الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

(مراجعة بحثية)

إعداد

هيفاء ناصر ماجد السميري

حاصلة على ماجستير الآداب في الإرشاد النفسي

كلية التربية- جامعة حائل

ملخص

هدف البحث الحالي إلى عمل مراجعة بحثية للبحوث التي تناولت الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات، في الفترة ما بين عامي ٢٠٢١ و ٢٠٢٤م، واستخدم البحث المنهج الوصفي، حيث تضمن مراجعة (٣٣) بحثاً، من حيث المنهج البحثي، وعينة الدراسة، والمتغيرات المصاحبة، والنتائج. وأظهرت نتائج المراجعة البحثية أن (٢١%) من الدراسات اتبعت المنهج التجريبي، بينما (٧٩%) منها اتبعت المنهج الوصفي، وتنوعت عينات الدراسات ما بين طلاب فقط (١٨%) وطالبات فقط (١٥%) وطلاب وطالبات (٦٧%)، كما تنوعت المتغيرات المصاحبة ما بين متغيرات أكاديمية (١٥%) ومتغيرات نفسية (٧٣%) ومتغيرات أكاديمية ونفسية معاً (١٢%)، وأظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفع في (١٥%) من الدراسات التي تضمنتها المراجعة، ومتوسط في (١٥%)، ومنخفض في (٦%)، وغير محدد في (٦٤%) منها. وقد تمت مناقشة النتائج، وتقديم توصيات وبحوث مستقبلية مقترحة بنهاية المراجعة البحثية.

الكلمات المفتاحية: صلابة نفسية، المرحلة الجامعية، المنهج الوصفي، المنهج التجريبي، عينة الدراسة، نتائج الدراسة، المتغير المستقل، المتغير التابع.

مقدمة:

تتأثر الدراسة الجامعية بالعديد من العوامل، ويترتب على هذه العوامل نجاح الطالب في اجتياز المرحلة الجامعية، وربما تعرض الطلبة لضغوط نفسية متنوعة، تنتج عن الانتقال من الدراسة الثانوية للدراسة الجامعية، أو تغيير مكان الإقامة، أو مفارقة الأهل، أو مفارقة الأصدقاء القدامى، أو الخوف من الفشل، وغيرها من العوامل المؤدية للضغط النفسي على الطالب الجامعي. وإذا كانت الجامعة هي قمة الهرم في السلم التعليمي فإن طلبة الجامعة يحتاجون بالضرورة إلى الدراسة في بيئة دراسية مناسبة تساعدهم قدر الإمكان على تحقيق صحة نفسية جيدة ودافعية مرتفعة لكي يحققوا الأهداف التربوية التي تسعى الجامعة إلى تحقيقها (يوسف، نيفين، ٢٠٢٢).

ومن جهة أخرى فإن مواجهة هذه الضغوط النفسية تختلف من طالب لآخر، وفقاً لمتغيرات متعددة ربما تتمثل في جنس الطالب (ذكر أو أنثى)، أو الدعم النفسي المقدم للطالب، وغير ذلك من المتغيرات، وغالباً ما يتمكن الطلبة ذوو الصلابة النفسية من التعامل مع الضغوط النفسية تعاملًا ملائمًا في المرحلة الجامعية، والصلابة النفسية مهمة لطلبة الجامعة لأنها قد تساعدهم على تكوين أساليب مناسبة لمواجهة الضغوط النفسية، كما أكدت على ذلك نتائج دراسة "العاتي" ٢٠٢٠، كما تسهم الصلابة النفسية في تنمية اليقظة الذهنية لدى طلبة الجامعة؛ حيث دلت على ذلك نتائج دراسة "العازمي" ٢٠٢١، وقد أكدت غير دراسة على أهمية الصلابة النفسية لمساعدة طلبة الجامعة على التعايش مع مرحلة دراستهم الجامعية، ومنها دراسة السيد، آمنة؛ وصبري؛ إيمان، ٢٠٢٢ التي أكدت على أن الصلابة النفسية دوراً مهماً في تقليل الاكتئاب وضغوط الحياة التي قد يتعرض لها الطالب الجامعي.

ويعتبر علماء النفس أن الصلابة النفسية من العوامل المهمة والحيوية للشخصية الإنسانية، فهي عامل حاسم في تحسين الأداء النفسي والصحة العقلية والجسدية، وكذلك الحفاظ على السلوكيات، وقد تمت دراسة هذا العامل على نطاق واسع في أعمال العالم "كوبازا"، حيث اتضح أن الصلابة النفسية وفقاً لكوبازا لها أبعاد عدة، أبرزها الالتزام والتحدي والسيطرة، وقد اتفق أغلب الباحثين مع "كوبازا" في ذلك، كما تم ذكر الصلابة النفسية كعامل مهم في تفسير سبب قدرة بعض الأشخاص على مقاومة الضغوط وعدم الإصابة بالمرض؛ مما جعل

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

الصلابة النفسية مجالاً خصباً للتطبيق، والبحث المستمر والممارسة (الكيلاني، خلود؛ والحسيني، حسين؛ وزيدان، أكرم، ٢٠١٥: ٢٩٩).

مشكلة البحث:

يتعرض الطلبة للعديد من المتغيرات النفسية والبيئية التي قد تؤثر على نشاطهم وأدائهم الدراسي وتحول بينهم وبين تحقيق أهدافهم التعليمية (يوسف، نيفين، ٢٠٢٢)، وتعتبر الصلابة النفسية أحد المتغيرات الأساسية التي تعبر عن مجموعة من السمات الشخصية التي تحد من التأثيرات غير الصحية الناتجة عن الضغوط بأنواعها (كواش، منيرة، ٢٠٢٢: ٣٠٢). ورغم وجود العديد من الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية، سواء كدراسات تجريبية من جهة، كما في دراسات كل من "توني، سهير؛ وعبد الجواد وفاء، ٢٠٢٢؛ حول استخدام برنامج قائم على تطبيقات الذكاء الاصطناعي لتحسين الصلابة النفسية، و"ياسمين، أحمد، ٢٠٢٢ حول استخدام برنامج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية؛ أو كدراسات وصفية، من جهة أخرى كما في دراسة "شحاتة، إبراهيم؛ ومبروك، دينا، ٢٠٢٢ حول الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات؛ ودراسة "حاج-قدور، جميلة؛ وناصر، حليمة"، ٢٠٢٣ حول الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة؛ ودراسة "الطيار، خالد، ٢٠٢٤ حول الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة، ودراسة "طالب، حبيب، ٢٠٢٤ حول الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز؛ إلا أنه لا توجد مراجعات بحثية تضمنت الصلابة النفسية على مستوى المرحلة الجامعية في المراجعات البحثية العربية، في حدود اطلاع الباحثة، وهو ما يشكل ثغرة بحثية في تلك المراجعات.

حيث يحتاج الباحثون في هذا الصدد إلى المراجعات البحثية من آن لآخر لتوضيح مجمل ما توصلت إليه الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية خلال فترة زمنية محددة، مما قد يساعد الباحثين في توجيه دراساتهم المستقبلية في هذا الميدان، ومما يسهم في توضيح أهم التوجهات التي توجهت إليها نتائج الدراسات السابقة في هذا الصدد، وبالتالي فإن وجود مراجعة بحثية مستمرة للبحوث التي تناولت الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية مهم لتوفير الرؤية الكافية للباحثين في هذا المجال، وهذا ما تستهدف المراجعة البحثية تحقيقه.

تساؤلات البحث:

تتمثل تساؤلات البحث فيما يلي:

١. ما هي مناهج البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟
٢. ما هي عينات البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟
٣. ما هي متغيرات البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟
٤. ما هي نتائج البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟

أهداف البحث:

تتمثل أهداف البحث فيما يلي:

١. تحديد أنواع مناهج البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية.
٢. تحديد طبيعة عينات البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية.
٣. تحديد أكثر متغيرات البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية.
٤. تحديد أهم نتائج البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

- تسهم الدراسة النظرية للصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة في محاولة التوصل إلى فهم أفضل للاحتياجات والتحديات التعليمية لديهم.
- سعت هذه الدراسة لفهم الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة لضمان مشاركتهم بفعالية في العملية التعليمية.
- تسلط الدراسة الضوء على توفير المعلومات اللازمة حول الصلابة النفسية والتي يمكن أن تساعد على تحسين جودة التعلم لدى طلبة الجامعة، مما يسهم في تحفيزهم وتعزيز إيجابيتهم.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- تبصير طلبة الجامعة بأهمية التحلي بالصلابة النفسية لمواجهة العقبات في المواقف التعليمية المختلفة.

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

– يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في إعداد برامج إرشادية لتنمية مهارات الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

مصطلحات البحث:

الصلابة النفسية:

تُعرف الصلابة النفسية بأنها الالتزام، بقيم وأهداف الحياة اتجاه الذات واتجاه الآخرين، مع الشعور بالتحكم في مجريات الأحداث المعاشة والاستمتاع بتحدي صعوبات الحياة (كواش، منيرة، ٢٠٢٢: ٣٠٢).

وتعرفها الباحثة إجرائيًا بأنها "المتغير البحثي المراد دراسته في المراجعة البحثية الحالية من حيث مناهج وعينات ومتغيرات ونتائج البحث التي تضمنتها دراسات الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة في الدول العربية وفي الدراسات المنشورة باللغة العربية في الفترة ما بين عامي ٢٠٢١، و٢٠٢٤م".

طلبة الجامعة:

يُعرف طلبة الجامعة بأنهم الأفراد الذين حصلوا على شهادة إتمام الدراسة الثانوية (أو البكالوريا)، وانتقلوا إلى الجامعة لتلقي التعليم أو التدريب في أحد التخصصات التي تناسب ميولهم ورغباتهم حتى يتمكنوا من تولي وظائفهم في المستقبل بأفضل صورة ممكنة تخدم مجتمعهم (رافع؛ وخلاف، ٢٠٢١: ٥١).

وتعرف الباحثة "طلبة الجامعة" إجرائيًا بأنهم: الطلبة المنتظمون بالدراسة في المؤسسات التعليمية التي تلي مرحلة المدرسة الثانوية، سواء المنتظمون في الكليات أو المعاهد أو الجامعات الحكومية والخاصة في البلدان العربية؛ حيث تقتصر الدراسة على طلبة الجامعات بالدول العربية.

الإطار النظري:

تعتبر الصلابة النفسية من أهم العوامل التي تمكن الفرد من التعامل بإيجابية مع ضغوط الحياة التي يواجهها، فالأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من الصلابة النفسية أقل

عرضة للإصابة بالأمراض النفسية أو الجسدية الناتجة عن تعرضهم لضغوط الحياة (العنزي، ٢٠١٨: ٢٠٣).

وتتكون الصلابة النفسية من عدة أبعاد، تمت الإشارة إليها من قبل "الكيلاني، خلود؛ والحسيني، حسن؛ وزيدان، أكرم، ٢٠١٥: ٣٠٣) على النحو التالي:

-الإلتزام.

-التحكم.

-التحدي.

-الصبر.

-الإيمان بالقضاء والقدر.

والطالب الجامعي -كما سبقت الإشارة- هو الشخص الذي حصل على شهادة إتمام الدراسة الثانوية (أو البكالوريا)، وانتقل إلى الجامعة لتلقي التدريب في أحد التخصصات التي تناسب ميوله ورغباته حتى يتمكن من تولي وظيفته في المستقبل بأفضل صورة ممكنة تخدم مجتمعه (رافع؛ وخلاف، ٢٠٢١: ٥١).

ويتعين على الطالب الجامعي التحلي بالصلابة النفسية؛ حيث أشارت "الكيلاني، خلود؛ والحسيني، حسين؛ وزيدان، أكرم (٢٠١٥: ٣٠٢) إلى أن الطلبة الذين يمتازون بالصلابة النفسية المرتفعة يتصفون بأنهم أصحاب ضبط داخلي، وقادرين على الصمود والمقاومة للضغوط الجامعية، ولديهم القدرة على الإنجاز في العمل أو الدراسة، والقدرة على اتخاذ القرارات السليمة، وحل المشكلات، والقدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، والتكيف معها، ويكون لديهم ميل نحو القيادة والسيطرة والمبادأة، وهم الأكثر اقتدارًا وذوو نشاط وفعالية أكبر، وحكمة وصبر وسيطرة على النفس، ويكون ذوو الصلابة النفسية المرتفعة ملتزمون بالقيم والمبادئ والمعتقدات السليمة، والتمسك بها، وعدم التحلي عنها، وبذلك يكون لحياتهم معنى وقيمة إيجابية.

دراسات سابقة:

هدفت دراسة "الفقي، هشام؛ وحبيب، رضا؛ ولطفي، فتحي" (٢٠٢١) إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت عينة الداسة من (٢٢٨) طالبًا من كلية التربية بنين جامعة الأزهر للعام الجامعي (٢٠٢٠-٢٠٢٠).

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

٢٠٢١م) متوسط أعمارهم (٢٠,٠٨) عامًا واتبعت الدراسة المنهج الوصفي واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس قلق المستقبل (من إعداده)، وأظهرت نتائج الدراسة أنه بزيادة الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة يقل قلق المستقبل، ولم تتأثر مستويات قلق المستقبل ومستويات الصلابة النفسية لديهم باختلاف التخصص (علمي - أدبي).

وهدفت دراسة "عبدالله، حنان" (٢٠٢١) إلى الكشف عن العلاقة بين قلق البطالة وكل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (٩٦٤) طالباً وطالبة بجامعة الأزهر، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي واستخدمت مقياس قلق البطالة، والمساندة الاجتماعية، والصلابة النفسية (إعداد الباحثة)، وأظهرت نتائج الدراسة انه بزيادة الصلابة النفسية يقل قلق البطالة لدى طلبة الجامعة.

وحاولت دراسة "فرحات، هبة" (٢٠٢٣) التحقق من العلاقة بين التفكير التصميمي والصلابة النفسية، وفاعلية الذات العامة، وتكونت عينتها من (٤٢٤) طالباً وطالبة من جامعة السويس، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي واستخدمت مقياس التفكير التصميمي (إعداد: الباحثة)، استبيان الصلابة النفسية إعداد: مخيمر (٢٠١٩)، مقياس فاعلية الذات العامة إعداد: محمود (٢٠١٦). وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير التصميمي وكل من الصلابة النفسية وفاعلية الذات العامة، وبين الصلابة النفسية وفاعلية الذات العامة (الدرجة الكلية والأبعاد).

وأجرى "أبو السعود، شادي" (٢٠٢٤) دراسة هدفت إلى تحسين مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة المعرضين للتمتر، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالباً وطالبة من جامعة مطروح، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتضمن تقسيمهم لمجموعتين تجريبية وضابطة بالتساوي، واستخدمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، مقياس التعرض للتمتر لدى طلاب الجامعة /إعداد الباحث، وتم تطبيق برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل إعداد/ الباحث على أفراد المجموعة التجريبية الذي استغرق (١٦) جلسة، وأظهرت النتائج فعالية البرنامج في زيادة مستوى الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية.

كما أجرى "كيشار، أحمد" (٢٠٢٤) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والذكاء الوجداني والتفاؤل الأكاديمي، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٣) طالبًا من جامعة الطائف، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت مقياس الصلابة النفسية، ومقياس الذكاء الوجداني، ومقياس التفاؤل الأكاديمي، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كل من الصلابة النفسية والذكاء الوجداني والتفاؤل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.

وأجرى "عابدين، حسن؛ وعبد القادر، أيمن؛ والسيد سمر" (٢٠٢٤) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (١٥٠) طالبًا وطالبة من جامعة مطروح، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي واستخدمت مقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثين ومقياس تقدير الذات إعداد مجدي الدسوقي (٢٠٠٤)، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين لصلابة النفسية وتقدير الذات.

كما أجرى "الطيار، خالد" (٢٠٢٤) دراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين الصلابة النفسية والتفاؤل، وتكونت العينة من (٨٣٠) طالبًا وطالبة من جامعة القصيم واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والصلابة النفسية، وعلاقة ارتباط سلبية ذات دلالة إحصائية بين التشاؤم والصلابة النفسية.

تعقيب على الدراسات السابقة:

تنوعت الدراسات السابقة من حيث المنهج والعينات، ودل ذلك على انتشار الاهتمام بدراسة الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، على مستوى الطلبة الذكور فقط أو الطالبات الإناث فقط، أو الجمع بينهما لدراسة الصلابة النفسية لديهما في دراسة واحدة، وكذلك تنوعت المناهج البحثية التي سعى الباحثون من خلالها لدراسة الصلابة النفسية، فمنها المنهج الوصفي، ومنها المنهج التجريبي الذي تطرقت فيه الدراسات لتقديم مجموعة البرامج الإرشادية والبرامج التدريبية التي هدفت إلى تنمية الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، ولم تتوقف عند وصفها فقط لديهم.

ومن جانب آخر فقد تعددت المتغيرات المصاحبة للصلابة النفسية في البحوث والدراسات السابقة، كمتغير "التفاؤل" في دراسة "الطيار، خالد، ٢٠٢٤؛ وكمتغير "تقدير الذات"

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

كما في دراسة "عابدين، حسن؛ وعبد القادر، أيمن؛ والسيد سمر"، ٢٠٢٤، ودلّ ذلك على التأثير الكبير للصلابة النفسية الذي قد يمتد ليطال العديد من الجوانب النفسية لدى طلبة الجامعة، خاصة وأن أغلب نتائج الدراسات أكدت على وجود علاقة الارتباط الإيجابية الدالة بين الصلابة النفسية والمتغيرات النفسية الإيجابية كفاعلية الذات العامة، كما في دراسة "فرحات، هبة"، ٢٠٢٣؛ ووجود علاقة الارتباط السلبية الدالة بين الصلابة النفسية والمتغيرات النفسية غير الإيجابية كالتشاؤم، كما في دراسة "الطيار، خالد"، ٢٠٢٤؛ وكقلق المستقبل كما في دراسة "الفاقي، هشام؛ وحبيب، رضا؛ ولطفي، فتحي"، ٢٠٢١.

وتؤكد هذه المؤشرات بوجه عام على أهمية الصلابة النفسية، وتدعم اتجاه البحث الحالي في عمل مراجعة بحثية لما تم التوصل له من مؤشرات مستنبطة من نتائج هذه الدراسات، ومما قد يوفر دليلاً للمهتمين بإجراء بحوث مستقبلية عن الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي، حيث تم عمل مراجعة بحثية للدراسات التي تناولت الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في البلدان العربية، مع التركيز على أربعة عناصر يتم استخلاصها من الدراسات، وهي: المنهج البحثي، وعينة الدراسة، والمتغيرات المصاحبة، والنتائج، وفيما يلي توضيح معايير استخدام الدراسات في المراجعة البحثية الحالية:

- ١- الفترة الزمنية: الدراسات المنشورة من عام ٢٠٢١ إلى عام ٢٠٢٤م.
- ٢- قواعد البيانات: قاعدة دار المنظومة؛ وقاعدة جوجل سكولر.
- ٣- لغة الدراسة: الاقتصار على الدراسات المنشورة باللغة العربية.
- ٤- المنهج البحثي المستخدم: الدراسات التي استخدمت المنهج الوصفي أو التجريبي.
- ٥- موضوع الدراسة: الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات.

نتائج البحث:

نتائج الإجابة عن التساؤل الأول:

ما هي مناهج البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟
يوضح الجدول التالي النتائج الخاصة بالتساؤل الأول:

جدول (١)

مناهج البحث المتبعة في الدراسات التي شملتها المراجعة البحثية (٣٣ دراسة)

م	المنهج البحثي	عدد الدراسات	النسبة المئوية
١	التجريبي	٧	%٢١
٢	الوصفي	٢٦	%٧٩

أظهرت نتائج الدراسة كما هو موضح بالجدول رقم (١) أن المنهج التجريبي تم استخدامه في ٧ دراسات من إجمالي ٣٣ دراسة وبنسبة (%٢١) من الدراسات التي تضمنتها المراجعة البحثية، وأن المنهج الوصفي تم استخدامه في ٢٦ دراسة من ٣٣ دراسة وبنسبة (%٧٩) من الدراسات.

نتائج الإجابة عن التساؤل الثاني:

ما هي عينات البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟
يوضح الجدول التالي النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني:

جدول (٢)

عينات البحث المتضمنة في الدراسات التي شملتها المراجعة البحثية (٣٣ دراسة)

م	عينة البحث	عدد الدراسات	النسبة المئوية
١	طلاب فقط	٦	%١٨
٢	طالبات فقط	٥	%١٥
٣	طلاب وطالبات	٢٢	%٦٧

أظهرت نتائج الدراسة كما هو موضح بالجدول رقم (٢) أن الدراسات التي تضمنت الطلاب فقط ٦ دراسات من ٣٣ دراسة بنسبة (%١٨)، والطالبات فقط ٥ دراسات من ٣٣ دراسة بنسبة (%١٥)، والطلاب والطالبات ٢٢ دراسة من ٣٣ دراسة بنسبة (%٦٧) من إجمالي الدراسات التي تضمنتها المراجعة البحثية.

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

نتائج الإجابة عن التساؤل الثالث:

ما هي متغيرات البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟

يوضح الجدول التالي النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني:

جدول (٣)

متغيرات البحث المتضمنة في الدراسات التي شملتها المراجعة البحثية (٣٣ دراسة)

م	المتغيرات البحثية	عدد الدراسات	النسبة المئوية
١	أكاديمية	٥	١٥%
٢	نفسية	٢٤	٧٣%
٣	أكاديمية ونفسية	٤	١٢%

أظهرت نتائج الدراسة كما هو موضح بالجدول رقم (٣) أن الدراسات التي تضمنت متغيرات أكاديمية ٥ دراسات بنسبة (١٥%)، ومتغيرات نفسية ٢٤ دراسة بنسبة (٧٣%)، ومتغيرات أكاديمية ونفسية معاً ٤ دراسات بنسبة (١٢%) من إجمالي الدراسات التي شملتها المراجعة البحثية. وتمثلت أهم المتغيرات التي تناولتها الدراسات ما يلي:

١. الإبداع الجاد
٢. الأحداث الضاغطة
٣. الأداء اللغوي
٤. الإرشاد النفسي
٥. اضطرابات الأكل
٦. الاكتئاب
٧. التحصيل الأكاديمي
٨. التخصص الأكاديمي
٩. التعليم الإلكتروني
١٠. التفاؤل والتشاؤم
١١. التفكير الإيجابي

١٢. تقدير الذات
١٣. الثقة بالنفس
١٤. جودة الحياة
١٥. الخبرات الصادمة
١٦. دافعية الإنجاز
١٧. الدرجة العلمية
١٨. الذكاء الوجداني
١٩. الضغوط النفسية
٢٠. عادات العقل
٢١. فاعلية الذات
٢٢. القبول الاجتماعي
٢٣. قلق البطالة
٢٤. قلق المستقبل
٢٥. الكفاءة الاجتماعية
٢٦. المساندة الاجتماعية
٢٧. مستوى الطموح
٢٨. المهارات الرياضية (أداء مهاري لبعض مهارات السباحة، لعبة الخطف برفع الأثقال)

نتائج الإجابة عن التساؤل الرابع:

ما هي نتائج البحث في دراسات الصلابة النفسية في المرحلة الجامعية؟

يوضح الجدول التالي النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني:

جدول (٤)

نتائج البحث في الدراسات التي تضمنتها المراجعة البحثية (٣٣ دراسة)

م	نتائج البحث	عدد الدراسات	النسبة المئوية
١	مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفع	٥	%١٥
٢	مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة متوسط	٥	%١٥
٣	مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة منخفض	٢	%٦
	مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة غير محدد	٢١	%٦٤

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

أظهرت نتائج الدراسة كما هو موضح بالجدول رقم (٤) أن مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفع في ٥ دراسات بنسبة (١٥%)، و متوسط في ٥ دراسات بنسبة (١٥%)، ومنخفض في ٢ دراسة بنسبة (٦%)، وغير محدد في ٢١ دراسة بنسبة (٦٤%) من الدراسات التي شملتها المراجعة البحثية.

مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج المراجعة البحثية أن (٢١%) من الدراسات اتبعت المنهج التجريبي، بينما (٧٩%) منها اتبعت المنهج الوصفي، ودل ذلك على تنوع الاهتمام بدراسة الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، حيث اهتم الباحثون بدراساتها عبر المنهج التجريبي، من خلال تقديم برامج تدريبية لزيادة مستويات الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، بينما ركز باحثون آخرون على دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية ومتغيرات أخرى عبر المنهج الوصفي، واكتفوا بوصف العلاقة ولم يتطرقوا إلى التدخلات التجريبية لزيادة مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة.

وتنوعت عينات الدراسات التي تضمنتها المراجعة البحثية ما بين طلاب فقط (١٨%) وطالبات فقط (١٥%) وطلاب وطالبات (٦٧%)، وذلك لاهتمام الباحثين بالتحقق من الصلابة النفسية لدى جميع طلبة الجامعة سواء الذكور أو الإناث، وهو ما ظهر في أغلب الدراسات (ما يقرب من الثلثين، أما الدراسات الأخرى التي اقتصرت على طلاب فقط (١٨%) أو طالبات فقط (١٥%)؛ فقد يرجع ذلك إلى طبيعة الكلية أو الجامعة التي أجريت فيها الدراسة، فعلى سبيل المثال، دراسة "سويقي، غ" ٢٠٢٣ التي تضمنت طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة وهي كلية مخصصة للطالبات فقط، وكذلك في دراسة "عبد الرحمن، حنان" ٢٠٢٢ التي تضمنت طالبات كلية التربية الرياضية بنات بجامعة الزقازيق، وهي أيضًا كلية مخصصة للطالبات فقط، ورغم توائم هذا السبب مع معظم الدراسات التي أجريت على طالبات فقط؛ إلا أنه ظهرت دراسات ضمن المراجعة اقتصرت على عينة من الطلاب فقط رغم أن الجامعة يدرس بها طلاب وطالبات؛ كدراسة "كيشار، أحمد" (٢٠٢٤) حول إسهام الصلابة النفسية والذكاء الوجداني في النقاؤل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، وربما يرجع ذلك لسهولة التطبيق

على الذكور فقط أو الإناث فقط بالنسبة للباحث أو الباحثة أو مجموعة الباحثين القائمين بالدراسة.

كما تنوعت المتغيرات المصاحبة ما بين متغيرات أكاديمية (١٥%) ومتغيرات نفسية (٧٣%) ومتغيرات أكاديمية ونفسية معًا (١٢%)، ويرجع ذلك التنوع على الأرجح لتأثير الصلابة النفسية الذي يمكن أن يمتد ليطل متغيرات أكاديمية لدى طلبة الجامعة من قبيل التحصيل الأكاديمي، والتخصص الأكاديمي، والتعليم الإلكتروني، والدرجة العلمية للمهارات الرياضية (أداء مهاري لبعض مهارات السباحة، لعبة الخطف برفع الأثقال)، كما يمتد ليطل متغيرات نفسية متعددة ومنها قلق البطالة، وقلق المستقبل، والكفاءة الاجتماعية، والمساندة الاجتماعية، ومستوى الطموح. وربما دل ذلك على أهمية الصلابة النفسية وضرورة الاهتمام بتتميتها لدى الشباب في المرحلة الجامعية، نظرًا لتأثيرها على العديد من الجوانب النفسية لدى الطلبة، والتي تؤثر كذلك على تحصيلهم الأكاديمي بصورة أو بأخرى، ويتفق ذلك مع دراسة "طالب، حبيب" (٢٠٢٤) التي أكدت على ضرورة التأكيد على المدرسين و المدربين باعتماد الأساليب والموارد الحديثة التي تساعد على تنمية الصلابة النفسية كونها تؤثر تأثيرًا إيجابيًا في مستوى الدافعية، وضرورة التأكيد على نشر ثقافة المتغيرات النفسية وخصوصًا الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى اللاعبين من قبل الاتحادات الرياضية والهيئات المسؤولة عند اللاعبين كوزارة الشباب واللجنة الأولمبية لأهميته في تغير شخصية اللاعبين نحو الأفضل. وأظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة مرتفع في (١٥%) من الدراسات التي تضمنتها المراجعة، ومتوسط في (١٥%)، ومنخفض في (٦%)، وغير محدد في (٦٤%) منها، والمقصود بغير محدد، أي أن نتائج الدراسة اقتصر على توضيح العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية والمتغيرات الأخرى ولم تحدد كون الصلابة النفسية متوفرة بمستويات كبيرة أو متوسطة أو منخفضة لدى طلبة الجامعة.

خلاصة النتائج:

أظهرت نتائج المراجعة البحثية بوجه عام أن (٢١%) من الدراسات اتبعت المنهج التجريبي، بينما (٧٩%) منها اتبعت المنهج الوصفي، وتنوعت عينات الدراسات ما بين طلاب (١٨%) وطالبات (١٥%) وطلاب وطالبات (٦٧%)، كما تنوعت المتغيرات المصاحبة ما بين متغيرات أكاديمية (١٥%) ومتغيرات نفسية (٧٣%) ومتغيرات أكاديمية ونفسية معًا

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

(١٢%)، ومستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة كان مرتفعاً في (١٥%) من الدراسات المشمولة بالمراجعة، ومتوسطاً في (١٥%) ومنخفضاً في (٦%) وغير محدد في (٦٤%) منها.

التوصيات

- إدراج أجزاء تستهدف تنمية الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة في مقرراتهم الدراسية.
- الاهتمام ببرامج الإرشاد كأحد الأساليب الأساسية لعلاج المشكلات المختلفة لدى الطلبة.
- بناء برامج إرشادية تركز على تحسين المرونة النفسية وتعزيز أساليب التعامل مع الأحداث الحياتية الضاغطة لدى طلبة الجامعة
- تقديم محاضرات وبرامج لتنمية الصلابة النفسية.
- توظيف أدوات الذكاء الاصطناعي المناسبة لرفع مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.
- العمل على تطوير خدمات الإرشاد في البيئة الجامعية.
- مراعاة الخصائص النفسية للطلبة نظراً لخصوصيات المراحل العمرية لطلبة الجامعة.
- وضع برامج لمتابعة تحلي الطلبة بقدر مناسب من الصلابة النفسية طوال فترة دراستهم الجامعية.

المراجع:

١. إبراهيم، فاطمة؛ والمستكاوي، طه؛ ونجيب، سارة (٢٠٢١). اضطرابات الأكل وعلاقتها بكل من الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة. مجلة الخدمة النفسية. 116-78, 14(2),
٢. أبو السعود، شادي (٢٠٢٤). فعالية برنامج للإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة المعرضين للتمتر. مجلة الإرشاد النفسي. 187-113, 80(1),
٣. أحمد ياسمين؛ وسالم، محمود؛ والحسين، مروة (٢٠٢٢). برنامج ارشادي لتحسين الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة المنهكين نفسياً. مجلة كلية التربية بالمنصورة. 1534-1496, 117(3),
٤. أحمد، هاني؛ وعبد الله، يارا (٢٠٢٢). السلوك التوكيدي و الصلابة النفسية كمنبئات بالكفاءة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية واللغات. 75-1, 24(69),
٥. الأوج، نجاح (٢٠٢١). علاقة الذكاء الوجداني بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية العلوم بالجامعة الأسمرية الإسلامية. مجلة الجامعة الأسمرية. 383-401, 34(1),
٦. الرفاعي، تغريد (٢٠٢١). الصلابة النفسية ومدى تأثرها بالقبول الاجتماعي بوصفه متغيراً وسيطاً من وجهة نظر طلبة كلية التربية الأساسية ببوالة الكويت. العلوم التربوية. 353-323, 29(1),
٧. باسل، محمد (٢٠٢١). (الخبرات الصادمة وأثرها على الصلابة النفسية والكفاءة الذاتية المدركة ومفهوم الذات لدى الشباب الفلسطيني جامعة النجاح الوطنية نموذجاً، Doctoral dissertation) جامعة النجاح الوطنية.
٨. بن-العربي، فاطمة؛ وعموم، رمضان (٢٠٢١). الصلابة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة: دراسة ميدانية بكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية" جامعة عمار ثلجي-الأغواط. مجلة العلوم الإسلامية والحضارة. 311-334, 6(2),
٩. توني، سهير كامل؛ وعبد الجواد، وفاء رشاد راوي (٢٠٢٢). برنامج قائم على تطبيقات الذكاء الاصطناعي لتحسين الصلابة النفسية وعلاقتها بخفض الضغوط النفسية لدى

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

- الطالبة المعلمة بكلية التربية للطفولة المبكرة. مجلة التربية وثقافة الطفل, 23(2), 83-142.
١٠. حاج قدور، جميلة؛ وناصر، حليلة (٢٠٢٣). الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة جامعة الجبالي بونعامه خميس مليانة. رسالة ماجستير، قسم علم النفس وعلوم التربية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجبالي بونعامه، بخميس مليانة.
١١. حسن فهيم الوليلي، ا.، اسماعيل، حسين النشوي، نوراها، & رافه محمد سليم. (٢٠٢١). فعالية برنامج ارشادي قائم على التفكير الايجابي لتحقيق الصلابة النفسية لدى طلاب التعليم النوعي. مجلة دراسات وبحوث التربية النوعية. 170-200, 7(1), ١٢. رافع، أحمد، خلاف & علي. (٢٠٢١). الثقة بالنفس وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. مجلة الممارسة الرياضية والمجتمع. 49-56, 4(2), ١٣. رافع، أحمد؛ وخلاف، علي (٢٠٢١). الثقة بالنفس وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. مجلة الممارسة الرياضية والمجتمع، ٤(٢)، ٤٩-٥٦.
١٤. سايج، فايژه؛ وشهبر، سامية (٢٠٢٣). دور الصلابة النفسية في التنبؤ بالإبداع الجاد لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير، قسم علم النفس وعلوم التربية، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجبالي بونعامه، بخميس مليانة.
١٥. سلمان، حيدر (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بإنجاز مهارة الخطف بالأثقال لدى طلبة المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية. مجلة واسط للعلوم الرياضية. 277-291, 8(2), ١٦. سويقي، غ. (٢٠٢٣). برنامج تدريبي قائم علي عادات العقل المنتجة للتقليل من حدة الإجهاد الرقمي لدي طالبات الدراسات العليا بكلية التربية للطفولة المبكرة وأثره علي الصلابة النفسية لديهن. دراسات في الطفولة والتربية. 123-289, 26(2),

١٧. السيد، آمنة محمد؛ وصبري؛ إيمان (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من الاكتئاب وضغوط الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة مجلة المنهج العلمي والسلوك. 3(6), 50-116.
١٨. الشامي، صباح؛ والفقير، عبد الله (٢٠٢٢). الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية بالنادرة. مجلة جامعة الناصر. 189-212.
١٩. شاهين، أحمد عبد المجيد (٢٠٢١). الصلابة النفسية ودورها في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كلية التربية في جامعة إدلب. مجلة العلوم التربوية و النفسية. 5(44), 200-180.
٢٠. شحاتة، إبراهيم؛ ومبروك، دينا (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات للطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسيا بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا. مجلة علوم الرياضة.
٢١. طالب، حبيب (٢٠٢٤). الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين. مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية 1(4) جزء الثاني، ٣٣٤-٣٤٦.
٢٢. الطيار، خالد (٢٠٢٤). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية. 48(1), 17-65.
٢٣. عابدين، حسن؛ وعبد القادر، أيمن؛ والسيد سمر (٢٠٢٤). الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طالب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة جامعة مطروح للعلوم التربوية والنفسية. 5(7), 133-162.
٢٤. عبد الرحمن، حنان (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بالاداء المهارى لسباحة الزحف على البطن لدى طالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعه الزقازيق. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة. 29-52, 30(2).
٢٥. عبد السلام مصطفى (٢٠٢٢). فعالية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لتحسين الصلابة النفسية وخفض قلق البطالة لدى الطالبات الملمات بكلية التربية للطفولة المبكرة. مجلة الطفولة و التربية (جامعة الإسكندرية, 51(1), 63-134.

الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات في ضوء بعض المتغيرات

مراجعة بحثية

٢٦. عبدالله، حنان (٢٠٢١). البنية العاملية لقلق البطالة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى طلاب السنة النهائية بجامعة الأزهر. *التربية (الأزهر): مجلة علمية محكمة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية*. 68-139, 40(189),
٢٧. العنزي، (٢٠١٨). الصلابة النفسية لدى المرأة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة علوم الانسان والمجتمع*, ٧(٢٩), ٢٠٢-٢٢٦.
٢٨. فرحات، هبة (٢٠٢٣). نمذجة العلاقات السببية بين التفكير التصميمي والصلابة النفسية وفاعلية الذات العامة لدى طلاب كلية التربية. *العلوم التربوية-91*, 31(3), 161.
٢٩. الفقي، هشام؛ وحبيب، رضا؛ ولطفي، فتحي (٢٠٢١). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة. *التربية (الأزهر): مجلة علمية محكمة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية*. 421-457, 40(191),
٣٠. كيشار، أحمد (٢٠٢٤). إسهام الصلابة النفسية والذكاء الوجداني في التفاوض الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. *مجلة الدراسات النفسية المعاصرة جامعة بنى سويف*, 6(1), 172-217.
٣١. الكيلاني، خلود مفتاح خليفة؛ وزيدان، أكرم فتحي يونس، والحسيني، حسين محمد سعد الدين. (٢٠١٥). الصلابة النفسية. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*, مج ١، ع ٣، 298 - 319.
٣٢. محمد، السيد؛ ومخير، عماد محمد (٢٠٢٢). فعالية برنامج للإرشاد النفسي الديني في تنمية الصلابة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة كلية الآداب (الزقازيق)*. 355-385, 47(103),
٣٣. النجدي، أسامة (٢٠٢٣). الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء اللغوي الشفهي لدى طلاب كلية التربية فرع القبة جامعة درنة. *مجلة الاصاله*. 2(8),
٣٤. نريمان & باباحنيني. الصلابة النفسية وعلاقتها بالتعليم الإلكتروني لدى طلبة التربية البدنية والرياضية (Doctoral dissertation, جامعة قاصدي مرياح ورقلة).

٣٥. يوسف، نيفين (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الأكاديمي للاعبين
بعض المنتخبات الرياضية بجامعة الإسكندرية. مجلة الوادي الجديد لعلوم
الرياضة. 195-231, 7(1), .