

Identifying the reality of psychological resilience among fourth-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences - Al-Kut University, in relation to the type of study (morning and evening)

M. Dr. Fawaz Ali Abed Al- Quraishi

General Directorate of Wasit Education

Fawaza234@uowasit.edu.iq

Abstract

This study aimed to identify the level of psychological resilience among fourth-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Kut, for the academic year 2025-2026. It also sought to determine the significance of differences in psychological resilience among these students based on their study type (morning and evening) during the same academic year. The researcher employed a descriptive survey methodology to assess the level of psychological resilience. The study population was selected purposively and consisted of 210 fourth-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Kut, across both morning and evening programs, for the academic year 2025-2026. Of these, 90 were morning students and 120 were evening students. The study population was 210 students in total: 90 in the morning program and 120 in the evening program. The researcher identified the research problem by observing the behavior of fourth-year students in the college during practical and theoretical lessons, as he is one of the college's instructors, in addition to asking the other professors about the presence of some students who do not have the desire to insist on learning and acquiring knowledge, with weakness in emotional control and management, with an inability to commit and persevere, and a decrease in the spirit of challenge with oneself and colleagues. After reviewing previous sources and studies, the researcher observed dimensions of psychological resilience. This prompted the researcher to investigate this issue, attempting to address it by examining the current state of psychological resilience, considering both morning and evening study sessions. To achieve the research objectives, the researcher used the Psychological Resilience Scale (Al-Bayati, 2015), which was developed using a sample of students from the College of Physical Education and Sports Sciences. The scale consists of 47 items distributed across four domains. Based on the results, the researcher concluded that the study sample, comprised of fourth-year students from the College of Physical Education and Sports Sciences at Al-Kut University, exhibits a high level of psychological resilience.

Keywords: *psychological resilience, physical education students, morning and evening classes.*





دراسة مقارنة لواقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت بدلالة نوع الدراسة (الصباحية والمسائية)

م. د فواز علي عبد القريشي

المديرية العامة لتربية واسط

Fawaza234@uowasit.edu.iq

مستخلص البحث

هدف البحث الى:

التعرف على واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت للعام الدراسي (2025-2026). وكذلك التعرف على دلالة الفروق في للصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت بدلالة نوع الدراسة (الصباحية والمسائية) للعام الدراسي (2025-2026). استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي للتعرف على واقع (الصلابة النفسية)، وحدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية، وهم طلبة المرحلة (الرابعة) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت للدراستين الصباحية والمسائية، للعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (210) من الطلبة بواقع (90) من طلبة الدراسة الصباحية، و(120) من طلبة الدراسة المسائية. وحدد الباحث مشكلة البحث من خلال ملاحظة سلوك طلبة المرحلة الرابعة في الكلية، اثناء الدروس العملية والنظرية كونه احد تدريسي الكلية فضلاً عن سؤاله باقي الاساتذة، عن وجود بعض الطلبة ليس لديهم الرغبة في الاصرار على التعلم واكتساب المعرفة، مع ضعف في التحكم والسيطرة الانفعالية، مع عدم القدرة على الالتزام والمواظبة، وانخفاض في روح التحدي مع الذات والزملاء. وبعد البحث في المصادر والدراسات السابقة تبين ان ما تم ملاحظته من قبل الباحث هي ابعاد (الصلابة النفسية)، هذا ما دفع الباحث الى دراسة هذه المشكلة محاولاً حلها من خلال التعرف على واقع الصلابة النفسية، وبحسب نوع الدراسة (الصباحية والمسائية)، ولغرض تحقيق اهداف البحث استخدم الباحث مقياس، (البياتي، 2015)، (للصلابة النفسية) والذي تم بنائه من قبل الباحثة على عينة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، والبالغ عدد فقراته (47) فقرة موزعة على (اربع) مجالات، ومن خلال النتائج التي حصل عليها الباحث توصل الى اهم الاستنتاجات وهي: (ان عينة الدراسة طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت تتمتع بواقع مرتفع من الصلابة النفسية).

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، طلبة التربية البدنية، الدراسة الصباحية والمسائية

رقم الایجاد فی المكتبة الوطنية 2439





1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة إحدى العلامات الفارقة في التعليم الجامعي من خلال تفاعلهم المستمر في الجامعات بصورة خاصة والمجتمع بمختلف قطاعاته بصورة عامة، فهي تعمل على رفد القطاع الحكومي والخاص بالكوادر التدريسية والتدريبية في وزارات التربية والشباب والرياضة، والقطاعات الأخرى مثل الأندية الرياضية، فهم يعملون على إعداد جيل رياضي واعي يستثمر طاقاته في مجالات نافعة تخدم البلد، من خلال خلق بيئة حيوية ومحفزة، ولكي يؤدي هؤلاء الطلبة دورهم الفعال في المجتمع مستقبلاً، لا بد أن يتحلوا بالصحة النفسية وإحدى دلائلها هو تمتعهم بالصلاية النفسية.

فالصلاية النفسية بوصفها عاملاً حيوياً ومهماً من عوامل الشخصية لدى الطلبة والتي يكون لها دور حاسم في تعديل السلوك وجعله في مسارة الصحيح الذي يتماشى مع عادات وتقاليد المجتمع العراقي من خلال مواجهة الضغوط النفسية المختلفة التي يتعرضون لها عن طريق المثيرات المختلفة التي تواجههم في الكلية أثناء عملية التعلم والتدريب وإداء الامتحانات وكذلك مثيرات العائلة، والمجتمع، والحياة العامة التي يتعايش معها الطلبة وهم جزء منها، لذا فإن الفشل في عدم القدرة على مواجهة هذه الضغوط والأحداث المؤلمة التي يتعرضون لها بكل قوة وصلاية من قبلهم سيكون له تأثير سلبي على سلوكهم العام وصحتهم النفسية والجسمية، إذ كلما استطعنا من الارتقاء بمستويات الصلاية النفسية لدى الطلبة كلما ساهم ذلك في الانتصار على الضغوط التي تواجههم سواء كانت تلك الضغوط داخلية أو خارجية لتحقيق الأهداف التربوية والتعليمية التي وضعت من قبل القائمين على عملية التعليم الجامعي، إذ أكد الكثير من العاملين في هذا المجال أن الطلبة الأكثر صلاية هم الأكثر عطاءً وصموداً في مقاومة التحديات مع قدرتهم على الاتزان وضبط الانفعالات والتحكم بها واكتشاف مواطن القوة وتوظيفها لغرض ادراك النجاح، وقد اشارت (البياتي، 2015، ص 35) الى ان الصلاية النفسية تعد مصدر من مصادر الوقاية والقوة تُنشئ جداراً دفاعياً نفسياً للطلبة يعينهم على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، وتخلق نمطاً من الشخصية الفعالة التي تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية، لتصل بهم إلى مرحلة التوافق، من حيث نظرهم إلى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل والتفاؤل وتصبح ردود أفعاله مثلاً للاستحسان.

ومن هنا تكمن أهمية الدراسة الحالية بأنها تعد إضافة جديدة للمصادر العلمية الخاصة بطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، من خلال التعرف على واقع ما تتمتع به العينة من (الصلاية النفسية) لأنها من المتغيرات النفسية المهمة التي يجب دراستها والتعرف عليها لغرض تدعيمها،





ووضع الحلول المناسبة لها من قبل القائمين على هذه الكلية في حال انخفاضها عن طريق البرامج النفسية التي تعمل على حفظ الضغوط النفسية لتدعيم السلوك وصولاً الى الصحة النفسية.

1- 2 مشكلة البحث:

حدد الباحث مشكلة البحث من خلال ملاحظة سلوك طلبة المرحلة الرابعة في الكلية، اثناء الدروس العملية والنظرية كونه احد تدريسي الكلية فضلاً عن سؤاله باقي الاساتذة، عن وجود بعض الطلبة ليس لديهم الرغبة في الاصرار على التعلم واكتساب المعرفة، مع ضعف في التحكم والسيطرة الانفعالية، مع عدم القدرة على الالتزام والمواظبة، وانخفاض في روح التحدي مع الذات والزملاء. وبعد البحث في المصادر والدراسات السابقة تبين ان ما تم ملاحظته من قبل الباحث هي ابعاد (الصلابة النفسية) وبحسب النظريات التي تناولت مفهوم الصلابة، هذا ما دفع الباحث الى دراسة هذه المشكلة محاولاً حلها من خلال التعرف على واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت، وبحسب نوع الدراسة (الصباحية والمساءية)، ومن خلال نتائج التعرف على ذلك الواقع، وضع التوصيات التي يراها الباحث مناسبة لحل هذه المشكلة.

1- 3 هدفا البحث:

يهدف البحث الى:

1. التعرف على واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للعام الدراسي (2025- 2026).
2. التعرف على دلالة الفروق في الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت بدلالة نوع الدراسة (الصباحية والمساءية) للعام الدراسي (2025- 2026).

1- 4 فرضا البحث:

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح المتوسط الحسابي للعينة، طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للعام الدراسي (2025- 2026)، على حساب الوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية
2. هناك فروق ذات دلالة احصائية لطلاب المرحلة الرابعة للدراسة المسائية على حساب طلاب الدراسة الصباحية للعام الدراسي (2025- 2026).

1- 5 مجالات البحث:

- 1- 5- 1 المجال البشري: طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للدراسة الصباحية والمساءية، للعام الدراسي (2025- 2026).





1-5-2 المجال الزمني: الفترة من (2025/11/1) ولغاية (9 /3 /2026).

1-5-3 المجال المكاني: قاعات الدراسة النظرية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي للتعرف على واقع (الصلابة النفسية) لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت للعام الدراسي (2025-2026) لغرض تحقيق اهداف البحث التي وضعها الباحث وهي تعد الاساس في حل مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعيناته:

حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية، وهم طلبة المرحلة (الرابعة) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت للدراستين الصباحية والمسائية، للعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (210) من الطلبة بواقع (90) من طلبة الدراسة الصباحية، و(120) من طلبة الدراسة المسائية، وقسمة المجتمع على النحو الاتي:

2-2-1 العينة الاستطلاعية:

اختار الباحث عينة التجربة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية والتي شملت على (15) من الطلبة بواقع (5) من طلبة الدراسة الصباحية و(10) من طلبة الدراسة المسائية من اصل مجتمع البحث الكلي البالغ (210) من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت للدراستين الصباحية والمسائية، وتم استبعادهم من عينة التطبيق النهائية.

2-2-2 عينة التجربة الرئيسية:

اختار الباحث عينة التطبيق النهائية والبالغ عددها (195) من طلبة المرحلة (الرابعة) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوت، بواقع (85) من طلبة الدراسة الصباحية و(110) من طلبة الدراسة المسائية من أصل مجتمع البحث الكلي البالغ (210)، بعد استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية.

2-3 وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث:

استعان الباحث في دراسته الحالية بالوسائل والادوات الاتية:

- الدراسات السابقة التي تناولت متغير (الصلابة النفسية).

رقم الایبداع في المكتبة الوطنية 2439





- المقابلات الشخصية مع اساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت, والسادة الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي.
- المصادر العلمية العربية التي تناولت مفهوم (الصلابة النفسية).
- الشبكة الدولية الالكترونية للمعلومات.
- استبانة مقياس (الصلابة النفسية).
- ساعة توقيت الكترونية عدد (1).
- اوراق واقلام.
- حاسوب لابتوب محمول نوع (hp) عدد (1).

2-4 إجراءات البحث الميدانية

2-4-1 إجراءات استخدام مقياس (الصلابة النفسية):

لغرض تحقيق اهداف البحث والتعرف على واقع ودلالة فروق (الصلابة النفسية) لدى طلبة المرحلة (الرابعة) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للدراستين الصباحية والمسائية استخدم الباحث مقياس, (البياتي, 2015), (الصلابة النفسية) والذي تم بنائه من قبل الباحثة على عينة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, والبالغ عدد فقراته (47) فقرة موزعة على (اربعة) مجالات وهي: (التقييم المعرفي, التحكم والسيطرة, الالتزام النفسي, والتحدي) والذي يحتوي على عدد من الفقرات الايجابية والسلبية, وببدائل اجابة خماسي, (أوافق بشدة, أوافق, محايد, اعارض, اعارض بشدة), ويكون احتساب الأوزان بالاتجاه الإيجابي من (5-1) بحسب طبيعة صياغة الفقرة ذات الحالة الشعورية الايجابية (1-5) لطبيعة الفقرة ذات الحالة الشعورية السلبية.

2-4-1-1 تحديد الهدف من المقياس:

حدد الباحث هدف استخدام مقياس (الصلابة النفسية) لغرض التعرف على واقع الصلابة لدى طلبة المرحلة الرابعة, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت, ومن ثم التعرف على دلالة فروق الصلابة النفسية بحسب نوع الدراسة (الصباحية, والمسائية).

2-4-1-2 إعداد تعليمات الإجابة على المقياس:

وضع الباحث تعليمات لطريقة اجابة العينة على المقياس بحيث تعد الدليل والخارطة التي تستدل من خلالها العينية عن كيفية الاجابة على فقرات مقياس الصلابة النفسية وتضمنت التعليمات أن تكون الاجابة على جميع الفقرات دون ترك أي فقرة, من خلال وضع علامة (√) في الحقل المناسب للبدائل الخاصة بالإجابة, مع الاشارة الى أنّ اجابتهم ستحظى بالسرية التامة, مع عدم الحاجة إلى ذكر أسم المستجيب وإنّ اجابته والنتائج هي لأغراض الدراسة والبحث العلمي فقط,





مع التأكيد على وضع اشارة لنوع الدراسة (الصباحية او المسائية) لغرض تحديد الاستثمارات بحسب نوع الدراسة, كذلك تم وضع مثالاً يبين كيفية الإجابة على الفقرات.

ولغرض التأكد من امكانية استخدام وتطبيق مقياس (الصلابة النفسية) على طلبة المرحلة (الرابعة) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة- الكوت العام الدراسي (2025-2026) كان لابد ان يقوم الباحث بالإجراءات الآتية:

2-4-2 صدق المحتوى:

تحقق الباحث من صدق المحتوى من خلال عرض فقرات مقياس الصلابة النفسية المستخدم على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي والبالغ عددهم (11) خبراء ومختصين لغرض, بيان اراءهم في مدى صدق فقرات المقياس من امكانية استخدامها وتطبيقها على طلبة المرحلة الرابعة, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة- الكوت, وبينت النتائج عن استبعاد احدى الفقرات بالتسلسل (38) والتي كانت صياغة عبارتها على النحو الآتي: (اسعى للمشاركة والفوز في البرامج والمسابقات والمعلومات الفضائية) بحيث حصلت وبحسب رأي الخبراء على قيمة (2) محسوبة مقدارها (2,27) وهي اصغر من قيمتها الجدولية البالغة (3,84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0,05) وهذا يدل على (عدم معنوية) الفقرة وتم استبعادها بحسب رأي الخبراء والمختصين وان ملاحظاتهم كانت تشير الى ان صياغة عبارة الفقرة بعيدة عن الجانب الرياضي, وانها غير صادق في قياس الحالة الشعورية للعينة على مقياس (الصلابة النفسية) مع قبول باقي فقرات المقياس كون ان نتائج قيمة (2) المحسوبة لها بلغت (11) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (3,84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0,05), كذلك قام الباحث باستبعاد الفقرات المضافة, والتي وضعتها (البياتي, 2015) في المقياس الاصلي المستخدم لغرض تحقيق اجراء كشف (زيف الاستجابة) للعين, لغرض قبول او استبعاد الاستثمارات, وكانت الفقرات المضافة المستبعدة بالتسلسل (45, 46, 47), مع اكتفاء الباحث بقبول واستبعاد استمارات استجابة العينة, على مطابقتها للشروط التي وضعها الباحث في التعليمات الخاصة بتعليمات الاستجابة, وبذلك اصبح المقياس بصيغته النهائية ينظر ملحق (1) على (43) فقرة فقط, مع احتوائها على مجموعة من الفقرات الايجابية والسلبية موزعة على مجالاته (الاربعة), وببدائل استجابة (خماسي), وبذلك تكون اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب على المقياس هي (215) وادنى درجة هي (43) وبذلك تكون قيمة الوسط الفرضي للمقياس (129) درجة.

2-4-3 التجربة الاستطلاعية للمقياس:

طبقت التجربة الاستطلاعية في يوم السبت الموافق 15 / 11 / 2025 على عينة مقدارها (15) من الطلبة من اصل مجتمع البحث والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبواقع (5) طلبة





من الدراسة الصباحية و(10) طلبة من الدراسة المسائية من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للعام الدراسي (2025- 2026)، وتم توزيع استمارات المقياس ينظر ملحق (1)، في قاعة الدراسة النظرية للكلية، لغرض التعرف على اهم المعوقات التي من الممكن ان ترافق اجراء التجربة الرئيسية من ناحية وجود عبارات لبعض الفقرات مبهمة وغير مفهومة او تعليمات الاجابة غير واضحة مما يستوجب على الباحث اخذ اي سؤال من قبل العينة على المقياس بالجدية وايجاد الحلول لغرض تهيئة كل الظروف المناسبة للتجربة الرئيسية، وبينت التجربة ان عبارات الفقرات وتعليمات الاجابة واضحة ولا توجد اي مشاكل تحول دون تنفيذ التجربة الرئيسية وتم استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية من المشاركة في التجربة الرئيسية.

2-4-4 الثبات:

بعد تحقق الباحث من صدق المحتوى وبحسب راي الخبراء ولغرض التحقق من امكانية استخدام مقياس (البياتي، 2015) على طلبة المرحلة الرابعة للدراستين (الصباحية والمسائية) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة- الكوت، كان لابد ان يتحقق الباحث من ثبات المقياس عن طريق استخدام اجراء الاختبار واعادة الاختبار على نفس عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (15) طالباً وطالبة، وتم توزيع استمارات مقياس (الصلابة النفسية) ينظر ملحق (1)، على الطلبة في قاعة الدراسة النظرية للكلية في يوم الاثنين الموافق 1/ 12/ 2025، وبعد جمع الاستمارات وتحليلها احصائياً باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) تبين ان معامل الثبات للعينة بلغ (0,709) وهو مؤشر دال على ثبات مقياس (الصلابة النفسية)، وبذلك اصبح المقياس بتعليماته، وفقراته جاهزاً للتطبيق على طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة- الكوت للعام الدراسي (2025- 2026) بعد ان تم تحقق الباحث من صدق المحتوى بحسب راي الخبراء وثبات المقياس.

2-4-5 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسية وتوزيع استمارات مقياس الصلابة النفسية على طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للعام الدراسي (2025- 2026) للدراستين الصباحية والمسائية في يوم الثلاثاء الموافق 9/ 12/ 2025 داخل قاعات الدراسة النظرية، على عين مقدارها (190) من اصل مجتمع البحث الاصلي البالغ (210) من الطلبة، بواقع (83) من طلبة الدراسة الصباحية و(107) من طلبة الدراسة المسائية بعد تغيب (5) من الطلبة في يوم اجراء التجربة الرئيسية، مع استبعاد طلبة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (15) من الطلبة بالمشاركة في التجربة الرئيسية.

(رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439)





2-4-4 تصحيح المقياس:

لغرض تصحيح استمارات الاستجابة على مقياس الصلابة النفسية كان لابد على الباحث استبعاد الاستمارات التي لم تستوفي شروط تعليمات الاستجابة التي وضعت، وبعد جمع الاستمارات وتدقيقها تم استبعاد (9) استمارات من اصل (190) استمارة لعد مطابقتها شروط الاستجابة بواقع (3) استمارات للدراسة الصباحية و(6) استمارات للدراسة المسائية وبذلك اعتمد الباحث على (181) استمارة فقط بواقع (80) استمارة للدراسة الصباحية و(101) استمارة للدراسة المسائية من اصل (190) استمارة لغرض التصحيح و إعطاء درجة لكل بديل من بدائل الاجابة، التي تم الإجابة عليها من قبل الطلبة، على فقرات مقياس (الصلابة النفسية)، فيتم احتساب الدرجة الكلية للمقياس من خلال مجموع أوزان الإجابات لفقرات المقياس والمكون من (43) فقرة، وبهذا فإن أعلى درجة يحصل عليها المستجيب على المقياس هي (215)، وأدنى درجة يتم الحصول عليها هي (43)، ويبلغ الوسط الفرضي للمقياس (129) درجة، وبذلك يعد الطلبة الذين يحصلون على درجة أقل من درجة (الوسط الفرضي) للمقياس مؤشراً على وجود ضعف في واقع (الصلابة النفسية)، واعتمد الباحث على الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في استحصاال النتائج الاحصائية لاستجابة العينة على مقياس الصلابة النفسية.

3- عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها:

سيتم عرض وتحليل ومناقشة النتائج على وفق الاهداف التي وضعت للبحث وعلى النحو الآتي:

3-1 عرض وتحليل نتائج للهدف الأول ومناقشتها:

هدف البحث الاول الى: التعرف على واقع الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية

التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت للعام الدراسي (2025- 2026)

الجدول (1)

يبين واقع الصلابة النفسية لطلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت

نوع الدلالة	قيمة sig	قيمة (t) المحسوبة	الوسط الفرضي	ع ±	س	حجم العينة	المعالم الاحصائية المتغير
معنوي	0,000	23,338	129	15,69	156,22	181	الصلابة النفسية
قيمة (t) الجدولية (1,973) عند درجة حرية (180) ومستوى دلالة (0,05)							

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439





من الجدول (1) يتبين ان قيمة درجة الوسط الحسابي للعين بلغ (156,22) وبانحراف معياري مقداره (15,69) وان قيمة درجة (t) المحسوبة لعينة واحدة بلغت (23,338) وبدرجة مستوى ثقة (sig) مقدارها (0,000) وهي اقل من مستوى الدلالة البالغ (0,05), وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط العينة والوسط الفرضي البالغة قيمته (129) على مقياس (الصلابة النفسية) ولصالح متوسط العينة طلبة المرحلة الرابعة للدراستين الصباحية والمساءية.

ويعزو الباحث هذه النتائج الجيدة لواقع الصلابة النفسية الى طبيعة تبلور شخصية طلبة المرحلة (الرابعة) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, كون الصلابة النفسية تنشأ كمجموعة من المعتقدات عن النفس ومدى تفاعلها مع البيئة الخارجية المحيطة, والتي تمدهم نتيجة طبيعة دراستهم العملية والنظرية وممارستهم للفعاليات والانشطة الرياضية المختلفة بالشجاعة, والدافعية, والسيطرة الانفعالية للمواقف الضاغطة المختلفة التي ترافق عملية التعلم والتدريب, مع تجاوز مشاعر القلق السلبية المرتفعة التي تؤثر على سلوكهم وتحول دون تراكم الضغوط النفسية وسيطرتها عليهم, نتيجة الخبرة التراكمية التي يحصل عليها الطلبة بالانتقال من مرحلة دراسية الى اخرى وصولاً للمرحلة الرابعة العينة المستهدفة في البحث, فخلال هذه السنوات تكتسب العينة وتدعم بأبعاد ومفاهيم مجالات مقياس الصلابة النفسية والتي كانت هي اساس ومحور بناء المقياس في الاطار النظري وان تحقيق هذه المجالات وامتلاك العينة لها تكون مدلول لتمكن العينة بالصلابة النفسية, واول مجال كان من المؤشرات التي تتمتع به العينة هو مجال (التقييم المعرفي) ويعني قدرة العينة على تقييم طبيعة افكارها المختلفة, مع قدرة الاحتفاظ بخبرات النجاح كنوع من انواع التدعيم, والاستفادة من خبرات الفشل كنوع من التجارب الشخصية للاستفادة منها في المستقبل كخبرة لتعديل السلوك في عملية التعلم والاندماج في بيئة الكلية, وهذا يعتمد على نوع من انواع المعرفة في العمليات العقلية الا وهو: (التذكر) والذي يعمل على احتفاظ الطلبة بالمعلومات والخبرات لغرض استدعائها وقت الحاجة, ويشير (كماش, 2014, ص349) الى ان التذكر يعد من اهم العمليات المعرفية واكثرها تأثيراً على نظام تجهيز المعلومات المختلفة والاحتفاظ بها واستخدامها في كافة الانشطة اللاحقة التي تتطلب استرجاعاً للمعلومة المخزنة في الذاكرة لغرض الاستفادة منها في اداء تلك الانشطة أياً كانت طبيعتها, فضلاً عن ان جميع العمليات الاخرى (كالأدراك, والانتباه, والتفكير, والأبداع), وغيرها من العمليات تتأثر بشكل كبير بالذاكرة, على ضوء مخزونها المعرفي, فكلما زاد المخزون المعرفي للطلبة زادت الصلابة النفسية لديهم.

والمجال الثاني للمقياس والذي يعد معبراً عن الصلابة النفسية والذي تتمتع فيه العينة هو: (التحكم والسيطرة), والذي يمثل قدرة (الطلبة) على توقع حدوث المواقف الضاغطة والصعبة التي





من الممكن ان تمر بهم، بناءً على استقراءهم للواقع والبيئة المحيطة في الكلية، وإيجاد الحلول المناسبة لها من خلال وضعهم الخطط المناسبة لمواجهةها والتقليل من أثارها ومدة زمن حدوثها، مستثمرين كل ما يتوفر لديهم من قدرات وإمكانيات بدنية ومعنوية نفسية، واستراتيجيات عقلية منضبطة مسيطراً عليها نفسياً ومتحكماً في انفعالاتها، ويشير (عثمان، 2001، ص210) الى ان التحكم والسيطرة على انه اعتقاد الطلبة لتوقع حدوث الأحداث الضاغطة المختلفة ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول مع امكانية وقدرة السيطرة عليها والتحكم فيها.

واما المجال الثالث للمقياس والذي يعد مدلولاً ومعبراً عن الصلابة النفسية والذي تتمتع فيه العينة هو: (الالتزام النفسي)، إذ يعد الالتزام من أكثر ابعاد الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة والضعف، حيث تبين أن غياب هذا البعد يرتبط بالكشف عن الشعور ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب. وتعرفه (جيهان حمزة، 2002) بأنه: "اتجاه الفرد (الطالب) نحو معرفة ذاته، وتحديد أهدافه وقيمه في الحياة وتحمله المسؤولية، وأنه يشير أيضاً إلى اعتقاد الفرد بقيمة وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته أو للجميع". (ابو ندى، 2007، ص19)

واما المجال الرابع والاخير للمقياس والذي يعده الباحث مدلول ومعبراً عن الصلابة النفسية فهو: (التحدي)، ويعني قدرة الطلبة على التكيف مع المواقف الضاغطة والمؤلمة، وتقبلها على اعتبارها أموراً طبيعية لا بد من حدوثها لنموهم وارتقائهم، ويتجلى هذا المفهوم ويظهر في المجال الرياضي، من خلال اصرار الرياضي على حل المشكلات وعدم الخوف منها وتجاوز حالات الخسارة والإحباط باستخدام استراتيجيات ومهارات فنية تعمل على تهيئة الطلبة لعملية التحدي وتحقيق الانجاز. (البياتي، 2015، ص38)، وبذلك ان ما ذكر اعلاه من تمتع العينة بابعاد مجالات الصلابة والتي هي: (التقييم المعرفي، والتحكم والسيطرة، والالتزام المعرفي، والتحدي) كان مدلول لتمتع العينة بالصلابة النفسية وان هذا التمتع سيساعد الطلبة تخطي العقبات التي تصادفهم في المستقبل.

وان النتائج التي توصل اليها الباحث من تمتع العينة (بالصلابة النفسية) جاءت متطابقة مع دراسة (البياتي، 2015)، ودراسة (الفلوجي، 2014)، ودراسة (العبيدي، 2012) من حيث تمتع عينات الدراسات الثلاث بالصلابة النفسية وهي مطابقة لنتائج الدراسة الحالية.

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439



2-3 عرض وتحليل نتائج الهدف الثاني ومناقشتها:

أن هدف البحث الثاني هو: التعرف على دلالة الفروق في الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت بدلالة نوع الدراسة (الصباحية والمساءية).

الجدول (2)

يبين دلالة الفروق في الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم جامعة- الكوت بدلالة نوع الدراسة (الصباحية والمساءية)

المعالم الاحصائية المتغير	حجم العينة	نوع الدراسة	س	ع±	ليفين	قيمة Sig	قيمة (t) المحسوبة	قيمة sig	نوع الدلالة
الصلابة النفسية	80	صباحي	150,95	14,132	0,488	0,486	4,208	0,000	معنوي
	101	مساءي	160,41	15,676					
قيمة (t) الجدولية (1,973) عند درجة حرية (179) ومستوى دلالة (0,05)									

من الجدول (2) يتبين ان قيمة الوسط الحسابي لطلاب المرحلة الرابعة للدراسة الصباحية بلغت (150,95) وبدرجة انحراف معياري مقدارها (14,132), وكذلك يتبين من الجدول اعلاه ان قيمة درجة الوسط الحسابي لطلبة المرحلة الرابعة للدراسة المسائية بلغت (160,41) وبدرجة انحراف معياري مقدارها (15,676) وللتعرف على دلالة الفروق وايهما افضل في امتلاك الصلابة النفسية الدراسة الصباحية ام المسائية, قام الباحث باستخراج قيمة (t) المحسوبة للعينات المستقلة والتي بلغت (4,208) وبقيمة مستوى ثقة (sig), (0,000) وهي اقل من قيمة مستوى الدلالة البالغ (0,05), وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة الدراستين الصباحية والمساءية ولصالح الدراسة المسائية على مقياس (الصلابة النفسية) وكما مبين من خلال الفروق في قيمة الاوساط الحسابية البالغة (9,46), وان النتائج المتحققة جاءت متطابقة مع (الفرض الثاني) الذي وضعه الباحث.

ويعزو الباحث هذه الفروق في واقع الصلابة النفسية ولصالح طلبة الدراسة المسائية على حساب الدراسة الصباحية, الى اولها: فارق العمر الزمني بين طلبة الدراستين اذ ان طلبة الدراسة المسائية هم اكبر عمراً وبالتالي لديهم تجارب حياتية اكثر مع امتلاكهم القدرة والخبرة على كيفية حل المشكلات وتخطي الضغوط النفسية, فالعمر الزمني له علاقة بمراحل النمو التي يمر بها الانسان من مرحلة الى اخرى وصولاً الى (النضج البشري), من خلال المرور بسلسلة من التغيرات الجسدية,





والعقلية، والعاطفية وهذه التغيرات في كل مرحلة لها قدراتها وقابلياتها المختلفة التي تؤهل الفرد بدياً ومعرفياً وانفعالياً للوصول الى الاهداف مع اكسابه الخبرات التي تعمل على زيادة الثقة بالنفس وتدعيم الصلابة النفسية عن طريق (النضج الانفعالي)، فيشير (الداهري، 2005، ص250) الى انه هناك عدد من الصفات التي يتميز بها الشخص الناضج انفعاليا منها: قدرته على التحكم في الانفعالات فلا يندفع ولا يتهور وتتناسب انفعالاته مع مثيراتها فلا يسرف في الغضب لأسباب تافهة ولا يبالغ في خوفه، مع الاعتماد على النفس والقدرة على تحمل المسؤوليات والازمات والاحباط والفشل، واتصافه بالرصانة الانفعالية، اي ان حالته الانفعالية تكون مستقرة ولا تتقلب لأسباب تافهة بين حالة ونقيضتها اي لا ينتقل من حالة الفرح الشديد الى حالة الكآبة العميقة. وان كل ما ذكر عن النضج الانفعالي يختلف بحسب اختلاف المرحلة العمرية ويتطور ويصل الى مستويات متقدمة كلما تقدم عمر الفرد (الطلبة) ولذلك اعتبر الباحث دلالة الفروق في واقع الصلابة النفسية ولصالح طلاب الدراسة المسائية لانهم اكبر عمراً وكثر نضجاً في انفعالاتهم.

وكذلك يعزو الباحث هذه الفروق الى ممارسة العمل الوظيفي من اغلب طلبة الدراسة المسائية على عكس طلبة الدراسة الصباحية الذين لم يحصلوا على العمل الوظيفي، مما ساهم في زيادة خبرتهم بالحياة نتيجة تماسهم بالبيئة الوظيفية وما تشمله من ضغط المراجعين وطبيعة العلاقات الاجتماعية مع الزملاء وارهصات العمل وضغوطه المختلفة ومواجهة المشكلات وحلها بكل اصرار ومثابرة، وكذلك اكسابهم المعرفة العلمية والفنية، مع القدرة على التخطيط وحسن ادارة الوقت، والقدرة على التحكم بالمواقف الصعبة، وابداء التحدي الايجابي، فقد ذكر (مخير، 2015، ص22) الى ان التحدي وعلاقته بالصلابة النفسية من خلال الخبرة الوظيفية يتجلى باعتقاد الافراد (الطلبة) بان التغيير في مجريات الاحداث هي شيء عادي وقابل للحدوث في مختلف جوانب العمل الوظيفي بصورة خاصة والحياة بصورة عامة، وهو امر مثير وضروري اكثر من كونه تهديداً له، مما يساهم في مساعدة الفرد باكتشاف البيئة ومعرفة طبيعة المصادر النفسية والاجتماعية التي تعمل على توفير مصادر مواجهة الضغوط بفاعلية، وبذلك يعول الفرد على محاولاته بالتوافق النفسي على المصادر الداخلية المتمثلة بـ (الصلابة النفسية) التي تمده بالقوة والمقاومة. فالخبرة الوظيفية لها مردودات كبيرة في بلورة شخصية الفرد بالطريق الايجابي من خلال طبيعة العلاقات الاجتماعية، ورفع القيم المعرفية، والالتزام، والتحكم والسيطرة، واشاعة روح التحدي وكل ما ذكر هي ابعاد (للصلابة النفسية) والتي تم تحديدها من قبل مفاهيم الاطر النظرية للصلابة، فيشير (مخير 2002، ص6) الى ان الالتزام، هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم من خلاله الفرد تجاه نفسه والآخرين لتحقيق ما يود الوصول اليه من خلال العمل بهمة ونشاط مع تحدي الضغوطات النفسية المختلفة،





مع الانصياع للالتزام بالقوانين ومجموعة القواعد والاحكام الوظيفية العامة وتقبل تنفيذها بواسطة السلطة المختصة لانها تعد اساس منظم للسلوكيات الوظيفية. وان ما تم الاستدلال عليه من قبل الباحث بخصوص دور الخبرة الوظيفية والعمل الوظيفي في رفع بالصلابة النفسية لدى طلبة الدراسة المسائية جاء مطابق مع نتائج العديد من الدراسات التي اوجدت العلاقة الارتباطية الايجابية بين الصلابة النفسية والعمل الوظيفي مثل دراسة (اسماعيل, والرشيدي, 2020) و دراسة (الاحرش, والشوال, 2022).

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

من خلال النتائج التي حصل عليها الباحث فقد استنتج ما يأتي:

1. ان عينة الدراسة طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الكوت تتمتع بواقع مرتفع من الصلابة النفسية.

2. هنالك افضلية في واقع الصلابة النفسية لدى طلبة الدراسة المسائية على حساب طلبة الدراسة الصباحية.

4-2 التوصيات:

1. اجراء دراسات اخرى للتعرف على واقع الصلابة النفسية على مستوى الكلية ككل
2. اجراء دراسة للتعرف على واقع الصلابة النفسية بدلالة الجنس الذكور والاناث.
3. الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية وبياناتها لتدعيم الصلابة النفسية لدى طلبة الدراسة الصباحية بحيث تكون مماثلة لواقع طلبة الدراسة المسائية.

المصادر

- أبو ندى, عبد الرحمن (2007): الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة, (رسالة ماجستير, جامعة الأزهر بغزة , كلية التربية).
- الاحرش, يوسف بن قاسم, والشوال, اشرف مسعود (2022): الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى عينة من معلمي مدارس المرحلة الثانوية بمدينة جنزور , مجلة جامعة الزيتونة, العدد (41).
- اسماعيل, هبه حسين, والرشيدي, نشمية عمهوج (2020): علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة, المجلة المصرية للدراسات النفسية, العدد (107) المجلد (30).

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439





- البياتي, ياسمين حميد (2015): فاعلية برنامج إرشادي نفسي لدعم الصلابة النفسية وخفض التلوث النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة واسط, (اطروحة دكتوراه, كلية التربية الرياضية- جامعة بابل).
- الداهري, صالح حسن (2005): مبادئ الصحة النفسية, ط1, عمان, دار وائل للنشر.
- الفلوجي, محسن محمد حسن (2014): الصورة الذهنية المدركة لنمط قيادة المدرب وعلاقتها بالصلابة النفسية ودافع الانجاز لدى لاعبي دوري النخبة العراقي بكرة القدم, (اطروحة دكتوراه, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بابل).
- العبيدي, حكمت عبد العزيز (2012): الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري وفقاً لترتيب فرق الدوري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم, (رسالة ماجستير, كلية التربية الأساسية / قسم التربية الرياضية- جامعة ديالى).
- عثمان, فاروق السيد (2001): القلق وإدارة الضغوط, ط1, القاهرة, دار الفكر العربي.
- كماش, يوسف لازم (2014): مبادئ الفسيولوجيا في الرياضة والتدريب, الاسكندرية, دار الوفاء.
- مخيمر, عماد محمد (2002): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي, المجلة العربية للدراسات النفسية, المجلد (7), العدد (17).
- مخيمر, عماد محمد (2015): مقياس الصلابة النفسية- كراس التعليمات, القاهرة, مكتبة الانجلو المصرية.

ملحق (1)

مقياس الصلابة النفسية

ت	الفقرات	أوافق بشدة	أوافق	محايد	أعارض	أعارض بشدة
1	أثق بقدراتي الشخصية					
2	أخشى المنافسات القوية مع زملائي الطلبة					
3	متعة الحياة تكمن في مواجهة الصعوبات					
4	أسعى للإطلاع والقراءة لزيادة المعلومات العامة					
5	أخطط لمستقبل واعد ومتميز					
6	أرى أنني أجيد النقاش في المواضيع التي تعرض في المؤتمرات العلمية					
7	أشعر بالخوف والتهديد على حياتي من الظروف والأحداث الحالية					
8	أسباب الفشل تكمن في الشخص ذاته					
9	أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث اجتماعية					



10	أرفض تحمل مسؤولية عمل ما خوفاً من النتائج
11	وجود أكثر من أستاذ يجعلني أخشى المناقشات العلمية
12	الخجل يزعزع ثقتي بنفسي
13	يصعب على الآخرين استشارتي
14	التزم بالمبادئ والقوانين والقيم والأنظمة
15	لا أستطيع التحكم بأعصابي عند سماع ألفاظ قاسية وغير مقبولة
16	أستغل أوقات الفراغ بتعلم كل ما هو جديد
17	أبادر بحل المشاكل لأنني أثق بذاتي
18	أتحكم بسلوكي وتصرفاتي كي لا أعطي نقطة ضعف علي
19	غالباً ما أكون متزناً وغير متوتر
20	أستطيع السيطرة على مشاعري في المواقف المثيرة للغضب
21	حياتي المنظمة جعلت مني شخصاً محبوباً
22	أؤمن بأن لكل مجتهد نصيب
23	أشارك في الاحتفالات والأنشطة الوطنية الخاصة ببلدي
24	في عائلتي ليس لدينا فهم مشترك لما هو جديد في الحياة
25	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين
26	إهتمامي بعائلتي هو من أولى اهتماماتي
27	لدي قيم ومبادئ التزم بها وأحافظ عليها
28	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين
29	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأية مشكلة
30	ملتت من قضايا الوطن ومشاكله السياسية الحالية
31	أقدم الدعم المادي للآخرين في المواقف الطارئة
32	أشعر بالخوف عند مواجهة أية مشكلة حتى لو كانت بسيطة
33	لأنني متسامح سأضحى في سبيل الكل
34	أرى أنه لا يوجد شيء اسمه المستحيل
35	المشاكل تحفز قدراتي ومهاراتي على التحدي
36	مهما كانت المصاعب والعقبات فأنني أستطيع تحقيق أهدافي
37	أرى أنه ليس لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها
38	الحياة الصعبة والعملية هي الممتعة لدي
39	لدي حب المغامرة والمنافسة
40	أتفاني مع زملائي في مواجهة التحديات
41	مواجهة المصائب والأحزان هو اختبار لقوة تحملي
42	بإمكاني التكيف مع الظروف الجديدة مهما كانت قاسية
43	الخسارة والفشل تقلل من قدرتي على مواجهة المواقف الصعبة

