

The Impact of Psychological Hardiness on Reaction Time and Feeling of Fatigue between Kuwait University Students by some Variables

Soud Alganem

Abstract

Objective: The main aim of present study explores The impact of Psychological Hardiness on Reaction time and feeling of fatigue between Kuwait University students by some variables. **Methodes:** The final sample is formed of (180) male and female students from Kuwait university, their ages between (18 -30yrs) with ($M = 22.5$ yrs, $SD = 3.7$ yrs). This study includes the following tools: a)The scale of Psychological Hardiness. b)reactiontime test. C)The scale of feeling of fatigue. The consistency and reliability of these scales have been previously measured. **Results:** Study shows clearly that: 1)There are statistically significant differences between the first experimental group (students with high Psychological Hardiness) and the control group (students with low Psychological Hardiness) in reaction time and the feeling of fatigue and its different dimensions, in favour of the control group. 2)There are statistically significant differences between the second experimental group (students with medium Psychological Hardiness) and the control group in reaction time, in favour of the control group, but There aren't found a significant difference between the second experimental group and control group in feeling of fatigue and its different dimensions and academic achievement. 3)There aren't found a significant difference between the first experimental group and the second experimental group in all study variables. 4)There are statistically significant differences between male and female in Psychological Hardiness, in favour of male, and There are statistically significant differences between male and female in Reactiontime, feeling of fatigue and academic achievement, in favour of female. 5) There are no differences between male and female in general fatigue, emotional fatigue, 6)behavioral fatigue and cognitive fatigue. **Conclusion:** behavioral fatigue and reaction time have a role in predicting Psychological Hardiness.

Keywords: Psychological Hardiness, Reaction time, Feeling of fatigue, Academic achievement.

أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الكويت

سعود عبدالعزيز الغانم*

ملخص:

هدف الدراسة: تهدف هذه الدراسة إلى تعرف أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الكويت.

المنهجية: تتكون عينة الدراسة النهائية من (180) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، متوسط أعمارهم (22,5) عاماً، بانحراف معياري قدره (3,7) أعوام، وراوحت أعمارهم بين (18 و 30) عاماً، منهم (84) طالباً، ومتوسط أعمارهم (24,4) عاماً بانحراف معياري قدره (5,3) أعوام، و(96) طالبة، ومتوسط أعمارهن (21,7) عاماً بانحراف معياري قدره (2,4) عام، وقد اشتملت أدوات الدراسة على المقاييس الآتية: مقياس الصلابة النفسية، واختبار زمن الرجوع، ومقياس التعب متعدد الأبعاد، وقدّر الثبات والصدق لكل مقياس.

النتائج: توصلت الدراسة إلى عدة نتائج، هي: توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الأولى (نوي الصلابة النفسية المرتفعة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة) في زمن الرجوع والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، وذلك تجاه المجموعة الضابطة، وتوجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الثانية (نوي الصلابة النفسية المتوسطة) والمجموعة الضابطة في زمن الرجوع، وذلك تجاه المجموعة الضابطة، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في الشعور بالتعب وأبعاده المختلفة والإنجاز الأكاديمي، ولا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب ومعظم أبعاده، والإنجاز الأكاديمي، وتوجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية، وذلك تجاه الذكور، وتوجد فروق دالة إحصائية بينهما في زمن الرجوع والإنجاز الأكاديمي، والدرجة الكلية للتعب، والتعب الجسمي، وذلك تجاه الإناث، بينما لا توجد فروق بينهما في التعب العام، والتعب الانفعالي، والتعب السلوكي، والتعب المعرفي.

الخلاصة: للتعب السلوكي وزمن الرجوع دور في التنبؤ بالصلابة النفسية.

المصطلحات الأساسية: الصلابة النفسية، زمن الرجوع، الشعور بالتعب، الإنجاز الأكاديمي.

مقدمة:

تمثل الصلابة النفسية دور الوسيط بين التقييم المعرفي للفرد للتجارب الضاغطة والاستعداد والتجهيز بإستراتيجيات المواجهة؛ فتلك الآلية يفترض أن تخفض كمية الضغوط النفسية للتجارب التي يمر بها الفرد، كما تساعد الصلابة النفسية الفرد على التعامل مع الضغوط بفاعلية (عباس، 2010). ولمتغيرات الوقاية أو المقاومة النفسية للآثار السلبية للأزمات، أهمية كبرى لدى الفرد في التحكم بالظروف المحيطة وتحقيق التحدي المطلوب، وتتكون من ثلاثة محاور، هي: الالتزام Commitment، والتحكم Control، والتحدي Challenge (صلاح الدين وعبد الحميد، 2005). وتعتبر الصلابة النفسية سمة مكتسبة منذ الصغر، تساعد الأسرة بصفة رئيسة على تكوينها، كما تساعد مؤسسات التطبيع الاجتماعي الخارجية الأخرى؛ كالجيران والأقران والمدرسة وزملاء الجامعة والعمل على إنمائها في المراحل العمرية المختلفة (حمزة، 2002). ويصاب الأفراد الذين يتعرضون للضغوط النفسية من دون وجود صلابة نفسية لديهم باضطرابات هرمونية؛ إذ تستجيب الغدد الصماء عند هؤلاء الأشخاص استجابة أعلى من استجابتها عند الأشخاص الذين لديهم صلابة نفسية قوية (Gold et al., 2003). وتهتم هذه الدراسة بزمن الرجوع، وهو من الموضوعات المهمة؛ إذ تفيد دراسة زمن الرجوع في حصولنا على معلومات جوهرية عن السلوك، كما أن تحديد زمن الرجوع يعطينا معلومات ذات قيمة علمية عن العلاقات الزمنية بين العمليات العقلية والتغيرات الفسيولوجية في خلايا الجهاز العصبي المركزي، ويمكن استخدام زمن الرجوع كمؤشر تشخيصي في الميدان العلاجي والإكلينيكي، وتسهم دراسات زمن الرجوع في الكشف عن الكذب وارتكاب الجرائم وتعاطي المخدرات وتحليل المهارات والأداء الإنساني في المجالات المختلفة (القرشي، والصبوة، 1994). ونرى أن الصلابة النفسية ترتبط بزمن الرجوع؛ إذ إن الأفراد الذين يتميزون بالصلابة النفسية المرتفعة نجدهم أكثر سرعة للاستجابة للمنبهات، ويعتبر الشعور بالتعب من الموضوعات المهمة التي تهتم بها هذه الدراسة، وهناك العديد من المصطلحات التي تعبر عن التعب وتتناوله مجالات عديدة وعلوم مختلفة، منها علم النفس والفسيولوجي والطب الصناعي والطب النفسي والكيمياء الحيوية والهندسة الصناعية، ويتناول كل مجال من هذه المجالات نوعاً من التعب، قد يختلف في أسباب حدوثه ولكنه يعبر عن مصطلح التعب من حيث إنه حالة من استنزاف طاقة الفرد قد تختلف من فرد إلى آخر في المدة والشدة والميكانيزم المسؤول عن إحداثها (عبدالمطلب، 2003). وتعتبر الدراسات النفسية أو التربوية:

التجريبية منها والميدانية التي تناولت موضوع هذه الدراسة، نادرة على مستوى العالم العربي؛ ومن ثم تُعدّ هذه الدراسة التي تبرز أهميتها من خلال ما أفرزته من نتائج وما انبثق عنها من توصيات إضافة جديدة إلى المكتبة العربية في المجالين التربوي والنفسي.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الكويت، ومن خلال هذا الهدف العام نسعى إلى تحقيق عدة أهداف فرعية أخرى، تتمثل في:

1 - معرفة الفروق بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

2 - تحديد اتجاه الفروق بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

3 - تعرف الفروق بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

4 - تحديد اتجاه الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة المتمثلة في: الصلابة النفسية، وزمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

5 - معرفة مدى مساهمة المتغيرات الآتية: زمن الرجوع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي، في التنبؤ بالصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الكلية من الجنسين.

أهمية الدراسة ومبرراتها:

يمثل موضوع الدراسة إسهاماً إيجابياً وإثراءً فعالاً في الدراسات العربية في مجال علم النفس، ويتوقع أن تساعد النتائج التي ستسفر عنها الدراسة المختصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والعلاج النفسي، كما تساعد في تنمية الصلابة النفسية لدى الأفراد سواء كانوا طلاباً أم مرضى نفسيين أم موظفين أم

مجندين بالجيش أم من الشرطة، بالإضافة إلى ذلك فإن أهمية هذه الدراسة تتمثل في الآتي:

1 - تقديم إطار نظري واستعراض رؤى مختلفة وعدد من الدراسات السابقة حول أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات، بما تتضمنه الدراسة من جوانب فكرية ومنهجية متعددة تزيد في إثراء المكتبة العربية.

2 - الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تصميم البرامج التربوية والنفسية التي تسهم في إرشاد الطلاب وتوجيههم نحو أساليب التصدي للضغوط النفسية التي تتوافق مع قدراتهم الشخصية وبيئتهم الاجتماعية.

3 - تسليط الضوء على الدراسات المهمة والبحوث المتعلقة بالصلابة النفسية وأثرها في زمن الرجوع والشعور بالتعب والإنجاز الأكاديمي.

4 - الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في الاهتمام بالصلابة النفسية؛ مما قد يساعد الطلاب على حسن توظيفها واستثمارها في عملية المثابرة على التعلم والتدريب؛ وهو ما قد يساعدهم على النجاح الأكاديمي.

5 - الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تعزيز الصلابة النفسية للفرد من خلال البرامج الإرشادية لأجل التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، ومواجهة التحديات والصعوبات والمشكلات اليومية، وعدم الشعور بالتعب بأبعاده المختلفة، وسرعة رد الفعل تجاه المنبهات.

مشكلة الدراسة:

لا يحتفظ بعض الأشخاص بصحتهم الجسمية وسلامة أدائهم النفسي عند تعرضهم للضغوط النفسية؛ مما يؤدي إلى الاهتمام بمصادر مقاومة الضغوط النفسية، وهي تلك المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن تخفف من الآثار السلبية للضغوط النفسية؛ فهي تمثل نقاط قوة لدى الفرد وتساعده على أن يظل محتفظاً بصحته الجسمية والنفسية عندما يتعرض لضغوط حتمية لا يمكنه تجنبها (سلامة، 1996). وتؤدي الصلابة النفسية دوراً مهماً في التصدي للضغوط النفسية ومواجهتها مع غيرها من السمات الشخصية والقدرات الإيجابية لدى الفرد، ومن خلال الملاحظات وجدنا أن الأشخاص الذين ليس لديهم صلابة نفسية أكثر عرضة للتعب بأبعاده المختلفة وعدم المثابرة عند أدائهم لأي عمل يقومون به، وعدم سرعة

رد فعلهم تجاه المنبهات، وللتحقق من ذلك كانت هذه الدراسة، ومن خلال مراجعة الدراسات والبحوث التي تتناول أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب والإنجاز الأكاديمي وجد أنها نادرة على مستوى العالم العربي؛ لذلك فإن الأمر يقتضي إجراء مزيد من الدراسات والبحوث الميدانية والتجريبية في هذا المجال. وفي ضوء ما سبق تظهر الحاجة إلى إجراء مثل هذه الدراسة، ومن هنا يمكن صياغة مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي: ما أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الكويت؟ وقد تفرعت منه أربعة أسئلة فرعية على النحو الآتي:

1 - هل توجد فروق بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي؟

2 - هل توجد فروق بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي؟

3 - هل توجد فروق بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي؟

4 - هل توجد فروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة المتمثلة في: الصلابة النفسية، وزمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي؟

5 - هل تسهم المتغيرات التالية: زمن الرجوع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي، في التنبؤ بالصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الكلية من الجنسين؟

الإطار النظري للدراسة:

تشتمل الدراسة الحالية على عدة مفاهيم، هي: الصلابة النفسية، وزمن الرجوع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي، وفيما يلي عرض للمفاهيم الأساسية للدراسة.

أولاً - الصلابة النفسية:

يُعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبياً، وتعتبر كوبازا

kopasa من أوائل من وضع الأساس لهذا المصطلح عام (1982)، وقد اشتقت هذا المصطلح متأثرة بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، وهو يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي، ويرى أن دافعية الفرد تنبع أساساً من البحث المستمر عن المعنى والهدف من الحياة (Madi, 2004). وتُعرف كوبازا الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات، تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ويعيش معها على نحو إيجابي، وتتضمن ثلاثة أبعاد، هي: الالتزام، والتحكم، والتحدي (راضي، 2008). وتُعرف أيضاً على أنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يجعل ما يلقيه ويتعرض له من أحداث وما يطرأ على جوانب حياته من تغيير أمراً مثيراً وضرورياً للنمو أكثر من كونه تهديداً (مخيمر، 1996).

وتتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد، نذكرها على النحو الآتي:

(أ) الالتزام مقابل الاغتراب: ويتضمن القدرة على الشعور بعمق المشاركة، والالتزام الأفراد تجاه نشاطاتهم الحياتية، ومسؤولياتهم الاجتماعية؛ فالأشخاص الملتزمون تكون علاقاتهم مع أنفسهم ومع البيئة نشطة، ولديهم إحساس عام بالهدف في الحياة والقدرة على إيجاد معنى في الظروف التي يتعرضون لها (حسين، وحسين، 1997). والأشخاص الملتزمون لديهم أيضاً نظام قوي من الإيمان يجعلهم يدركون حجم التهديدات المحيطة بهم، ويواجهونها من دون تراجع أو انسحاب عن الأوساط الاجتماعية في أكثر الأوقات العصيبة، ويشعرون بالاندماج مع الآخرين، ويحصلون على إسناد اجتماعي كبير، والالتزام نحو الذات وتقديرها من الأمور الأساسية التي يتمتع بها الشخص الصلب، فضلاً عن التزاماته تجاه المحيطين به (Kobasa, 1982).

(ب) التحكم: ويعتبر إدراك الضبط أمراً بالغ الأهمية في التعامل مع مجريات أحداث الحياة اليومية؛ إذ إن الأشخاص الذين لديهم درجة عالية من إدراك الضبط الداخلي يتمتعون بإمكانية أكبر في الحصول على المعلومات حول الأحداث التي تؤثر على حياتهم، لذلك فإن الفرد ذا الضبط الداخلي يعتقد في كفاءته، وقدرته على

ضبط النتائج في عالمه الخاص، وله توقعات إيجابية فيما يتعلق بالثقة والاعتماد على الآخرين (بشير، 2009).

(ج) التحدي: ويعني اعتقاد الفرد بأن التغيير بدلاً من الاستقرار أمر طبيعي في الحياة، والشخص الصلب يحاول أن يتطور، ويتغير نحو الأفضل على عكس الشخص العاجز الذي يبقى حبيساً للماضي، ويتوقف عن الحركة نحو المستقبل، والأفراد ذوو الصلابة المنخفضة لا يتمتعون بسمة التحدي؛ إذ يشعرون بالتهديد من التغيير ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما لا تنطوي على أية تغيرات، والمكونات المترابطة للصلابة النفسية من شأنها المحافظة على سلامة الأداء النفسي للفرد، والتخفيف من الآثار السلبية للضغوط، كما أن توافر هذه المكونات الثلاثة يرتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة إلى فرص للنمو الشخصي؛ ومن ثم لا يكفي مكون واحد ليمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل نظرتنا إلى الضغوط إلى نظرة أكثر إيجابية (Kobasa, 1982).

ويتضح مما سبق الدور الفعال الذي تقوم به الصلابة النفسية في دفاع الفرد عن أحداث الحياة الضاغطة والتكيف البناء مع متطلبات الحياة المؤلمة، وتكوين نمط من الشخصية شديدة الاحتمال، تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية ليصل الفرد إلى مرحلة التوافق، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل والتفاؤل، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثلاً للاستحسان. وتعرف الصلابة النفسية إجرائياً في هذه الدراسة على أنها: الدرجة التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة على مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة الذي أعده عادل (2011).

ثانياً: زمن الرجع:

زمن الرجع Reaction Time هو الزمن المستغرق منذ ظهور المثير حتى خروج الاستجابة، ومن المتوقع أن يكون زمن اختيار الاستجابة هو أطول الفترات الزمنية للعمليات العقلية، ويشار إلى هذه العمليات على أنها مراحل متتابعة في العملية الكلية التي تحدث منذ لحظة ظهور المثير، ويتناقص زمن الرجع كلما زادت شدة المثير، كما أن زمن انتقال أثر المثير، عبر الوصلات العصبية حتى يصل إلى المخ، يرتبط عكسياً بشدة المثير؛ وهذا يعني أنه كلما كان المثير قوياً كان انتقال أثره عبر الوصلات العصبية إلى المخ أسرع؛ ومن ثم تحدث الاستجابة الملائمة

(رسلان، 2010). وهناك عدة تصنيفات لزمن الرجوع؛ إذ يتم تصنيفه وفقاً للحواس المستقبلية للتنبيه إلى زمن الرجوع البصري، وزمن الرجوع السمعي، وزمن الرجوع اللمسي، ويتم تصنيفه وفقاً للمهمة التي سيؤديها الفرد إلى زمن الرجوع الحسي، وزمن الرجوع الحركي، وزمن الرجوع العقلي، زمن الرجوع اللفظي، كما يتم تصنيفه وفقاً للموقف التجريبي وبساطته وتعقيده، وما يشتمل عليه من منبهات، وطول وقصر الزمن اللازم للرد على هذه المنبهات إلى زمن الرجوع البسيط، وزمن الرجوع التمييزي أو الاختياري أو المركب (القرشي، والصبوة، 1994). ويُعرف زمن الرجوع إجرائياً بأنه الزمن الذي يستغرقه المفحوص بين بدء ظهور المثير، وبدء ظهور الاستجابة، ويتم قياسه من خلال جهاز قياس زمن الرجوع.

ثالثاً - الشعور بالتعب:

تتعدد تعريفات التعب وتختلف وفقاً لأنواعه، ويكافح العلماء لوصف التعب باستخدام مصطلحات عديدة، منها مصطلح الاستنزاف Prostration، ومصطلح التعب Fatigue، ومصطلح الوهن Asthenia lassitude، ومصطلح الضعف Weakness، ومصطلح نقص الطاقة Lack of energy، ومصطلح عدم تحمل التمرينات الرياضية (National Institute for Health and Clinical Excellence, 2007). ويُعرف الدسوقي (1990) التعب في مجال العمل على أنه قدرة متناقصة على العمل سواء جسمية أو عقلية كنتيجة لعمل سابق أو حاضر، وتعطيل وظيفة عضو حسي أو عصبي بسبب إثارة أو فاعلية راهنة، وحس شعوري جسمي نوعي خاص يعبر عنه بالإعياء، ومجموع أعراض ناتجة عن العمل فترة طويلة. ويُعرف عكاشة (1998) التعب كعرض مرضي على أنه تداخل مزعج من التزاملات أو استرجاعات ومشقة وصعوبة في التركيز وتفكير غير كفء بشكل عام. وهناك عدة تصنيفات للتعب؛ فيصنف التعب وفق شدته ودوامه إلى التعب الوقتي: وهو التعب الطبيعي الذي يزول بالراحة والنوم، والتعب المزمن: وهو الذي يستمر مع الفرد مدة طويلة إلى أن يعالج أسبابه، ويتم تصنيف التعب في المجال الصناعي إلى نوعين، هما: التعب الصناعي المعبر عنه بنقص إنتاج العامل، والتعب النفسي المعبر عنه بمشاعر الملل والضيق والكلل المصاحبة للاستمرار في العمل، ويمكن أن يرتبط التعب ببعض من أعضاء الحواس في الجسم كالتعب السمعي، والتعب البصري، ويتم تصنيف التعب وفقاً لنوع العمل الذي يقوم به الفرد إلى التعب العضلي الناتج من العمل الجسمي، والتعب الذهني الناتج من العمل الذهني، وهناك

التعب المرتبط بالمرض؛ مثل التعب عند مرضى السرطان، والتعب عند مرضى القلب، وكل هذه الأنواع من التعب تشترك في خاصية واحدة وهي استنفاد قدرة الفرد وعملياته الحيوية (عبدالمطلب، 2003). ويُعرف الشعور بالتعب إجرائياً في هذه الدراسة على أنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب أو الطالبة على مقياس التعب متعدد الأبعاد المستخدمة في هذه الدراسة، وأعدّه عبدالمطلب (2003).

رابعاً - الإنجاز الأكاديمي:

يُعرف الإنجاز الأكاديمي على أنه درجة الاكتساب التي يحققها فرد أو مستوى النجاح الذي يصل إليه في مادة دراسية أو مجال تعليمي معين (علام، 2002: 305). ويُعرف عبدالرحمن العيسوي التحصيل الأكاديمي على أنه مقدار المعرفة أو المهارة التي يكتسبها الفرد نتيجة التدريب والخبرات السابقة، ويُعرف أيضاً على أنه مستوى محدد من الإنجاز، أو براعة في العمل المدرسي يقاس من قبل المعلمين، أو بالاختبارات المقررة. (العيسوي وآخرون، 2006: 13). ويُعرف الإنجاز الأكاديمي إجرائياً بأنه نتائج اختبارات الإنجاز الأكاديمي في هذه الدراسة والمعدل التراكمي العام للمقررات الدراسية المختلفة للفصل الدراسي السابق استناداً إلى سلم الدرجات المعتمد، وفقاً للقواعد الواردة في اللائحة الأساسية بكلية العلوم الاجتماعية، وذلك وفقاً لما يذكره الطالب أو الطالبة في قائمة البيانات الأولية للدراسة، ويتمثل في أربعة تقديرات، هي: امتياز وذلك لل حاصلين على درجات تراوح ما بين 90 و 100، وجيد جداً وذلك لل حاصلين على درجات تراوح ما بين 80 و 89، وجيد وذلك لل حاصلين على درجات تراوح ما بين 70 و 79، ومقبول وذلك لل حاصلين على درجات تراوح ما بين 60 و 69، ويتضح من ذلك أن متغير الإنجاز الأكاديمي يعتبر متغيراً كمياً وفقاً لدرجات الطلبة في حين يعتبر متغيراً فئوياً وفقاً لتقديرات الطلبة.

الدراسات السابقة:

في هذا الجزء سوف نقدم عدداً من الدراسات السابقة التي تتصل بموضوع الدراسة الحالية، وعلى الرغم من أن الدراسات التربوية أو النفسية التي تناولت أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب نادرة في العالم العربي، فإن الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية وزمن الرجوع كل على حدة متوافرة نسبياً، وقد رتبت الدراسات السابقة وفق التسلسل الزمني من الأقدم إلى الأحدث، يلي

عرض الدراسات المتاحة تعقيب يوضح الاستفادة منها في الدراسة الحالية، وما تضيفه الدراسة الحالية، وبعد مسح العديد من قواعد البيانات ومحركات البحث العلمي من قبل مُعدي هذه الدراسة تم التوصل إلى مجموعة من الدراسات والبحوث السابقة: العربية منها والأجنبية، تهتم بالصلابة النفسية، وزمن الرجوع، والشعور بالتعب، والتحصيل الدراسي وفيما يلي عرض لها:

دراسة مادي وكوشابا (Maddi & Koshaba, 1994): هدفت هذه الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى طلبة الجامعات، وتكونت عينة الدراسة من (157) طالباً وطالبة، واستخدم الباحثان مقياساً لمسح وجهة النظر الشخصية ويرمز له بالرمز (PVS)، ومقياس الصلابة النفسية، ومقياس بكنز لأعراض فحص الحالات الانفعالية السلبية، ومقياس الشخصية متعدد الأوجه (MMPI). وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الدرجات على مقياس الصلابة النفسية ومقياس بكنز لأعراض فحص الحالات الانفعالية السلبية، وتدعم هذه النتيجة الفرض القائل: إن الصلابة النفسية تعكس وجود محركات للصحة النفسية؛ إذ إن الصلابة النفسية صفة أساسية في الصحة النفسية.

دراسة أحمد (2002): هدفت هذه الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الإنهاك النفسي والصلابة النفسية لدى عينة من معلمي التربية الخاصة ومعلماتها. تكونت عينة الدراسة من (144): (76) معلماً، و(68) معلمة، واستخدم فيها مقياس الصلابة النفسية، ومقياس الإنهاك النفسي. وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والإنهاك النفسي، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية تجاه الذكور، بينما لم توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الإنهاك النفسي.

دراسة عبدالمطلب (2003): هدفت هذه الدراسة إلى تعرف الإحساس بالتعب لدى عينات متباينة من المجتمع وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والديموغرافية. تكونت عينة الدراسة من (600) من الأطباء والمهندسين والمعلمين، واستخدم فيها مقياس التعب متعدد الأبعاد، ومقياس أيزنك للشخصية. وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين التعب وأبعاده المختلفة والعصبية والانطواء، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين التعب وأبعاده المختلفة والعمر، ومدة الخبرة، وعدد الأولاد، وعدد ساعات العمل، والمرض، ووجود علاقة

ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التعب وأبعاده المختلفة والراحة النفسية والراحة الجسدية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الأطباء والمهندسين في التعب وأبعاده المختلفة تجاه الأطباء، ووجود فروق دالة إحصائياً بين الأطباء والمعلمين في التعب الانفعالي والسلوكي تجاه المعلمين.

دراسة الصالح والخميس (2004): هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين بعض أنواع الأساليب المعرفية والأداء المتعلق بزمان الرجع. أجريت الدراسة على (45) طالباً من طلاب جامعة الملك سعود، أعمارهم من (19-24) عاماً، واستخدم فيها مقياس تحليل الأساليب المعرفية، ومقياس زمن الرجع البصري البسيط، وزمن الرجع السمعي البسيط، وزمن الرجع البصري المعقد. توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن نوعية الأساليب المعرفية ليس لها علاقة بأداء زمن الرجع؛ وهذا يعني أنه لا توجد فروق في زمن الرجع بين الطلاب من حيث أساليبهم المعرفية.

دراسة العبدلي (2012): هدفت هذه الدراسة إلى تعرف الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية، واستخدم فيها مقياس الصلابة النفسية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط. وخلصت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين غالبية أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها: الالتزام، والتحكم، والتحدي من جهة أخرى، لدى الطلاب المتفوقين وكذلك العاديين، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين.

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد هذا العرض لعدد من الدراسات العربية والأجنبية التي تيسر للباحثين الاطلاع عليها، يتضح أن هناك اهتماماً بدراسة الصلابة النفسية لدى عينات متباينة من المجتمع، منها طلاب المدارس الثانوية وطلاب الجامعة، وتناولت الدراسات السابقة الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات، منها الإنهاك النفسي، والصحة النفسية، والمساندة الاجتماعية، وضغوط الحياة، وأعراض الاكتئاب، ومهارات مواجهة الضغوط، والتفوق الدراسي، واهتمت الدراسات السابقة أيضاً

بالشعور بالتعب وعلاقتها ببعض المتغيرات، منها: معدل ضربات القلب، ومؤشر السكتة الدماغية، ومؤشر أداء القلب، كما أوضحت دراسة عبدالمطلب (2003) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين التعب وأبعاده المختلفة والمتغيرات الآتية: العصبية، والانطواء، والعمر، ومدة الخبرة، وعدد الأولاد، وعدد ساعات العمل، والمرض، كما اهتمت الدراسات السابقة بزمن الرجوع، وبينت دراسة الصالح والخميس (2004) أنه لا توجد فروق في زمن الرجوع بين الطلاب من حيث أساليبهم المعرفية. هذا، وقد استفاد الباحثان من الدراسات السابقة في عدة أمور، منها: تعرف المتغيرات المطلوب قياسها وضبطها، والتأصيل النظري لجوانب البحث المختلفة، وتعرف الإجراءات في الميدان التجريبي، واتضح أن هناك فرصة لإضافة معلومة جديدة للتراث النفسي لشريحة مهمة في مستقبل المجتمعات. إلا أنه لا توجد دراسة تناولت أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الكويت.

فروض الدراسة:

بعد استعراض الإطار النظري للدراسة الحالية مع الإشارة إلى أهدافها ومشكلتها ونتائج الدراسات السابقة، صيغت فروض الدراسة الحالية على النحو الآتي:

1 - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

2 - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

3 - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

4 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة المتمثلة في: الصلابة النفسية، وزمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

5 - لا تسهم المتغيرات التالية: زمن الرجوع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي في التنبؤ بالصلاية النفسية لدى عينة الدراسة الكلية من الجنسين.

إجراءات الدراسة:

تتضمن إجراءات الدراسة ما يأتي: تصميم الدراسة وإجراءاتها، والمنهج المستخدم، وعينة الدراسة، ومقاييس الدراسة وخصائصها السيكمترية من ثبات وصدق، بالإضافة إلى حدود الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة البيانات لاستخلاص النتائج، وفيما يلي شرح وتوضيح لهذه الإجراءات.

أولاً - تصميم الدراسة وإجراءاتها:

تعتمد هذه الدراسة في تصميمها على أنها دراسة شبه تجريبية؛ إذ تتناول الظواهر كما هي في الواقع دون تغيير، وتتكون من المتغيرات المستقلة، وهي المتغيرات التي يُراد معرفة درجة تأثيرها وتتضمن في هذه الدراسة: الصلاية النفسية، والنوع، والمتغيرات التابعة وهي المتغيرات التي يُراد معرفة درجة تأثيرها، وتتضمن في هذه الدراسة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي، وقد أعددت مقاييس الدراسة من حيث خصائصها السيكمترية من خلال استخدام العينة الاستطلاعية، وذلك للتحقق من مناسبة أدوات الدراسة من حيث الصدق والثبات والمدة الزمنية وسلامة المفردات... إلخ، وبعد التأكد من ذلك طبق مقياس التعب متعدد الأبعاد، واختبار زمن الرجوع لدى عيني الدراسة: التجريبية والضابطة، وبعد ذلك جمعت الاستثمارات التي تحتوي على مقاييس الدراسة والبيانات الأولية من قبل طلاب الجامعة وطالبتها، وتم تصحيح المقاييس وإدخال البيانات ببرنامج (SPSS) لإخراج نتائج الدراسة وفقاً لفروضها.

ثانياً - منهج الدراسة:

المنهج المتبع في الدراسة الحالية هو المنهج شبه التجريبي؛ حيث توصف هذه الدراسة بأنها ميدانية شبه تجريبية؛ لمناسبتها للأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، وتتضمن متغيرات رئيسة، هي: المتغيرات المستقلة، وتتضمن الصلاية النفسية، والنوع. والمتغيرات التابعة وتتضمن زمن الرجوع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي، وكان التصميم شبه التجريبي المعتمد على المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة على النحو الآتي: المجموعة التجريبية الأولى، وهي من ذوي الصلاية النفسية المرتفعة، والمجموعة التجريبية الثانية، وهي من ذوي الصلاية النفسية المتوسطة، والمجموعة الضابطة، وهي من ذوي الصلاية النفسية المنخفضة.

ثالثاً - عينة الدراسة:

طبقت الدراسة كخطوة أولى على عينة استطلاعية مكونة من (100) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت، متوسط أعمارهم (23.3) عاماً، بانحراف معياري قدره (5.2) أعوام، وراوحت أعمارهم بين (19 و 30) عاماً، ويرجع المدى العمري الكبير إلى وجود طلاب عادوا إلى مقاعد الدراسة بعد سنوات من الانقطاع، وكان الهدف من استخدام العينة الاستطلاعية التحقق من مناسبة أدوات الدراسة؛ من حيث الصدق والثبات والمدة الزمنية وسلامة المفردات... إلخ، وبعد التأكد من الإجراءات السابقة طبقت استمارة التطبيق الميداني التي تتضمن البيانات الأولية والعمر والمستوى الاقتصادي والاجتماعي ومقياس الصلابة النفسية على عينة الدراسة النهائية من طلاب جامعة الكويت وطالباتها، وقسمت عينة الدراسة - وفقاً لدرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بالاستعانة بالبيانات الأولية والعمر والمستوى الاقتصادي والاجتماعي - إلى ثلاث مجموعات هي على النحو الآتي: المجموعة التجريبية الأولى، وهي من ذوي الصلابة النفسية المرتفعة، ويبلغ عدد أفرادها (60) طالباً وطالبة، ومتوسط أعمارهم (22.6) عاماً، بانحراف معياري قدره (3.7) أعوام، وراوحت أعمارهم بين (19 و 30) عاماً، والمجموعة التجريبية الثانية، وهي من ذوي الصلابة النفسية المتوسطة، ويبلغ عدد أفرادها (60) طالباً وطالبة، متوسط أعمارهم (22.5) عاماً بانحراف معياري قدره (4) أعوام، والمجموعة الضابطة، وهي من ذوي الصلابة النفسية المنخفضة، ويبلغ عدد أفرادها (60) طالباً وطالبة، متوسط أعمارهم (22.3) عاماً، بانحراف معياري قدره (3.4) أعوام، وراوحت أعمارهم بين (19 و 30) عاماً، وتم مراعاة التكافؤ بين المجموعات الثلاث في العمر والمستوى الاقتصادي، وتبلغ عينة الدراسة ككل (180) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، متوسط أعمارهم (22.5) عاماً بانحراف معياري قدره (3.7) أعوام، وراوحت أعمارهم بين (18 و 30) عاماً. ويوضح جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة بحسب النوع والعمر.

جدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة بحسب النوع والعمر

ذكور			إناث		
ن	م	ع	ن	م	ع
84	24.4	5.3	96	21.7	2.4

يوضح جدول (1) عدد أفراد العينة الأساسية للدراسة موزعة وفقاً للنوع والعمر؛ فيبلغ عدد الذكور (84)، متوسط أعمارهم (24.4) عاماً، بانحراف معياري

قدره (5.3) أعوام، ويبلغ عدد الإناث (96)، متوسط أعمارهن (21.7) عاماً، بانحراف معياري قدره (2.4) عام، ويوضح جدول (2)، وجدول (3) الفروق بين المجموعات الثلاث في العمر.

جدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المجموعات الثلاث في العمر

المتغير	الإحصاء	المجموعة التجريبية الأولى	المجموعة التجريبية الثانية	المجموعة الضابطة
العمر	م	22.6	22.3	22.5
	ع	3.7	3.4	4

(ن=60 للمجموعة الأولى، ن=60 للمجموعة الثانية، ن=60 للمجموعة الثالثة).

جدول (3)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق بين الدرجات في العمر باختلاف المجموعة

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	(ف)
العمر	بين المجموعات	3.4	2	1.7	0.12 غير دالة
	داخل المجموعات	2505.5	177	14.1	
	المجموع	2509	179		

يلاحظ من جدول (2)، وجدول (3) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في العمر؛ إذ إن قيمة (ف) غير دالة إحصائية؛ مما يعني أن المجموعات الثلاث متكافئة في العمر، وقد بلغ عدد أفراد مجتمع الدراسة الذين سحب منهم عينة الدراسة (600) طالب وطالبة.

رابعاً - أدوات الدراسة:

اشتملت أدوات الدراسة على ما يأتي:

1 - مقياس الصلابة النفسية:

أعدت هذا المقياس عادل (2011) لقياس الصلابة النفسية، ويتكون المقياس في صورته الأصلية من (43) فقرة تتعلق بالصلابة النفسية للفرد، ويطلب من

المستجيب الاستجابة ثلاث مرات لكل فقرة، المرة الأولى تدل على تكرار الشعور، وقد درجت الاستجابات من (1) إلى (3)، تدل الدرجة (1) على أن هذه الخبرة تحدث بشكل يومي، وتتدرج الاستجابات حتى تصل إلى الدرجة (3) التي تشير إلى أن هذه الخبرة لا تنطبق أبداً، ولتصحيح مقياس الصلابة النفسية أعطيت (3) درجات لمقياس الاستجابة (تنطبق دائماً)، ودرجتين لمقياس الاستجابة (تنطبق أحياناً)، ودرجة واحدة لمقياس الاستجابة (لا تنطبق أبداً)، بعد ذلك يتم حساب الدرجة الكلية للمقياس لكل فرد من أفراد العينة، وبذلك تراوح قيمة الدرجات على المقياس من (43) درجة كحد أدنى إلى (129) درجة كحد أقصى لدرجة الصلابة النفسية.

وقام الباحث باستخراج دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الأصلية، واعتمد على أكثر من نوع من أنواع الصدق، وهو صدق المحتوى؛ حيث حسب هذا النوع من الصدق من خلال عرض بنود مقياس الصلابة النفسية على مجموعة من المحكمين من ذوي التخصص، وبعد ذلك تم تعديل البنود التي اتفق غالبية المحكمين على تعديلها، ويُعد صدق المحتوى من أهم أنواع الصدق؛ إذ لا بد من تحقيقه في المقاييس النفسية، ولغرض الحصول على قوة تمييز كل فقرة من فقرات المقياس اعتمدت الباحثة على المجموعتين المتطرفتين لعينة التمييز من الطلاب والطالبات، وقد رتبت الدرجات الكلية لاستجابات العينة تنازلياً، ثم أخذت نسبة 27% من الدرجات العليا لتكون (المجموعة العليا) ونسبة 27% من الدرجات الدنيا لتكون المجموعة الدنيا، وقد تبين بعد استخدام الاختبار التائي أن جميع فقرات المقياس مميزة، وفي هذا الإجراء يكون الصدق المحكي (التلازمي) قد تحقق، بحيث عدت كل مجموعة محكاً للمجموعة الأخرى، وحسب صدق البناء العملي للمقياس؛ إذ أجري التحليل العامل الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهولتينج Holting، وتم التدوير المتعامد للبيانات بطريقة فارميكس Varmix للحصول على العوامل من خلال اختيار المفردات الأكثر تشبّعاً بعد تدويره، وأسفر التحليل العملي عن ثلاثة عوامل، هي: الالتزام، والتحدي، والتحكم، وقد تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات ارتباط المفردات بالدرجة الكلية للمقياس؛ حيث راوحت بين (0.67) و(0.85)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، وحسب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا؛ حيث بلغ (0.83)، وبطريقة إعادة الاختبار بلغ معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني (0.85)، بفاصل أسبوعين بين التطبيقين، ويدل ذلك على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات في قياس الصلابة النفسية.

وفي هذه الدراسة حسبت قيمة معامل ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية، على عينة قوامها (100) طالب وطالبة من طلاب جامعة الكويت وكلية التربية الأساسية؛ إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (0.89)، وبلغت بطريقة معادلة سبيرمان براون (0.97) وبمعادلة جتمان بلغت (0.97)، وحسبت قيمة معامل ثبات الدرجة الكلية للمقياس بطريقة معامل ألفا وبلغ (0.88)؛ ويعني ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. وقد حسب الاتساق الداخلي للمقياس على العينة السابقة نفسها، وذلك من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح جدول (4) قيم معامل الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (4)

نتائج الاتساق الداخلي لبنود مقياس الصلابة النفسية

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم البند	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم البند
**0.60	31	**0.60	16	**0.60	1
**0.60	32	**0.60	17	**0.60	2
**0.31	33	**0.34	18	**0.31	3
**0.37	34	**0.56	19	**0.37	4
**0.60	35	**0.56	20	**0.60	5
**0.60	36	**0.31	21	**0.60	6
**0.31	37	**0.37	22	**0.34	7
**0.37	38	**0.65	23	**0.54	8
**0.65	39	**0.49	24	**0.49	9
**0.49	40	**0.36	25	**0.36	10
**0.36	41	**0.51	26	**0.51	11
**0.51	42	**0.51	27	**0.51	12
**0.51	43	**0.45	28	**0.45	13
		**0.64	29	**0.64	14
		**0.49	30	**0.35	15

(ن=100). ** دالة عند مستوى (0.01).

يتضح من جدول (4) أن قيم معاملات الارتباط لبنود مقياس الصلابة النفسية راوحت بين (0.31) و(0.65)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، ويشير ذلك إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

وتم عمل الصدق التمييزي من خلال ترتيب درجات عينة الدراسة على المقياس ترتيباً تصاعدياً، وقسمت إلى أربع مجموعات (الإرباعيات)، كل مجموعة تمثل 25%، وقد تم التعامل إحصائياً مع الإرباعي الأول وهم أقل من 25% من عينة الدراسة من حيث الدرجة الكلية (ن=100) وكذلك الإرباعي الأخير وهم أعلى من 25% من عينة الدراسة من حيث الدرجة الكلية، وقد أجريت مقارنة بين هاتين المجموعتين باستخدام اختبار (ت)؛ حيث بلغت قيمة (ت) (21.5) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.001)، وبلغ المتوسط الحسابي لأصحاب الدرجات المرتفعة (107.4) بانحراف معياري قدره (4)، وبلغ المتوسط الحسابي لأصحاب الدرجات المنخفضة (98.8) بانحراف معياري قدره (2)، وهذا يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهما باتجاه أصحاب الدرجات المرتفعة، وبهذه النتيجة يتضح قدرة المقياس على التمييز بين أصحاب الدرجات المنخفضة وأصحاب الدرجات المرتفعة.

2 - مقياس التعب متعدد الأبعاد:

أعد هذا المقياس عبدالمطلب (2003)، ويتكون من (30) فقرة، أمام كل فقرة خمسة اختيارات، هي: (لا، وقليلًا، وأحيانًا، وكثيرًا، وكثيرًا جدًا)، وتصحح وفق التدرج (1، 2، 3، 4، 5)، وتعتبر الدرجة المرتفعة عن شدة أعراض التعب لدى الفرد، بينما تدل الدرجة المنخفضة على الصحة والنشاط وانخفاض أعراض التعب، وتراوح الدرجة ما بين (30) و(150)، وقد قام مُعد هذا المقياس بالتحقق من صدق المحكمين من خلال عرضه على (7) من الخبراء والمحكمين في علم النفس والطب النفسي والطب العصبي وطب الصناعات، وقد تم تقنين المقياس على عينة تبلغ (600) من الأطباء والمهندسين والمعلمين، وتم التحقق من الصدق العامي للمقياس بطريقة المكونات الأساسية لهولتينج Holting، وتدوير المحاور بطريقة فارميكس Varmix مع استخدام محك كايزر Kaiser Criterion الذي يقبل العوامل التي يزيد جذرها الكامن على الواحد الصحيح، وبعد إجراء التدوير المتعامد بطريقة فارميكس واعتبار التشعب الملائم هو الذي يبلغ (0.5) فأكثر، تم الحصول على خمسة عوامل، هي: التعب العام وهو المعبر عنه بالإرهاق الشديد في الجسم كله والخمول والكسل

والإنهاك واستنفاد الطاقة، والتعب الانفعالي وهو المعبر عنه بالضيق والحزن والإحباط والعصبية، والتعب الجسدي وهو المعبر عنه بالألم والأوجاع الجسمية والضعف، والتعب السلوكي وهو المعبر عنه بعدم إتقان العمل وإكماله وأخطاء العمل وضعف الإنتاجية وعدم القدرة على القيام بالأعمال العادية، والتعب المعرفي وهو المعبر عنه بعدم القدرة على القيام بالأعمال الذهنية، وعدم القدرة على التركيز وتشوش الفكر والنسيان، وللتأكد من ثبات المقياس قام مُعد هذا المقياس بالتحقق من ثبات المقياس من خلال إعادة تطبيق المقياس بفواصل زمني أسبوعين بين التطبيقين، وقد راوحت معاملات الثبات بين (0.93 و 0.98) للمقياس ككل والأبعاد الفرعية، وقد حسب الاتساق الداخلي من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس، وكانت معاملات الارتباط مرتفعة؛ مما يدل على تمتع المقياس بالصدق والثبات.

وفي هذه الدراسة حسبت قيمة معامل ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية على عينة، قوامها (100) طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت؛ إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (0.80)، وبلغت بطريقة معادلة سبيرمان - براون (0.85)، ومعادلة جتمان بلغت (0.85)، وحسبت قيمة معامل ثبات بطريقة معامل ألفا وبلغت (0.93)، ويعني ذلك أن المقياس ككل يتمتع بدرجة عالية من الثبات، وقد حسب الاتساق الداخلي من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، ومعاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح جدول (5) قيم معامل الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، كما يوضح جدول (6) نتائج معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (5)

نتائج الاتساق الداخلي لبنود مقياس التعب

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	0.49**	11	0.62**	21	0.55**
2	0.53**	12	0.72**	22	0.64**
3	0.54**	13	0.60**	23	0.57**

_____ أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات.....

تابع/ جدول (5)
نتائج الاتساق الداخلي لبنود مقياس التعب

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
4	**0.57	14	**0.56	24	**0.62
5	**0.59	15	**0.45	25	**0.75
6	**0.58	16	**0.47	26	**0.60
7	**0.53	17	**0.45	27	**0.56
8	**0.54	18	**0.47	28	**0.45
9	**0.52	19	**0.66	29	**0.47
10	**0.47	20	**0.47	30	**0.47

(ن=100)، ** دالة عند مستوى (0.01).

جدول (6)
نتائج معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية لمقياس التعب مع الدرجة الكلية للمقياس

مقياس التعب	الدرجة الكلية	التعب العام	التعب الانفعالي	التعب الجسدي	التعب السلوكي	التعب المعرفي
الدرجة الكلية	1					
التعب العام	**0.86	1				
التعب الانفعالي	**0.85	**0.61	1			
التعب الجسدي	**0.84	**0.70	**0.64	1		
التعب السلوكي	**0.74	**0.52	**0.56	**0.51	1	
التعب المعرفي	**0.79	**0.55	**0.62	**0.51	**0.59	1

حيث (ن=100)، ** دالة عند مستوى (0.01):

يتضح من جدول (6) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس راوحت بين (0.51) و(0.86)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، بينما يوضح جدول (5) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس راوحت بين (0.45) و (0.75)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) و(0.05)، ويشير ذلك إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من

الاتساق الداخلي. وقد تم عمل صدق المقارنة الطرفية، واستخدم الباحث الأسلوب الثاني لصدق المقارنة الطرفية من خلال ترتيب درجات الطلاب على المقياس ترتيباً تصاعدياً، وقسموا إلى أربع مجموعات (الإرباعيات)، كل مجموعة تمثل 25%، وقد تم التعامل إحصائياً مع الربع الأول وهم أقل من 25% من الطلاب من حيث الدرجة الكلية (حيث $n=100$)، وكذلك الربع الأخير وهم أعلى من 25% من الطلاب من حيث الدرجة الكلية، وقد عقدت مقارنة بين هاتين المجموعتين باستخدام اختبار (ت)؛ حيث بلغت قيمة (ت) (44.5) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.001)، وبلغ المتوسط الحسابي لأصحاب الدرجات المرتفعة (71.5) بانحراف معياري قدره (15.4)، وبلغ المتوسط الحسابي لأصحاب الدرجات المنخفضة (36.5) بانحراف معياري قدره (3.6)، وهذا يبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهما باتجاه أصحاب الدرجات المرتفعة، وبهذه النتيجة يتضح قدرة المقياس على التمييز بين أصحاب الدرجات المنخفضة، التي تمثل الربع الأول وبين أصحاب الدرجات المرتفعة التي تمثل الربع الأخير؛ وهذا ما يؤكد صدق المقياس وأنه يصلح لقياس ما وضع لقياسه فعلياً.

3 - اختبار زمن الرجع:

الغرض من هذا الاختبار هو قياس سرعة زمن الرجع التي تستجيب بها اليد للمثيرات الضوئية أو السمعية، وتتضمن أدوات الاختبار ما يأتي: جهاز الحاسوب متصلاً بالشبكة العالمية، ومنضدة، وكرسياً، وطريقة الأداء هي أن يجلس المفحوص أمام الجهاز الحاسوب بمسافة موحدة ومناسبة لمواصفاته الجسمية؛ بحيث يضع كفيه بالقرب من لوحة المفاتيح وبمسافة موحدة لجميع أفراد العينة، وقد كان الفاحص قد جهز الرابط الخاص ببرنامج زمن الرجع البسيط؛ حيث يعرض للمفحوصين طريقة عمل البرنامج على شاشة العرض في مختبر الحاسوب، ويقوم أمام الجميع باتباع الخطوات المحددة، ثم يجيب عن استفسارات المفحوصين ليتأكد من استيعاب الحاضرين لطريقة التجربة، ثم يعطى كل مفحوص الفرصة لعمل تجربة زمن الرجع كاملة، وتظهر للمفحوص علامة (×) في داخل مربع أبيض لمرات متعددة؛ بحيث يستجيب المفحوص بالضغط على مفتاح المسافة في لوحة المفاتيح، وتحسب الدرجات من خلال حساب الزمن بين وقت ظهور المثير واستجابة المفحوص له، ويمثل ذلك سرعة رد الفعل تجاه المنبه، وهي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص، ويعطى البرنامج لكل مفحوص محاولات متعددة وبأوقات متفاوتة،

ويحسب الحاسوب درجة المفحوص بحساب متوسط المحاولات، ويسجل الوقت (1/1000) من الثانية، ويعتبر الأداء على تجارب زمن الرجوع من الاختبارات الموضوعية التي تختلف عن اختبارات التقرير الذاتي، وعلى الرغم من ذلك حسبت قيمة معامل ثبات اختبار زمن الرجوع باستخدام طريقة التجزئة النصفية؛ إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (0.98)، وبلغت بطريقة معادلة سبيرمان - براون (0.98) وبمعادلة جتمان بلغت (0.97)، وحسبت قيمة معامل ثبات بطريقة معامل ألفا وبلغت (0.98)؛ ويعني ذلك أن الاختبار ككل يتمتع بدرجة عالية من الثبات، وحسب الاتساق الداخلي من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل محاولة والدرجة الكلية للمحاولات؛ إذ بلغت معاملات الارتباط (0.94، 0.92، 0.95)، وجميعها دالة عند مستوى دلالة (0.001)؛ ويشير ذلك إلى أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

خامساً - حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة فيما يأتي:

- 1 - الحدود الموضوعية: اقتصرَت هذه الدراسة على بعض المتغيرات الأساسية، وهي: العبء المعرفي، ومهارات ما وراء الذاكرة، والإنجاز الأكاديمي، والدافعية للإنجاز، والنوع لدى شريحة الدراسة المقصودة.
- 2 - الحدود المكانية: اقتصرَت الدراسة الحالية على الفئة العمرية التي تم الاستعانة بها من طلبة جامعة الكويت من كلية العلوم الاجتماعية.
- 3 - الحدود الزمانية: طُبِّقت هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول للعام 2017/2018.

- 4 - الحدود البشرية: اقتصرَت الدراسة الحالية على الفئة العمرية التي استعين بها من طلاب جامعة الكويت وطالبتها.

سادساً - الأساليب الإحصائية المستخدمة: استخدمت في الدراسة الأساليب الإحصائية الآتية:

* الإحصاء الوصفي Descriptive Statistic.

* اختبار (ت) للعينات المستقلة Independent Sample t-test.

* تحليل الانحدار المتدرج Regression Analysis.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً - نتائج الفرض الأول:

نص الفرض الأول على أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجع، والإنجاز الأكاديمي، والشعور بالتعب بأبعاده المختلفة. وقد استخدم اختبار(ت) للعينات المستقلة لحساب دلالة الفروق بين المجموعتين في متغيرات الدراسة سالفة الذكر. وجدول (7) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

جدول (7)

نتيجة اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية الأولى ودرجات المجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة

مستوى الدالة	قيمة (ت)	المجموعة الضابطة (ن = 60)		المجموعة التجريبية الأولى (ن = 60)		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
0.008	**2.7	118	341	64.7	294	زمن الرجع
0.26 غير دالة	1.1	0.41	2.98	0.54	2.8	الإنجاز الأكاديمي
0.004	**2.9	16	57.1	17.2	48.2	الدرجة الكلية للتعب
0.05	*1.99	5	13.4	5.4	11.4	التعب العام
0.024	*2.2	4.6	11.8	4.5	9.9	التعب الانفعالي
0.041	*2.06	3.3	11.2	4.1	9.8	التعب الجسدي
0.001	**3.5	2.8	9.9	2.8	8	التعب السلوكي
0.01	**2.5	4.4	10.8	3.4	9	التعب المعرفي

** دالة عند مستوى 0.01، * دالة عند مستوى 0.05.

يتضح من جدول (7) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الأولى (نوي الصلابة النفسية المرتفعة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة) في زمن الرجع، وذلك تجاه المجموعة الضابطة؛ إذ كانت (ت) المحسوبة تساوي (2.7)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية نجد أن زمن الرجع يكون أسرع لدى المجموعة التجريبية

الأولى (نوي الصلابة النفسية المرتفعة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة)، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى (نوي الصلابة النفسية المرتفعة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة) في الشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، وذلك تجاه المجموعة الضابطة؛ إذ كانت (ت) المحسوبة دالة في كل الحالات عند مستوى دلالة (0.01)، و(0.05)، ويتضح من ذلك ارتفاع الدرجة على مقياس التعب وأبعاده المختلفة المتضمنة: التعب العام، والتعب الانفعالي، والتعب الجسدي، والتعب السلوكي، والتعب المعرفي لدى الطلاب والطالبات نوي الصلابة النفسية المنخفضة مقارنة بالطلاب والطالبات نوي الصلابة النفسية المرتفعة، وتبين نتائج هذا الفرض أيضاً أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى (نوي الصلابة النفسية المرتفعة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة) في الإنجاز الأكاديمي.

ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض في ضوء ما أكدته توماس (Thomas, 1998) من أن الأفراد الذين يتميزون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطاً وتحملاً للأعباء، ومواجهة الضغوط النفسية، وأنهم أكثر قدرة على التحكم والتحدي، وهم على النقيض من الأفراد الذين ليس لديهم صلابة نفسية. وتبين كوبازا (Kobasa, 1979) أن الأشخاص الأكثر صلابة، هم أكثر صموداً ومقاومة وإنجازاً وضبطاً داخلياً وقيادة ومبادأة ونشاطاً ودافعية، وتخفف الصلابة النفسية من وقع الضغوط النفسية على الصحة النفسية والجسمية؛ فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط النفسية ولا يمرضون. وهذا ما أكدته نتائج هذا الفرض؛ إذ إن الطلاب والطالبات الأكثر صلابة نفسية أسرع في رد الفعل على المنبهات؛ أي أن زمن الرجوع لديهم قليل، كما أنهم أقل شعوراً بالتعب بمختلف أنواعه مقارنة بالطلاب والطالبات الذين ليس لديهم صلابة نفسية. ومن خلال استعراض الدراسات السابقة لم نجد أي دراسة تناولت الفروق بين نوي الصلابة النفسية المرتفعة ونوي الصلابة النفسية المنخفضة في زمن الرجوع والتعب، لذلك تم البحث عن دراسات سابقة نتائجها قريبة من الدراسة الحالية، ومن هذه الدراسات دراسة أحمد (2002) التي بينت وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والإنهاك النفسي، كما بينت دراسة مادي وكوشابا (Maddi & Koshaba, 1994) وجود علاقة سلبية بين الدرجات على مقياس الصلابة النفسية ومقياس بكنز لأعراض فحص الحالات الانفعالية السلبية، وتدعم هذه النتيجة الفرض القائل إن الصلابة النفسية

تعكس وجود محركات للصحة النفسية؛ حيث إن الصلابة النفسية صفة أساسية في الصحة النفسية. وتتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة جيرسون (Gerson, 1998) التي بينت أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها أقل تأثيراً مقارنة بالطلاب الذين لم يحصلوا على درجة عالية في الصلابة النفسية. وبهذه النتيجة نستطيع الإشارة إلى رفض معظم حالات الفرض الأول من الدراسة، الذي نص على أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والإنجاز الأكاديمي، والشعور بالتعب بأبعاده المختلفة.

ثانياً - نتائج الفرض الثاني:

نص الفرض الثاني على أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والإنجاز الأكاديمي، والشعور بالتعب بأبعاده المختلفة. وقد استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة لحساب دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية الثانية ودرجات المجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة سالفة الذكر. وجدول (8) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

يتضح من جدول (8) أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية (نوي الصلابة النفسية المتوسطة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة) في زمن الرجوع، وذلك تجاه المجموعة الضابطة؛ إذ كانت (ت) المحسوبة تساوي (3)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية نجد أن زمن الرجوع يكون أسرع لدى المجموعة التجريبية الثانية (نوي الصلابة النفسية المتوسطة) مقارنة بالمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة)، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية (نوي الصلابة النفسية المتوسطة) والمجموعة الضابطة (نوي الصلابة النفسية المنخفضة) في الشعور بالتعب وأبعاده المختلفة؛ إذ كانت (ت) المحسوبة غير دالة في كل الحالات، ولا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين في الإنجاز الأكاديمي.

أثر الصلابة النفسية في زمن الرجوع والشعور بالتعب في ضوء بعض المتغيرات.....

جدول (8)

نتيجة اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية الثانية ودرجات المجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة

المتغيرات	المجموعة التجريبية الثانية (ن = 60)		المجموعة الضابطة (ن = 60)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
زمن الرجوع	290.9	45	340.9	118	3**	0.003
الإنجاز الأكاديمي	2.9	0.46	2.98	0.41	0.50	0.61 غير دالة
الدرجة الكلية للتعب	52.2	17.7	57.1	16	1.6	0.11 غير دالة
التعب العام	12.2	5.7	13.4	5	1	0.28 غير دالة
التعب الانفعالي	10.5	4.7	11.8	4.6	1.4	0.14 غير دالة
التعب الجسدي	10.2	4	11.2	3.3	1.4	0.16 غير دالة
التعب السلوكي	9.4	3	9.9	2.8	0.85	0.40 غير دالة
التعب المعرفي	9.6	3.6	10.8	4.4	1.6	0.10 غير دالة

** دالة عند مستوى 0.01، * دالة عند مستوى 0.05.

ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض الخاص بوجود فروق بين ذوي الصلابة النفسية المتوسطة وذوي الصلابة النفسية المنخفضة في زمن الرجوع في ضوء أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمتوسطة يتميزون بالمتابعة والصمود في الأداء على أي عمل، ويعتبر زمن الرجوع أحد محكات الأداء الكفاء الذي يتسم بالسرعة والدقة معاً؛ فعندما يتم تقويم أي أداء عقلي أو عضلي أو نفسي يمكن قياسه من خلال السرعة؛ أي في ضوء ما أنجزه المفحوص خلال فترة زمنية معينة، ومن خلال الدقة في ضوء عدد الأخطاء التي وقع فيها الشخص في أثناء فترة زمنية معينة، ومن خلال المتابعة في ضوء تغلب المفحوص على العقبات التي

واجهته حتى يصل إلى الحل الصحيح أو التوافق الجيد الإيجابي، ويمكن استخدام زمن الرجوع كمتغير تابع في قياس سرعة المفحوص أو عدد الوحدات التي يمكن أدائها في وحدة الزمن. وتختلف نتائج هذه الدراسة الخاصة بعدم وجود فروق بين ذوي الصلابة النفسية المتوسطة وذوي الصلابة النفسية المنخفضة في الإنجاز الأكاديمي، مع نتائج دراسة العبدلي (2012) التي بينت وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين. وبهذه النتيجة نستطيع الإشارة إلى قبول معظم حالات الفرض الثاني من الدراسة الذي نص على أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والإنجاز الأكاديمي، والشعور بالتعب بأبعاده المختلفة.

ثالثاً - نتائج الفرض الثالث:

نص الفرض الثالث على أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي. وقد استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة لحساب دلالة الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة سائلة الذكر. وجدول (9) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

يتضح من جدول (9) أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية الأولى (ذوي الصلابة النفسية المرتفعة) والمجموعة التجريبية الثانية (ذوي الصلابة النفسية المتوسطة) في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب ومعظم أبعاده، والإنجاز الأكاديمي؛ إذ كانت (ت) المحسوبة غير دالة في كل الحالات، بينما توجد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين في التعب السلوكي، وذلك تجاه المجموعة التجريبية الأولى (ذوي الصلابة النفسية المتوسطة)؛ إذ كانت (ت) المحسوبة تساوي (2.5)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.01)، ويدل ذلك على أن الطلاب والطالبات ذوي الصلابة النفسية المتوسطة أكثر شعوراً بالتعب السلوكي مقارنة بالطلاب والطالبات ذوي الصلابة النفسية المرتفعة. ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض في ضوء أن المجموعة التجريبية الأولى وهم من ذوي الصلابة النفسية المرتفعة، لا تختلف بدرجة كبيرة عن المجموعة التجريبية الثانية، وهم من ذوي الصلابة النفسية المتوسطة، فدرجاتهما على مقياس الصلابة النفسية متقاربة، وهذا ما يبين عدم وجود فروق بينهما في متغيرات الدراسة سائلة الذكر، ما عدا التعب

السلوكي؛ إذ يعتبر من المتغيرات التي تميز الطلاب والطالبات ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والطلاب والطالبات ذوي الصلابة النفسية المتوسطة، وهو يعبر عن عدم إتقان العمل وإكماله وأخطاء العمل وضعف الإنتاجية وعدم القدرة على القيام بالأعمال العادية. وبهذه النتيجة نستطيع الإشارة إلى قبول معظم حالات الفرض الثالث من الدراسة، الذي نص على أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة المتضمنة: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

جداول (9)

نتيجة اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية الأولى ودرجات المجموعة التجريبية الثانية في متغيرات الدراسة

المتغيرات	المجموعة التجريبية الأولى (ن = 80)		المجموعة التجريبية الثانية (ن = 80)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
زمن الرجوع	294	64.7	290.9	45	0.27	0.78 غير دالة
الإنجاز الأكاديمي	2.8	0.54	2.9	0.46	61	0.54 غير دالة
الدرجة الكلية للتعب	48.2	17.2	52.2	17.7	1.2	0.21 غير دالة
التعب العام	11.4	5.4	12.2	5.7	0.79	0.42 غير دالة
التعب الانفعالي	9.9	4.5	10.5	4.7	0.79	0.44 غير دالة
التعب الجسمي	9.8	4.1	10.2	4	0.64	0.52 غير دالة
التعب السلوكي	8	2.8	9.4	3	2.5**	0.01
التعب المعرفي	9	3.4	9.6	3.6	0.92	0.35 غير دالة

** دالة عند مستوى 0.01.

رابعاً - نتائج الفرض الرابع:

نص الفرض الرابع على أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة المتضمنة: الصلابة النفسية، وزمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي. وقد استخدم اختبار (ت) للعينات المستقلة لحساب دلالة الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة سألقة الذكر. وجدول (10) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

جدول (10)

نتيجة اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	إناث (ن = 96)		ذكور (ن = 84)		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
0.001	***3.9	7.4	96.4	8.2	101	الصلابة النفسية
0.01	***2.4	87.8	322.8	78.4	292	زمن الرجوع
0.001	***3.9	0.40	3	0.50	2.8	الإنجاز الأكاديمي
0.03	***2.1	18.2	55	15.2	49.6	الدرجة الكلية للتعب
0.15 غير دالة	1.4	5.7	12.8	4.8	11.7	التعب العام
0.17 غير دالة	1.6	5.1	11.4	3.9	10.1	التعب الانفعالي
0.01	***2.4	4.2	11	3.3	9.7	التعب الجسدي
0.11 غير دالة	1.5	3.1	9.4	2.8	8.7	التعب السلوكي
0.06 غير دالة	1.8	3.8	10.4	3.7	9.2	التعب المعرفي

*** دالة عند مستوى 0.01، * دالة عند مستوى 0.05.

يتضح من جدول (10) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية، وذلك تجاه الذكور؛ إذ كانت (ت) المحسوبة تساوي (3.9)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وتوجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في زمن الرجوع والإنجاز الأكاديمي، وذلك تجاه الإناث؛ إذ كانت (ت) المحسوبة في كلتا

الحالتين دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وتوجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الدرجة الكلية للتعب والتعب الجسمي، وذلك تجاه الإناث؛ إذ كانت (ت) المحسوبة في كلتا الحالتين دالة عند مستوى دلالة (0.01) و(0.05)، بينما لا توجد فروق بينهما في التعب العام، والتعب الانفعالي، والتعب السلوكي، والتعب المعرفي؛ إذ كانت (ت) المحسوبة غير دالة إحصائياً في كل الحالات.

ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض الخاصة بوجود فروق بين الذكور والإناث في الإنجاز الأكاديمي تجاه الإناث في ضوء أن الذكور يمارسون حياتهم بحرية كاملة متخذين من طبيعتهم الذكورية معياراً لاتخاذ قراراتهم وممارسات حياتهم والخروج مع أصحابهم والسفر والمشاركة في الملتقيات والفعاليات المجتمعية المختلفة، بعكس الإناث اللاتي ما زلن مقيّداتٍ إلى درجة ملحوظة في هذا النظام الاجتماعي؛ حيث إنهنّ ما زلن لا يملكن العديد من قراراتهنّ المصيرية كالزواج، واختيار تخصّصهنّ الدّراسي والجامعي، أو الخروج والمشاركة في العديد من البرامج والملتقيات المجتمعية...إلخ، وتكون مثل هذه القرارات بأيدي أسرهنّ، وعليه فإنّ مثل هذه المنظومة الاجتماعية جعلت الإناث يبقين في البيت لمدة أطول من الذكور، ومن ثمّ تمّ استغلال هذا البقاء الطويل في البيت في الدّراسة والتّحصيل العلمي، وممارسة الهوايات المنزلية...إلخ، ومثل هذه التّنشئة لا بدّ أن تنعكس على مختلف جوانب شخصيّة الإناث، ومنها الجوانب المعرفيّة والتّحصيليّة؛ وهو ما نتج عنه تركيزهنّ بصورة أكبر من الذكور في الدّراسة والتّحصيل الدّراسي، ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض الخاصة بوجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية تجاه الذكور في ضوء أن الذكور أكثر قدرة على التحمل والصبر والالتزان الانفعالي والمثابرة مقارنة بالإناث؛ بسبب طبيعتهم الفسيولوجية والنفسية التي تختلف عن الذكور، وتتفق نتائج هذا الفرض الخاصة بوجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية تجاه الذكور مع نتائج دراسة مخيمر (1997) التي بينت وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لصالح الذكور، كما تتفق مع نتائج دراسة أحمد (2002) التي بينت أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية تجاه الذكور، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الإنهاك النفسي. وبهذه النتيجة نستطيع الإشارة إلى رفض معظم حالات الفرض الرابع من الدراسة

الذي نص على أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة المتضمنة: الصلابة النفسية، وزمن الرجع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي.

خامساً - نتائج الفرض الخامس:

نص الفرض الخامس على أنه لا تسهم المتغيرات التالية: زمن الرجع، والشعور بالتعب، والإنجاز الأكاديمي في التنبؤ بالصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الكلية من الجنسين. وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم تحليل الانحدار المتدرج للتنبؤ بالصلابة النفسية من خلال المتغيرات سألقة الذكر لدى عينة الدراسة الكلية. وجدول (11) يوضح ما تم التوصل إليه من نتائج.

جدول (11)

ملخص لنتائج تحليل الانحدار المتدرج لإمكانية مساهمة زمن الرجع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي في التنبؤ بالصلابة النفسية

المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	معامل بيتا (Beta)	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	نسبة التفسير R ²
التعب السلوكي	0.77	0.19	0.28	3.9	0.001	0.082
زمن الرجع	0.27	0.007	0.27	3.8	0.001	0.077
الدرجة الكلية للتعب	0.10	0.035	0.21	2.9	0.003	0.048
الإنجاز الأكاديمي	0.49	1.2	0.028	.037	0.70 غير دالة	0.001
التعب العام	0.21	0.11	0.14	1.8	0.06 غير دالة	0.020
التعب الانفعالي	0.33	0.13	0.18	2.5	0.01	0.035
التعب الجسدي	0.26	0.15	0.12	1.7	0.09 غير دالة	0.016
التعب المعرفي	0.42	0.15	0.19	2.6	0.008	0.039
النموذج						قيمة مربع (R) = 0.162
قيمة (ف) 4.7***						قيمة مربع (R) = 0.162

(ن=180)، *** دالة عند مستوى 0.01، * دالة عند مستوى 0.05.

يوضح جدول (11) أن (16.2%) من التباين في الصلابة النفسية أمكن التنبؤ بها باستخدام نموذج التنبؤ (Prediction Model) وكما هو واضح في هذا النموذج ذي الدلالة إحصائية (ف=4.7) عند مستوى دلالة (0.01)، ولتعرف مدى مساهمة كل متغير في تباين الصلابة النفسية، أظهرت نتائج تحليل الانحدار المتدرج أن التعب السلوكي يفسر ما نسبته (8.2%) من التباين في الصلابة النفسية؛ إذ بلغت قيمة (ت) (3.9)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، ويعتبر متغير التعب السلوكي منبئاً قوياً بالصلابة النفسية، كما أن زمن الرجوع يفسر ما نسبته (7.7%) من التباين في الصلابة النفسية؛ إذ بلغت قيمة (ت) (3.8) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، ولم يكن للمتغيرات الآتية: الدرجة الكلية للإنجاز الأكاديمي، والتعب العام، والتعب الجسدي، والتعب الانفعالي، والتعب المعرفي، والدرجة الكلية للتعب دور في تفسير تباين الصلابة النفسية، ويتضح من ذلك أن للتعب السلوكي وزمن الرجوع دوراً في التنبؤ بالصلابة النفسية، ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض الخاصة بمساهمة التعب السلوكي وزمن الرجوع في التنبؤ بالصلابة النفسية في ضوء أن عدم الشعور بالتعب السلوكي الذي يرتبط بالقدرة على تحمل العمل والأعمال اليومية وعدم وجود أخطاء في العمل، يعبر ذلك عن الصلابة النفسية المرتفعة لدى الفرد، بينما يعبر الشعور بالتعب السلوكي عن انخفاض الصلابة النفسية لدى الفرد، كما أن سرعة رد الفعل تجاه المنبهات المتمثلة في زمن الرجوع تعبر عن الصلابة النفسية المرتفعة لدى الفرد. وبهذه النتيجة نستطيع القول إنه تم قبول جزئي للفرض الخامس من الدراسة الذي نص على أنه لا تسهم المتغيرات التالية: زمن الرجوع، والشعور بالتعب وأبعاده المختلفة، والإنجاز الأكاديمي في التنبؤ بالصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الكلية من الجنسين.

المراجع

- أحمد، سيد. (2002). الإنهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. *مجلة كلية التربية، جامعة طنطا*، 31(1)، 384-414.
- بشير، معمريه (2009). *مصدر الضبط والصحة النفسية*. القاهرة: المكتبة العصرية.
- حسين، طه عبد العظيم؛ وحسين، سلامة. (1997). *إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية*. عمان: دار الفكر.
- حمادة، لؤلؤة؛ وعبد اللطيف، حسن. (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة. *مجلة الدراسات النفسية*، 2(12)، 229-272.
- حمزة، جيهان أحمد. (2002). *دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل*. [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- الدسوقي، كمال. (1990). *نخيرة علوم النفس*. القاهرة: مطابع الأهرام التجارية.

رسلان. شاهين. (2010). *العمليات المعرفية للعاديين وغير العاديين*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

سلامة، ممدوح. (1996). *مقدمة في علم النفس*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
السيد، عبدالمنعم. (2007). *أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية*. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 1(21)، 157-201.

الصالح، نزار بن حسين؛ والخميس، خالد بن عبدالله. (2004). *العلاقة بين زمن الرجوع وبعض الأساليب المعرفية*. مجلة رسالة التربية وعلم النفس، الجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، 24(2)، 169-187.

صلاح الدين، نهال؛ وعبدالحمد، هدى (2005). *العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وإدراك النجاح للأعبى الأنشطة الرياضية وذوي الاحتياجات الخاصة*. مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، 3(20)، 207-253.

طه، فرج عبدالقادر. (1992). *علم النفس الصناعي والتنظيمي*. القاهرة: دار المعارف.
طه، فرج عبدالقادر. (2003). *موسوعة علم النفس والتحليل النفسي*. القاهرة: دار غريب للنشر.
عادل، تنهيد فاضل. (2011). *الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية*. الموصل: مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، 1(26)، 168-233.

عباس، مدحت. (2010). *الصلابة النفسية كمنبئ برفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية*. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، 1(26)، 168-236.
عبدالخالق، أحمد محمد. (1981). *زمن الرجوع البصري: دراسة في علم النفس التجريبي*. القاهرة: دار المعارف.

العبدلي، خالد بن محمد بن عبد الله. (2012). *الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

عبدالمطلب، عبدالقادر عبدالمطلب. (2003). *الإحساس بالتعب لدى عينات متباينة من المجتمع وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والديموغرافية*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

العطوي، حنان صالح. (2014). *علاقة الصلابة النفسية بالتفاؤل والأمل والشكاوى البدنية لدى عينة من المعلمين والمعلمات في المملكة العربية السعودية*. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

عكاشة، أحمد. (1998). *الطب النفسي المعاصر*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
علام، صلاح الدين محمود. (2002). *القياس والتقويم التربوي والنفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

علاوي، محمد حسن. (2002). *علم نفس التدريب والمنافسة والرياضة*. القاهرة: دار الفكر العربي.
العيسوي، عبدالرحمن؛ والزعلابي، محمد السيد؛ والجسماني، عبدالعلي. (2006). *القدرات العقلية*

وعلاقتها الجبلية بالتحصيل الدراسي. سلطنة عمان: منشورات وزارة التربية والتعليم.

غنيم، محمد أحمد. (2003). *الاتجاهات الحديثة في بحوث مشكلات تقويم التحصيل الدراسي* (ورقة عمل) مقدمة إلى اللجنة العلمية الدائمة لعلم النفس التربوي والصحة النفسية جامعة الزقازيق كلية التربية، بنها.

القرشي، عبد الفتاح؛ والصبوة، محمد نجيب. (1994). *التجريب في علم النفس*. القاهرة: دار القلم للنشر والتوزيع.

مخيمر، عماد. (1997). *الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي*. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 7 (2)، 45-80.

مخيمر، عماد محمد. (1996). إدراك القبول / لرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طالب الجامعة. مجلة الدراسات النفسية، 4(6)، 275-299.

Andrykowski MA., Schmidt JE., Salsman JM., Beacham AO., Jacobsen PB. (2005). *Use of a case definition approach to identify cancer-related fatigue in women undergoing adjuvant therapy for breast cancer*. J Clin Oncol, 23:6613-6622.

Beauducel, A. & Brocke, B. (1993). Intelligence and speed of information processing: further results and questions on Hicks paradigm and beyond. *Journal of Personality and Individual Differences*, 15(6), 627-636.

Gerson, M. (1998). The relationship between hardiness, coping skills, and stress in a graduate student. *Dissertation Abstracts International Section B*, 59(30), 521-539.

Green, S., Grant, A., & Rynsaardt, J. (2007). Evidence-based life coaching for senior high school students: Building hardiness and hope. *International Coaching Psychology Review*. (2), 112-122.

Kobasa, S, C. (1979). Stressful the events personality and health: An inquiry in hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.

Kopasa, S, C.(1982). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(4), 839-850

Lambert, V. A. (2007). Predictors of physical and mental health in hospital nurses within the peoples Republic of China. *Journal of International Nursing*, 54(1), 85-91.

Maddi. S. & Koshaba, M. (1994). Hardiness and mental health. *Journal of personality Assessment*, 63(2), 265-274.

Maddi, S.R. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3), 279-298.

National Institute for Health and Clinical Excellence. (2007). *Guideline 53: Chronic fatigue syndrome/myalgic encephalomyelitis (or encephalopathy)*. London, ISBN1-84629-453-3.

Nelesen, R., Dar, Y., Thomas, K., & Dimsdale, E. (2008). *The relationship between fatigue and cardiac functioning*. National Institutes of Health, DOI:10.1001/archinte.168.9.943.

Patrick, DL., Ferketich SL., Frame PS., et al. (2002). *National Institutes of Health State-*

of-the-Science Conference Statement: Symptom Management in Cancer: Pain, Depression, and Fatigue. July 15-17, 2002. J Natl Cancer Inst. 2003; 95: 1110-117.

- Taylor & Shaunna, L. (1990). An analysis of a relaxation stress control program in an alternative elementary school. *Dissertation Abstracts International*, 35-50, pp1402.
- Thomas, S, T. (1998). Disaster Workers: Coping and hardiness. *Dissertation Abstracts International*, 54,(11), 1-12.

قدم في: يونيو 2018
أجيز في: يوليو 2019

