

الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى طلبة جامعة تكريت

م.د. اسلم حسام طه

aslam.h.thah@tu.edu.iq

جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية

الملخص

يهدف البحث الى دراسة الصلابة النفسية والتعرف على ارتباطها بالتفكير التأملي لدى طلبة جامعة تكريت، ومعرفة الفروق ذات الدلالة الاحصائية وفق متغيري الجنس و التخصص علمي ادبي ، واستخدم الباحث في بحثه المنهج الوصفي ذو العلاقة الارتباطية لأنه يتلاءم مع طبيعة هذه الدراسة. تتكون عينة البحث من (٣٠٠) طالب وطالبة. قام الباحث بأعداد مقياس الصلابة النفسية والذي يتكون من ثلاث ابعاد (الاعتماد على النفس ٢ . معالجة المشكلات ٣ - المرونة). وتبنى مقياس وحيد (٢٠١٧) للتفكير التأملي لتحقيق اهداف البحث وقد تم استخراج الخصائص السيكومترية الصدق والثبات باستخدام الوسائل الاحصائية منها معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (واطهرت النتائج الى تمتع طلبة جامعة تكريت بمستوى عال في الصلابة النفسية ومن خلال المقارنة بين الذكور والاناث تبين ان الاناث اعلى في صلابتهن النفسية من الذكور ، لا يوجد فرق في الصلابة النفسية تبعا لمتغير التخصص، تمتع عينة البحث بمستوى عال في التفكير التأملي ولا يوجد فروق بين الجنسين ولا فرق في التخصص في التفكير التأملي، وأخيرا ان الصلابة النفسية لها علاقة طردية مع التفكير التأملي .

الكلمات المفتاحية : الصلابة النفسية، التفكير التأملي، طلبة جامعة تكريت.

Psychological resilience and its relation to reflective thinking

among Tikrit University students

Aslam hussam taha

Tikrit University/ College of Education for Humanities

Abstract:

The research aims to identify the level of psychological resilience and its relation to reflective thinking among Tikrit University students, and to

know There were notable statistical differences based on the variables of gender as well as scientific and literary specialization. To address the objectives of the study, the researcher adopted a descriptive-correlational design, as it aligns with the nature of the investigation. The study sample included 300 participants. male and female students. The researcher prepared a psychological resilience scale which consists of three dimensions (self-reliance 2 – problem solving 3 – flexibility). A single scale (2017) for reflective thinking was adopted To meet the aims of the research, statistical procedures—including Pearson's correlation coefficient—were employed to determine the psychometric qualities as well as the validity and reliability of the instrument., the second test for one sample, and the second test for two independent samples. The results showed that Tikrit University students enjoy a high level of psychological resilience. Through comparison between males and females, it was found that females have higher psychological resilience than males. There is no difference in psychological resilience depending on the variable of specialization. The research sample enjoys a high level of reflective thinking, and there are no differences between the sexes or differences in specialization in reflective thinking. Finally, psychological resilience has a direct relationship with reflective thinking.

Keywords: Psychological resilience, reflective thinking, Tikrit University students

الفصل الاول

مشكلة البحث:

أن حياة الانسان عالما مليئاً بالتغيرات والتناقضات لذلك أصبحت حياتنا اليومية تتسم بسرعة الأحداث وتعددتها ففي ظل هذه الأحداث التي تبدو فيها الحياة معقدة أدى التقدم العلمي إلى راحة الإنسان في التواصل والتفاعل ولكن في المقابل، ازدادت الضغوط على الجنس البشري ماديا واجتماعيا فقد يتعرض الإنسان لمواقف وأحداث يستطيع التحكم فيها أو لا يستطيع مواجهتها، فلا تسير حياة الأفراد على نفس المنوال دائما، فقد يكون سعيدا اليوم وحزينا غدا لأنه يواجه مشكلات.

والفرد الذي يتابع احداث العراق وما مر به المجتمع في السنوات الاخير من ازمتات اقتصادية وعدم توافق سياسي و تدهور امني وما رافقه من قلق وهلع يسبب الارهاب الذي استهدف كل شرائح المجتمع وما ترتب عليها من موجات نزوح جماعي ، القت بضلالها واثارها السلبية على المجتمع بصورة عامة وفئة الشباب بصورة خاصة، اذ خلفت تلك الحقبة الزمنية حالة من الانكسار النفسي والذي أدى الى عدم التفاعل مع البيئة حيث اظهر على سلوك الفرد صلابة نفسية وعدم ادراك الذات وصعوبة في التعامل مع الآخرين لدى الافراد فبعد ان عان الفرد من فقدان لاحد اقاربهم او ذويهم في الاحداث أدى بالفرد الى ان يكون اكثر صلابة وعدم القدرة على التعامل بمرونة مع الاحداث، ، ولكون حياة الفرد مليئة بالتحويلات الاسرية والاجتماعية التي أصبحت مصدر للضغوط القوية لدى الفرد مما يدفع الفرد الى مسايرتها ، فان تنامي القدرات على حل المشكلات للفرد اصبحت ضرورية لمواجهة المشكلات (البحيري، ٢٨: ٢٠٠١).

وهذا ما دفع ذوي الشأن التأكيد على ضرورة الاهتمام وتطوير العقل البشري بشكل واسع وكبير وإعداد فرد قادر على والتأمل العميق وعلى انتاج أفكار جديدة وتوظيفها في شتى مجالات الحياة المختلفة فالعقل الذي وهبه الله للإنسان والذي قد تميز به عن المخلوقات، وإنه الحد الفاصل الذي يميز به المعرفة السليمة و بين الصح والخطأ والخير والشر ، ن الحاجة إلى التفكير أصبحت اليوم أكثر إلحاحاً من أي وقت مضى، نتيجة التعقيد الكبير الذي فرضته تحديات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات على مجالات الحياة كافة، بما في ذلك المعرفة والتفكير والتأمل الصحيح وممارساته (جروان، ٢٠١٠: ٢٤).

أهمية البحث:

أن مفهوم الصلابة النفسية هي تلك العملية التي تعمل على إلى توافق الفرد وقدرته على المواجهة الإيجابية للمشكلات، تشمل الصدمات والأزمات النفسية التي قد يواجهها الفرد مثل الكوارث الطبيعية والحروب والأمراض المزمنة أو غيرها من الصدمات الشديدة، ويشمل هذا المفهوم أيضاً القدرة على تحدي الآثار السلبية لهذه الاضطرابات، والتمكن منها بشكل إيجابي، والعيش بشكل طبيعي، علاوة على ذلك تعد الصلابة النفسية من الصفات العقلية التي لا تتأثر بالجنس أو معدل الذكاء. إلا أن الخبرات، وتقدير الذات، والتفكير بتأني في مواجهة الضغوط تشكل عوامل وقائية وتدعم ظهور معدلات عالية من الصلابة النفسية عند مواجهة الضغوط والأزمات (البحيري، ٢٠١١: ٤٨١).

وترى العماوي (٢٠٠٩) ان التفكير التأملي في حياة الفرد أهمية بالغة كونه يسهم في ربط المعلومات السابقة باللاحقة يعطيه ثقة نفسية والاعتماد على النفس في إصدار القرارات التي

تخصه وبذلك يكون تفكيره تأملياً فيسهم في نجاح مهامه وتنمية المسؤولية الفرد (العمادي، ٢٠٠٩: ٥٧).

ان مستوى التفكير التأملي يساعد المجتمع على تحسين وتطوير القدرات في مواجهة المشكلة والتكيف معها فهو يحقق هدف الموقف ويساعد في اكساب الفرد الخبرة (الزغلول، ٢٠٠٢: ٣٠٥).

وتوصلت دراسة سيفاشي ٢٠١٧ الى أنَّ المعلمين قبل مباشرتهم بالمهنة لديهم مستوى مرتفع من التفكير التأملي ومهارات حل المشكلات كما أشارت الدراسة إلى أنَّ هناك علاقة إيجابية وقوية بين التفكير التأملي وحل المشكلات وبشكل عام أنَّ قدرات المعلمين قبل الخدمة في التفكير التأملي وحل المشكلات ذات مستوى عال (Sivaci, 2017).
اهداف البحث.

يهدف البحث الحالي الى التعرف على:

١. مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.
٢. التعرف على الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس (ذكور. اناث).
٣. التعرف على الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعا لمتغير التخصص (ادبي - علمي)
٤. مستوى التفكير التأملي لدى طلبة الجامعة.
٥. التعرف على الفروق في مستوى التفكير التأملي تبعا لمتغير الجنس (ذكور. اناث).
٦. التعرف على الفروق في مستوى التفكير التأملي تبعا لمتغير لتخصص (علمي . ادبي).
٧. العلاقة بين الصلابة النفسية والتفكير التأملي لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة تكريت للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)

تحديد المصطلحات:

أولاً: الصلابة النفسية عرفها كل من:-

- ١- عبد السميع (٢٠١٤): قابلية الفرد وقوته وصبره على مواجهة المحن والصدمات والتغلب عليها وقدرته على العودة مرة أخرى في تحقيق الاتزان والتوافق (عبد السميع ، ٢٠١٤: ٣٩).
- ٢- جخراب واخرون (٢٠٢٠) ميكانيزم داخلي يساعد على تعزيز الفرد وجعله اكثر مقاومة للضغوط النفسية ،وهي تجعل من الفرد مدركا ومؤمنا بقدراته وملتزمًا بتحقيق أهدافه رغم الصعوبات.(جخراب واخرون، ٢٠٢٠: ٣٠)

التعريف النظري: هي قدرة الأفراد في الانخراط بشكل استباقي في التقييم العقلي للضغوطات المحتملة من خلال المستويات المدركة من الالتزام والتحكم والتحدى، وتوجيه وتوليف استجابات مسبقة للتكيف والتي تعزز فرص النمو الشخصي للفرد (Tara, X., & Ahsan, Y, 2025)

التعريف الاجرائي: وهي الدرجة التي يحصل عليها الطالب عن طريق اجاباته عن فقرات مقياس الشخصية الناضجة الذي اعده الباحث.

ثانيا: التفكير التأملّي وعرفه كل من:-

١- الزبيري (٢٠١٤)

القدرة على التعامل مع المواقف ومدخلاتها التعليمية بادراك وفهم والتبصر بها لتحقيق القرار المناسب في الوقت والزمان المناسبين ولتحقيق الأهداف المتوقعة منه (الزبيري، ٢٠١٤).

٢- صالح (٢٠٢٢) هو القدرة على مراجعة الأفكار السابقة وتحليلها وتقييمها للوصول الى قرارات عقلانية مناسبة تتسم بالانفتاح الذهني والمسؤولية الفكرية والتوجه الذاتي(صالح،٢٠٢٢:٣٣)

التعريف النظري: عملية معرفية تهدف الى التقييم النقدي للتجارب الذاتية وتحليلها بصورة متأنية من خلال الانفتاح على وجهات النظر المختلفة وتحدي الافتراضات المسبقة (Arshad &naz,2024: 53).

التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على مقياس التفكير التأملّي.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

تعرض حياة الإنسان مجموعة من العقبات التي تقف أمامه والتي تمنعه من إشباع دوافعه وتحد من رغباته فيشعر بالقلق والعجز وقلة الحيلة حيث تختلف قدرة الاشخاص في مواجهة الصعوبات التي يتعرض لها؛ فيعاني بعضهم من الاستسلام وبعضهم يمتلك صلابة نفسية تسهم في مواجهة التحديات والتمكن منها بقدر عال من التحمل. (صبحي، ٢٠٠٣:٣٦).

فأن الاتجاه الحديث في الدراسات النفسية توجه نحو المفردات النفسية الإيجابية في الشخصية ، التي تعمل وتوجه الفرد نحو التوافق والتكيف مع متغيرات الحياة المختلفة ومن اهم هذه المتغيرات هو متغير الصلابة النفسية (البحيري، ٢٠١١: ٢٦١).

وقد أشار ديوي الى التأمل الذي يصفه بانه حالة تجعل الانسان حائراً عندما يواجه موقف أو مشكلة ما والتي تكون منطلق لعملية التفكير" ثم البحث والتقصي لتحقيق حلول للمشكلة والتخلص من الشك فان هذا النوع من النمط في التفكير يتطلب من المتعلم التروي من أجل ملاحظة الموقف المشكل جيداً والامعان بها وبالاتماد على المعلومات السابقة التي تتناول نفس الموضوع ثم التوصل إلى معارف جديدة من خلال ربط الخبرة السابقة بالحاضرة (عبدالقادر، ٢٠١٧، ١٨).

نظريات تناولت الصلابة النفسية:

أولاً: - نظرية الصلابة النفسية لـ "سوزان كوباسا" (Kobasa, 1979)

ان الفكرة الأساسية التي طرحت من قبل العالم كوباسا لمفهوم "الصلابة النفسية بانها سمة شخصية تساعد الأفراد على التعامل مع الضغوط والتحديات بطريقة إيجابية، وتقلل من احتمالية تأثيرها السلبي على الصحة النفسية والجسدية لدى اكد كوباسا على مجموعة من المكونات رأى بانها تساعد الفرد على ان يكون اكثر صلابة وقوة وتحديا للمشكلات والمواقف التي يمر بها منها:-

١. الالتزام (Commitment):

إحساس الشخص بالاندماج والاهتمام بما يفعله، سواء في العمل أو العلاقات الاجتماعية أو الحياة بشكل عام فالشخص يحس ويرى الحياة ذات معنى، ويشعر بالمسؤولية تجاه ما يقوم به.

٢. التحدي (Challenge):

النظر إلى منعطفات الحياة والمصاعب على أنها فرص للنمو والتطور، لا تهديدات فتمكنه من ان يتمتع بالمرونة النفسية ويحب الاستكشاف.

٣. التحكم (Control):

شعور الفرد بقدرته على التأثير في مجريات الأمور والتحكم في حياته، بدلاً من أن يكون ضحية للظروف

أهمية النظرية:

تستخدم نظرية كوباسا في العديد من الأبحاث النفسية الخاصة في مجال الصحة النفسية والتربوية

ثانياً:- نظرية روتر (Rutter 2006) .

يستطيع الفرد المتكيف مواجهة الظروف المحيطة فان تأثير الدرجة لهذا الخطر تبدأ تنحصر بصورة واضحة ، وان عوامل الحماية كما يشير روتر تعمل لتخفيف الخطر والخبرات الصادمة وتشمل هذه العوامل قوة الشخصية والتماسك الاسري والثقة بالنفس والكفاءة الذاتية والافاق الايجابية التي تشترك معا لبناء شبكة مترابطة من العلاقات الاجتماعية والتي تساعد على تعدي الازمات والظروف الصعبة وقد اكد روتر في نظريته على مجموعة من الاليات التي تمكن الفرد من التعامل مع الصعوبات التي تواجهه الفرد.

• **الالية الأولى:** لتقليل تأثير المخاطر، يتم ذلك عن طريق تقليل التأثير من خلال تقييم عامل الخطر أو عن طريق تعديل التعرض للمخاطر وإن التحكم في التعرض للضغوطات بحيث يتمكن الفرد من التعامل بنجاح مع جرعات صغيرة من التجربة قد يقلل من إدراك الخطر، ويمكن للفرد التعامل بنجاح في بعض المواقف. يمكن أيضا تفسير هذه النتيجة في سياق نظرية التطعيم ضد الإجهاد، حيث يحدث "التصلب" النفسي من خلال التعرض لمستويات معتدلة من الإجهاد.

قد تزيد التجارب السابقة للإجهاد خلال الطفولة والمراهقة في بعض الحالات من مقاومة الضغوط ، والتي يمكن أن تصبح مستويات أقل من الأعراض

• **الآلية الثانية:** تشير إلى التخفيف من ردود الفعل المتسلسلة التي تحدث بعد التعرض للخطر وتديم آثاره، على سبيل المثال، قد يزيد فقدان أحد الوالدين المبكر من احتمالية الإيداع في المؤسسات ، مما له آثار ضارة على النتائج التنموية.

• **الآلية الثالثة:** احترام الذات والكفاءة الذاتية، هناك نوعان من التجارب التي تؤثر على بناء احترام الذات والكفاءة الذاتية. يتضمن النوع الأول تطوير علاقات حب آمنة ومتوازنة وفرص للنجاح في إنجاز المهام أما، النوع الثاني فهو الشعور الناتج بالذات والكفاءة الذاتية الذي يمنح الفرد الثقة بأنه يستطيع مواجهة المهام التي يواجهها بنجاح و تدعيم العلاقات الشخصية الآمنة الناجحة (عباس ، ٢٠١٠: ٧٨)

نظريات التفكير التأملي:

أولاً:- نظرية معالجة المعلومات Information processing Theory

ترى هذه النظرية التفكير التأملي على ضمن مبدأ التشابه بين النشاط العقلي الذي يحدث عند الأفراد وعملية معالجة المعلومات التي تجري في الحاسوب الآلي، وينظر أصحاب هذه النظرية أن قدرة الفرد على حل الموقف المشكل واستخدام التفكير التأملي يتوقف على قابلية الفرد على التعرف إلى المعلومات الواردة وترميزها وتفسيرها وإدراك التشابهات العلاقات القائمة بين عناصر الموقف والقدرة على استرجاع الخبرات الماضية من ذاكرته وربطها بالموقف الحالي للوصول إلى الحل المناسب وإنّ هذا النموذج يهتم بتفسير ثلاث عمليات هي:

أ- استقبال المعلومات أو مدخلات التعلم.

ب- عملية معالجة المعلومات وتشمل عمليات التحويل والتمثيل والتخزين .

ت- وعمليات استرجاع المعلومات وتشمل التذكر والنسيان وانتقال أثر التعلم (أبو جادو، ١٩٩٨، ١٩١).

ثانياً:- نظرية كوانج "جبل الجليد للانعكاس" (Iceberg of Reflection Model) ٢٠٢٢

تعتمد هذه النظرية على استعارة "الجبل العائم" لتوضيح مستويات عمق التفكير التأملي، بدءاً من السطح وحتى أعماق الباطن التأملي حيث يمثل الانعكاس الوصفي (Descriptive Reflection)

يمثل قمة الجبل (الجزء الظاهر فوق الماء) الذي يتضمن وصف التجربة أو الحدث كما حدث، بدون تحليل أو تفسير، أما الانعكاس الحواري (Dialogic Reflection) والذي يقع تحت السطح مباشرة ، يقوم على التفاعل الذهني بالسؤال: لماذا؟ وكيف؟ ، أو أشبه بعقد ندوة أو حوارات داخلية مع الذات، لاستخلاص أسباب الأفعال وتفسيرها والانعكاس والتحول وهو مستوى أعمق

والذي يتضمن إعادة النظر في الطرق والمفاهيم وتصور بدائل إضافية لفتح تفكير اعمق ، اما الانعكاس النقدي وهو اعمق مستويات التأمل ويقع في قاعدة الجبل الجليدي والذي يتناول العوامل الاجتماعية والثقافية والسياسية التي تؤثر في الموقف ، وتكمن أهمية النظرية في تبني فهما واسعا وعميقا للتفكير التأملي والذي يساهم في تطوير ممارسات المعلمين والطلبة في تطوير الاستراتيجيات التي تتعلق بالفهم العميق والنقد الذاتي(Quang, N. N. (2022) . (.

الدراسات السابقة

أولاً: دراسات تناولت الصلابة النفسية

١- دراسة ميسيري (Mistry, 2009) (الصمود النفسي وعلاقته بسلوكيات المراهقين) هدفت الدراسة التعرف على مستويات الصمود النفسي عن المراهقين الذين يسلكون سلوكاً خطراً ،ومعرفة العلاقة بينهما(الصمود، سلوك المراهقين) ، تكونت عينة الدراسة من (٤٠١٠) طالب وطالبة في ولاية كاليفورنيا الامريكية (١٩٦٢ ذكور ، ٢٠٤٨ اناث) ، وطبق على هذه العينة عدة مقاييس منها مقياس الصمود النفسي ومقياس الاكتئاب ، وبعد معالجة البيانات احصائيا باستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) المتوسط الحسابي اختبار شيفيه ومعامل التباين الثنائي مستوى الانحدار ومعامل ارتباط بيرسون ، حيث اظهرت النتائج بعدم وجود فروق دالة احصائيا في الصمود النفسي وفق متغير الجنس ، وكان مستوى الصمود النفسي منخفضا لدى كل من الذكور والاناث (عاشور، ٢٠١٧: ٧٣).

٢- دراسة عبد الفتاح (٢٠١٤) (الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالحكمة وفاعلية الذات)

هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي مع المتغيرات الاخرى الحكمة وفاعلية الذات ، تكونت عينة الدراسة من (٥٤٠) طالب وطالبة من المرحلتين الاولى والرابعة (٣٢٠ المرحلة الاولى) (٢٢٠ المرحلة الرابعة) وقد بلغ متوسط اعمار العينة (٢٢) عاما ، طبقت هذه الدراسة عدة مقاييس منها مقياس الصمود النفسي ومقياس الحكمة ومقياس فاعلية الذات ، وبعد معالجة البيانات احصائيا باستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، والقيمة التائية لعينتين مستقلتين والقيمة التائية لعينة واحد ومعامل ارتباط بيرسون ، وتوصلت الدراسة الى النتائج منها عدم وجود فرق دال احصائيا بين درجات الطلبة من الذكور والاناث في ابعاد الصمود النفسي (التفاؤل ، وفرة الموارد ، الهدف المراد تحقيقه) ، عدم وجود فرق دال احصائيا بين المرحلة الاولى والمرحلة الرابعة في الصمود النفسي، وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الصمود النفسي من جهة وبين الحكمة وفاعلية الذات من جهة اخرى (عبد الفتاح واخرون ٢٠١٤: ٥٧).

ثانياً: دراسات تناولت التفكير التأملي:

١- دراسة سيفاشي (Sivaci, 2017) تركيا

"العلاقة بين اتجاهات التفكير التأملي وقدرات حل المشكلات الاجتماعية لمدرسي ما قبل الخدمة"

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى التفكير التأملي لدى المعلمين قبل الخدمة، وكذلك مستوى مهارات حل المشكلات لديهم، بالإضافة إلى تحديد طبيعة العلاقة بين التفكير التأملي وحل المشكلات. تألفت عينة الدراسة من (٤٣٨) طالباً في المرحلة النهائية من دراستهم في كلية التربية بجامعة كيرشهر في تركيا. ولجمع البيانات، استخدم الباحث مقياس التفكير التأملي (RTS) ومقياس مهارات حل المشكلات (PSI). وقد تم تحليل البيانات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والاختبار التائي (T-Test)، ومعامل ارتباط بيرسون، بالاعتماد على برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS). وأظهرت النتائج أن معلمي ما قبل الخدمة يمتلكون مستوى مرتفعاً من التفكير التأملي ومن مهارات حل المشكلات. كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباط إيجابية قوية بين التفكير التأملي وحل المشكلات. وبصورة عامة، استنتجت الدراسة أن مستوى كل من التفكير التأملي وحل المشكلات لدى معلمي ما قبل الخدمة كان مرتفعاً (Sivaci, 2017).

٢- دراسة طشطوش (٢٠١٣) (التفكير التأملي والتعلم المنظم ذاتياً والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة طيبة)

. مكان الدراسة : مدينة المنورة - جامعة طيبة المملكة العربية السعودية
 . عينة الدراسة : ٨٠٧ طالبا وطالبة من جامعة طيبة ،المنورة للعام ٢٠١٢-٢٠١٣
 وجدت النتائج هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التفكير التأملي والتعلم المنظم ذاتياً، وهذا يعني ان الطلبة الذين يتمتعون بقدرة تأملية افضل يمارسون تنظيمًا ذاتيًا أعلى في الفهم حيث كان مستوى التفكير التأملي لدى الطلبة «متوسطاً»، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث بينما كان مستوى التنظيم الذاتي مرتفعاً». كذلك، لم توجد فروق حسب النوع أو الكلية لكنها وجدت حسب المستوى الأكاديمي لصالح طلبة السنة الأولى (طشطوش وآخرون، ٢٠١٣).

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

ثانياً: مجتمع البحث Population of Research:

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة تكرت ،فقد بلغ مجموع الطلبة للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) (٤١٦٥٩) وبواقع (٢١٦٠٦) طالبا و(٢٠٠٥٣) طالبة

ثالثاً: عينات البحث Samples of Research:

أ- عينة التمييز: تم رصد (٤٠٠) طالب بطريقة عشوائية بسيطة بواقع (٢٠٠) طالبا و (٢٠٠) طالبة موزعين على أربع كليات (٢) علمية و(٢) انسانية و الجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) عينة التمييز

التخصص	اسم الكلية	ذكور	إناث	المجموع
العلمية	الهندسة	٤٤	٥٦	١٠٠
	علوم الحاسوب والرياضيات	٤٨	٥٢	١٠٠
الإنسانية	التربية الإنسانية	٦٢	٣٨	١٠٠
	الآداب	٤٦	٥٤	١٠٠
المجموع		٢٠٠	٢٠٠	٤٠٠

ج- عينة الثبات: تم اختيار (٤٠) طالب من كلا الجنسين بالإضافة الى التخصص وبطريقة عشوائية وبالتساوي .

د- عينة البحث الاساسية

استطاع الباحث أن يلجأ إلى اختيار عينة طبقية ممثلة للمجتمع الأصلي، ويكون اختيار العينة بطريقة عشوائية من كل طبقة ، فقد بلغ عدد الذكور (٧٠) طالبا من التخصص العلمي و(٩٠) طالبا من التخصص الانساني، وقد بلغ عدد الإناث في التخصص العلمي (٨٠) طالبة اما عن عدد الإناث في التخصص الإنساني فقد بلغ (٦٠) طالبة كما موضح في الجدول (٢).

جدول (٢) توزيع طلبة عينة البحث بحسب التخصص والجنس

الجنس / التخصص	ذكور	إناث	المجموع
علمي	٧٠	٨٠	١٥٠
انساني	٩٠	٦٠	١٥٠
المجموع	١٦٠	١٤٠	٣٠٠

رابعاً: أدتا البحث:

من اجل تحقيق أهداف البحث الحالي ، اعتمد الباحث على أداتين لقياس متغيرات البحث ،الأداة الأولى بناء مقياس الصلابة النفسية . والأداة الثانية تبني مقياس التفكير التأملي .

وقد اتبع الباحث خطوات محددة في إعداد هاتين الأداتين بحيث يكونان ملائمين لمتغيرات البحث وعلى النحو الآتي

١- مقياس الصلابة النفسية :

وبعد ان اطلع الباحث على ادبيات المقاييس التي خصصت لقياس الصلابة النفسية ومنها مقياس (باعلي ،٢٠١٤) ومقياس (عبد السميع،٢٠١٤) ، ومقياس (كوزي ،١٩٩١) وبعد مراجعة المقاييس المذكورة اعلاه مع الاخذ بنظر الاعتبار أساتذة علم النفس والتربية، فوجد الباحث أن من الأفضل القيام بإعداد مقياس للصلابة النفسية، لعدم توفر مقياس عراقي حديث يناسب بيئة المجتمع في الوقت الحالي، كما أن استخدام مقاييس أجنبية قد لا يكون مناسباً لاختلاف الثقافات، ما قد يؤثر على سلامة ودقة النتائج، الأمر الذي يتطلب بناء أداة ذات خصائص سيكومترية دقيقة من صدق وثبات والقدرة على التميز ، وتبعا للخطوات التالية :

- تحديد ابعاد المقياس .

لغرض التفكير في اعداد ابعاد المقياس التي تكون قادرة على تغطية متغير الصلابة النفسية ، واخذ الباحث بنظر الاعتبار الاطار النظري والتعريف النظري وبعد التعرف على الدراسات والادبيات حول الموضوع فقد قام الباحث بتحديد ثلاث ابعاد للصلابة النفسية وهي :

١. الاعتماد على النفس ٢ . معالجة المشكلات ٣ - المرونة

ج . صياغة فقرات المقياس .

بعد تحديد ابعاد المقياس وفقراته ولكل بعد من الابعاد صيغت (٤٤)فقرة بصيغة أولية على وفق ابعاد المقياس الثلاثة.

• الصدق : Validity

أ- الصدق الظاهري (Face validity)

قام الباحث بعرض المقياس وفقراته ومجالاته على الأساتذة المحكمين البالغ عددهم (٣٠) محكماً لغرض ابداء ارائهم حول صلاحية المقياس وبعد جمع اراء المختصين وتحليلها بواسطة مربع كاي تم قبول (٤١) وحذف (٣) فقرات وبعدها أصبح المقياس متكون من (٣٨) فقرة والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) آراء الخبراء والمحكمين حول صلاحية مقياس الصلابة النفسية

المجال	تسلسل الفقرات	عدد الفقرات	عدد الموافقين		عدد المعارضين		قيمة مربع كاي		مستوى الدلالة ٠.٠٥
			النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية	العدد	المحسوبة	الجدولية	
الاعتماد على النفس	١, ٢, ٣, ٥, ٦, ٧, ٨, ٩, ١٠, ١١, ١٣, ١٥	١٢	٣٠	١٠٠%	٠	٠%	٣٠	٣,٨٥	دالة لصالح الموافقين
	١٤, ١٢, ٤	٣	٤	١٣%	٢٦	٨٨%	١٦, ١٤	٣,٨٣	دالة لصالح المعارضين
معالجة المشكلات	١, ٢, ٣, ٤, ٥, ٧, ٨, ٩, ١٠, ١١, ١٤	١٢	٣٠	١٠٠%	٠	٠%	٣٢	٣,٨٠	دالة لصالح الموافقين
	١٢, ٦	٢	٥	١٧%	٢٥	٨٢%	١٣, ٣٤	٣,٨١	دالة لصالح المعارضين
المرونة	١, ٢, ٣, ٤, ٥, ٦, ٧, ٨, ٩, ١١, ١٢, ١٤	١٢	٣٠	١٠٠%	٠	٠%	٣٠	٣,٨٥	دالة لصالح الموافقين
	١٠, ٣	٢	٣	١٠%	٢٧	٩١%	١٩, ٢٣	٣,٨٧	دالة لصالح المعارضين

• تعليمات المقياس

بعد ان أجرى الباحث التطبيق الاستطلاعي تبين ان استجابات الطلبة كانت جيدة وتميزت فقراته بالوضوح بالنسبة للطلبة حيث تبين ان متوسط الوقت المستغرق من قبل الطلبة إنشاء اجابتهم على الاستبيان هـ هو (١٥) دقيقة.

• القوة التمييزية لفقرات مقياس الصلابة النفسية تم سحب عينة عشوائية بلغت (٤٠٠) طالباً وطالبة ومن التخصصين العلمي والإنساني ، تم تعيين المجموعتين العليا والدنيا وقام الباحث بحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس واستخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) فوجد ان القيمة الناتجة اعلى من الجدولية التي تبلغ (١,٩٦٠) وكان مستوى دلالتها (٠,٠٥) ودرجة حريتها (٢١٣) لمجموع فقرات المقياس الا فقرة واحدة تحمل التسلسل (٣١) وكانت قيمتها المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية فتم استبعادها من المقياس و الجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤) القوة التمييزية لفقرات مقياس الصمود النفسي*

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		T	قيمة T المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	الانحراف المعياري	الوسط حسابي			الانحراف المعياري	الوسط حسابي	الانحراف المعياري	الوسط حسابي	
١	١,٧٩	١,٤٠	١,٣٢	١,٤٦	٧,٩٢	٢٢	١,٧٣	١,٤٥	١,٣٨	١,٤٧	٩,٣١
٢	١,٧٨	١,٤٢	١,٣٢	١,٤٥	٧,٨٨	٢٣	١,٧٣	١,٤٤	١,٣٢	١,٤٨	٥,٥٥
٣	١,٧٦	١,٤٣	١,٢٩	١,٤٣	٧,٤٤	٢٤	١,٨٥	١,٣٦	١,٢٥	١,٤٥	١٠,٩١
٤	١,٧٥	١,٤٥	١,٢٢	١,٤٣	٩,٣٢	٢٥	١,٨٥	١,٣٦	١,٢١	١,٥٢	٥,٥٦
٥	١,٧٤	١,٤٧	١,٣٩	١,٤٦	٣,٧٧	٢٦	٢,٧٤	١,٢٧	٢,٧٥	١,٢٢	١,١٤
٦	١,٦٤	١,٤٧	١,٢٦	١,٤٤	٨,٤٨	٢٧	١,٩٥	١,٢٦	١,٤٧	١,٥١	٨,٤١
٧	١,٧٨	١,٤١	١,٤٣	١,٤٦	٥,٦٥	٢٨	١,٧٥	١,٣٤	١,٧٥	١,٤٢	٢,٢٨
٨	١,٨١	١,٣٨	١,١٣	١,٣٧	١٢,٧٧	٢٩	٢,١٨	١,٨٨	١,١٥	١,٤٤	٤,٩٨
٩	١,٥٧	١,٤٩	١,٣١	١,٤٧	٣,٦٥	٣٠	٢,٠٥	١,٧٧	١,٤١	١,٧٤	٢,٢١
١٠	١,٨٠	١,٣٨	١,٣٣	١,٤٧	٨,١١	٣١	١,٧٥	١,٧٤	١,٠٦	١,٢٨	٤,٥٢
١١	١,٨٠	١,٣٩	١,٣٨	١,٤٩	٦,٣٢	٣٢	١,٧٥	١,٣٨	١,٣٢	١,٤٨	٧,٨٧
١٢	١,٧٥	١,٤٣	١,٥٤	١,٥٢	٤,٠٥	٣٣	٢,٤٦	١,٢٦	١,٩٣	١,٤٦	١,٣٤
١٣	١,٧٤	١,٤٤	١,٤٢	١,٤٦	٤,٩٥	٣٤	١,٧٦	١,٤٤	١,٤٢	١,٤٨	٤,٩٢
١٤	١,٨٠	١,٣٥	١,٥٢	١,٥٢	٦,٨٤	٣٥	١,٩٣	١,٨٦	١,١٧	١,٤٩	٣,٨٣
١٥	١,٧٥	١,٣٣	١,٤٧	١,٥١	٦,٨٤	٣٦	١,٧٣	١,٧٢	١,٠٨	١,٢٥	٤,٥٤
١٦	١,٩٣	١,٤٧	١,٣٤	١,٤٨	٥,٨٩	٣٧	١,٨٥	١,٩٢	١,١٢	١,٣١	٤,٠٠
١٧	١,٥٦	١,٤٩	١,٣٢	١,٤٨	٣,٧٠	٣٨	١,٩٦	١,٨٣	١,٢٨	١,٦٠	٣,٤١
١٨	١,٧٣	١,٤٣	١,٣٤	١,٤٨	٦,٣٧	٣٩	٢,١٧	١,٧٧	١,٤٣	١,٧٥	٢,٢٢
١٩	١,٩٦	١,٨٠	١,٢٨	١,٦٩	٣,٤٣	٤٠	١,٧٤	١,٤٥	١,٤٢	١,٤٧	٣,٧٨
٢٠	١,٧٢	١,٤٣	١,٤٤	١,٥٣	٣,٨٥	٤١	١,٧٠	١,٤٤	١,٢٦	١,٤٤	٨,٤٧
٢١	١,٣٣	١,٦١	٢,٢٢	١,٦٥	١,٨٦	-	-	-	-	-	-

*القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة $(0,05)$

س . علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرات) .

ان حساب القوة التمييزية يتحدد من خلال حساب العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، وكلما كان الارتباط موجباً وعالياً فيدل على احتمالية الحصول على فقرات متجانسة في قياس السمة لمراد قياسها (النبهان، ٢٠٠٤: ٢٩٦)،

وأعتمد الباحث على عينة بالغة (٢٠٠) طالب وطالبة لتحليلها ولحساب القوة التمييزية للفقرات من خلال المجموعتين المتطرفتين، وقام الباحث بحساب الارتباطات بين درجات المشاركين على كل فقرة والدرجة الكلية له، وذلك للتحقق من اتساق الفقرات مع المقياس ككل. كما تم اختبار الدلالة الإحصائية للمعاملات للتأكد من صلاحية الفقرات ومدى نجاحها في قياس البعد المستهدف، فأتضح للباحث أن الفقرات جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0,05)$

والجدول (٥)يبين ذلك

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٦١١	١٤	٠,٦١٢	٢٧	٠,٦٣٦
٢	٠,٥٩٣	١٥	٠,٥٨٩	٢٨	٠,٥٨٣
٣	٠,٥٠٢	١٦	٠,٦٣٣	٢٩	٠,٦٥٢
٤	٠,٤٠٢	١٧	٠,٦٣٧	٣٠	٠,٥٥٦
٥	٠,٥٨٣	١٨	٠,٥١١	٣١	٠,٥٤٣
٦	٠,٥٤٦	١٩	٠,٥٦٧	٣٢	٠,٤١٧
٧	٠,٦٣٩	٢٠	٠,٥٨٣	٣٣	٠,٥٦١
٨	٠,٦٠٩	٢١	٠,٦٢٢	٣٤	٠,٥٨٨
٩	٠,٦٣٣	٢٢	٠,٥٧٨	٣٥	٠,٤٨٩
١٠	٠,٥٨١	٢٣	٠,٥٦٢	٣٦	٠,٤٨٩
١١	٠,٤٧٨	٢٤	٠,٤٩٣	٣٧	٠,٦١٩
١٢	٠,٥٥٤	٢٥	٠,٥٤٦	٣٨	٠,٥٠٩
١٣	٠,٥٦٢	٢٦	٠,٤٧٨	-	-

أن قيم معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس امتدت بين الدرجات (٠,٦٣٩ . ٠,٤٧٨) مما يدل على ارتباط إيجابي ودال بين المجموعة الكلية للمقياس والفقرات الفرعية المتكونة منه ؛ فيدل ذلك أن مقياس الصلابة النفسية متجانس في قياس الهدف الذي وضع لأجله.

ح . الثبـات .

للتحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار ،طبق الباحث الأداة على عينة استطلاعية بلغ عددها (٤٠) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية من كلا التخصصين العلمي والانساني لضمان التوازن. وبعد مرور (١٥) يوماً أعاد الباحث تطبيق المقياس على نفس العينة، ثم قام باستخراج معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني، وذلك للتأكد من ان المقياس ثابت ومستقر ،وقد أشار الظاهر (١٩٩٩) إلى ان فرق المدة بين التطبيقين الأول والتطبيق الثاني تتراوح ما بين(١٠-٢٠) يوماً (الظاهر وآخرون، ١٩٩٩، ١٤٠-١٤١).

ومن خلال الاعتماد على معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في التطبيق الأول والثاني تبين انه يساوي (٠,٨٢) وهو معامل ذي دلالة جيدة ويدل على ثبات جيد ، اذ أشارت أدبيات القياس والتقويم إلى إن الاختبارات الجيدة يتراوح معامل ثباتها بين (٠,٦٠ , ٠,٨٥) (عودة، ١٩٩٨، ٢٤٠).

طريقة التصحيح (مقياس الصلابة النفسية) .

تتم الإجابة على فقرات مقياس الصلابة النفسية على وفق مفاتيح التصحيح الخماسية لكل واحدة من الإجابات حسب مقياس ليكرت الثلاثي (ينطبق عليّ دائماً ، ينطبق عليّ غالباً ، ينطبق عليّ أحياناً) ، وتُعطى للإجابات الدرجات حسب تسلسلها السابق (١ ، ٢ ، ٣) للفقرات السلبية ، وتعطي الدرجات (١،٢،٣) للفقرات الايجابية ، وبذلك فإن كل درجة عالية يحصل عليها المستجيب على مقياس الصلابة النفسية هي (١١٤) ، وأدنى درجة هي (٣٨) .

٢- مقياس التفكير التأملي :

وصف المقياس : -

لغرض معرفة متغير التفكير التأملي لدى طلبة الجامعة اعتمد الباحث على مقياس (الحديدي، ٢٠٢١) لكونه قد طبق في بيئة عراقية وعلى طلبة الجامعة ويحمل نفس الخصائص السايكومترية لعينة البحث وقد تكون المقياس من (٣٩--٣٤) فقرة ، ويتكون مدرج الإجابة من خمسة بدائل وهي (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً -تنطبق عليّ بدرجة كبيرة -تنطبق عليّ بدرجة متوسطة-تنطبق عليّ بدرجة قليلة-تنطبق عليّ بدرجة قليلة جداً) .وللتصحيح أعطيت (٥) درجة للفقرة التي تقيس التفكير التأملي والتي أجيب عنها تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً. أما إذا أجيب عنها ب تنطبق عليّ بدرجة قليلة جداً فيعطى (١)درجة للفقرات الايجابية والسلبية .

مؤشرات صدق المقياس وثباته :-

الصدق الظاهري للمقياس : (Face Validity)

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس التفكير التأملي من خلال عرض فقرات المقياس المتكون من (٣٩) فقرة على مجموعه من الخبراء المختصين في مجال التربية وعلم النفس لتقدير مدى صلاحية كل فقره من فقرات المقياس ، وبدائل الاستجابة عن هذه الفقرات. وبعد الاطلاع على آراء المحكمين والتعرف على نسبتها المئوية وتحليلها باستخدام مربع كاي لمعرفة الفرق بين اجابات الموافقين من المحكمين وغير الموافقين عند مستوى دلالة (٠.٠٥) تم تعديل بعض الفقرات ولم يتم استبعاد أية فقرة جدول (٦) .

جدول (٦) آراء المحكمين حول صلاحية فقرات التفكير التأملي وتعديلها مع النسب المئوية وقيمة مربع كاي المحسوبة لآرائهم ودلالاتها الإحصائية

ت	أرقام الفقرات	عدد	الموافقون	غير الموافقين	قيمة مربع	مستوى
---	---------------	-----	-----------	---------------	-----------	-------

الدالة ٠.٠٥	كاي	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	الفقرات	
دالة	١٤	-	-	١٠٠	١٤	٣١	١ ، ٢ ، ٣ ، ٧ ، ٩ ، ١٢ ، ١٤ ، ١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢١ ، ٢٢ ، ٢٣ ، ٢٤ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٧ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣٠ ، ٣١ ، ٣٢ ، ٣٣ ، ٣٤ ، ٣٥ ، ٣٦ ، ٣٧ ، ٣٨ ، ٣٩
دالة	٤.٥٩٠	٥٠	٧	٧٨.٥٦	١١	٨	٤ ، ٥ ، ٦ ، ٨ ، ١٠ ، ١١ ، ١٣ ، ٣٣
						٣٩	المجموع

يتضح من جدول (٦) أن المحكمين البالغ عددهم (١٤) محكماً قد اتفقوا على صلاحية (٣١) فقرة أما الفقرات الباقية فقد أقترح بعض المحكمين تعديلها لتكون أكثر ملائمة ووضوح ، وقد أخذ الباحث بهذه المقترحات فقام بتعديلها ، ومن ثم عرضت الفقرات المعدلة على المحكمين فتمت الموافقة عليها وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من (٣٩) فقرة ذات محتوى إيجابي وسلبي

٢- ثبات المقياس : (Scale Reliability)

الثبات الحصول على نفس الدرجة او مقارنة في حال اعدنا المقياس مرة أخرى على نفس العينة. (سمارة، ١٩٨٩: ١٤٣)

وهناك عدة طرق لحساب ثبات مقياس الصلابة النفسية هي :-

طريقة التجزئة النصفية : (Spilt-Half)

طبق الباحث الأداة على (٤٠) طالباً وطالبة. وبعد جمع البيانات وتصحيح الاستمارات، قُسمت الفقرات إلى قسمين؛ الأول يضم الفقرات الفردية (١، ٣، ٥، ...) والثاني يضم الفقرات الزوجية (٢، ٤، ٦، ...). وتم حساب الارتباط بين درجات القسمين باستخدام معامل ارتباط بيرسون، فالنتيجة كانت (٠.٧٤). وبعد تصحيحها بمعادلة سبيرمان براون ارتفع معامل الثبات إلى (٠.٨٥)، وهو يدل على أن المقياس لديه درجة جيدة من الثبات.

رابعاً: : التطبيق النهائي :-

بعد أن اكمل الباحث بناء مقياس الصلابة النفسية والتحقق من الصدق لمقياس التفكير التأملية وثباته قام الباحث بتطبيق المقياسين على العينة البالغة (٣٠٠) طالب جامعي

خامساً : الوسائل الإحصائية :-

في المعالجة الإحصائية للبيانات الواردة في البحث الحال إستخدم الباحث عدة وسائل أحصائية وهي :-

١- مربع كاي لعينة واحدة : استخدم لمعرفة الفروق بين المحكمين الموافقين وغير الموافقين على فقرات مقياسي البحث

٢- الاختبار التائي لحساب القوة التمييزية لفقرات الصلابة المعرفية

٣- معامل ارتباط برسون : وقد إستخدم في استخراج معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية

٤- معادلة سبيرمان - براون (Sperman - Brown) استخدم لتصحيح قيمة معامل ارتباط برسون للثبات المستخرج بطريقة التجزئة النصفية .

٥- الاختبار التائي لمعرفة الفرق بين متوسط درجات العينة النهائية والمتوسط النظري لمقياسي البحث

٦- أستخدم الباحث برنامج SPSS (الحقيبة الإحصائية) لغرض معالجة نتائج البحث الحالي .

الفصل الرابع عرض النتائج

عرض النتائج ومناقشتها:-

في هذا الفصل سيتم عرض النتائج التي توصل إليها الباحث وفقاً للأهداف المرسومة للدراسة الحالية إلى التحقق منها، وتحليل نتائجها التي استحصل عليها الباحث من هذا البحث لمعرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والتفكير التأملية.

الهدف الأول: - التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

طبق الباحث مقياس الصلابة النفسية على العينة البالغة (٣٠٠) طالب وطالبة، فتبين ان الوسط الحسابي للدرجات (٢٦٠.٣١) والانحراف المعياري قد بلغ (١٣.٧٤٠). ولاختبار مستوى الصلابة النفسية، استعمل الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة، وقام بمقارنة الوسط الحسابي للعينة مع الوسط الفرضي البالغ

(٧٦). وتوصل الى أن القيمة التائية المحسوبة (٣٣.٩٩٣) أعلى من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩)، وهذا يدل على أن مستوى الصلابة النفسية لدى العينة عال، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية لدرجات العينة في الصلابة النفسية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى دلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
٣٠٠	٩٦.٣١	١٣.٧٤٠	٧٦	٢٩٩	٣٣.٩٩٣	١.٩٦	دالة

وتشير هذه النتيجة الى أن طلاب الجامعة يتمتعون بمستوى عال في الصلابة النفسية، وتشير النتيجة على ان الطلاب ثقتهم عالية بالنجاح في دراستهم الجامعة، والتي تتضح من خلال قدراتهم الذاتية، وقدرتهم على حل المشكلات، وتمتعهم بمرونة نفسية عالية ، وهذه العوامل تعمل بشكل هام في بناء ذوات الطلبة ومعتقداتهم وتطوير انفسهم، وتمكنهم من القيام بمسؤولياتهم على أتم جهه ، ومن خلال ذلك ان النتيجة التي توصل اليها الباحث كانت تختلف مع دراسة (سيفاشي، ٢٠١٧) ودراسة عبد الفتاح (٢٠١٤) حيث كان مستوى الصلابة النفسية للدراسين هو متدني لكلا الجنسين.

الهدف الثاني:- التعرف على الصلابة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور - إناث).

بينت النتائج أن الوسط الحسابي لعينة الذكور على مقياس الصلابة النفسية بلغ (٨٥.٨٤) وبلغ الانحراف المعياري (١١.٦٠٨)، بينما بلغ الوسط الحسابي لعينة الإناث (٩٨.٢٥) بانحراف معياري (١٤.٠٨٣). للتحقق من دلالة الفروق بين الذكور والاناث، استخدم الباحث اختبار التائي لعينتين مستقلتين، فكانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (٥.١٤٢) وهي أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨). ويتبين من هذه النتائج هنالك فرق ذي دلالة إحصائية لصالح عينة الإناث في مستوى الصلابة النفسية، كما هو موضح في الجدول (٨).

جدول (٨) الفرق بين درجات الطلاب والطالبات في الصلابة النفسية

نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
الطلاب	١٦٢	٨٥.٨٤	١١.٦٠٨	٥.١٣٢	١.٩٦	دالة
الطالبات	١٣٨	٩٨.٢٥	٥.١٤٢			

وعند التوصل الى نتائج الدراسة قد تبين بوجود فرق في الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس (ذكور - إناث) ولصالح الإناث، حيث يرى الباحث من خلال نتائج بحثه أن الطالبات اكثر صلابة نفسية مقارنة بالذكور.

الهدف الثالث:- التعرف على الصلابة النفسية وفق متغير التخصص (علمي - إنساني).

النتائج تبين أن الوسط الحسابي لعينة طلبة التخصص العلمي على مقياس الصلابة النفسية بلغ (٩٥.٥٨) درجة بانحراف معياري قدره (١٢.١٤٥)، بينما بلغ الوسط الحسابي لعينة التخصص الإنساني (٩٤.٢١) درجة بانحراف معياري (١٣.٧٠٠). وبعد تطبيق اختبار التائي لعينتين مستقلتين، كانت القيمة التائية المحسوبة (١.٦٩٠) أقل من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يعني انها غير دالة، مما يشير إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين التخصصين في مستوى الصلابة النفسية دلالة إحصائية وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، فيتبين من ذلك عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية تبعاً لمتغير التخصص (علمي - إنساني) في متغير الصلابة النفسية كما مبين في جدول (٩)

جدول (٩) الفرق بين درجات التخصص العلمي والإنساني على مقياس الصلابة النفسية

التخصص	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
علمي	١٠٣	٩٥.٥٨	١٢.١٤٥	١.٦٩٠	١.٩٦	غير دالة
إنساني	١٩٧	٩٤.٢١	١٣.٧٠٠			

من خلال نتائج الدراسة تبين عدم وجود لفروق ذي دلالة احصائية في الصلابة النفسية تبعاً لمتغير التخصص (علمي - إنساني)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ميسري، ٢٠٠٩) ودراسة عبد الفتاح (٢٠١٤)

الهدف الرابع:- التعرف على مستوى التفكير التألمي لدى طلبة الجامعة.

بعد ان طبق مقياس التفكير التألمي قد بلغ الوسط الحسابي لدرجات الطلبة (١٥٠.٢٨) بانحراف معياري قدره (١٥.٤٦٣)، بينما كان المتوسط الفرضي (١١٧) درجة وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، توصلت النتيجة الى أن القيمة التائية المحسوبة (٥٤.٥٦٠) وهي أكبر من القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩)، مما يبين أن أفراد العينة لديهم مستوى عال من التفكير التألمي، وكما هو موضح في الجدول (١٠).

جدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية

لدرجات (عينة البحث) على مقياس التفكير التألمي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
٣٠٠	١٥٠.٢٨	١٥.٤٦٣	١١٧	٢٩٩	٥٤.٥٦٠	١.٩٦	دالة

ويتبين من خلال النتائج أن العينة الحالية لديها تفكيراً تألمياً فوق المتوسط، ومن أهم العوامل التي يمكن أن تؤثر على التفكير التألمي لدى طلبة الجامعة هي البيئة الصفية او المحاضرة

التعليمية التي تشجع على تنوع طرق التعامل مع المواقف التعليمية بلطف ومواجهتها، والعمل على حلها مشكلاتها مستقبلاً من خلال التفكير بتأمل لتحقيق الأهداف المرجوة، وبحكم الظروف الصعبة التي روضت الطالب ومكنته من التغلب على هذه الصعوبات بنجاح من خلال التفكير بتأمل وتآني، حيث ان هذه النتيجة تتفق مع دراسة (سيفاشي، ٢٠١٧) والتي اكدت على ان التفكير التأملي وحل المشكلات له ارتباط وثيق بأهداف الدراسة

الهدف الخامس:- التعرف على التفكير التأملي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث)

أظهرت النتائج أن متوسط درجات الذكور على مقياس التفكير التأملي كان (١٤٠.٥٨) بانحراف معياري (١٢.٥٢٢)، بينما كان متوسط درجات الإناث (١٤٠.٠٧) بانحراف معياري (١٨.٥٢٠). وقد بلغت القيمة الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، وهذا يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى التفكير التأملي كما مبين في جدول (١١)

جدول (١١) الفرق بين درجات الطلاب والطالبات على التفكير التأملي

نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠.٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
الطلاب	١٦٢	١٤٠.٦٤	١٢.٥٢٢	٠.٩١٢	١.٩٦	غير دالة
الطالبات	١٣٨	١٤٠.٠٧	١٨.٥٢٠			

وقد تبين من نتائج الاختبار الإحصائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير التأملي بين الذكور والإناث، مما يشير إلى أن الجنس لا يعد عاملاً مؤثراً في هذا المتغير، إذ أن (الذكور) لا يختلفون عن (الإناث) في تفكيرهم التأملي. وقد يعزى ذلك إلى زوال الفوارق التقليدية بين الجنسين في مجتمعنا فيما يتعلق بقدراتهم على التفكير التأملي. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (طشوش، ٢٠١٣) ودراسة (سيفاشي، ٢٠١٧).

الهدف السادس: التعرف على التفكير التأملي وفقاً لمتغير التخصص (علمي- إنساني).

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات طلبة التخصص العلمي على مقياس التفكير التأملي بلغ (١٤٠.٧٨) بانحراف معياري قدره (١٣.٢٨٨)، في حين بلغ المتوسط الحسابي لطلبة التخصص الإنساني (١٢٦.٠٧) بانحراف معياري قدره (١٣.٣٨٠). وعند استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١.٣١٢)، وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨). وهذا يشير إلى أن الفروق بين متوسطي المجموعتين غير دالة إحصائياً، مما يدل على عدم وجود فرق بين طلبة التخصصين (العلمي والإنساني) في مستوى التفكير التأملي. وكما مبين في جدول (١٢)

جدول (١٢) الفرق بين درجات التخصص العلمي والإنساني على مقياس التفكير التأملية

نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠.٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
علمي	١٠٣	١٤٠.٧٨	١٣.٢٨٨	١.٣١٢	١.٩٦	غير دالة
إنساني	١٩٧	١٢٦.٠٧	١٤.٣٨٠			

وتفسير النتيجة ان التفكير التأملية لا يتغير بتغير توجه التخصص الدراسي، وقد يكون السبب في ذلك هو أن الطلاب بصورة عامة يتعرضون لمشاكل حياتية متشابهة، فهم جميعاً يتعرضون لمشكلات سياسية ونفسية واقتصادية واجتماعية ودراسية، كونهم من بلد ومشاكل متقاربة الى حد ما، فهناك مؤشر واضح على أن التقارب، والتجانس بينهم في جميع التخصصات العلمية.

الهدف السابع:- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية والتفكير التأملية طلبية الجامعة

تحقيقاً لهذا الهدف استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين الصلابة النفسية والتفكير التأملية، والجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣) معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والتفكير التأملية

المتغير	الدرجة الكلية
الصلابة النفسية	٠.٦٧٨
التفكير التأملية	

قيمة (r) الجدولية = ٠.١١٣ وهذا يدل على أن الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الصلابة النفسية لها علاقة طردية بالتفكير التأملية للطلبة الجامعة وعلى الرغم من تباين مستوى الصلابة النفسية من فرد لآخر، يمكن وصفها سمة ثابتة نسبياً لديه، فالطالب يتعرض للكثير من المواقف الحياتية المختلفة وقد تختلف في شدتها، فيمكن اعتمادها كمعايير للحكم على مدى ثبات الصلابة النفسية.

التوصيات:

1 - تعزيز ثقافة التعبير الحر و تشجيع العاملين على أداء مهامهم بكل فاعلية، وأن تحفزهم على طرح آرائهم ومقترحاتهم دون خوف من العواقب السلبية مثل حرمانهم من الامتيازات، بما يضمن بيئة عمل داعمة ومحفزة.

2 - توسيع دائرة اتخاذ القرار والاشراك مع المدرسين في معالجة مشكلات العمل داخل المدرسة، مع اعتبار أن ذلك جزء من مهامهم وتخصصاتهم، وعدم الاقتصار على قرارات مديري المدارس، خصوصاً في الحالات التي قد يفترق فيها المدير للخبرة، مما يستوجب الحصول على خبرات من الفريق.

المقترحات:

- ١ - تنفيذ دراسة مشابهة على مديري المدارس الثانوية، بهدف اكتشاف مستوى الصلابة، وتحليل علاقاتها بعدد من المتغيرات الأخرى ذات الصلة مثل النمو المعرفي التنظيم الذاتي
- ٢ - إجراء مقارنة بحثية بين مدرّاء مدارس الريف ومدرّاء مدارس المدينة، للكشف عن الفروقات في مستوى الصلابة النفسية وتأثير البيئة التعليمية على هذا الجانب.

المصادر

- ١- أبو جادو، محمد صالح علي، ١٩٩٨، علم النفس التربوي ،الأردن ،دار المسيرة للنشر والتوزيع ،الأردن.
- ٢- البحيري ، محمد رزق (٢٠١١). تباين الصمود النفسي بتباين بعض المتغيرات لدى عينة من الايتام ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، مجلد ٢١، العدد ٦٩.
- ٣- البحيري، السيد (٢٠٠١)، أساليب التفكير في الرياضيات، ط١، الرياض، السعودية.
- ٤- جخراب ،محمد عرفات ٢٠٠٢،التقويم اللغوي :طرقه ومعايره في المدرسة الجزائرية،السنة الخامسة من منهج تعليم اللغة العربية :١٣ (مطبوعة جزء من نشرة تعليمية).
- ٥- جخراب محمد عرفات وعلي حراث(٢٠٢٠) رسالة دكتوراه منشورة،الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة ماستر قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا بجامعة عمار ثليجي،جامعة قاصدي ،الجزائر.
- ٦- جيروان، فتحي عبد الرحمن (٢٠١٠)، تعليم التفكير ومفاهيم وتطبيقات، ط٥، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ٧- الحديدي،حميد صالح احمد محمد، (٢٠٢١)المخططات الذاتية وعلاقتها بالتفكير التأملي والبداع الانفعالي لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه ، كلية التربية للعلوم الإنسانية ،قسم العلوم التربوية والنفسية، جامعة تكريت ،العراق.
- ٨- الزبيري، شريفة (٢٠١٤)، فاعلية استخدام حافظة "عينات عمل المعلم" في تنمية التفكير التأملي لدى الطالبات بقسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد الثالث، العدد (١٢)، كانون الاول.
- ٩- الزغلول، عماد عبد الرحيم (٢٠٠٢)، مبادئ علم النفس التربوي، ط٢، دار الكتاب الجامعي، العين، الامارات العربية المتحدة.
- ١٠- سمارة، عزيز وآخرون (١٩٨٩)، مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط٢، دار الفكر، عمان، الأردن.

- ١١- صالح ، اكرم محمد (٢٠٢٢) اثر برنامج تعليمي قائم على مهارات التفكير التأملية في تنمية مهارات ماوراء المعرفة لدى طلبة المرحلة الثانوية ،مجلة كلية التربية ،جامعة الازهر ،مجلد ٤١، عدد ٢٠٢ /ص ٢١١-٢٦٠.
- ١٢- صبحي ٢٠٠٣ الصحة النفسية للإنسان. مصر: الدار اللبنانية مصر.
- ١٣- طشطوش، رامي عبد الله & الترجمي، سليمان (٢٠١٣). "التفكير التأملية والتعلم المنظم ذاتياً والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة طيبة".
- ١٤- الظاهر، زكريا محمد وآخرون (١٩٩٩)، مبادئ القياس والتقويم في التربية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ١٥- عاشور، باسل محمد عبدالله (٢٠١٧) . الصمود النفسي وعلاقته و بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قصاب غزة، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية . الجامعة الاسلامية في غزة ، فلسطين .
- ١٦- عباس ، مدحت (٢٠١٠) . الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك، العدوانية لدى معلمي المرحلة الإعدادية ، مجلة كلية التربية، مجلد ٢٦ .
- ١٧- عبد السميع، ورد محمد مختار (٢٠١٤) . الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة والأداء الأكاديمي لدى الطالبة الجامعية ،رسالة ماجستير ،جامعة عين شمس، مصر .
- ١٨- عبد الفتاح، فاتن فاروق & شيري مسعد حليم ٢٠١٤، الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالحكمة وفاعليات الذات، مجلة كلية التربية بور سعيد، العدد ١٥، الجزء ١ .
- ١٩- عبد القادر، بشير محمود (٢٠١٧)، مهارات التفكير التأملية لدى تلاميذ الصف التاسع الأساسي في مدينة حمص، (رسالة ماجستير)، مجلة جامعة البعث، المجلد (٣٩)، العدد (٣)، كلية التربية، جامعة البعث، ص ١١-٤٢.
- ٢٠- العمالي، جيهان احمد (٢٠٠٩)، أثر استخدام طريقة لعب الأدوار في تدريس القراءة على تنمية التفكير التأملية لدى طلبة الصف الثالث الأساسي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.
- ٢١- عودة، احمد سليمان (١٩٩٨)، القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط٢، دار الأمل للنشر والتوزيع، جامعة عمان، الأردن.
- ٢٢- مكاي، صالح فؤاد محمد (٢٠١٢) . الطاقة النفسية الفعالة وعلاقتها بمعنى الحياة لدى الشباب الجامعي المشاركين في ثورة (٢٥) يناير ، مجلة دراسات تربوية ونفسية ، العدد (٧٦) يوليو ، مصر .
- ٢٣- النبهان، موسى (٢٠٠٤) . أساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .

- 24-Arshad,m,&naz,t.(2024). thinking reflectively: insights from academic leaders in higher education .journal of Asin development studies ,13(4) retrieved from.
- 25-Tara, X., & Ahsan, Y. (2025). Cognitive hardiness in the workplace: A systematic review and call for future research Management Review Quarterly.
- 26-Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37(1), 1-11.
- 27-Quang, N. N. (2022). Post-lesson affordance-based reflective discussion in ELT classes. TESOL Journal.
- 28-Sivaci, S (2017) The relationship between reflective thinking tendencies and social problem solving abilities of pre-service teachers, Ahi evran university, journal of education and training studies, vol 5 , no 11 , p21-31 , Turkey .
- 29-Tara, X., & Ahsan, Y,2025 Quang, affordance-based reflective discussion in ELT classes TESOL Journal.
- 30-Al-Nasiri, Hadla Yahya, Psychological Flexibility and Its Relationship to Assertive Behavior among University Students, Tikrit University Journal for Humanities, Volume (29), Issue (10), 299, 2022.