالاة الصحية

أولاً : التحليل النفسي : فقد اكدت نظرية التحليل النفسي ان العديد من السلوكيات التي تصدر من الفرد تأتي من عدة مصادر سواء كانت من اساليب المعاملة الوالدية والتنشئة الاجتماعية ، اذ تؤكد نظرية التحليل النفسي ان خبرات الطفولة لها التأثير القوي في شخصية الفرد اذا ما تعرض الى نوع من العنف او النبذ او اللامبالاة في التعامل من قبل الوالدين ، الأمر الذي يؤدي الى استخدام الفرد الى نوع من انواع ميكانزمات الدفاع وهي عدم الاكتراث بما يتعرض له من قبل البيئة التي ينتمي اليها بالاضافة الى ذلك فقد اكد فرويد على الحتمية النفسية أي أن يكون لكل سبب نتيجة و لكل نتيجة سبب، وان كل سلوك نتيجة دوافع واهداف خلفه ، وقد يكون السبب ظاهراً أو غير مخفي ، وقد يكون منطقياً أو بعيداً عن المنطق، أي أن هناك سبباً محدداً بقوى داخل الفرد لكل سلوك. الامر الذي يؤدي الى هذا النوع من السلوك وهو اللامبالاة .

لذلك يلجأ الفرد الى تفسير والحكم على نوع السلوك الذي ينبغي ان يسلكه لاعادة توازنه في خضم هذه الاسباب لذلك يلجأ الى حماية نفسة لذلك يلجأ الى اللامبالاة الصحية كميكانزم دفاع نفسي تستخدمها الذات ضد الإحباط أو الصراع والتوتر والقلق. وميكانزمات الدفاع النفسي تعتبر محاولات للإبقاء على التوازن النفسي من أن يصيبه الاختلال وهي ميكانزمات عادية يلجأ إليها كل الناس الاسوياء والغير أسوياء، ولذا فإنه يظل يبحث عن الأفضل لتخفيف ذلك التوتر لديه وهذا يفسر تنوع أشكال سلوك الإنسان .
(نصر الله، 2004، صفحة 77)

. المدرسة السلوكية: Behaviorism

يغد التعلم هو المحور الاساس في تفسير السلوك السوي من عدمه ، أذ تفسر هذه النظرية ان السلوك الغير سوي يمكن اكتسابه ويمكن التخلص منه وذلك للارتباط بين المثير والاستجابة ، أذ تفسر النظرية السلوكية السلوكيات الغير سويه بأنها استجابات خاطئة متعلمة يقوم بها الفرد كوسيلة او ميكانزم للتعامل مع المواقف الغير مريحة لديه ،

أذ يؤكد الباحثين في مجال التوجهات السلوكية ، أن افراد يتعلم السلوك الصحيح والسلوك الغير صحيح من البيئة التي ينتمي اليها والتي تحيط به ، وأن السلوك ينشأ بسبب الدعم والاثابه التي يحصل عليها الفرد بعد السلوك الذي قام به ، أي كلما كانت نتائج السلوك الذي قام به ذي فائدة وثواب او تعزيز يؤدي ذلك الى تطور السلوك والاستمرار فيه ، وبذلك فإن سلوك اللامبالاة الصحية هو ذلك التصرف الذي قام به الفرد وحصل على الراحة وعدم الازدى والشعور الجيد ، الأمر الذي أدى الى تطوير هذا السلوك ، فإن اللامبالاة الصحية هي لامبالاة ايجابية تحمي الفرد من الازدى والخيانة والحفاظ على كيانه وعواطفه من الخبرات السيئه التي قد يتعرض لها الفرد من الآخرين . يركز الاتجاه السلوكي على جوانب كثيرة منها أسلوب المحاولة والخطأ كما جاء في نظرية الربط لثورنديك، فالفرد حين يواجه موقف مشكل فإنه يحاول إيجاد حل له عن طريق المحاولة والخطأ. فالمشكلة عند الفرد تكون على شكل مثير ومحاولة حلها يشكل استجابة. أي ان الفرد عندما يواجه مشكلة فإنه يحاول حلها عن طريق الاستجابة لها من خلال ما لديه من معلومات ومفاهيم وعادات فكرية سبق له تعليمها. (المحمدي، 2010، صفحة 33). أذ تبنى الباحث النظرية السلوكية لعدة اسباب والتي منها :

1- كونها الاقرب الى التفسير الصحيح

2- وهناك العديد من الدراسات التي تبني هذه النظرية لشموليتها في تفسير المتغيرات النفسية والسلوكية .

ثالثاً : نظرية التعلم الاجتماعي باندورا Learning theories:

ولقد عرف الناس على الدوام بأن الكثير من الانماط السلوكية والاجتماعية وغيرها ... يتم اكتسابها من خلال المحاكاة والتعلم بالملاحظة ، وان المحاكاة تنمو منذ الطفولة ، واحد الاختالفات وبين الانسان والكائنات الحية الاخرى ، يتمثل بأنه أكثر الكائنات الحية محاكاة ، ومن خلال المحاكاة يكتسب او يتعلم اول دروسه " (وهي من النظريات الاتقائية التوفيقية ، لانها حلقة وصل بين النظريات المعرفية والنظريات السلوكية ، والسلوك الاجتماعي : هو مجموع تفاعلات الافراد مع بيئة او موقع جغرافي ، ينشأ نتيجة أفعال الافراد الآخرين ، والذي يعزز او يعاقب من خلال أهواءات الافراد ، ولذلك فإن السلوك جتماعي هو مثال واضح على التفاعل وبين الفرد والبيئة التي يعيش فيها (طالب، 2016، صفحة 23)

يستند نموذج التعلم الاجتماعي الى فرضية مفاده ان الافراد يتعلمون الانماط السلوكية من خلال الملاحظة والتقليد لسلوكيات النماذج التي يتفاعلون معها , فالتعلم بالملاحظة يتطلب التفاعل المباشر وغير المباشر مع النماذج , ومن أسس هذا التنظر هو التعلم بالملاحظة من خلال التجاور , فالاحداث الضرورية المتجاوزة هي الانتباه الى أداء النموذج , وتمثيل الاداء في ذاكرة المتعلم , فالملاحظون الذين يقومون بترميز الانشطة المنمجة يتعلمون ويحتفظون بالسلوك افضل من الذين يقومون بالملاحظة وهم منشغلو الذهن . كما ان الاحتفاظ بالمادة يحدث بشكل أفضل اذا تم التدريب عليها وتكرارها بصورة علنية , مع ان التدريب والتكرار بصورة علنية ليسا ضروريان بشكل مستمر .

مناقشة النظريات

من خلال ماتم ذكرة من نظريات فقد اكدت التحليل النفسي ان كل سلوك نتيجة دوافع واهداف خلفه , وقد يكون السبب ظاهراً أو غير مخفي , وقد يكون منطقياً أو بعيداً عن المنطق, أي أن هناك سبباً محدداً بقوى داخل الفرد لكل سلوك. الامر الذي يؤدي الى هذا النوع من السلوك وهو اللامبالاة . لذلك يلجأ الفرد الى تفسير والحكم على نوع السلوك الذي ينبغي ان يسلكه لاعادة توازنه في خضم هذه الاسباب لذلك يلجأ الى حماية نفسة لذلك يلجأ الى اللامبالاة الصحية كميكانزم دفاع نفسي, وأشارت النظرية السلوكية ان السلوك متعلم من خلال البيئة وان السلوك الذي يتبعه تعزيز يكرر عند الشعور بالراحة واعادة التوازن , أما فيما يخص التعلم الاجتماعي فقد اشار باندورا ان التقليد والملاحظه من اهم مقومات السلوك لذلك يلجأ الفرد الى التقليد في مواجهة المواقف بما تعلمة من خلال المحاكاة ومن خلال ما تم ذكره اعلاه فقد تبني الباحث النظرية السلوكية لعدة مبررات والتي منها 1-اعتماد العديد من الباحثين على هذه النظرية 2- تعد من النظريات الانسب في تفسير متغير اللامبالاة الصحية 3-تم اعتماد العديد من الدراسات على النظرية السلوكية في تفسير اللامبالاة .

ثانياً : الصلابة النفسية Psychological Hardiness

أن الصلابة النفسية مرحلة يصل إليها الفرد بعد تعرضه لمجموعة من الضغوط، والتي توضح قدرته على تحمل مختلف هذه الضغوط، مع احتفاظه بالاتزان الداخلي والخارجي، كما أن الفرد يتعرض لكثير من الضغوطات النفسية وتعدد مصادرها، نظراً للتغير السريع في الوقت الحالي، فعلى الفرد أن يتوافق مع ما يتعرض له من مشكلات ومناغصات خاصة العيش في عالم ملئ بالقلق والتحدي والمنافسة التي تعيق تعايشه مع الناس ومع نفسه ، لذلك يتطلب من الفرد ان يسلك الطرق الصحيحة والاختيارات والبدائل التي تناسب امكانيته وقدراته في العيش السليم وتجنب او الوقايه من الاضطرابات النفسية والمشاكل الصحيه المختلفة (طالب، 2016، صفحة 77)

خصائص الصلابة النفسية فيما يلي :

- مواجهة الظروف والضغوطات التي تواجهه .والميل الى التجدد .
 - الثقة بالنفس والقدرة على ايجاد الاحداث الجيدة .
 - انتهاز الفرص وتوظيفها لصالح نفسه.
- وتنقسم خصائص ذوي الصلابة النفسية إلى قسمين هما :
- ذوي المستوى العالي : وهم الافراد الذين يتميزون بالمساندة والنشاط والابداع والميل الى القيادة والسيطرة واتقان العمل ومواجهة الظروف ومشكلاتها والتمكن من حلها .
 - ذوي المستوى المنخفض : وهم الافراد الذين يتميزون بعدم وجود الهدف ولا معنى لحياتهم ولا يكون هناك تفاعل مع البيئه والشعور بالتهديد المستمر والضعف في مواجهة التحديات وسلبيين في تفاعلاتهم مع البيئه .

النظريات المفسرة للصلابة النفسية

1- نظرية كوباسا kobasa

راند هذا التوجه هو كوباسا kobasa من النظريات الرائدة في الوقاية من الاصابة بانعدام الصحة النفسية ، وتناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية و الاصابة بالامراض النفسية والجسمية ، أذ اعتمدت كوباسا على آراء بعض العلماء والفلاسفة الوجوديين أمثال فرانكل(Frankl) وماسلو (Maslow) الذين يميلون الى بفسله بوجود الغاية والهوف والمعنى من الحياة وصولاً الى تحقيق الاستقرار والراحة النفسية (Ivancevich & Matteson 1989 :102) ويعد نموذج لازوراس (Lazarus) من المسلمات المهمة التي تم الاخذ بها لانها ناقشت العلاقة بين بعض السمات الشخصية والضغط (Kobasa & Pucceti , 1983, p. 98) في تفسير الاحداث الضاغطة من أهم النماذج المعرفية، إذ يؤكد أن العمليات المعرفية مثل الادراك ، والتفكير ، والتذكر ، ومعنى الحدث التي تؤثر فقط في كيفية تقويم الفرد للحدث، لكنها تؤثر أيضاً في كيفية مواجهة الفرد لهذا الحدث، وأن الذي يحكم في تقدير الفرد وتفسيره للحدث هو التاريخ النفسي للفرد .ونكر لازوروس أن التقويم المعرفي يمر بمرحلتين: المرحلة اللاولى : عملية التقويم الاولي الذي يحدد وجود درجة التهديد الناتج عن المنبه الخارجي، وتشمل المرحلة الثانية: وهي ثقة الفرد بنفسه من قدرات وأستعداد في المواجهة ، وهاتان المرحلتان فيهما عدة عوامل منها (طبيعة المنبه نفسه، خصائص الفرد الشخصية، الخبرة السابقة للمنبه، الذكاء، المستوى الثقافي للفرد، تقويم الفرد لامكاناته . لذلك فإن الاساس التجريبي لنظرية (كوباسا kobasa) هي دراساتها على عينة مختلفة باستخدام مجالات الصلابة النفسية من ذوي المناصب والعاملين في مختلف القطاعات الخاصة والعامه ، وما توصلت من نتائج للحفاظ على الصحة النفسية والجسمية للفرد (ابن عامر ، 2017 ، صفحة 45)

الافراد الاكثر صلابة نفسية هم أقل إصابة بالاضطرابات على الرغم من تعرضهم للضغوط والمحن النفسية، وقد يعود ذلك الى الدور الفعال الذي يقوم به متغير الصلابة النفسية في إدراك الاحداث الضاغطة وتفسيرها على نحو ايجابي، و الى دوره في دعم عمل المتغيرات الاخرى الواقية من آثار الضغط السلبية كالمساندة الاجتماعية . أن الظروف والاحداث الضاغطة هي جزء موجود في الحياة، والشجاعة ضرورية إذا ارد الشخص أن ينمو ويستمر ويتطور بدلاً من أن ينكر الواقع ويتجنبه، وقد اقترحت كوباسا مفهوم الصلابة النفسية كشجاعة وجودية لتحويل الاحداث الضاغطة من كوارث محتملة إلى فرص للنمو والتطور ، وافترضت ان الاساس النظري لنظريتها القائل بأن سقوط الفرد في براهين الصدمات والمشكلات في مجالات الحياة من الخبرات المهمة لانها تقوي من مناعته النفسية وصلابتها المتضمنه بأبعادها الثلاثة .

أولاً – الالتزام **Commitment**: والتي تعني اعتقاد الفرد بأهمية وقيمة ذاته وفيما يفعل والمبادئ التي يؤمن بها والتي يعيش من أجلها .

ثانياً – التحكم والضبط **Control**: والتي تعني الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار ومواجهة الازمات وأعتقاد الفرد من انه يستطيع ان يتحكم بالاحداث والازمات وتحمل المسؤولية لما يحدث له .

ثالثاً – التحدي **Challenge** : والتي يقصد بها ان ما يطرأ من تغيرات في حياة الفرد هو أمراً ضروري في النمو من كونه تهديد ، أذ تعد مبادره لاكتشاف البيئة والتعرف على المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد في مواجهة الضغوط والتحدي والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عند مواجهة المشاكل (Kobasa & Pucceti , 1983, p. 87)

وقد فسرت (كوباسا kopasa) علاقة الصلابة بخلو الفرد من العصاب وأهمية خصائص مرتفعي الصلابة للتخلص من انواع العصاب (Kobasa & Pucceti , 1983, p. 97) كما حددت كوباسا kobasa الادوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية في أربعة أدوار

1- تعد الصلابة ادراك معرفي للاحداث المعتادة ، فيعتقد الافراد ذوو الصلابة النفسية المرتفعة في كفاءتهم تناول الاحداث الحياتية، إنهم يرون الاحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية وتقاولية .تخفف الصلابة النفسية من الشعور بالاجهاد الناتج عن الادراك السلبي للاحداث، وتخلص الفرد من حالة الاجهاد المزمن وشعوره باستنزاف طاقاته .

2-لها علاقة باتخاذ الحلول البديله والابتعاد عن التهرب والفوبيا .

3-تساند مفاهيم أخرى، كالمساندة الاجتماعية بوصفها من المتغيرات الواقية، إذ يميل الافراد الذين يتسمون بالصلابة إلى التوجه نحو طلب العلاقات الاجتماعية الداعمة عند التعرض للمشقة، وترتبط هذه العلاقات بدورها باستخدام أساليب المواجهة التكيفية والتوافقية ، (شرف، 2009، صفحة 78)

2- نموذج فنك Funk

يعد نموذج فنك من النماذج الحديثة في مجال الوقاية من الاصابة بالاضطرابات النفسية ، وحاول وضع بعض التعديل على نظرية كوباسا ، إذ بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والادراك المعرفي وأساليب المواجهة الفعاله من جهة والصحة النفسية من جهة اخرى ، وقد اعتمد فنك في دراسته على مواجهة المواقف الشاقة ودور الصلابة النفسية ودور الصلابة النفسية والادراك المعرفي للضغوط واساليب المواجهه ، وبعد الانتهاء من هذه الدراسة توصل الى بعض النتائج التي تشير الى ان هناك علاقة بين الالتزام والتحكم في الصحة النفسية للافراد ودورهما في تخفيف الشعور بالتهديد وضبط الانفعال . ، وقد كون فنك 61 موقف لقياس الصلابة النفسية ذو ثلاثة أبعاد وهي . التحكم والالتزام والتحدي .

3 : نظرية لازوروس

ترتبط هذه النظرية بعدة مفاهيم والتي منها البنية الداخلية للجسم والسلوك الادراكي المعرفي والشعور بالتهديد والاحباط ، إذ يؤكد لازوروس ان خبرة الضغوط التي يتعرض لها الفرد تدرك من خلال ادراك الفرد للمواقف واعتبارها خطط للتعایش معها والتخاص منها ، فأن الصلابة النفسية هي مكونه من تفصيل الفرد للموقف ومواجهته والتعامل معه على نحو حسن لانه التقييم السلبي يؤدي الى التهديد ، وقد اشار لازوروس ان التمتع بالصلابة النفسية يؤدي الى التخلص والوقاية من الاضطرابات النفسية ، فأن الصلابة النفسية تعمل كمتغير يقي الفرد من الاجهاد وتزيد الفرد من استخدام الاساليب الناجحة في مواجهة الظروف الضاغطة (Bahareh, 2016, p. 98)

مناقشة النظريات

تناولت النظريات متغير الصلابة النفسية كل حسب توجهاتها ، أذ فسر أنموذج كوباسا ان الصلابة النفسية تأتي من ثلاث ابعاد وهي التحكم والالتزام والتحدي ، وأكد ذلك انموذج فنك في نفس الأبعاد ، ألا ان لازوروس تفصيل الفرد للموقف الضاغط وتفسيره وتحليله بصورة جدية الامر الذي يؤدي الى التعامل الصحيح

الفصل الثالث

في هذا الفصل الخاص بمنهجية واجراءات البحث يتم توضيح ما قام به الباحثان لتحقيق اهداف البحث وبما يلي ..
اولاً: **منهج البحث** : لكل بحث او دراسة ينبغي تبني منهجاً يتناسب مع متغيرات البحث واجراءته ، وبذلك تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي.

ثانياً : **إجراءات البحث**: تتضمن إجراءات البحث الخطوات المنهجية التي اعتمدت لتحقيق أهداف بحثه وعلى النحو الآتي.
1_ **مجتمع البحث**: يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة الجامعة المستنصرية كلية التربية الدراسة الصباحية للعام الدراسي 2024 - 2025

2_ عينات البحث :

أ - عينة وضوح الفقرات المكونه من (20) طالب وطالبة من قسم الكيمياء والبايولوجي الدراسة الصباحية وهي العينة التي تستخدم لوضوح الفقرات لدى المستجيب والوقت المستغرق للاجابة ، وعند تطبيق المقياس كانت الفقرات واضحة والزمن المستغرق كان 15 دقيقة .

ب_ عينة البناء والقياس المكونه من (150) طالب وطالبة من قسم الكيمياء والبايولوجي والجدول

ثالثاً: **أداتا البحث**: طبيعة البحث تتطلب توفر مقياساً لقياس مفهومي (اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية) وبعد اطلاع الباحث على عدد من المقاييس ذات العلاقة بالمتغيرين وبما يتناسب ويتلاءم وأفراد عينة البحث فقد تم اعداد كلا المقاييسين ، أذ تكون مقياس

اللامبالاة الصحية من (20) فقرة بالاعتماد على نظرية ومقياس الصلابة النفسية تكون من (25) فقرة بالاعتماد على نظرية (كوباسا 1979) ذات خمس بدائل .

صلاحية الفقرات : من أجل التأكد من صلاحية مقياسي اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية تم عرضهما على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس والقياس في مدى صلاحية تطبيق هذا المقياس على العينة تم الاخذ بنسبة قبول (80%) التحليل الإحصائي لفقرات المقياسين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية :

أذ أتمد الباحث على عددا من المؤشرات الإحصائية الدالة على ذلك وهي :

-القوة التمييزية للفقرات (أسلوب المجموعتين الطرفيتين) لمقياسي اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية بعد ان صححت استمارات المستجيبين البالغ عددها (150) استمارة وفق الاوزان المعطاة، تم تحديد الدرجة الكلية التي حصل عليها كل مستجيب ثم رتب درجاتهم تنازلياً وتم تقسيم الاستمارات الى (41) لكل من المجموعة العليا والدنيا وقد أستخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، لاختبار دلالة الفرق بين متوسط درجات المجموعتين العليا والدنيا وعدت القيمة التائية مؤشراً للتمييز ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (2) عند مستوى (0.05) بدرجة حرية (82)

-2 علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين (صدق الفقرات) تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson لاستخراج الارتباط بين درجات العينة ، ومقارنة معامل الارتباط المحسوب مع القيمة الجدولية (0.139) عند مستوى الدلالة (0.05) وبدرجة الحرية (148)، وجد أن جميع معاملات الارتباط ذات دلالة إحصائية لكلا المقياسين .

مؤشرات صدق وثبات المقياسين (اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية) .

الصدق : قد تحقق في هذه الدراسة نوعين من الصدق وهما الصدق الظاهري من خلال عرض المقياسين الى مجموعة من المحكمين في الارشاد والقياس وصدق البناء (Construct Validity): من خلال المؤشرات المذكورة في ادناه.

أ- القوة التمييزية للفقرات (اسلوب العينين المتطرفين) (Contrasted Groups) .

ب-علاقة درجة الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس.

ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار: قد تحقق الباحث من ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار، على عينة مكونه من (20) طالب وطالبة اذ تم تطبيق المقياس بعد اسبوعين من التطبيق الاول ، وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون ، اذ بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين لمقياس اللامبالاة الصحية (0,79) ومقياس الصلابة النفسية بلغ (0, 75)

تصحيح المقياس: بلغ عدد فقرات مقياس الامبالاة الصحية (20) فقرة ومقياس الصلابة النفسية (25) فقرة تكون الاجابة عن الفقرات فقرة وفق مدرج خماسي هو(تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي أحيانا ، تنطبق علي نادرا ، لا تنطبق علي أبدا) لذا فأن اعلى درجة محتملة للمستجيب لمقياس اللامبالاة الصحية هي(100) وادنا درجة (20) واعلى درجة في مقياس الصلابة النفسية (125) وادنى درجة (25) .

الفصل الرابع

تضمن هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها.

الهدف الاول: تعرف اللامبالاة الصحية لدى طلبة الجامعة

ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث بأستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة اذ تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (55) (66 ، 6) اذ بلغ الوسط الفرضي (60) والقيمة الجدولية (65 ، 1) وعند مقارنة الوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي وجد أن الفرق دال لصالح المتوسط الحسابي ، أذ كانت القيمة المحسوبة أكبر من الجدولية عند مستوى (0, 05) والجدول (5) يوضح ذلك

الجدول (1)

قيمة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس

الدالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	1, 65	9, 208	60	6, 66	55	150

من خلال الجدول اعلاه تبين ان عينة الدراسة لا تمتلك اللامبالاة الصحية ولكن بدرجة ضعيفة ، وتفسر هذه النتيجة حسب النظرية المتبناة ، ان اللامبالاة تأتي من التعلم والتعزيز بعد السلوك بالإضافة الى ذلك من البيئة التي نعيش فيها التي نكتسب منها العديد من السلوكيات سواء كانت صحيحة ام سلبية التي لها الدور الكبير في تعلم العديد من السلوكيات التي تتسجم مع الثقافة السائدة. ولا تتسجم نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (نزر ، 2012) و(الشمري 2015) .

2- تعرف الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة .

ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث بأستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة اذ تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (110) (77,7) اذ بلغ الوسط الفرضي (75) والقيمة الجدولية (1, 65) وعند مقارنة الوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي وجد أن الفرق دال لصالح المتوسط الحسابي، إذ كانت القيمة المحسوبة أكبر من الجدولية البالغة (1, 65) عند مستوى (0, 05) والجدول (5) يوضح ذلك

الجدول (2)

قيمة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي للمقياس

الدالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	1, 65	5, 517	75	7, 77	110	150

من خلال الجدول اعلاه تبين ان نتائج الدراسة تشير الى ان عينة الدراسة تمتلك الصلابة النفسية، وتفسر هذه النتيجة حسب النظرية المتبناة (كوباسا) ان عينة الدراسة تمتلك التحكم والالتزام في سلوكياتهم بالإضافة الى ذلك من خلال الخبرة التي توارثوها من اساليب المعاملة الوالدية التي تؤكد على الصلابة والتحمل واتخاذ القرار ومواجهة الصعوبات وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (نور،2002) ودراسة (الشمري 2015) .

3- تعرف العلاقة الارتباطية بين كل من اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية

ولتحقيق هذا الهدف تم تطبيق قانون معامل الارتباط لبيرسون التي بلغت 0, 768 وهي دالة أي ان هناك علاقة بين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية .

الجدول (3)

معامل الارتباط بين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية

الدالة	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	القيمة المحسوبة لمعامل الارتباط	العينة
دال	0, 164	0, 768	150

من خلال الجدول اعلاه تبين ان هناك علاقة ايجابية بين اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية .

الاستنتاجات

تبين أن عينة الدراسة تمتلك اللامبالاة الصحية بدرجة قليلة بسبب اساليب المعاملة الوالدية وما تعلموه من البيئة او المناخ الاسري الذي يوكد على العادات والتقاليد وحب الصداقة ، والتحكم في العلاقات والصلابة النفسية التي تعبر عن الشخصية التي تتسم بالتمسك بما تعلموه من الثقافة السائدة بمواجهة الظروف الخارجية والتحمل واتخاذ القرار .

التوصيات

- 1- عقد الندوات والورش لتفعيل الارشاد النفسي في الجامعات والمعاهد لتعزيز الشعور الايجابي والهوية الشخصية والتشجيع على عقد الصداقات الصحيحة المبنية على الحب والاحترام . .
- 2- تفعيل دور المرشد النفسي في الجامعات العراقية لافساح المجال للمرشدين من تقديم الخدمات والنصائح النفسية والاجتماعية للطلاب الجامعي .

المقترحات

- 1- اجراء دراسة في اللامبالاة الصحية وعلاقتها بمتغيرات اخرى (المستوى الاقتصادي ، نمط الشخصية وسمات الشخصية) .
- 2- اجراء دراسة الصلابة النفسية وعلاقتها باحترام الوقت وبنوعية الحياة والصحة النفسية .
- 3- تطور اللامبالاة الصحية والصلابة النفسية لدى فناة عمرية مختلفة .

المصادر

- ابن عامر، حمود. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالقيم الاخلاقية لدى طلبة معاهد العموم الاسلامية. مذكرة لنيل فهاذة الماجستير. عمان .
- أبو حطب، فؤاد ، و فهمي، محمد سيف الدين. (1994). معجم علم النفس والتربية (المجلد 1). الهيئة العامة لشؤون المصالح الأميرية. حمادات، محمد حسن محمد. (2008). السلوك التنظيمي والتحديات المستقبلية في المؤسسات التربوية (المجلد 1). عمان: دار حامد. حموم، ولاء بسام. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة من الامهات السوريات النازحات إلى محافظة الانذقية. مذكرة لنيل فهاذة الماجستير في عمم النفس . جامعة الانذقية .
- شذاني، عمر. (2011). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية دراسة بعض الحالات في الوسط المدرسي، مذكرة لنيل فهاذة ماجستير في عمم النفس العيادي. جامعة البويرة .
- شرف، ميسون محمد عبد القادر. (2009). التفكير الأخلاقي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية وبعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية/ كلية التربية.
- طالب، تهاني و عبيد انعام مجيد. (2016). اللامبالاة لدى منتسبي الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات . 2(العدد 28). قفي، محمد. (2002). العلوم السموكية (المجلد 1). مصر: دار الهنا والمكتبة الجامعية.
- المحمداوي، علي عبد الحسن بريسم. (2008). انتماء المراهق إلى جماعة الأقران على وفق الممارسات الوالدية، أطروحة دكتوراه، غير منشورة. جامعة المستنصرية/ كلية الآداب.
- المحمدي، حاتم محمد فياض. (2010). اللامبالاة وعلاقته بالتعصب لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة المستنصرية/ كلية التربية.
- نصر الله ، عمر عبد الرحيم. (2004). تنني مستوى التحصيل والانجاز المدرسي- أسبابه وعلاجه (المجلد 1). عمان: دار وائل للنشر .
- الوائلي، تحرير زكي حسن. (2013). أثر الارشاد السلوكي المعرفي في خفض سلوك اللامبالاة لدى طلبة الصف الخامس الاعدادي . بغداد: دار الكتب والوثائق الوطنية.

Abu Hatab, Fouad, and Fahmy, Muhammad Saif al-Din. (1994). Dictionary of Psychology and Education (Volume 1). General Authority for Amiri Interests Affairs.

- Al-Muhammadawi, Ali Abdul-Hassan Brisam. (2008). Adolescents' affiliation to peer groups according to parental practices, unpublished doctoral dissertation. Al-Mustansiriya University/College of Arts.
- Al-Muhammadi, Hatem Muhammad Fayyad. (2010). Indifference and Its Relation to Fanaticism among University Students, Unpublished Master's Thesis. Al-Mustansiriya University/College of Education.
- Al-Waili, Edited by Zaki Hassan. (2013). The Effect of Cognitive Behavioral Guidance in Reducing Indifference Behavior among Fifth Grade Preparatory School Students. Baghdad: National Library and Archives.
- Bahareh, G. (2016). Relationship Between Sey – Esteem and Psychological Hardiness in Adlocanto : A Relation Derigm .the international of fmdian Psychology. *Vol. 7(NO.10)*.
- Hamadat, Muhammad Hassan Muhammad. (2008). Organizational behavior and future challenges in educational institutions (Volume 1). Amman: Dar Hamed.
- Ibn Amer, Hamoud. (2017). Psychological Resilience and Its Relation to Moral Values among Students of Islamic General Institutes. A Memorandum for Obtaining a Master's Degree. Amman.
- Kobasa, S., & Pucceti , M. (1983). Personality and Social reources in stress resisance. *Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 45(NO.4)*.
- Nasr Allah, Omar Abdul-Rahim. (2004). Low level of achievement and school accomplishment - its causes and treatment (Volume 1). Amman: Dar Wael for Publishing.
- Qafi, Muhammad. (2002). Behavioral sciences (Volume 1). Egypt: Dar Al-Hana and the University Library.
- Shadani, Omar. (2011). Strategies for coping with psychological stress among primary school teachers, a study of some cases in the school environment, a memorandum to obtain a master's degree in clinical psychology. University of Bouira.
- Sharaf, Maysoun Muhammad Abdul-Qader. (2009). Moral thinking and its relationship to social responsibility and some variables among students of the Islamic University of Gaza, Master's thesis. Islamic University/College of Education. Hamoum,
- Taleb, Tahani and Obaid Inaam Majeed. (2016). Indifference among University Affiliates and Its Relation to Some Variables. 2(Issue 28).
- Walaa Bassam. (2017). Psychological resilience and its relationship to strategies for coping with stress among a sample of displaced Syrian mothers in Lattakia Governorate. A thesis for obtaining a master's degree in psychology. Lattakia University.