

مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية

خلال جائحة كورونا

The Level of Psychological Hardiness among Students of Jordanian Universities during the COVID-19 Pandemic

د. إسراء عمر أبو كشك

جامعة باشن العالمية بأمريكا

ملخص البحث:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكر، أنثى). ولتحقيق غايات الدراسة، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي. وتكونت عينة الدراسة من (385) طالباً وطالبةً من مختلف الجامعات الأردنية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. كما وقامت الباحثة بتطوير أداة لقياس الصلابة النفسية بالرجوع للأدب النظري والدراسات ذات الصلة، لتتكون الأداة بصورتها النهائية من (28). أظهرت نتائج الدراسة أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية، فيما لم تظهر الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

وبناء على نتائج الدراسة، توصي الباحثة بتعزيز البرامج والأنشطة الجامعية التي تسهم في المحافظة على المستوى المرتفع للصلابة النفسية لدى الطلبة، ودعم استمراريته في مواجهة الضغوط والأزمات.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، جائحة كورونا، طلبة الجامعات.

Abstract:

The current study aimed to examine the level of psychological hardiness among university students during the

COVID-19 Pandemic. Moreover, to investigate statically significant differences according to gender. To achieve the study objectives, the researcher adopted a descriptive correlation approach. The study sample consisted of (385) male and female students from various Jordanian universities, selected randomly. The scale of the study was developed by the researcher based on relevant previous studies. The results showed a higher level of psychological hardiness. Meanwhile, no statically significant differences were found based on gender.

Therefore, the researcher recommends supporting the continuity of university programs and activities that enhance student's psychological hardiness and help them maintain their level. allowing them to future stress and crisis easily.

Keywords: Academic Hardiness, COVID-19 Pandemic, University Students

مقدمة:

تعد الصلابة النفسية عاملاً مهماً وحيوياً من عوامل الشخصية في مجال علم النفس، وهي عاملاً حاسماً في الصحة النفسية والبدنية والمحافظة على السلوكيات الاجتماعية، وقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال كوبازا **kobaza**، حيث اتضح أن الصلابة النفسية لديه تتكون من التحكم، الالتزام، التحدي، وقد اتفق معظم الباحثين معها في ذلك، وذكرت الصلابة كعامل مهم في توضيح لماذا بعض الناس يمكن أن يقاوموا الضغوط ولا يمرضون؟، وذلك ما جعل الصلابة النفسية مجالاً خصباً للبحث المستمر، والتنظير، والممارسة.

ومنذ ذلك الحين نشط الحافز إلى البحث في هذا المجال، وركزت البحوث على ممارسة الأداء الجيد في المواقف الصعبة، وابتكار مواقف ومهارات جزئية لتحمل المضاعفات أثناء الكوارث والأزمات، وكذلك مواقف التفاعل الاجتماعي، والاسترخاء، وهذه

المهارات الجزئية كلها تحسن الأداء النفسي، برغم التعرض للأحداث السلبية الضاغطة، بالإضافة إلى نمو مفهوم الصحة النفسية والبدنية (عودة، 2010).

كما وأُثرت جائحة كورونا بشكل ملحوظ على قطاع التعليم، إذ اضطرت المدارس والجامعات إلى التحول إلى التعليم عن بُعد لضمان استمرارية العملية التعليمية في ظل إجراءات التباعد الاجتماعي. وقد مثل التعليم عن بُعد الحل الأنسب خلال الجائحة لما يوفره من سهولة الوصول إلى المحتوى التعليمي، والمرونة في التعلم، وإمكانية التواصل عبر الإنترنت؛ مما أثار الجدل حول التحديات الأكاديمية والنفسية التي ستأثر على الطلبة وحول استمراريتهم بالتعلم بفاعلية (Hairina et al., 2022; Moore et al., 2011).

المصطلحات والمفاهيم النظرية والإجرائية:

الصلابة النفسية: هي مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية حيث تساهم الصلابة النفسية في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك والتقييم والمواجهة الذي يقود إلى التوصل إلى الحل الناجح للموقف الذي خلقت الظروف الضاغطة (حمادة وعبد اللطيف، 2002). وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصلابة النفسية الذي أعد لأغراض هذه الدراسة.

الصلابة النفسية

تعد بالصلابة النفسية عامل مهم وحيوي من عوامل الشخصية في مجال علم النفس، وهي عاملاً حاسماً في الصحة النفسية والبدنية والمحافظة على السلوكيات الاجتماعية، وقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال كوبازا **kobaza**، حيث اتضح أن الصلابة النفسية لديه تتكون من التحكم، الالتزام، التحدي، وقد اتفق معظم الباحثين معها في ذلك، وذكرت الصلابة كعامل مهم في توضيح لماذا بعض الناس يمكن

أن يقاوموا الضغوط ولا يمرضون؟، وذلك ما جعل الصلابة النفسية مجالاً خصباً للبحث المستمر، والتنظير، والممارسة. ومنذ ذلك الحين نشط الحافز إلى البحث في هذا المجال، وركزت البحوث على ممارسة الأداء الجيد في المواقف الصعبة، وابتكار مواقف ومهارات جزئية لتحمل المصاعب أثناء الكوارث والأزمات، وكذلك مواقف التفاعل الاجتماعي، والاسترخاء، وهذه المهارات الجزئية كلها تحسن الأداء النفسي، ورغم التعرض للأحداث السلبية الضاغطة، بالإضافة إلى نمو مفهوم الصحة النفسية والبدنية (عودة، 2010).

إذ يمر الفرد خلال مراحل حياته المختلفة بمجموعة من التحديات التي تحول دونما تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته ودوافعه، وتحد من رغباته فيشعر بالإحباط وقلة الحيلة، وتختلف القدرة على مواجهة هذه التحديات والصعوبات من فرد إلى آخر، فمن الأفراد من يصاب بالإحباط، ومنهم من يتمتع بالصلابة النفسية، هذه الصلابة تمكنهم من مواجهة هذه المتاعب والتغلب على التحديات وصعوبات الحياة اليومية بدرجة عالية من التحمل (صبحي، 2003).

ويرجع مفهوم الصلابة النفسية في أصله إلى النظرية الوجودية (Theory Existential) والتي ترجع إلى النظريات الإنسانية التي تركز اهتمامها على الفرد، وقد تأثرت كوبازا Kobaza في هذا الصدد بآراء كل من: مادي (Maddi)، ورول ماي (Rolle May)، وألبورت (Allport)، وفرانكل (Frankel)، التي تؤكد على أن الفرد يتميز بأنه كائن متغير خلال مراحل نموه المختلفة وأن للفرد هدفاً في الحياة يكافح من أجله، وعليه أن يتحمل مسؤولية تحقيقه، وإن الإرادة أساس الدافع الإنساني، كما أن شعور الفرد بالسيطرة والتحكم أمراً ضرورياً للصحة النفسية والجسدية، كما أنه يساعد الفرد للوصول إلى معنى حياته ووجوده (أبو ندى، 2007)، ومن أوائل الذين عرفوها كوباسا 197، إذ ترى كوباسا الصلابة النفسية على أنها اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية، والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه

بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير منحرف أو مشوه ويفسرها بواقعية، وموضوعية، ومنطقية، ويتعايش معها بإيجابية وتتضمن ثلاثة أبعاد هي الالتزام، التحكم، والتحدي، فوستر (Kobasa, 1979).

ومن جهة أخرى، يشير لامبيرت وماديان للصلابة النفسية كمفهوم يعود في جوهره ومعناه الى علم النفس الوجودي، الذي يرى أن الفرد في حالة تغير دائم، والذي يركز في تفسيره لسلوك على الحاضر والمستقبل لا على الماضي (Lambert & Lamber, 2004).

مما سبق نجد أن الصلابة النفسية مفهوم أصيل في الجذر والمعنى، حيث يشير الى ثقة الطالب بقدرته على استخدام إمكانياته الذاتية من جهة وإمكانيات البيئة المحيطة من جهةٍ أخرى واستثمارها لمواجهة التحديات الضاغطة، وترجمتها على ارض الواقع من خلال الالتزام والتحكم والتحدي.

حددت كوباسا Kobasa خلال دراستها لمتغير الصلابة النفسية ثلاثة أبعاد أساسية وهي، الالتزام، ويعد أكثر أبعاد الصلابة النفسية ارتباطاً بتنمية قدرة الفرد على مقاومة ضغوط الحياة اليومية، ويتضح ذلك من خلال انتماء الفرد لمبادئ وقيم تجعل لحياته معنى (البكور, 2016)، ويعرف بأنه تبني الفرد لقيم ومبادئ ومعتقدات وأهداف محددة وتمسكه بها وتحمله المسؤولية اتجاهها وتجاه نفسه ومجتمعه (خنفر, 2014). وهناك نوعين من الالتزام (الالتزام تجاه الذات، والالتزام تجاه العمل (Kobaza & Maddi & Puccetti, 2010).

ومن الأبعاد الأخرى، التحكم: وهو اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها حالياً، و المتوقعة حدوثها يمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها) محمد، (2002). حيث أشار الرفاعي (2003) إلى أربع صور للتحكم، ومنها القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة. بالإضافة إلى التحكم المعرفي كالتفكير في

الموقف وإدراكه بطريقة إيجابية وتفاؤل. وأيضاً التحكم السلوكي من خلال التعامل مع الموقف بصورة علنية ولملموسة، والتحكم في أثر الحدث الضاغط من خلال سلوكيات تسعى لتعديله. وأخيراً، التحكم الاسترجاعي، مثل المعتقدات وراء تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه.

وأخيراً، بُعد التحدي: وهو اعتقاد الفرد أن التغيرات المتجددة في أحداث الحياة، امرأ طبيعياً بل حتماً لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية، مما يساعده على استكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية (عثمان، 2001).

تنوعت الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية، حيث سعت دراسة الرشيد (2015) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والصلابة النفسية وإدارة الذات، وتم استخدام كل من مقياس التوافق مع الحياة الجامعية إعداد روبرت بيكر وبوهدن سيرك تعريب علي عبد السلام (2008)، مقياس الصلابة النفسية إعداد كوبازا Kobaza تعريب عماد مخيمر (2012)، ومقياس إدارة الذات إعداد هويدة حنفي (2013)، وتكونت عينة الدراسة من (80) طالبة من جامعة القصيم. وأسفرت نتائج الدراسة عن: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوافق مع الحياة الجامعية وكل من الصلابة النفسية وإدارة الذات.

فيما هدفت دراسة خنفر (2014) للتعرف على العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية ومركز الضبط، وتم استخدام كل من مقياس الصلابة النفسية (مخيمر، 2002)، ومقياس مركز الضبط (أبي مولود، 2008)، وتكونت عينة الدراسة من 107 طالب وطالبة، تم اختيارها بطريقة قصدية، وأسفرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية ومركز الضبط، وأنه لا توجد فروق بين مركز الضبط والصلابة النفسية فيما يخص التخصص والنوع الاجتماعي.

كما وأجرى كل من صالح والمصدر (2013) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية لدى الشباب الجامعي بمحافظة غزة، والتوافق النفسي والاجتماعي، ومعرفة الفروق بين الطلبة بناء على متغيرات، النوع الاجتماعي، والمستوى الدراسي، ونوع الجامعة، حيث تألفت عينة الدراسة من (232) طالباً و طالبة، وقد طور الباحثين مقياس الصلابة النفسية ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي لأغراض هذه الدراسة، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد العينة، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود لمتغير النوع الاجتماعي، ولصالح الطالبات، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود لمتغير المستوى الدراسي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الأقصى والأزهر.

أما دراسة البيرقدار (2011) فقد سعت إلى التعرف على مستوى الضغط النفسي ومصادرها لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم، وقد تم استخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثة ومقياس الضغط النفسي (الحجاز ودخان 2006)، وتكونت عينة الدراسة من (843) طالباً وطالبة وأسفرت نتائج عن: انخفاض كل من مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية لدى الطلبة، كما بينت الدراسة وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الذكور.

كما أجريت دراسة المفرجي والشهري (2008) للكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي، ومعرفة الفروق في مستوى كل منهما تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي والعمر والتخصص والسنة الدراسية، وقد تكونت عينة الدراسة من (445) طالباً وطالبة (223) منهم ذكور و(222) منهم إناث. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لصالح الإناث.

فيما هدفت دراسة نيكولاس وراموس (Ramos & Ncklas, 2007) لمعرفة العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والفاعلية الذاتية والصلابة النفسية، لدى عينة من طلبة الجامعة والبالغ عددها (192) طالب وطالبة، وقد تم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية والتوافق مع الحياة الجامعية، وأسفرت النتائج عن: وجود ارتباط دال وموجب بين الفاعلية الذاتية والصلابة النفسية والتوافق مع الحياة الجامعية وعدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين الإناث والذكور.

منهجية الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، تم اتباع المنهج الوصفي التحليلي، وذلك لتحليل البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة ووصفها، والإجابة عن تساؤلاتها.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من كافة طلبة الجامعات الأردنية،

عينة الدراسة: تم أخذ عينة عشوائية بلغت (385) طالب وطالبة من بعض الجامعات الأردنية وذلك كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (1) التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة لعينة الدراسة

النوع الاجتماعي	الفئات	التكرار	النسبة
	ذكر	161	41.8
	أنثى	224	58.2
	المجموع	385	100.0

مقياس الصلابة النفسية

بعد الرجوع للأدب النظري والدراسات السابقة، والمقاييس ذات العلاقة بموضوع الصلابة النفسية، مثل دراسة الزهراني (2012)، وأبو حسين (2012)، والبيرقدار (2011)، وعودة (2010)، وراضي (2008)، ومخيمر (2002) والإفادة من ذلك في تحديد فقرات لمقياس، حيث تكون المقياس من (28) فقرة لمقياس الصلابة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية، موزعة على ثلاثة أبعاد (التحدي، الالتزام، والتحكم) تبعاً لتدرج ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

صدق وثبات مقياس الصلابة النفسية

الصدق الظاهري

عُرض مقياس الصلابة النفسية في صورته الأولية على (10) محكمين من أعضاء هيئة التدريس من جامعة مؤتة وجامعة اليرموك، وذلك لإبداء آرائهم من حيث انتماء الفقرة للمجال، وصلاحيه الفقرات لمقياس ما وضعت لأجله. بالإضافة إلى التحقق من وضوح صياغة كل فقرة، وإمكانية تعديل وصياغة، أو حذف، أو إضافة فقرات جديدة ليصبح المقياس أكثر قدرة على تحقيق الهدف الذي وضع من أجله. وعلى ضوء اتفاق آراء المحكمين بنسبة (80%) تم تعديل صياغة بعض الفقرات، فيما تم الإبقاء عليها جميعها دون حذف أي منها.

صدق البناء:

لاستخراج دلالات صدق البناء للمقياس، استخرجت معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس في عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة تكونت من (30) طالباً وطالبة من طلبة الجامعات الأردنية.

جدول (2) معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.75**	11	0.61**	21	0.54**
2	0.57**	12	0.72**	22	0.54**
3	0.67**	13	0.65**	23	0.72**
4	0.61**	14	0.50**	24	0.52**
5	0.66**	15	0.72**	25	0.66**
6	0.50**	16	0.74**	26	0.72**
7	0.58**	17	0.70**	27	0.78**
8	0.78**	18	0.52**	28	0.68**
9	0.75**	19	0.71**		
10	0.72**	20	0.63**		

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05). ** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

ويتبين من الجدول (2) أن معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.50-0.78) كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائية، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات
ثبات أداة الدراسة:

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق منها باستخدام الثبات بالإعادة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه على عينة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة بفارق أسبوعين مكونة من (30)، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين إذ بلغ (0.91). ما تم حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، إذ بلغ (0.89) واعتبرت هذه القيم ملائمة لأهداف هذه الدراسة.
نتائج الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية:

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	لدي قيم عليا التزم بها	4.17	0.654	مرتفع
2	يعتمد نجاحي في الدراسة على مجهودي	4.10	0.869	مرتفع
3	تصرفاتي تنتمي إلى قيم عليا أتبناها	4.09	0.743	مرتفع
4	لدي القدرة على تحمل المسؤولية	4.06	0.886	مرتفع
5	اعتمد على نفسي في مواجهة مشكلاتي	4.03	0.723	مرتفع
6	أحب أن يكون لي دوراً فاعلاً في مجتمعي	3.98	1.052	مرتفع
7	لدي حب المغامرة واكتشاف ما حولي	3.96	0.942	مرتفع
8	أبادر بمساعدة الآخرين على حل مشكلاتهم	3.95	0.766	مرتفع
9	أثق في قدراتي على التعامل مع الخبرات الجديدة	3.94	0.887	مرتفع
10	أستطيع تحقيق أهدافي مهما كانت التحديات التي ستواجهني	3.93	0.861	مرتفع

مرتفع	903.	3.88	أحب أن استكشف كل جديد من المعارف	7	11
مرتفع	852.	3.86	أثق بقدرتي على حل المشكلات التي تواجهني بدلاً من الهروب منها	4	12
مرتفع	1.170	3.83	انه من المستحيل أن توجد حياة خالية من المشكلات	9	13
مرتفع	832.	3.82	لدي القدرة على اتخاذ قراراتي بنفسي دون مساعدة من أحد	14	14
مرتفع	994.	3.82	التزم بأداء الواجبات الدراسية	21	14
مرتفع	1.046	3.79	اعتقد أن لحياتي معنى	19	16
مرتفع	1.070	3.77	لدي القدرة على ترتيب الاولويات في حياتي	16	17
مرتفع	901.	3.77	لدي القدرة على التفاعل مع مجتمعي	25	17
مرتفع	860.	3.74	أتحدى الصعوبات النفسية التي تواجهني	1	19
مرتفع	947.	3.71	لدي معرفة واضحة بما أريد عمله	6	20
مرتفع	947.	3.68	لدي القدرة على إدارة الضغوط التي تواجهني	17	21
متوسط	956.	3.60	اهتم بما يدور حولي من قضايا وأحداث	22	22
متوسط	1.157	3.56	أحب أن أبادر في المشاركة بالأنشطة	27	23
متوسط	933.	3.55	أن لفرد دور كبير في فشله	11	24
متوسط	934.	3.49	أستطيع التحكم في مجريات حياتي	10	25
متوسط	1.013	3.49	لدي القدرة على إدارة وقتي بفعالية	13	25
متوسط	1.130	3.48	استمتع عندما أقوم بعمل صعب	2	27
متوسط	1.155	3.36	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي	18	28
مرتفع	499.	3.80	الدرجة الكلية		

يبين الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.36-4.17)، حيث جاءت الفقرة رقم (24) والتي تنص على "لدي قيم عليا التزم بها" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.17)، وجاءت الفقرة رقم (12) والتي تنص على "يعتمد نجاحي في الدراسة على مجهودي" في المرتبة الثانية وبمتوسط حسابي بلغ (4.10)، وجاءت الفقرة رقم (28) والتي تنص على "تصرفاتي تنتمي إلى قيم عليا أتبناها" في المرتبة الثالثة وبمتوسط حسابي بلغ (4.09)، بينما جاءت الفقرة رقم (18) ونصها "لدي القدرة على ضبط انفعالاتي" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.36). وبلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (3.80).

وتشير النتائج السابقة إلى أن طلبة الجامعات في الأردن يتمتعون بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية، وهي بغالب الأحيان تكون ذات تأثير إيجابي على شخصية الطلبة، بحيث تمكنهم من مواجهة ضغوط الحياة بطرق ومهارات فعالة تتناسب مع الظروف التي يتعرضون لها، وتتضمن هذه المهارات تحدي الطالب لصعوبات التي تواجهه وسيطرته وتحكمه بهذه الظروف والتزامه بما يفرض عليه من قواعد وقوانين وعادات وتقاليده.

وتلتقي النتائج الحالية مع نتائج العديد من الدراسات، كما أنها تختلف نتائجها مع بعضها، فقد اتفقت مع نتائج دراسة العبدلي (2012) حيث أنها تشير إلى أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، بينما اختلفت هذه النتائج مع دراسة البيرقدار (2011) التي أظهرت نتائجها أن مستوى الضغط النفسي لدى الطلبة كان (٧٩,٨٥) وهذا يشير إلى أن هذه النسبة منخفضة مقارنة مع الوسط الفرضي البالغ (١٢٠)، وإن معدل الصلابة النفسية لديهم (٨١,٤١)

وهي نسبة منخفضة تدل على عدم تمتع العينة بالصلابة النفسية مقارنة مع الوسط الفرضي

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية بين الذكور والإناث لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا حسب متغير النوع الاجتماعي، وليان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجداول أدناه توضح ذلك.

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" لأثر النوع الاجتماعي على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا

النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
ذكر	161	3.77	.515	- .882	383	.378
أنثى	224	3.82	.487			

يتبين من الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية $a = 0.05$ تعزى لأثر النوع الاجتماعي. ويمكن أن نعزي عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى الصلابة النفسية لكون كليهما تعرضوا لنفس الظروف التي فرضتها الجائحة ونفس الظروف التعليم عن بعد في التعليم الجامعي وأن كليهما كانوا مؤهلين بشكل كافي للتعامل مثل هذه الظروف كإتقانهم للاستخدام الحاسوب والتطبيقات التعلم عن بعد وقد توافقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من خنفر (2014) التي أسفرت عن عدم وجود فروق تعود للنوع الاجتماعي، وكذلك دراسة نيكولاس وراموس (Ramos & Ncklas 2007) التي بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

وقد تعارضت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من صالح والمصدر (2013) حيث بينت وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي وصالح الإناث، كما اختلفت مع دراسة البيرقदार (2011)، بعنوان الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل التي وجود فروق تعود لصالح الذكور.

خاتمة: توصلت الدراسة الحالية إلى أن طلبة الجامعات الأردنية يتمتعون بمستويات مرتفعة من الصلابة النفسية مما يدل على الوعي والقدرة على التحكم بالانفعالات في هذه المرحلة العمرية، بالإضافة إلى ذلك فقد تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي وهو الأمر الذي يدل على امتلاك كلا النوعين على قدرات متقاربة في مواجهة الضغوط والتكيف مع الظروف المحيطة. لذا توصي الدراسة الجامعات على الاستمرار بالنهج الذي تركز من خلاله على صلاية الطلبة النفسية والسعي نحو النهوض بها والحفاظة على هذه المستويات المرتفعة من الصلابة النفسية والتي حتماً ستأثر على صلابتهم الأكاديمية وبالتالي تحسن من مخرجاتهم التعليمية.

قائمة المصادر والمراجع

المراجع العربية

- أبو حسين، سناء محمد إبراهيم (2012). الصلابة النفسية والأمل وعلاقتها بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر – غزة .
- أبو ندى، عبد الرحمن (2007). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر غزة.
- البكور، منار (2016)، مستوى انتشار الإساءة اللفظية الموجهة لطلبة المرحلة الأساسية العليا من معلمهم وعلاقتها بالصلابة النفسية ومستوى الطموح، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن.
- البرقدار، تنهيد عادل فاضل (2011). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، بحث منشور، كلية التربية، جامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الإسلامية، مجلد 11، عدد 1.
- حمادة، لولوه وعبد اللطيف، حسن (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية.
- خنفر، فتحية (2014). الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، شهادة الليسانس في علم النفس تخصص: علم النفس العيادي .
- راضي، زينب نوفل أحمد (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

الرشيد، لولوه صالح (2015). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالصلابة النفسية وإدارة الذات لدى طالبات جامعة القصيم، رسالة ماجستير، جامعة القصيم.

الرفاعي، عزة (2003). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، رسالة دكتوراة غير منشورة، القاهرة كلية الآداب، جامعة حلوان.

الزهراني، غرامة بخيت غرامة (2012). فاعلية برنامج إرشادي جمعي للطلبة ذوي الأسر المفككة لتحسين الصلابة النفسية والكفاية الأكاديمية لديهم في مدارس مدينة تبوك، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الأردن.

صالح، عائدة شعبان والمصدر، عبد العظيم (2013). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، جامعة الأقصى، غزة.

صبحي، سيد (2003). الإنسان وصحته النفسية، الدار المصرية، اللبنانية، القاهرة.

عثمان، فاروق السيد (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي - القاهرة.

عودة، محمد، محمد، محمد، محمد (2010)، الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية بالجامعة الإسلامية، غزة.

محمد، جيهان (2002). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر بغزة، كلية

التربية، قسم – علم النفس، غزة.

المفرجي، سالم محمد عبد الله والشهري، عبد الله علي أبو عراد (2008).

الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى
بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

المراجع باللغة الإنجليزية:

Hairina, Yulia; Zwagery, Rika Vira; Imadduddin, Imadduddin; and Arsyad, Muhammad (2022) "The Effect of Academic Hardiness and Grit on Students Academic Stress in The Online Learning Process During Pandemic COVID-19," Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan: Vol. 7: No. 9, Article 6.399-395.

Kobasa, S.C. (1979): Stressful the events personality and health : An inquiry into hardiness , Journal of personality and social psychology Vol.37 ,No.1 , pp 1-11 .

Kobasa, S, C., Maddi, S. R., Paccetti, M. C. & Zola, M. A., (2010). Effect Research, Health Psychology 11(5)335-345.

Lambert , V, A, Lambert , C,E , & Yamase , H, (2004) . psychological hardiness , workplace and related stress reduction strategies , Journal of Nursing and Health Sciences , (5) , 181 – 184.

Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). Article E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? The Internet and Higher Education, 14(2), 129–135. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2010.10.001>

Ramos, b & Nchlase (2007) problems of university adjustment experienced by under gradates in developing higher education. 13(2).