تقدير الذات وعلاقته بالصلابة النفسية لدى رجال الإطفاء في مدينة حمص

طالبة الماجستير: هبه الحسن كلية التربية – جامعة البعث

اشراف الدكتور: عمار الناعمة

الملخص

هدف البحث الحالي التعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والصلابة النفسية لدى رجال الإطفاء في مدينة حمص، والكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث من رجال الإطفاء على مقياس تقدير الذات ومقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية (الالتزام، التحكم، التحدي) تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي)، لذا اتبع البحث المنهج الوصفي من خلال تطبيق مقياس تقدير الذات ومقياس الصلابة النفسية على عينة عشوائية مكونة من (94) فرداً من رجال الإطفاء السائقين والجنود في مدينة حمص.

وأظهرت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية ككل وأبعاده الفرعية (الالتزام، التحكم، التحدي)، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل وكانت الفروق لصالح العامل كجندي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات على مقياس الصلابة النفسية ككل وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير طبيعة العمل(سائق، جندي).

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات، الصلابة النفسية، رجال الإطفاء في مدينة حمص.

Research title: Self-esteem and its relationship to psychological hardiness among firefighters in the city of Homs

Abstract

The objective of the current research is to identify the nature of the relationship between self-esteem and psychological hardness among firefighters in the city of Homs, and to reveal the significance of the differences between the mean scores of the research sample of firefighters on the self-esteem scale and the psychological hardness scale and its sub-dimensions (commitment, control, challenge) according to the variable The nature of the work (driver, soldier), so the research followed the descriptive approach by applying the self-esteem scale and the psychological hardness scale on a random sample of (94) firefighters, drivers and soldiers in the city of Homs.

The results of the research showed that there is a direct and statistically significant correlation at the level of significance (0.05) between the scores of the research sample on the self-esteem scale and their scores on the psychological hardness scale as a whole and its sub-dimensions (commitment, control, challenge), and the results also found significant differences. Statistically significant at the level of (0.05) between the mean scores of the research sample on the self-esteem scale according to the variable of the nature of work, and the differences were in favor of the worker as a soldier, and there were no statistically significant differences between the averages on the psychological hardness scale as a whole and its sub-dimensions according to the variable of the nature of work (driver, soldier).

Keywords: self-esteem, psychological toughness, firefighters

المقدمة:

يعيش الإنسان في عالم متغير وبذلك هو بحاجة للتغيير في مجالات الحياة، فالتطور العلمي والتغيرات المعرفية التي يشهدها العالم تجعل الأمم تتسابق فيما بينها لتحتل مركزاً مرموقاً وذلك كله يحتاج للصحة العامة الشاملة، حيث إنه لا يمكن التواصل مع العلم إلا بوجود الأفراد بمناخ صحي غير مضطرب، فقد انعكس أثر التطور العلمي على حياة الإنسان بشكل عام وفي مجال العمل بشكل خاص، ويلاحظ أن ضغوط الحياة قد ازدادت وهذا يتطلب من الإنسان التعايش والتكيف معها، وتحقيق الصحة النفسية.

وينبع الاهتمام بالصحة النفسية من شيوع وتوافر الأدلة التي تشير بوضوح إلى العلاقة الوثيقة بين الصحة النفسية والجسدية من جهة، وتأثير الصحة النفسية على إنتاجية الفرد بالعمل المهني أو الدراسي، وعلى سوية علاقاته الاجتماعية مع من حوله (بلان وآخرون، 2006، 18).

وقد بدأ مصطلح تقدير الذات يظهر في أواخر الخمسينات واحتل مكانة في كتابات الباحثين والعلماء، ويعد تقدير الذات من العوامل الأساسية التي تساهم في إدراك الفرد لذاته بصورة إيجابية أو سلبية، فتقدير الذات الإيجابي يعد من الدلائل على الصحة النفسية والتوافق الجيد للفرد فكلاهما يتطلب شخصية قادرة على مواجهة الصعوبات وعلى التواؤم بين حاجاتها، ربما سيؤدي ذلك إلى ضرر جسيم في بناء الشخص الأمر الذي يدعونا إلى معرفة تلك المتطلبات كونها إيجابية لتعزيزها وتقويمها أو السلبية للحد من أثارها (عبد الرؤوف، 2018، 112_113).

وإن مفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، وقد أشار إليها العديد من العلماء في علم النفس، أمثال "ماسلو" Maslow إذ صمم سلم الحاجات، وتقع الحاجة لتقدير الذات وتحقيقها في أعلاه (لقوقي، 2016، 49).

وإن العاملين والمهنيين العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والصحية ومنهم منتسبي المديرية العامة للدفاع المدني وبكافة تشكيلاتها ووحداتها المختلفة كالإسعاف، والإطفاء والإنقاذ يواجهون العديد من المشكلات والآثار النفسية الناتجة عن طبيعة عملهم، وما تحويه من مخاطر وصدمات وأزمات وضغوطات وكوارث مختلفة، وفي ذات الوقت فإن هذه المهن تتطلب الكثير من ساعات العمل ومجهود نفسي ومهني، مما يجعل

العاملين يعانون من الضغط النفسي (Wallace and Lee, 2015, 111_122). وبالعودة لجوهر علم النفس الوجودي وحديثه عن مفهوم الصلابة النفسية وإيمانه بقدرة الفرد على إيجاد الهدف من حياته، ويتجلى هذا المفهوم من خلال مظاهر الشخصية وأساليب معايشتها للواقع، والتي تلعب دوراً وسيطاً بين الضغط والصحة إذ أنها تحدد الطريقة التي يدرك ويفسر من خلالها الفرد الحدث الضاغط على أنه فرصة للنمو والتطور، كما أنها تعتبر القدرة على فهم الطرق الخارجية واتخاذ القرار المرغوب فيه كما تعد من أهم متغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات (نصر وبو عكاز، 2021، 1).

وأيضاً نجد الصلابة النفسية من بين المفاهيم الحديثة التي جذبت اهتمام الباحثين لها خاصة بعد تطور مجالات علم النفس وظهور علم النفس الإيجابي والذي يهتم بالخصائص التي تسهم في مقاومة الاضطرابات الناجمة عن الأحداث الشاقة والصادمة، فالصلابة النفسية تعد من السمات الشخصية التي تعمل على التخفيف من حدة الضغط والخروج منه بأقل ضرر، كما أكدت كوبازا Kobasa على أن الصلابة النفسية مفيدة لمقاومة الضغوط والإنهاك النفسي، حيث أنها تعدل من إدراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل أثراً، فتكسب الفرد قدراً من المرونة وتقديراً لذاته، فالصلابة النفسية تزيد من قدرات الفرد على مواجهة الضغوط المختلفة وزيادة مستوى تقدير الذات لديه، حيث يعتبر تقدير الذات من الأبعاد الهامة في حياة الأفراد حيث يعبر عن اعتزازهم بأنفسهم وثقتهم بها (Kobasa, 1983, 94).

وبناءاً على ما تقدم فإن لتقدير الذات والصلابة النفسية أهمية واضحة في حياة الفرد لدورهما في تعديل سلوكيات الأفراد وتنمية شخصيتهم وتقديرها مما ينعكس على كافة نواحي الحياة.

مشكلة البحث

يعتبر مجال العمل أرض خصبة للتعرض للضغوط سواء داخل العمل أو بالعلاقات مع الرؤساء أو مسؤوليات العمل ذاته أو ظروف العمل، وإن ازدياد هذه الضغوط لها تأثير على صحة الأفراد النفسية والجسمية، والتوافق في بيئة العمل وخارجها (النادي، 2019، 113_114). وإن أساليب التعامل والتكيف مع ضغوط العمل تشير

إلـى الجهـود المعرفيـة والسـلوكية التـي يبـذلها الفـرد للتخفيـف والسـيطرة وإدارة المطالـب الداخلية والخارجية التي تنشأ في أثناء تفاعله مع بيئة العمل (مريم، 2007، 147).

وإن شعور الأفراد بتقدير الذات يجعلهم يعتقدون أنهم ذو قيمة وجديرون بالاحترام ويثقون بصحة ما يفكرون به ويشعرون بالقوة والنجاح وعدم الاستسلام للضغوط أو الانقياد للقلق، وقد اعتبر كفافي تقدير الذات أنه مكون تقييمي يشمل المشاعر الإيجابية أو السلبية عن الذات وأنه مصدر لتطوير الإمكانات الإيجابية كالتحصيل الأكاديمي وتقبل الأقران والكفاءة الاجتماعية ونجاح الفرد وسعادته، وأيضاً له دور دفاعي يحمي الفرد من عواقب التعرض للقلق (ورد في جابر وآخرون، 2013، 2).

من جهة أخرى نجد أن رضوان أشار إلى أن كل فرد يكتسب عبر تطوره ونموه وتأثره بالمؤثرات الداخلية والخارجية نمطاً خاصاً به في تعامله مع عوامل الإرهاق والضغط والعوامل المؤثرة بشكل سلبي على صحته النفسية والتي تنتج من تعرضه لمواقف غير سارة في حياته اليومية، وأما قدرة الفرد في التعامل مع هذه العوامل المهددة لسلامته النفسية تتعلق بسماته الشخصية وخصائصه النفسية كتقدير الذات ومركز الضبط وعزو الأسباب وتفسيرها واتجاهاته نحوها (رضوان، 2009، 56).

وهناك بعض الباحثين الذين تحدثوا عن مجموعة من العوامل التي تحدد الأساليب والاستراتيجيات المستخدمة في مواجهة الأحداث الضاغطة، منها صفات وخصائص الفرد الشخصية، فالأفراد الذين لديهم خصائص ايجابية كتقدير الذات المرتفع والثقة بالنفس وفاعلية الذات والصلابة النفسية، يكونون أقدر على اجتياز الضغوط، بينما الأشخاص الذين لديهم خصائص شخصية سلبية يكونون أقل قدرة على المواجهة (بسيوني وجبريل، 2011، 47).

كما رأى فهمي أن فكرة الإنسان عن نفسه من أهم العوامل المؤثرة في سلوكه فإذا كانت الفكرة حسنة مشوبة بالرضا فإن ذلك يدفعه للعمل والتوافق مع أفراد المجتمع، كما يدفعه للنجاح حسب قدرته، لذا يعد تقدير الذات من العوامل الأساسية في النجاح والتغلب على المشاكل والمواقف الضاغطة (فهمي، 1995، 38).

ونظراً للأحداث والمواقف غير المألوفة التي يعيشها الإنسان فهو يسعى بحكم الطبع والفطرة إلى حماية نفسه وممتلكاته بحثاً عن الأمان من الأخطار، حيث تعتبر هيئة

الدفاع المدني جهازاً له دور في مواجهة مختلف المخاطر ويكون أيضاً هو عرضة لها أي من الممكن أن تتجسد آثارها على الصعيد النفسي أو الجسدي، فهم معرضون لمشاهدة مواقف عنيفة ومؤلمة وصادمة، حيث أبدت أدبيات علم النفس اهتماماً بدراسة الصلابة النفسية وتأثيرها على حياة الأفراد، وإن الصلابة النفسية لا تعني شعور الفرد بالعجز النفسي واعتماده كمبرر يساعده على الهروب من مواجهة التهديدات والضغوط الخارجية، بل تعني إصراره وتحديه للعمل على ايجاد الحلول وتجاوز الضغوط (السامرائي، 1988، 141). وفيما يتعلق بعلاقة تقدير الذات والصلابة النفسية فقد أشار Kenneth et al 1989 أن الشخصية الصلبة تمتلك أسلوب تعبير ايجابي عن الذات في مواقف الضغط العالية أكثر من الأفراد ذوي الصلابة المنخفضة، كما توضح أن الصلابة النفسية تعود إلى التجارب وتقدير الذات والقدرة على التحكم في الأنشطة واستغلال الفرص، وتهيئة الظروف اللازمة لتلبية الاحتياجات الشخصية وتحقيق الأهداف (Kenneth et al, 1989, 263). وقد أجريت العديد من الدراسات السابقة كدراسة بن سالم ولحسن (2007) هدفت للتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى أعوان تدخل الحماية المدنية وتوصلت لوجود فروق في الصلابة تبعاً لمتغير سنوات الخدمة والخبرة مما يدل على تأثير الضغط والمخاطر النفسية وانعكاسها على الحالة النفسية والصحية لأفراد الحماية المدنية، ودراسة غالياني Chalyanee (2016) للتعرف على العلاقة بين تقدير الذات والصلابة النفسية لدى عينة من المفحوصين تتراوح أعمارهم بين 18–35 عام وقد تبين وجود علاقة موجبة بين تقدير الذات والصلابة النفسية، وجاءت دراسة تهماسبي Tahmasbi (2020) هدفت للتعرف على العلاقة بين الإرهاق الوظيفي والصحة النفسية مع دور وسيط للصلابة النفسية وتقدير الذات على عمال شركة الغاز في مقاطعة خوزستان وتوصلت الدراسة لوجود علاقة سلبية بين المتغيرين مع وجود دور فعال للصلابة النفسية وتقدير الذات في تعديل هذه العلاقة وتحسين الحالة الصحية والنفسية للعمال.

وفي ضوء ما سبق تتحدد مشكلة البحث في دراسة العلاقة بين تقدير الذات والصلابة النفسية لدى رجال الإطفاء، لما لها من أهمية في حياتهم العملية والمهنية واستناداً إلى ذلك يمكن تحديد المشكلة في السؤال الآتي:

ما طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والصلابة النفسية لدى رجال الإطفاء في مدينة حمص؟

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث من خلال النقاط الآتية:

1- تناول موضوع تقدير الذات لدى رجال الإطفاء لما له من أهمية في الحفاظ على مظاهر صحتهم النفسية ورفع كفاءتهم المهنية.

2- تناول موضوع الصلابة النفسية وأهميته في منح الفرد القدرة على تحمل الضغوط المهنية التي تواجهه مما يعني تقديم المساعدة على أكمل وجه.

3- إلقاء الضوء على أهمية دراسة العلاقة بين تقدير الذات والصلابة النفسية لدى رجال الإطفاء وما ينتج عنها من أمور تساهم في تنمية أو هدم البناء النفسي لهم.

4- من خلال نتائج البحث قد تفيد الأخصائيين النفسيين في بناء برامج لتعزيز تقدير الذات والصلابة النفسية لدى رجال الإطفاء بصفة خاصة والعاملين في المجتمع بصفة عامة.

أهداف البحث:

1-تعرف العلاقة بين تقدير الذات والصلابة النفسية لدى أفراد عينة البحث من رجال الإطفاء في مدينة حمص.

2-تعرف الفروق في تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي).

3-تعرف الفروق في الصلابة النفسية وأبعادها الفرعية (الالتزام، التحكم، التحدي) تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي).

فرضيات البحث:

1-لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات تبعاً لمتغير لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي).

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي).

حدود البحث:

- **الحدود البشرية:** رجال الإطفاء العاملين كسائقين وجنود في مدينة حمص.
- **الحدود الزمانية:** تمَّ تطبيق البحث في العام 2022.
- **الحدود المكانية:** مدينة حمص.
- **الحدود الموضوعية:** تقدير الذات، الصلابة النفسية، رجال الإطفاء في مدينة حمص.

المصطلحات والتعريفات الإجرائية:

تقدير الذات Self-esteem: عرفه زيلر ziller 1969: بأنه مجموع المدركات التي يكونها الفرد عن قيمته الذاتية وهذه المدركات تكون مرتبطة ومتأثرة بمدركات وردود أفعال الأشخاص الآخرين الذين لهم مكانة معينة لدى الفرد، ففي الإطار الاجتماعي يعتبر تقدير الذات كنتيجة للمقارنة التي يقيمها الفرد بين ذاته وأشخاص آخرين لديهم مكانة معينة بالنسبة له (ورد في الأزرق، 2000، 118).

ويعرف إجرائياً: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس تقدير الذات المستخدم في البحث.

الصلابة النفسية Psychological hardiness: هي سمة من سمات الفرد تتمثل باعتقاده في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة لكي يدرك

بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ويفسرها بواقعية وموضوعية ويتعايش معها على نحو ايجابي وتتضمن ثلاثة أبعاد" الالتزام_ التحكم_ التحدي" (Kobasa, 1979, 2).

ويعرف إجرائياً: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصلابة النفسية المستخدم في البحث.

الإطار النظري:

أولاً. تقدير الذات:

يعتبر مفهوم تقدير الذات من المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان، وقد شاع استخدامه في كتب علم النفس والاجتماع، وقد كتب الكثير عن أهمية تقدير الذات فيعد أحد الأبعاد الهامة للشخصية، بل ويعده العلماء من أكثر تلك الأبعاد أهميةً وتأثيراً في السلوك فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بوجه عام، دون أن نشمل ضمن متغيراتنا الوسيطة مفهوم تقدير الذات، حيث يرى البورت Alport أن تقدير الذات يدخل في كل السمات والجوانب الوجدانية للفرد، كما يشير جيرجن Gergan إلى أن تقييم أو تقدير الفرد لذاته يلعب دوراً أساسياً في تحديد سلوكه (مجلي، 2013، 66_67).

وقد بدأ مصطلح تقدير الذات يظهر في أواخر الخمسينات واحتل مكانة في كتابات الباحثين والعلماء، ويعد تقدير الذات من العوامل الأساسية التي تساهم في إدراك الفرد لذاته بصورة إيجابية أو سلبية، فتقدير الذات الإيجابي يعد من الدلائل على الصحة النفسية والتوافق الجيد للفرد فكلاهما يتطلب شخصية قادرة على مواجهة الصعوبات وعلى التواؤم بين حاجاتها، ربما سيؤدي ذلك إلى ضرر جسيم في بناء الشخص الأمر الذي يدعونا إلى معرفة تلك المتطلبات كونها إيجابية لتعزيزها وتقويمها أو السلبية للحد من أثارها(عبد الرؤوف، 2018، 112_113).

تعريفات تقدير الذات :

عرفه زيلر ziller : "بأنه مجموع المدركات التي يكونها الفرد عن قيمته الذاتية وهذه المدركات تكون مرتبطة ومتأثرة بمدركات وردود أفعال الأشخاص الآخرين الذين لهم مكانة معينة لدى الفرد، ففي الإطار الاجتماعي يعتبر تقدير الذات كنتيجة للمقارنة التي

يقيمها الفرد بين ذاته وأشخاص آخرين لديهم مكانة معينة بالنسبة له" (ورد في الأزرق، 2000، 118).

ترى سليم "تقدير الذات بأنه الميل إلى النظر إلى الذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة، كما أنه مجموع المشاعر التي يكونها الفرد عن ذاته بما ذلك الشعور باحترام الذات وجدارتها، وتستند هذه المشاعر إلى الاقتناع بأن الذات جديرة بالمحبة وجديرة بالأهمية" (سليم، 2003، 23).

يعرفه كوبر سميث Cooper Smith : "أنه الحكم الصادر عن جدارة الشخص والذي يعتقده الفرد تجاه نفسه ويعبر عنه في المواقف المختلفة" (ورد في عبد الرؤوف، 2018، 101).

كما يعرفه كامل في معجم علم النفس بأنه نظرة الفرد واتجاهاته نحو ذاته ومدى تقديره هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسري والمهني والجنسي وبقية الأدوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع وتشكل توظيفاً وتعديلاً أو انحرافاً في علاقة الفرد بذاته (طه، 1989، 138).

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

1-نظرية روزنبرغ Rosenberg:

لقد حاول روزنبرغ دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وسلوكه بناءً على معايير المجتمع المحيط بالفرد، وكان اهتمام روزنبرغ بشكل خاص بتقييم المراهقين لذواتهم، ووسع دائرة اهتمامه بعد ذلك لتشمل ديناميات تطور الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة. وقد أهتم أيضاً في دور الأسرة في تقدير الفرد لذاته، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات المتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد، واهتم أيضاً بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات بالنسبة لتقدير الذات، كتلك التي بين المراهقين الزنوج والمراهقين البيض، والتغيرات التي تحدث لتقدير الذات خلال مراحل العمر المختلفة.

وقد استخدم روزنبرغ منهج يعتمد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك. واعتبر روزنبرغ أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، واقترح فكرة أن يكون الفرد اتجاهاً نحو كل الموضوعات التي

يتعامل معها، وإن الذات هي إحدى هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاهاً لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى.

ولكن فيما بعد صرح روزنبرغ بأن الفرد يكون اتجاهاً نحو ذاته ربما يختلف ولو بشكل كمي عن اتجاهاته نحو موضوعات أخرى (ابو جادو، 2002، 153-154).

2-نظرية كوبر سميث Cooper Smith:

ركز سميث في دراسته لتقدير الذات عند أطفال مرحلة التعليم الأساسي، وبخلاف روزنبرغ لم يربط سميث أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر أو أكثر شمولاً، ولكنه وصف تقدير الذات بأنه مفهوم متعدد الجوانب، ولذا فإننا يجب ألا ننغلق داخل منهج واحد أو مدخل معين لدراسته، بل علينا الاستفادة من كافة المداخل لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم، وقد أكد سميث بشدة على أهمية تجنب وضع فروض غير ضرورية.

وإذا كان تقدير الذات عند روزنبرغ أحادي البعد، بمعنى أنه اتجاه نحو موضوع نوعي، فإنه عند سميث ظاهرة أكثر تعقيداً لأنها تتضمن عمليات تقييم الذات، كما تتضمن ردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند كوبر سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه بشكل دقيق.

ويميز كوبر سميث بين نوعين من تقدير الذات:

- التقدير الحقيقي: ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوي قيمة.
- التقدير الدفاعي: يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين.

وقد ركز سميث على خصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات، وقد افترض أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي:

النجاحات _ القيم _ الطموحات _ الدفاعات.

ويذهب كوبر سميث إلى انه على الرغم من عدم قدرتنا على تحديد أنماط أسرية مميزة بين أصحاب الدرجات العالية وأصحاب الدرجات المنخفضة في تقدير الذات عند الأطفال، فإنه هناك ثلاث حالات رعاية والدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي:

- تقبل الأطفال من جانب الآباء.
- تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء.
- احترام مبادرة الأطفال وحريتهم في التعبير من جانب الآباء (أبو مغلي وآخرون، 2002، 110-111).

وفي دراسة أجراها على (1700) تلميذ من المرحلة الابتدائية استطاع من خلالها أن يبين مستويات تقدير الذات على النحو الآتي:

- المستوى الأول: تقدير الذات المرتفع: في هذا المستوى يعتبر الأطفال أنفسهم على درجة كبيرة من الأهمية، ويتصفون بالتحدي ومواجهة الصعوبات، ويميلون إلى التصرف بطريقة تحقق لهم التقدير الإيجابي من قبل الآخرين ويمتلكون الثقة في مداركهم.
- المستوى الثاني: تقدير الذات المنخفض: إن الأطفال في هذا المستوى يعتبرون أنفسهم غير مقبولين من قبل الآخرين ولا يحظون بالحب منهم، ولا يرغبون في القيام بأعمال كثيرة، بينما لا يستطيعون تحقيق ذاتهم لأنهم يرون أنفسهم في صورة أقل مقارنة بالآخرين.
- المستوى الثالث: تقدير الذات المتوسط: يقع هذا المستوى بين المستويين السابقين، حيث أن الأطفال في هذا المستوى يتصفون بصفات تقع موقعاً وسطاً بين تقدير الذات المرتفع والمنخفض (عبد العال، 2007، 136-137).

3-نظرية زيلر Ziller:

نالت أعمال زيلر شهرة أقل من سابقتيها ودرجة أقل من الشيوع والانتشار، ولكنها في ذات الوقت أشد خصوصية وأكثر تحديداً. فإن تقدير الذات عند زيلر هو البناء الاجتماعي للذات، ويرى زيلر تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد

أن تقييم الذات في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي، وقد وصف تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويلعب دور المتغير الوسيط، أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي.

ولذلك فإن حدوث تغيرات في البيئة الاجتماعية للشخص فإن تقدير الذات هو العامل المحدد لنوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته لاحقاً.

ومفهوم تقدير الذات عند زيلر يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد للاستجابة لمختلف المثيرات التي يتعرض لها، ولذلك قد افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل، تحظى بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه (أبو جادو، 2002، 155-156).

أبعاد تقدير الذات:

إن مفهوم الذات مفهوم نفسي مركب دينامي يتميز بالصيرورة وعدم الثبات وهو مفهوم متعدد الأبعاد يعكس تصورات الفرد الشاملة عن ذاته، وتشمل النواحي الإيجابية والسلبية وهو يتضمن ثلاثة أبعاد أساسية هي كالتالي:

1- البعد المعرفي: وما ينتج عنه تعرف الفرد على أهم الصفات والقدرات التي يتميز بها الفرد عن غيره وقدرته على وصفها.

2- البعد الوجداني: وهو يعكس قبول أو رفض الفرد لهذه الصفات أو القدرات.

3- البعد التقييمي: وهو العمل الختامي الذي يقوم فيه الفرد بإصدار الأحكام عن ذاته من ناحية كفاءتها وجدارتها.

وتتفاعل هذه المستويات فيما بينها لتعكس ارتفاع أو تدني تقدير الفرد لذاته، غير أنها تتشكل من خلال الخبرات المبكرة التي تتكون لدى الفرد فإذا كانت هذه الخبرات معيبة أو بها قصور، فسيصبح تقدير الذات مستهدف من العديد من الاضطرابات النفسية (عبد الرؤوف، 2018، 103-104).

ثانياً. الصلابة النفسية:

بعد تحول اهتمام الباحثين من دراسة الضغوط وعلاقتها بالمرض والاضطراب النفسي الناتج عن الأحداث الضاغطة، إلى أن بعض الأفراد يتجاوزون المواقف الشاقة بسهولة وبأعراض أقل حدة وبالإضافة للمحافظة على توازنهم النفسي وصحتهم النفسية،

فقد تحول مسار البحث للتركيز على متغيرات المقاومة وقد جاء على يد عدة باحثين منهم كوبازا Kobasa وجارمزي Garmezy وروتر Rutter (مخيمر، 2002، 9).

لهذا كانت الصلابة النفسية كعامل هام من عوامل الشخصية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والمحافظة على السلوكيات الصحيحة(عبد الصمد، 2002، 235). وبذلك فإن الأشخاص الذين يتسمون بالصلابة النفسية لديهم القدرة على التحكم والالتزام تجاه القيم والأخلاق، ولديهم القدرة على التحدي واعتبار التغير ليس تهديد بل هو اختبار لقوتهم (مخيمر، 2002، 12).

وقد أشار عمور وآخرون (2013) في أبحاثهم إلى أن علماء النفس اجمعوا على أن الصلابة مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث أن الأفراد يتقبلون التغيرات والضغوط التي يتعرضوا لها ويعتبرونها نوع من التحدي فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضها وتعود عليه بالفائدة (عمور وآخرون، 2013، 164).

تعريفات الصلابة النفسية:

عرفت كوبازا Kobasa الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاده أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة إدراكاً غير مشوهاً، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام والتحكم والتحدي (Kobasa, 1979, 2).

عرفها مخيمر (1996، 284) أنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بقدرته على التحكم فيما يلقاه من أحداث، وتحمل مسؤولية ما يتعرض له، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً وإعاقة له.

وعرفها دخان والحجار (2006) بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (دخان والحجار، 2006، 373).

واعتبرت شيلي تايلور Shelley Taylor 2008 الصلابة النفسية خاصية يتسم بها الفرد من مظاهرها الشعور بالالتزام والإيمان بالقدرة على ضبط الذات والاستعداد لمواجهة التحدي ويعتقد بأن هذه السمة تشكل مصدراً مفيداً في التعامل مع الأحداث الضاغطة.

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

1-نظرية كوبازا Kobasa:

تعتبر كوبازا أول من عرف مفهوم الصلابة النفسية انطلاقاً من عدة دراسات وأبحاث هدفت للتعرف على سبب تميز الأفراد بالقدرة على مقاومة الضغوط والتكيف معها، فقد بنت فكرة الفلسفة الوجودية في نظريتها بحيث تمحورت حول القدرة على ايجاد معنى للحياة أو الهدف الذي يعيش لأجله الإنسان كي لا تفقد حياته معناها (بلوم وحنصالي، 2013، 278). كما تأثرت كوبازا بعلماء النفس الإنسانيين مثل روجرز Rogers وماسلو Maslow اللذان أكدا على أن هناك بعض الأشخاص الذين يستطيعون تحقيق ذواتهم، وإمكاناتهم في مواجهة الضغوط التي تعترضهم، وبالتالي فإن مجال الدراسة يجب أن يركز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس المرضى (مخيمر، 2002، 5).

وقد تأثرت كوبازا بنموذج لازروس Lazarus 1966 للتقييم المعرفي الذي يعد أهم النماذج الذي اعتمدت عليها هذه النظرية، كما تأثرت أيضاً بأعمال فرانكل Frankl التي أشار فيها إلى أن وجود معنى أو هدف في الحياة يجعل الفرد يتحمل الإحباطات ويتقبلها، وهذا يعتمد بالدرجة الأولى على قدرة الفرد على استغلال إمكانياته الشخصية والاجتماعية بصورة فعالة وجيدة (Maddi, 2007, 61).

ومن خلال الأبحاث التي قدمتها كوبازا Kobasa عن الصلابة النفسية بكونها متغير في الشخصية يخفف العلاقة بين التوتر والضغط، وتقاوم الإجهاد والضغوط، وقد توصلت إلى أنه هناك نوع من الأشخاص يعتقدون أن لديهم السيطرة على الأحداث في حياتهم، ويواجهون التغيير بطريقة ايجابية وتحوي نوع من التحدي وليس بطريقة سلبية أو بتهديد (Cooper, 2005, 194).

قامت كوبازا بطرح افتراض اساسي لنظريتها والذي يقول بأن التعرض لأحداث الحياة الضاغطة يعد أمراً ضرورياً بل حتمياً من أجل ارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي

والاجتماعي وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تزداد عند تعرضه لهذه الأحداث ومن أبرز هذه المصادر هي الصلابة النفسية (Kobasa, 1979, 1).

2-نظرية فنك Funk:

تعد نظرية فنك Funk 1992 صورة معدلة لنظرية كوبازا، فقد تناول فنك الصلابة النفسية والصحة العقلية، فقد كانت دراسته تركز على معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراكات المعرفية في ضوء التعايش مع الأحداث الضاغطة والمواقف الشاقة وقد توصل لوجود علاقة ارتباطية بينهما، وفي نهاية أبحاثه ظهر أن عينة الأفراد ذوي الصلابة النفسية أكثر مقاومة للأحداث والمواقف الضاغطة وأكثر قدرة وفعالية، في حين أن الأفراد الأقل صلابة نفسية كانوا أكثر عجزاً وضعفاً في مقاومة الأحداث والمشاكل (عردات، 2017، 9).

3-نظرية لازاروس Lazarus:

يعد نموذج لازاروس Lazarus من أهم النماذج المفسرة لعملية المشقة وكيفية حدوثها من خلال ارتباطها بعدد من العوامل، وقد حددها في العوامل الرئيسية الآتية:

1- البيئة الداخلية للفرد

2- الأسلوب الإدراكي المعرفي

3- الشعور بالتهديد والإحباط

ذكر لازورس إن حدوث خبرة الضغوط تتحدد من خلال إدراك الفرد للمواقف واعتباره خطط قابلة للتعايش، وتشتمل على الإدراك الثانوي وتقييم الفرد لقدراته الخاصة، وتحديد مدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة، فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم بضعفها وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعره بالتهديد وهو ما يعني عند لازورس إن توقع حدوث الضرر سواء النفسي أو البدني، كما يؤدي الشعور بالخطر بدوره إلى الشعور بالإحباط متضمناً الضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (ورد في أبو الندى، 2007، 26_43).

أبعاد الصلابة النفسية:

لقد توصلت كوبازا Kobasa إلى أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاث أبعاد هي: الالتزام، التحكم، التحدي، وترى أن هذه الأبعاد ترتبط ارتباطاً وثيقاً بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط الحياة، وتحويلها إلى فرص للنمو الشخصي.

- **الالتزام Commitment** : يعتبر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة، ومنها الالتزام تجاه الذات، والالتزام تجاه العمل، والالتزام الديني، والالتزام الأخلاقي، والالتزام القانوني (حسين، 2017، 51). وتعرف كوبازا Kobasa الالتزام بأنه ميل الشخص للانخراط في الأنشطة لتعزيز مقاومة الإجهاد فالأفراد الملتزمون بأنفسهم وأنشطتهم أو بيئاتهم أقل عرضة للاستسلام تحت الضغط عندما يكون الموضوع ضمن التزاماتهم أي أن الالتزام يحفز استراتيجيات المواجهة الإيجابية بدلاً من استراتيجيات الانسحاب السلبية التي تستخدم عند التعرض للأحداث الضاغطة، ويعرف مخيمر الالتزام بأنه نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد والآخرين لتحقيق ما يريد (مخيمر، 2002، 6).
- **التحكم Control:** ويعرف بأنه ميل للتصرف بطريقة تؤثر في أحداث الحياة بدلاً من الشعور بالعجز، ويشير التحكم إلى الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات، ومواجهة الأزمات، والاختيار من بين عدة بدائل، كما يتضمن القدرة على تفسير الأحداث الضاغطة، بالإضافة إلى القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع وجود دافعية كبيرة للإنجاز(القضاة، 2017، 38). ويعتبر مادي Maddi أن التحكم مقابل العجز، حيث أن الفرد الذي يمتلك تحكم قوي فيما حوله، يعمل بكفاح من أجل التأثير على النتائج التي تجري من حوله حتى لو كان هذا يبدو صعباً في ظروف معينة (Maddi, 2004, 279-286).
- **التحدي Challenge:** يشير إلى ميل الفرد إلى إدراك التغيرات التي تحدث في حياته على أنها فرص أو حوافز يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي بدلاً من اعتبارها تهديداً لاستقراره ووجوده، وإن التحدي يسمح للفرد بالتكيف مع مواقف الحياة وتقبلها بكل ما تحمله من مستجدات سواء كانت سارة أو محزنة باعتبارها

أموراً طبيعية لابد من حدوثها من أجل النمو والارتقاء، وإن هذه الخاصية لها دور في التكيف السريع في مواجهة الحياة الضاغطة المؤلمة والشعور بالتفاؤل وتقبل الخبرات المؤلمة (بن خليفة، 2018، 24_25).

الدراسات السابقة:

1- دراسة ايدير وبو عبدالله (2007) "الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ضوء متغير الخبرة المهنية (دراسة مقارنة بمدينة البوبرة)"

تهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق في مستويات الصلابة النفسية لدى أعوان تدخلات الحماية المدنية في الجزائر، وقد شملت عينة الدراسة على (34) عون تدخلات، وقد استخدم مقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر 2002، وتم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي وتوصلت النتائج إلى وجود فروق في الصلابة النفسية لدى أعوان تدخلات الحماية المدنية حيث أن الأعوان الذين تفوق خبرتهم عن (5) سنوات يتمتعون بالصلابة النفسية أكثر ممن لديهم خبرة أقل من سنة.

2- دراسة النادي (2019) " الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق الموت لدى عينة من ضباط الشرطة"

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق الموت لدى ضباط الشرطة ومعرفة الفروق في الصلابة النفسية وقلق الموت تبعاً لمتغير السن وسنوات الخدمة والرتبة العسكرية، وتكونت عينة الدراسة من (30) ضابط، واستخدمت الباحثة مقياس الصلابة النفسية من إعداد عماد مخيمر (2011) ومقياس قلق الموت من إعداد زينب شقير (1998) واستخدمت المنهج الوصفي المقارن، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الأبعاد الفرعية لمقياس الصلابة النفسية وقلق الموت، كما وجدت فروق في الصلابة النفسية لمتغير السن لصالح من هم بعمر 35 فأكثر ووجدت فروق في قلق الموت لمتغير السن والرتبة العسكرية.

3- دراسة بن درف ومكي (2020) " تقدير الذات في بيئة العمل"

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى تقدير الذات في بيئة العمل في ظل متغير الأقدمية المهنية، حيث تكونت عينة الدراسة من (225) من الممرضين العاملين بالمصالح الاستشفائية بمؤسسة الصحة العامة لولاية مستغانم في الجزائر وتم اعتماد المنهج الوصفي الإحصائي وتم استخدام مقياس تقدير الذات لكوبر سميث، وتوصلت الدراسة إلى تدني درجة تقدير الذات لدى الممرضين العاملين ووجود فروق في تقدير الذات لديهم تبعاً لمتغير الأقدمية المهنية.

4- دراسة تهماسبي Tahmasbi (2020) " العلاقة بين الإرهاق الوظيفي والصحة العقلية: اعتدال دور الصلابة النفسية وتقدير الذات"

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الإرهاق الوظيفي والصحة العقلية مع دور الصلابة النفسية وتقدير الذات كوسيط بينهما على عينة من عمال شركة الغاز في مقاطعة خوزستان تكونت من (185) عامل واستخدم استبيان الصحة العقلية غولدبرغ وهيلير 1979 واستبيان الإرهاق الوظيفي ماسلاش 1981 واستبيان الصلابة النفسية كامارسي 1997 واستبيان تقدير الذات بيرس وآخرون 1989، وقد توصلت الدراسة لوجود علاقة سلبية بين المتغيرين مع وجود دور فعال للصلابة النفسية وتقدير الذات في تعديل هذه العلاقة وتحسين الحالة الصحية والنفسية للعمال.

5- دراسة نصر وبو عكاز (2021) "الصلابة النفسية لدى الأطباء والممرضين المناوبين في قسم كوفيد 19(دراسة حالة لأطباء وممرضي قسم كوفيد 19)"

تهدف الدراسة إلى الكشف على مستوى الصلابة النفسية لدى الأطباء والممرضين في قسم كوفيد 19 وقد شملت عينة البحث أربع حالات من الطاقم الطبي تراوحت أعمارهم بين (24-35) سنة، واستخدمت الباحثتان أدوات: الملاحظة المباشرة، المقابلة نصف الموجهة، اختبار الصلابة النفسية لعماد مخيمر (2006)، وتوصلت الدراسة إلى أنه لدى حالات ثلاث من الأطباء والممرضين مستوى متوسط من الصلابة النفسية ولدى حالة واحدة مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

تعقيب على الدراسات السابقة

من خلال عرض الدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى عينات مختلفة لكنها لم تتطرق لنفس عينة البحث الحالي وتوصلت أغلبها لوجود علاقة ارتباطية موجبة بين المتغيرين مثل دراسة Tahmasbi 2020.

ودراسات تناولت الصلابة النفسية لدى عينات مشابهة لعينة البحث كدراسة ايدير وبو عبدالله (2007)على عمال الحماية المدنية ودراسة النادي (2019) على ضباط الشرطة ودراسة نصر وبو عكاز (2021) على الأطباء والممرضين وقد وجدت الدراستان فروق في الصلابة لدى أفراد عينة البحث وذلك أتى بخلاف نتائج بحثنا الحالي والتي توصلت لعدم وجود فروق في الصلابة النفسية لدى أفراد عينة البحث.

ودراسات تناولت تقدير الذات مثل دراسة بن درف ومكي (2020) لدى الممرضين في المشافي ووجدت فروق في تقدير الذات تبعاً لمتغير الأقدمية المهنية، وفي دراستنا الحالية وجدنا فروق في تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل.

إجراءات البحث

- **منهج البحث:** بما أنَّ موضوع البحث هو الذي يحدد المنهج المناسب له، اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي وهذا ما يحقق أهداف البحث في ضوء طبيعة مشكلتها وفروضها ونوع المتغيرات وخصائص عينة البحث.

إذ يعتبر المنهج الوصفي من أفضل طرق البحث، فهو كما يعرفه درويش (2018، 119) عبارة عن وصف وتفسير ما هو كائن والاهتمام بالظروف والعلاقات القائمة والمعتقدات ووجهات النظر والقيم والاتجاهات عند الناس حيث تُستخدم فيه أساليب القياس والتصنيف والتفسير، ويتم من خلاله استنتاج العلاقة ذات الدلالة، حيث يصف الظاهرة ويعمل على تصويرها كميّاً عن طريق تجهيز بيانات بجمع معلومات مقننة وتحليلها وتفسيرها لإثبات فروض معينة تمهيداً للإجابة على التساؤلات.

- **مجتمع البحث:**

يشمل مجتمع البحث جميع رجال الإطفاء العاملين في مدينة حمص والبالغ عددهم (124) عاملاً حسب فوج إطفاء حمص لعام 2022-2023.

- **عينة البحث:**

شملت عينة البحث مجتمع العاملين في الإطفاء بشكل كامل بعد أن تمَّ استبعاد (30) عامل الذين كانوا من أفراد العينة السيكومترية للتحقق من الصدق والثبات لأدوات البحث وهم خارج العينة الأصلية للبحث، ليصبح عدد العينة النهائية الأساسية للبحث (94)، وتمَّ تطبيق أدوات البحث على جميع العاملين في الإطفاء (جنود وسائقين)، والجدول (2) يوضح توزع أفراد عينة البحث حسب متغيرات البحث:

جدول (2) يبين توزع أفراد عينة البحث النهائية وفق متغير طبيعة العمل(سائق، جندي)

المتغير	سائق	جندي	المجموع
العدد	40	54	94
النسبة المئوية	%42.5	%57.4	%100

أدوات البحث:

أولاً: مقياس تقدير الذات: قامت الباحثة باستخدام مقياس تقدير الذات من إعداد أماني سمور عام 2015، ويتألف المقياس من(25) بند، ويتم تصحيح المقياس بمنح المفحوص (3درجات) في حال كانت إجابته (دائماً)، و(درجتين) في حال كانت إجابته (أحياناً)، و(درجة واحدة) في حال كانت إجابته (نادراً)، ويتم حساب درجة المفحوص على المقياس من خلال جمع الدرجات في البنود الخاصة فيه، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المفحوص (75) وأدنى درجة يحصل عليها المفحوص (25)، كما تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى وجود مستوى عالٍ من تقدير الذات، أما الدرجة المنخفضة فهي تشير إلى وجود مستوى منخفض من تقدير الذات لدى المفحوص.

☒ **الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات:** للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة سيكومترية مكونة من (30) عاملاً من رجال الإطفاء في مدينة حمص، وتمَّ ذلك من خلال:

أولاً –صدق المقياس: لقد تمَّ التأكد من صدق المقياس من خلال طريقتي: الصدق البنيوي –الصدق التمييزي.

الصدق البنيوي: صدق الاتساق الداخلي (البنيوي) هو من أهم أنواع الصدق التي يمكن استخدامها للتحقق من صدق المقياس، فالارتباطات المحققة بين درجات البنود والدرجة الكلية للمقياس تحدد درجة التجانس الداخلي للمقياس والذي يشير إلى مقدار ثبات البنود الفرعية للمقياس لكونها تساعد على تحديد السلوك المراد قياسه.

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي(البنيوي) لمقياس تقدير الذات تمَّ تطبيق المقياس على عينة سيكومترية مكونة من (30) عاملاً من رجال الإطفاء في مدينة حمص، وهم خارج العينة الأساسية للبحث، وتمَّ بموجب هذه الطريقة حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة المفحوص في كل بند والدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي **spss**، ويوضح الجدول رقم (3) معاملات الاتساق الداخلي للبنود مع الدرجة الكلية للمقياس.

جدول (3) يبين معاملات الارتباط بيرسون بين درجة كل بند من بنود المقياس والدرجة الكلية للمقياس. ن= (30)

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	0.68**	14	0.58**
2	0.75**	15	0.71**
3	0.60**	16	0.45**
4	0.64**	17	0.67*
5	0.67**	18	0.52**
6	0.60**	19	0.72**
7	0.41**	20	0.60**
8	0.88**	21	0.66**
9	0.36**	22	0.47**
10	0.62**	23	0.51**
11	0.34*	24	0.38*
12	0.69**	25	0.57**
13	0.76**	-	-

(**) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 (*) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05

نلاحظ من خلال الجدول (3) أنَّ معاملات الارتباط كلها تراوحت بين (0.34 – 0.88) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01) وهذا يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

- **الصدق التمييزي:** تمَّ ترتيب درجات العاملين على مقياس تقدير الذات تنازلياً وتمَّ أخذ أعلى 25% (الفئة العليا) وأدنى 25% (الفئة الدنيا)، ثمَّ حساب متوسطات هاتين الفئتين وانحرافهما المعياري، ومن ثم تمَّ إجراء اختبار (ت ستيودنت) لبيان دلالة الفروق بين المتوسطين على الدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (4) يوضح الفرق بين هاتين الفئتين:

جدول (4) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت ستيودنت) ودلالتها على مقياس تقدير الذات ن (30)

الفئات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية sig	اتخاذ القرار
الفئة العليا	8	54.00	4.342	12.261	14	0.000	دال إحصائياً
الفئة الدنيا	8	33.88	1.642				

ونلاحظ من الجدول السابق أنَّ قيمة sig (0.000) وهي أصغر من (0.05) مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئتين العليا والدنيا وبالتالي يتمتع المقياس بقدرة تمييزية.

ثانياً–ثبات المقياس:

☒ **ثبات المقياس:** تمَّ تطبيق المقياس على عينة سيكومترية مكونة من (30) عاملاً من رجال الإطفاء في مدينة حمص، ومن ثمَّ تمَّ التأكد من ثبات المقياس باستخدام الطرق الآتية: الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، والثبات بطريقة التجزئة النصفية.

جدول (5) يبين معامل ثبات مقياس تقدير الذات بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ .ن=(30)

طريقة الثبات	التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية للمقياس	0.851	0.856

نلاحظ من خلال الجدول (5) أنَّ معامل ثبات التجزئة النصفية قد بلغ (0.851) في الدرجة الكلية للمقياس ويعتبر معامل ثبات جيداً ومقبولاً لأغراض البحث، أما معامل الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ فقد بلغت (0.856) في الدرجة الكلية للمقياس وهو أيضاً يعتبر معامل ثبات جيد ومقبول لأغراض البحث.

ويتضح مما سبق أنَّ مقياس تقدير الذات يتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات، مما يؤكد صلاحيته للاستخدام كأداة للبحث الحالي .

ثانياً: مقياس الصلابة النفسية:

قامت الباحثة باستخدام مقياس الباحثة عواد (2015) التي قامت بتقنين مقياس الصلابة النفسية الذي أعده (مخيمر،2002) وهو مقياس تقرير ذاتي حيث يتكون المقياس في صورته النهائية من (47) بند، منها (16) بند تقيس الالتزام و(15) بند تقيس التحكم و(16) بند تقيس التحدي، وبعد تقنين المقياس تمَّ حذف بند من بعد التحكم والتي تنص على (أؤمن بالمثل الشعبي" قيراط حظ ولا فدان شطارة").

والمقياس ثلاثي البدائل (تنطبق تماما 3 درجات) و (تنطبق أحيانا درجتين) و(لا تنطبق نهائيا درجة واحدة) بالنسبة للفقرات الإيجابية أما بالنسبة للبنود السلبية فيتم عكس الدرجات، ويتم حساب درجة المفحوص على المقياس من خلال جمع الدرجات في البنود للأبعاد الفرعية الخاصة فيه، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المفحوص (141) وأدنى درجة يحصل عليها المفحوص (47)، كما تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى وجود مستوى عالٍ من الصلابة النفسية، أما الدرجة المنخفضة فهي تشير إلى وجود مستوى منخفض من الصلابة النفسية لدى المفحوص.

☒ **الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:** للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة سيكومترية مكونة من (30) عاملاً من رجال الإطفاء في مدينة حمص، وتمَّ ذلك من خلال:

☒ **أولاً –صدق المقياس:** لقد تمَّ التأكد من صدق المقياس من خلال طريقتي: الصدق البنيوي –الصدق التمييزي.

- **الصدق البنيوي:** صدق الاتساق الداخلي (البنيوي) هو من أهم أنواع الصدق التي يمكن استخدامها للتحقق من صدق المقياس، فالارتباطات المحققة بين درجات البنود ودرجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس تحدد درجة التجانس الداخلي للمقياس والذي يشير إلى مقدار ثبات البنود والأبعاد الفرعية للمقياس لكونها تساعد على تحديد السلوك المراد قياسه.

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي(البنيوي) لمقياس الصلابة النفسية تمَّ تطبيق المقياس على عينة سيكومترية مكونة من (30) عاملاً من رجال الإطفاء في مدينة حمص، وهم خارج العينة الأساسية للبحث، وتمَّ بموجب هذه الطريقة حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة المفحوص في كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس، كما تمَّ حساب معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل بعد مع الأبعاد الأخرى و الدرجة الكلية لكل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي **spss**، ويوضح الجدول رقم (6) معاملات الاتساق الداخلي للبنود مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ومع الدرجة الكلية للمقياس، كما يوضح جدول (7) معاملات الاتساق الداخلي بين الأبعاد مع بعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (6) معاملات الارتباط بيرسون بين درجة كل بند بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه وبالدرجة الكلية للمقياس

رقم البند	معامل الارتباط		رقم البند	معامل الارتباط		رقم البند	معامل الارتباط	
	البعد الالتزام	الدرجة الكلية للمقياس		البعد التحكم	الدرجة الكلية للمقياس		البعد التحدي	الدرجة الكلية للمقياس
1	0.46**	0.50**	17	0.50**	0.33**	32	0.57**	0.53**
2	0.54**	0.47**	18	0.62**	0.34**	33	0. 73**	0.62**
3	0.60**	0.69**	19	0.58**	0.31*	34	0.64**	0.59**
4	0.81**	0.40**	20	0.55**	0.41**	35	0.74**	0.38*
5	0.52**	0.50**	21	0.63**	0.53**	36	0.83**	0.73**
6	0.56**	0.38*	22	0.69**	0.33*	37	0.77**	0.54**
7	0.37**	0.44**	23	0.66**	0.41**	38	0.62**	0.49**
8	0.70**	0.61**	24	0.88**	0.59**	39	0.89**	0.64**
9	0.60**	0.46**	25	0.70**	0.38**	40	0.52**	0.44**
10	0.54**	0.38**	26	0.83**	0.59**	41	0.82**	0.55**
11	0.81**	0.49**	27	0.69**	0.39**	42	0.73**	0.61**
12	0.75**	0.53**	28	0.78**	0.50**	43	0.64**	0.33**
13	0.77**	0.44**	29	0.77**	0.51**	44	0.63**	0.39**
14	0.61**	0.59**	30	0.69**	0.45**	45	0.84**	0.79**
15	0.72**	0.46**	31	0.80**	0.55**	46	0.63**	0.40**
16	0.61**	0.36**				47	0.81**	0.71**

ونلاحظ من الجدول السابق وجود معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجة كل بند بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه وبالدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01).

جدول (7) معاملات الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل بعد مع الأبعاد ومع الدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد الفرعية	الالتزام	التحكم	التحدي	الدرجة الكلية
الالتزام	-	0.59**	0.57**	0.723**
التحكم	-	-	0.69**	0.722**
التحدي	-	-	-	0.817**

ونلاحظ من الجدول السابق وجود معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات أبعاد المقياس مع بعضها البعض وبين الدرجة الكلية لكل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس، مما يشير إلى وجود صدق بنيوي (الاتساق الداخلي) للمقياس بدرجة جيدة.

- **الصدق التمييزي:** تمَّ ترتيب درجات العاملين على مقياس الصلابة النفسية تنازلياً وتمَّ أخذ أعلى 25٪ (الفئة العليا) وأدنى 25٪ (الفئة الدنيا)، ثمَّ حساب متوسطات هاتين الفئتين وانحرافهما المعياري، ومن ثم تمَّ أجراء اختبار (ت ستيودنت) لبيان دلالة الفروق بين المتوسطين على الدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (8) يوضح الفرق بين هاتين الفئتين:

جدول (8) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت ستيودنت) ودلالتها على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية ن (30)

مقياس الصلابة النفسية	الفئة العليا ن=8		الفئة الدنيا ن=8		قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري				
الالتزام	46.75	1.165	31.63	1.188	25.714	14	0.000	دال إحصائياً
التحكم	44.88	.991	34.75	1.035	19.984	14	0.000	دال إحصائياً
التحدي	46.25	1.282	32.25	1.488	20.162	14	0.000	دال إحصائياً
الدرجة الكلية	132.13	5.793	103.13	2.949	12.619	14	0.000	دال إحصائياً

ونلاحظ من الجدول السابق أنَّ قيمة sig في كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تساوي (0.000) وهي أصغر من (0.05) ومما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئتين العليا والدنيا وبالتالي يتمتع المقياس بقدرة تميزية.

ثانياً–ثبات المقياس:

☒ **ثبات المقياس:** تمَّ تطبيق المقياس على عينة سيكومترية مكونة من (30) عاملاً من رجال الإطفاء في مدينة حمص، ومن ثمَّ تمَّ التأكد من ثبات المقياس باستخدام الطرق الآتية: الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، والثبات بطريقة التجزئة النصفية.

جدول (9) يبين معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ .ن= (30)

طريقة الثبات	التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية للمقياس	0.873	0.816
الالتزام	0.783	0.757
التحكم	0.843	0.681
التحدي	0.707	0.657

نلاحظ من خلال الجدول (9) أنَّ معامل ثبات التجزئة النصفية وألفا كرونباخ في الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية تراوحت بين (0.87 –0.65) وتعتبر معاملات ثبات جيدة ومقبولة لأغراض البحث.

ويتضح مما سبق أنَّ مقياس الصلابة النفسية يتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات، مما يؤكد صلاحيته للاستخدام كأداة للبحث الحالي.

الجانب العملي: عرض النتائج وتفسيرها:

أولاً: الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية.

للتحقق من صحة الفرضية تمَّ حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث من رجال الإطفاء في مدينة حمص والبالغ عددهم (94) على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي :

جدول(10) معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية.

مقياس الصلابة النفسية	تقدير الذات	القيمة الاحتمالية	وصف العلاقة
الالتزام	0.546**	0.000	طردية ودالة
التحكم	0.518**	0.000	طردية ودالة
التحدي	0.597**	0.000	طردية ودالة
الدرجة الكلية	0.612**	0.000	طردية ودالة

**** دالة عند مستوى دلالة (0.01)**

ونلاحظ من الجدول السابق إلى وجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية (التحكم، الالتزام، التحدي) وتشير العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة بدورها إلى أنه كلما ارتفعت درجات العاملين على مقياس تقدير الذات ارتفعت درجاتهم على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية والعكس صحيح.

واستناداً لما سبق نجد أنّه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات لدى الفرد ارتفعت الصلابة النفسية لديه بشكل عام وارتفع لديه مستوى الالتزام والتحكم والتحدي، واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة مكي وحسن(2011).

ويمكننا تفسير هذه النتيجة بأن تقدير الذات يعمل على تخفيف الآثار التي يخلفها الضغط النفسي على الصحة النفسية ويساعد الفرد على مواجهة المواقف الجديدة بشجاعة وثقة، أي أن تقدير الذات من المصادر التي تعمل على مساعدة الفرد في مواجهة المواقف الضاغطة والتخفيف من حدتها، وهذا ما تفعله الصلابة النفسية فدورها يتجلى في تحدي المواقف الشاقة والعمل على الخروج منها بأقل ضرر والوصول إلى التوافق النفسي.

ثانياً: الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي).

للتحقق من صحة الفرضية تمَّ استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث من رجال الإطفاء في مدينة حمص والبالغ عددهم (94) على

مقياس تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي) ومن ثمَّ تمَّ إجراء اختبار (T-test) للمجموعات المستقلة (عينتين مستقلتين)، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول (11) يوضح نتائج اختبار (T-test) للدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل(سائق، جندي).

المقياس	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية sig	القرار
تقدير الذات	سائق	40	40.65	11.668	-5.711	92	0.000	دال
	جندي	54	53.52	10.116				

ونلاحظ من الجدول السابق أنَّ قيمة (T) كانت دالة إحصائياً بالنسبة لمتغير طبيعة العمل على مقياس تقدير الذات، حيث كانت قيمة sig (0.000) وهي أصغر من (0.05) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات رجال الإطفاء أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي) وكانت الفروق لصالح رجال الإطفاء العاملين كجنود حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي لدرجاتهم على مقياس تقدير الذات (53.52) وهي أكبر من قيمة المتوسط الحسابي لدرجات رجال الإطفاء العاملين كسائقين التي بلغت (40.65)، (وفي حدود علم الباحثة لا توجد دراسات بحثت تقدير الذات لدى نفس عينة البحث الحالي، وهم رجال الإطفاء) ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن تقدير الذات مكتسب عبر مراحل النمو وتطور الفرد، ويتأثر بعدة عوامل كنظرة الآخرين للفرد وإنجازاته وإن لدور الجندي في إخماد الحرائق وإنجاز مهامه ودفع نفسه نحو المخاطر لإنقاذ الآخرين وحمايتهم فإن كل ذلك يؤدي إلى زيادة تقديره لذاته عن السائق الذي يكون عمله خارج حدود المخاطر الكبيرة.

ثالثاً: الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي).

للتحقق من صحة الفرضية تمَّ استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث من رجال الإطفاء في مدينة حمص والبالغ عددهم (94) على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية (الالتزام، التحكم، التحدي) تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي) ومن ثمَّ تم إجراء اختبار (T–test) للمجموعات المستقلة(عينتين مستقلتين)، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول (12) يوضح نتائج اختبار (T–test) للدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير طبيعة العمل(سائق، جندي)

المقياس	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية sig	القرار
الالتزام	سائق	40	37.70	6.999	-0.562	92	0.575	غير دال
	جندي	54	38.41	5.203				
التحكم	سائق	40	39.60	4.100	0.818	92	0.415	غير دال
	جندي	54	38.89	4.214				
التحدي	سائق	40	38.93	5.484	1.595	92	0.114	غير دال
	جندي	54	37.06	5.718				
الدرجة الكلية	سائق	40	116.23	10.953	0.904	92	0.368	غير دال
	جندي	54	114.35	9.099				

ونلاحظ من الجدول السابق أنَّ قيمة (T) كانت غير دالة إحصائياً بالنسبة لمتغير طبيعة العمل على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية (الالتزام، التحكم، التحدي) ، حيث كانت قيمة sig بالنسبة للمقياس ككل(0.368) وكانت بالنسبة لبعد الالتزام(0.575) أما بعد التحكم فقد بلغت (0.415) على حين بعد التحدي (0.114) وجميع هذه القيم أكبر من (0.05) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات رجال الإطفاء السائقين والجنود على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية(الالتزام، التحكم، التحدي)، وبذلك نرفض الفرضية البديلة ونقبل الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية وأبعاده الفرعية تبعاً لمتغير طبيعة العمل (سائق، جندي)، (وفي حدود علم الباحثة لا توجد دراسات بحثت الصلابة النفسية لدى نفس عينة البحث الحالي، وهم رجال الإطفاء على متغير سائق وجندي) ويمكننا تفسير ذلك من خلال اعتقاد رجل الإطفاء (سائق، جندي) بقيمة عمله وأهميته سواء له أو للآخرين وضرورة تحمله لمسؤولية العمل وإنجازه وتقديم كافة المساعدات واستخدام كافة المصادر البيئية والنفسية لديه لأداء مهامه.

المقترحات

1. إعداد برامج إرشادية لزيادة تقدير الذات والصلابة النفسية لدى الأفراد المنتسبين لفوج الإطفاء.
2. تعزيز دور الدعم النفسي والخدمات المقدمة للأفراد العاملين في فوج الإطفاء.
3. إجراء دراسات وأبحاث علمية تشمل كافة قطاعات العاملين في مجال المخاطر.

المراجع Referencse:

_ أبو الندى، عبد الرحمن. (2007). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**. كلية التربية، غزة.

_ أبو جادو، صالح محمد علي. (2002). **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**. عمان: دار المسيرة للنشر.

_ أبو مغلي، سميح وسلامة، عبد الحافظ وابو رداحة، فدوى. (2002). **التنشئة الاجتماعية للطفل**. عمان: دار اليازوري للنشر.

_ الأزرق، عبد الرحمن. (2000). **علم النفس التربوي عند المعلمين**. طرابلس: دار الفكر العربي.

_ ايدير، بن سالم وبو عبدالله، الحسن. (2007). الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ضوء متغير الخبرة المهنية. **مجلة وحدة البحث في تنمية وإدارة الموارد البشرية**، المجلد 8، العدد (2)، 201-221.

_ بسيوني، سوزان وجبريل، فاروق. (2011). **أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والقلق والاكتئاب لدى طالبات الجامعة دراسة مقارنة بين المجتمع المصري والسعودي**. ورقة بحثية مقدمة للمؤتمر السنوي لتطوير برامج التعليم العالي النوعي في مصر والوطن العربي.

_ بلان، كمال وبركات، مطاع ونعيسة، رغداء. (2006). **الصحة النفسية للطفل**. سوريا: منشورات جامعة دمشق.

_ بلوم، محمد وحنصالي، مريامة. (2013). المقارنة النظرية لإحدى سمات الشخصية المناعية الصلابة النفسية. **مجلة علوم الإنسان والمجتمع**، العدد (8)، 271_287.

_ بن خليفة، مريم. (2018). أثر الصلابة النفسية على قلق الموت لدى المصابات بالسرطان. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**. جامعة عبد الحميد بن باديس. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

-بن درف، سماعين ومكي، محمد. (2020). تقدير الذات في بيئة العمل. **مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية**، العدد (3)، 12، 143-158.

_ تايلور، شيلي. (2008). **علم النفس الصحي**، (ترجمة وسام درويش وفوزي داوود). عمان. دار الحامد.

_ جابر، جابر عبد الحميد وعطا، أسماء أحمد وسيد ابراهيم، أماني. (2013). أثر برنامج قائم على مفاهيم جودة الحياة بأبعادها المختلفة على تقدير الذات لذوي صعوبات التعلم بالمدرسة الابتدائية. **مجلة العلوم التربوية**، العدد (3)، 87_88.

_ حسين، هيام. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات. **المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال**، جامعة المنصورة. المجلد 3، العدد (3)، 51.

_ دخان، نبيل والحجار، بشير. (2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم. **مجلة الجامعة الإسلامية**، المجلد 14، العدد (2)، 369_398.

_ درويش، محمود أحمد. (2018). **مناهج البحث في العلوم الإنسانية**. مصر: مؤسسة الأمة العربية للنشر والتوزيع.

–رضوان، سامر جميل. (2009). **الصحة النفسية**. عمان: دار الميسرة.

_ السامرائي، هاشم جاسم. (1988). **المدخل في علم النفس**. بغداد: مطبعة الخلود.

_ سليم، مريم. (2003). **تقدير الذات والثقة بالنفس دليل المعلمين**. بيروت: دار النهضة للطباعة والنشر.

_ طه، فرج عبد القادر. (1989). **معجم علم النفس والتحليل النفسي**. بيروت: دار النهضة للنشر.

_ عبد الرؤوف، طارق. (2018). **مفهوم وتقدير الذات**. القاهرة: دار العلوم للنشر والتوزيع.

_ عبد الصمد، فضل. (2002). الصلابة النفسية وعلاقتها بالوعي الديني ومعنى الحياة لدى عينة من طلاب دبلوم العام كلية التربية. **مجلة البحث والتربية في علم النفس**، المجلد 16، العدد(2).

_ عبد العال، تحية. (2007). **تقدير الذات وقضية الإنجاز الفائق**. بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الأول للصحة النفسية التربية الخاصة بين الواقع والمأمول. جامعة بنها.

_ عردات، هلا. (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن.(**رسالة ماجستير غير منشورة**). جامعة عمان.

_ عمور، عمر وروبي، محمد وقاسمي، فيصل. (2013). مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسلية. **المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الأنشطة الرياضية**، العدد (10)، 164.

-فهمي، مصطفى. (1995). **الصحة النفسية دراسات سيكولوجية التكيف**. مصر: مكتبة الخانجي.

_ القضاة، زينب. (2017). **فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من الأيتام في قرى الأطفال العالمية**. زهران للنشر.

_ لقوقي، دليلة. (2016). مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**. جامعة محمد خيضر بسكرة.

_ مجلي، شايع. (2013). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف الثامن من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة صعدة. **مجلة جامعة دمشق**، العدد (1)، مجلد29، 59_104.

_ مخيمر، عماد. (1996). إدراك القبول/الرفض وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. **مجلة دراسات نفسية**، المجلد6، العدد (2)، 275_299.

_ مخيمر، عماد. (2002). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. **المجلة العربية للدراسات النفسية**، العدد (7)، المجلد 17، 1_20.

_ مخيمر، عماد. (2002). **استبيان الصلابة النفسية**. القاهرة. مكتبة الأنجلو.

_ مريم، رجاء محمود. (2007). الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية. **مجلة اتحاد الجامعات العربية وعلم النفس**، العدد (1)، المجلد 5، 147.

_ مكي، لطفي وحسن، براء. (2011). الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى التدريسيين في الجامعة. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، العدد (31)، 353.

-النادي، هبة فتحي. (2019). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق الموت لدى عينة من ضباط الشرطة. **مجلة الخدمة النفسية**، العدد(12)، 111-141.

_نصر، هاجر وبو عكاز، سمية. (2021). الصلابة النفسية لدى الأطباء والممرضين المناوبين في قسم كوفيد 19. **(رسالة ماجستير غير منشورة)**. كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة العربي بن مهيدي.

References :

- Chalyanee, B. (2016), Relation ship Between Self-Esteem and Psychological Hardiness in Adolescents: A Relation Design. *The international Jornal of indian psychology*. 3 (10), 116_122.
-Cooper, C.L. (2005*). Hand book of stress medicine and Health*. 2 ed. CRC PRESS, V. S. A.
- Kenneth, D. Allred and Timothy, W. smith. (1989), The Hardy personality cognitive and Physiological Responses to Evaluative threat. *Journal of personality and social psychology*. 2(56). 257_266
-Kobasa. S. C.(1979). Stressful the Events personality and Health: an inquiry in hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 42 (1), 168_177.
-Kobasa, S. & Pucceti, M.(1983): Personality and social recources in stress resisance, *Jornal of personality and social psychology*, 45 (4), 90_110.
-Maddi, S. R.(2004). Hardiness an operationalization of existential courage, *Journal of Humanistic psychology.* 44 (3), 279_298.
-Maddi, S. R.(2007). Relevance of Hardiness Assessment and Training to Military context, *Journal of Military psychology,* 19 (1), 61_70.
-Tahmasbi, A.(2020). The Relationship between Job Burnout and Mental Health: Moderating Role of Psychological Hardiness and Organization Based Self-Esteem, *Jornal of Industrial and organizational psychology*, 7(1), 91-108.
-Wallace, S., &Lee, S.(2015). Job stress and coping strategies and Burnout among Abuse-Specific counselor, *Journal of Emplyment counseling,* (47), 111_122.