

الصلافة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة إكلينكية من العصابين والذهانيين

نائل محمد عبد الرحمن أحرص *

الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة

إكلينيكية من العصابين والذهانيين

فالفرد المتمتع بشخصية صلبة يتعامل بصورة فعالة مع الضغوط ويميل إلى التفاؤل والتعامل المباشر مع مصادر الضغط ويحول المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً، ويكون أقل عرضة للآثار السلبية المرتبطة بالضغوط [2]، فالصلابة النفسية اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استخدام المصادر النفسية والبيئية المتاحة ليدرك ويفسر ويواجه أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية [3]، وهي درع ومصد واقى من أثر الضغوط والأحداث السلبية تقوم بدور هام في الحماية والوقاية من الصدمات والأحداث الضاغطة؛ وبذلك تعد عاملاً حيوياً ضمن عوامل الشخصية تساعد على تحسين صحة الفرد النفسية والبدنية، وتعمل كحاجز يحول بين الفرد وبين إصابته بالأمراض النفسية والجسمية [4].

ويبرز الباحثون دور الصلابة النفسية في مواجهة الأحداث الضاغطة، والتحكم في السلوك والتصرفات، وتخفيف قلق المستقبل؛ فوجود الصلابة النفسية يرى الفرد أن ما يحمله المستقبل من مستجدات وتغيرات هو نوع من التجديد والتغير الذي يؤدي للنمو وليس للإحساس بالخطر [4]، وعلى ذلك جاءت مشكلة الدراسة الحالية لتوضيح العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة إكلينيكية.

الصلابة النفسية Psychological Hardiness

بدأت فكرة كوبازا لدراسة مفهوم الصلابة حينما لاحظت أن بعض الأفراد ممن يتعرضون لإجهاد كبير، يحافظون على توازنهم ويبقون أصحاء، في حين يُظهر آخرون علامات المرض تحت نفس الظروف، فقامت بالتقريب عن العوامل الوسيطة التي تتحكم بذلك، وافترضت أن الأفراد الذين يخبرون درجات مرتفعة من الإجهاد دون الوقوع في المرض لديهم بنية شخصية مختلفة عن الذين يصبحون مرضى، وأن أفضل وصف

المخلص_ هدفت الدراسة الحالية إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة إكلينيكية، وشملت العينة (200) مريضاً نفسياً، منهم (100) مشخصين ضمن الأمراض العصابية نصفهم من الذكور، بمتوسط عمري (32.5) سنة، وبنحرف معياري قدره (9.45)، والنصف الآخر من الإناث بمتوسط عمري (31.4) سنة، وبنحرف معياري قدره (8.42)، و(100) مشخصين ضمن الأمراض الذهانية، نصفهم من الذكور، بمتوسط عمري (31.4) سنة، وبنحرف معياري قدره (8.75)، والنصف الآخر من الإناث بمتوسط عمري (33.6) سنة، وبنحرف معياري قدره (9.05). أظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال بين درجات الصلابة النفسية وأبعادها وقلق المستقبل، وتبين وجود تأثير دال لمستوى الصلابة النفسية على قلق المستقبل، ووجود فروق دالة في الصلابة النفسية بين من لديهم قلق مستقبلي منخفض وقلق مستقبلي مرتفع، لصالح ذوي القلق المنخفض، ووجود فروق دالة في الصلابة النفسية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود فروق دالة في الصلابة النفسية بين المشخصين عصابياً والمشخصين ذهانياً، لصالح الأفراد المشخصين عصابياً، كما تبين وجود تفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق ووجود تفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق والنوع.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، قلق المستقبل.

1. المقدمة

يعتبر القلق Anxiety مشكلة نفسية شعورية إدراكية، تُفقد الشخص ثقته بنفسه وبالآخرين، وتشكل خطورة على حياة الفرد، وتشعره بعدم الأمن ويتوقع الخطر، وتقود لحالة من التشاؤم واليأس، وتجنب المواقف الاجتماعية وينعكس ذلك على كافة أنشطة الحياة [1]، وفي المقابل تُعد الصلابة النفسية (Psychological Hardiness) أحد عوامل الشخصية المساعدة في تحسين الأداء والصحة النفسية، وأشارت العديد من الدراسات إلى أهميتها كأحد عوامل المقاومة ضد الضغوط،

العصبية [9].

توصلت كوبازا إلى أن الصلابة النفسية تمثل مجموعة من السمات الشخصية التي تعمل كمصدر مقاوم للضغوط، وأكدت ذلك بتعريفها للصلابة النفسية بأنها مجموعة السمات الشخصية التي تعمل كمصدر مقاومة لما يلاقيه الفرد من أحداث الحياة الضاغطة، كما عرفت حنفي [10] بأنها "مجموعة من السمات الشخصية وأساليب المواجهة الحياتية التي تؤدي إلى قوة الشخصية، وتمثل الصلابة النفسية اعتقاداً عاماً لدى الفرد في قدرته على استخدام مصادره الذاتية والبيئية لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتعامل معها بموضوعية، ويرى كونستانتينا [11] أن مكونات الصلابة تهيب الفرد ليقوم بالأحداث الضاغطة بجعلها أقل تهديداً، والنظر إلى نفسه بكفاءة، والتركيز على المشكلة، والاعتماد على استراتيجيات التركيز على المشاعر والبعد عن المواجهة بشكل أقل.

ترى كوبازا أن الأحداث الضاغطة تستثير الجهاز العصبي الذاتي وتؤدي إلى الإرهاق، والاضطرابات النفسية والجسمية، وتأتي الصلابة النفسية لتعمل على تعديل إدراك الفرد للأحداث، وتجعلها تبدو أقل وطأة، وتؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة [12]، ووجدت أن الأفراد الذين يحصلون على درجات مرتفعة في الصلابة النفسية يقيمون الأحداث من وجهة نظر تفاؤلية ولا يتأثرون بالأحداث الضاغطة [13]، فمتغير الصلابة النفسية يحمي الفرد من التأثيرات المدمرة لأحداث الحياة الضاغطة، وأشارت الدراسات أنها ليست ظاهرة وحدوية وأنها كافية للحماية من الاضطرابات السيكوسوماتية، وأنها ارتبطت بالنتائج الصحية الجيدة [14].

وصف بارتون ورفاقه [6] الصلابة ككوكبة من الصفات الشخصية تميز الناس الذين يبقون في صحة جيدة والاستمرار في أداء جيد في ظل مجموعة من الظروف المجهدة، فالصلابة من وجهة نظرهم نمط شخصية مرتبط بالمرونة، والصحة الجيدة، والأداء تحت ظروف ضاغطة، ويرون أن الصلابة نمط واسع من الشخصية يتضمن صفات معرفية وعاطفية، وسلوكية،

لذلك الاختلافات مصطلح الصلابة النفسية، وعرفت كوبازا بأنها السيطرة، والالتزام، والتحدي الذي قد يؤثر في كل من التقييم المعرفي والسلوك رداً على الأحداث المجهدة، وهي تعكس سيطرة أعلى واعتقاد بأن الأشخاص يمكن ممارسة تأثيرهم على البيئة المحيطة بهم، فهؤلاء الأشخاص يشعرون بقدرتهم على تحويل الوضع المؤسف إلى نافع، ولديهم شعور بالهدف وفهم الذات [5].

جاءت الصلابة النفسية نتيجة لأعمال فلاسفة الوجودية (Existentialism) وعلماء النفس وتنطوي على خلق معنى للحياة، بوجود الشجاعة للعيش حياة كاملة رغم الألم المتأصل، وهي نوع الشخصية الذي يتناقض مع "العصبية"، ويرى أصحاب النظرية الوجودية أن القلق ليس شعوراً بائساً أو غير مرغوب فيه، بقدر ما هو نقطة تيقظ فكري في تحفيز النمو الشخصي وآثاره، ويؤكدون على الجوانب الإيجابية للقلق وعلى حالة التوقع لحدوث الخطر مما ييسر عملية النمو، وتشير مجموعة واسعة من البحوث أن الصلابة تحمي ضد سوء آثار الإجهاد على الصحة والأداء؛ وتعمل كوسيط هام أو عازل للإجهاد [6].

استخدم المفهوم الأصلي للصلابة في المجال الزراعي، للإشارة للمحاصيل القادرة على تحمل الظروف المعاكسة [7]، وفي الأيام الأولى من البحوث عرفت بأنها بناء الشخصية الذي يتألف من التصرفات العامة ذات الصلة بمزيج ثلاثي من الالتزام، والسيطرة، والتحدي، وتتميز الصلابة ومزيجها الثلاثي بتوفير الشجاعة والإرادة اللازمة لتحويل الظروف العصبية إلى فرص لنمو الشخصية [8]، ومن الناحية النظرية، يُعتقد أنها مفيدة لكل الأفراد وفي كل الحالات، وينبغي أن تكون نتائجها متسقة بغض النظر عن الجنس والعمر والحالة الاجتماعية والاقتصادية وعبر الفرد والثقافات الجماعية، وأظهرت النتائج الأولية أهميتها ودورها عبر المتغيرات الديموغرافية والمجموعات الثقافية، وكانت مرتبطة إيجابياً مع التكيف الإيجابي وحل المشاكل وتحويل الإجهاد من المحنة إلى فرص النمو، وسلباً مع التأقلم الكبتي وحرمان المشاعر غير السارة، وتجنب المواقف

ودافعية قليلة، فيضعف أمام الضغط ويقوده ذلك إلى الاستسلام للمرض [7]، وثالثها التحدي (Challenge) ويني على أساس الاعتقاد أن التغيير وليس الاستقرار هو الحالة القياسية للحياة، وأن ما يطرأ من تغيير بجوانب الحياة يمثل جانباً طبيعياً وفرصة ضرورية للنمو أكثر من كونه تهديداً، مما يساعد على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر التي تساعد على مواجهة الضغوط بكفاءة [7]. ويشار إلى هذه الأبعاد الأساسية الثلاث عادة باسم (Cs of hardness 3) [17].

وخلصت كويازا إلى أن الصلابة النفسية اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كافة المصادر النفسية والبيئة المتاحة، ليدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة، وهي سمة ثلاثية الأبعاد تواجه الصعاب والتحديات، والأزمات [18]، ومركب يعمل على تخفيف أثر الضغط بتغيير إدراك الفرد للموقف، والتقليل من التأثير السلبي لأحداث الحياة الضاغطة بتأثيرها على التقييم المعرفي والمواجهة [7].

سادت عدة تفسيرات لتأثير الضغوطات والصحة على تطور مفهوم الصلابة، منها تفسير سليجمان [19] في علم النفس السلوكي من خلال مفهومه للعجز المتعلم (Learned Helplessness)، ووفقاً لسليجمان، بالنظر إلى الحالة التي تكون فيها نتائج الفرد مستقلة عن ردوده، فإنه يتعلم ذلك، فبعض الأفراد يستخدمون أسلوباً تفسيري متشائم عند مواجهة أحداث الحياة السلبية في حين أن البعض الآخر لا يتصرفون كذلك، وإذا ما تعلم الفرد أنه عاجز عن السيطرة على بيئته سوف يصاب بالعجز المتعلم. أما المنهج البيولوجي، فقد تناوله سيلبي [20] باعتبار ضغوط الحياة عوامل داخل الشخص وليس داخل البيئة كما أشار سليجمان، وادعى سيلبي أن مواجهة الأحداث المجهدة في الحياة وجهود التكيف استجابة للأحداث في بعض الأحيان قد تكون خاطئة، مما يؤدي إلى ضعف المقاومة الجسدية، ونتيجة لذلك، فإن احتمال المرض يزيد مع انخفاض المقاومة، وأشار أدلر Alfred Adler أن الكفاح من أجل التفوق هو الهدف النهائي الذي يسعى إليه كل الناس، واعتبر

ووجدت العديد من الدراسات أن الصلابة تعمل كوسيط هام أو عازل للإجهاد، ومهدئ يرتبط بعدد أقل من أعراض الصحة البدنية والعقلية، مع استمرار الأداء الجيد تحت الضغط [6]. وفي دراسات طويلة استمرت (12) سنة على مجموعة من المديرين، أظهرت النتائج أن الصلابة ترتبط بقوة الأنا، والكفاءة الذاتية والتفاؤل والمرونة، وغيرها من الصفات [9].

تقترح كويازا [15] ثلاثة أبعاد للصلابة: أولها الالتزام Commitment ويعني التوجه نحو إدماج الذات Involve Oneself فيما يقوم به الفرد أو يواجهه، وتعاقد نفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، بحيث ينظر للمواقف الضاغطة أن ورائها معنى، وأنها شيء يدعو للمتعة، ويمثل قدرة الفرد وإدراكه لقيمه، وأهدافه، وإمكانياته، للتعامل الإيجابي مع الأحداث الضاغطة، وربط حياته بظروف الحياة المتعددة، مع اعتقاده بقيمة وفائدة ما يقوم به لذاته ولمجتمعه، والنظر للأحداث الضاغطة بدرجة أقل مما هي في الواقع مما يحول دون تراجع عن الوسط الاجتماعي الذي ينتمي إليه بأوقات الشدة [16]، وثانيها التحكم (Control) الذي طورته كويازا من نظرية موقع التحكم لروتر فالأفراد ذوي التحكم الداخلي يعتقدون أن أفعالهم يمكن أن تؤثر على مجرى أحداث الحياة، وأنه يمكن التعامل مع ضغوط الحياة على أساس أنها نتيجة لأفعالهم، والاعتقاد في قدرتهم على التشكيل والتأثير على نتائج حياتهم، ورؤية الضغوط على أنها متغيرة وليست ثابتة، وعرفته كويازا بأنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، والتوجه للشعور والتصرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة وأنها نتيجة لأعماله، بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز، مما يجعله يمتلك السيطرة الحاسمة (Decisional Control)، والسيطرة المعرفية (Cognitive Control)، ومهارات التعامل (Coping Skill) في اختيار البديل المناسب، وافترض أن الشخص الذي يتعرض للمرض نتيجة تأثير الضغوط يكون بدون طاقة أو قدرة للسيطرة،

الأنا من وضع التهديد، وميز بين نوعين من القلق: القلق الموضوعي (Objective Anxiety) وأسماء القلق الحقيقي أو الواقعي أو السوي، وهو رد فعل طبيعي تجاه خطر خارجي معروف في مواقف تتسم بالخطر والتهديد، والقلق العصابي (Neurotic Anxiety) وهو خوف غامض ينشأ من صراعات لا شعورية، ويقسم إلى ثلاثة أنواع: القلق الهائم الطلق، وقلق المخاوف المرضية وقلق الهستريا.

وصف سارسون الاستجابة للقلق وفقا لخصائص خمس: يدرك الفرد المثيرات على أنها صعبة ومهددة، ويشعر أنه غير قادرة على أداء المهمة، ويركز على نتائج الفشل بدلا من النجاح، ووجود مشاعر انقاص الذات، وتوقع الفشل وفقدان الاحترام من قبل الآخرين [25]، ونظرت هورني (Karen Horney) للقلق من منظور بيئي ثقافي يحدث عندما تشمل البيئة تعقيدات وإحباطات وتناقضات، بينما يعتبره يونج (Carl Jung) ردة فعل للأفكار والخيالات غير المعقولة الصادرة من اللاشعور الجمعي، أما ادلر (Alfred Adler) فيعتبره وليداً للتفاعل الدينامي بين الفرد والمجتمع، وأن الإنسان إذا حقق الانتماء تقوى روابطه الاجتماعية، ويتغلب على إحساسه بالنقص والعجز والقلق، أما سوليفان (Harry Sullivan) فيعتبره حالة مؤلمة تنجم عن المعاناة في العلاقات البيئية الشخصية للفرد، يرتبط بالتوتر، ويؤدي إلى فقد الحيوية وفقد الأداء والانسحاب من الموقف كلية، ويرى اليس (Ellis) أنه تبني أفكار لا عقلانية عن الذات والحياة تجعل الفرد عاجزا انفعاليا، أما بيك (Beck) فيفسره في ضوء الاعتقادات السلبية التي يكنها المريض عن نفسه وعن العالم وعن المستقبل، وقسمه كاتل (Cattell) إلى حالة (state) وسمه (trait) ويرى أن الاستعداد للقلق يبقى كامنا كسمة ويستثار بمثيرات مهددة كحالة [26].

القلق حالة انفعالية معقدة مزمنة ترافق بحالات عصبية واضطراب ذهني يصاحب الرعب الغامض غالبا، وتعرف شقير [1] القلق بخوف وشعور بانعدام الأمن وتوقع حدوث كارثة

قوة الارادة مرادفاً للصلابة النفسية ويمثل ضرورة داخلية للتوجه نحو الحياة لكونها حافزاً جذرياً لحل المشاكل والأزمات [21]، ويرى يونج (Carl Jung) أن الأفراد يستمرون في التحسن نحو المستقبل ليس للإمام فحسب بل للأعلى وهو ما أسماه بالتحقيق الأسمى، ويجعل الفرد يتعايش مع تجارب الأحداث ويتوقع حدوثها، فالشخص الصلب يحاول أن يتطور ويتوسع ويتغير نحو الأفضل، أما الشخص العاجز فيتحرك إلى الوراء ويبقى حبيس الماضي ويتوقف عن الحركة والتوسع نحو المستقبل، وتعرز هورني (Karen Horney) العجز النفسي إلى مغالاة الأهل في تدليل الطفل ليصبح شخصية اعتمادية انكالية، واعتبرت الشخصية الإنسانية شخصية صلبة بسبب الضبط الذاتي وقوة الإرادة والميول الكامنة للابتعاد عن الاندفاعات المتصارعة البعيدة عن السيطرة لكي لا يقع الفرد تحت تأثير الشعور بالعجز [22].

قلق المستقبل Future Anxiety:

يعتبر القلق من بين الاضطرابات الأكثر شيوعاً؛ إذ يؤثر على ما بين (6 - 18%) من الشباب، ويتزامن القلق والاكئاب في كثير من الأحيان، مع (69%) من الشباب [23]، ويؤثر على ما يقرب من (40%) من الأفراد قبل سن 18، وتشير الأبحاث أنه إذا تركت دون علاج غالبا ما تؤدي إلى أمراض نفسية مزمنة طوال فترة البلوغ [24].

يعد القرن الحادي والعشرين قرن التغيرات السريعة المتمم بالطفرة حضارياً واجتماعياً واقتصادياً مما ساعدت على تبدد القيم في ظل التشكل الحضاري المتسارع، وجعل القلق النفسي محور الحديث الطبي. تاريخياً تم إدخال مفهوم القلق (Anxiety) من قبل فرويد حينما عرفه بأنه "استجابة إلى حالة من الخطر"، ونظر له كحالة وجدانية في حالة حاجة الأنا إلى الحماية من تهديد متوقع أو خطر نتيجة للدوافع الغريزية، وافترض أن القلق نتيجة لتنبيه جسدي مكبوت، وفي عام (1929)، صاغ مفاهيم نظريته في القلق، واعتبره استجابة لحالة الخطر يعمل على تفعيل آليات الدفاع، لإزالة أو إنقاذ

ترى نظرية التحليل النفسي أن القلق هو لب العصاب ومحوره، وبين فرويد (Sigmund Freud) أن مشاعر القلق التي يشعر بها الفرد تعني أن دوافع الهو والتي عملت الانا بالتعاون مع الانا الاعلى على كبتها، تجاهد في الظهور وتقترب من منطقة الشعور والوعي مرة أخرى، فتقوم مشاعر القلق بوظيفة الانذار للأنا والأنا الاعلى لمنع هذه المكبوتات من النجاح في الافلات إلى منطقة الوعي والشعور [26]، بينما ترى النظرية السلوكية أن استجابة القلق هي استجابة شرطية كلاسيكية تخضع لقوانين التعلم، وفسر دولارد وميلر (Dollard & Miller) القلق العصائبي في ضوء الصراع الذي ينشأ عن الشعور بالكراهية والشعور بالذنب، فعندما لا تجد تلك المشاعر متنفسا تظهر اعراض القلق والخوف، ويرى وولبي (Wolpy) أن القلق هو استجابة الفرد لاستنثارات مزعجة، تستثار بمثيرات ليس من شأنها أن تثير هذه الاستجابة وأنها اكتسبت القدرة على إثارة الاستجابة نتيجة عملية تعلم سابقة [31]، ويرى أصحاب النظرية السلوكية المعرفية أنه لا يمكن عزل التوترات النفسية والقلق عن الطريقة التي يفكر بها الشخص وعما يحمله عن نفسه وعن المواقف التي يتفاعل معها من آراء ومعتقدات، ويشير أليس (Ellis) وبيك (Beek) إلى أن القلق يعد نتيجة مباشرة للطريقة التي يفكر بها الشخص وليس بالضرورة لخصائص خارجية مهددة، ويفترض أنه نتاج للتفكير غير العقلاني الذي يتبناه الإنسان، فالمشكلات النفسية لا تنجم عن الظروف بحد ذاتها وإنما من تفسير وتقييم تلك الظروف.

الصلابة النفسية وقلق المستقبل:

كما يرتبط القلق بالمرض ترتبط الصلابة النفسية بالوقاية والخلو منه، فمنذ عقود خلت والدراسات النفسية تهتم بدراسة القلق وتقدم نظريات تحاول تفسير مصادره وأسبابه ونتائجه، وتضعه في تصنيفات مختلفة، وكشفت الدراسات أن شريحة كبيرة من الناس يعانون من الخوف من المستقبل، ويترتب على ذلك الإحساس بالتوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغييرات، وهو ما تعنيه الدراسات النفسية بقلق المستقبل [32].

مصاحب بعدم ارتياح نفسي وجسمي، وينظر بعض الباحثين للقلق على أساس أنه حالة تنشأ عندما يترك الفرد الحاضر ويقفز للمستقبل، ويعتقدون أنه لا يدور حول ما فعله الشخص بل حول العقاب المنتظر في المستقبل مما يحدث فجوة بين الحاضر والمستقبل، فهو حالة من الخوف والارتعاج والتوتر والترقب تسبب إحساساً بالتهديد والشعور بوقوع كارثة، ويفرقون بين القلق الذي يعني شعور عام بالخوف والتهديد، وقلق المستقبل، فلكل أنواع القلق بعدا زمنيا محدودا نسبيا يؤثر في الإنسان فترة زمنية محددة على عكس قلق المستقبل الذي يكون تأثيره بعيد المدى، فقلق المستقبل يعني حالة من الانشغال وعدم الراحة بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل [27].

عرفت شقير [1] قلق المستقبل Future Anxiety بأنه "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ناجم عن خبرات ماضية غير سارة، وتشويه وتحريف ادراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، وتضخيم السلبيات، تدفع لتدمير الذات والعجز وتعميم الفشل وتوقع الكوارث والتشاؤم من المستقبل، والخوف من المشكلات المستقبلية المتوقعة، ويعرفه عشري [28] بأنه خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفا غامضا نحو ما يحمله الغد من صعوبات والتنبؤ السلبى للأحداث المتوقعة، والشعور الضيق عند الاستغراق في التفكير فيها، وفقدان القدرة على التركيز، والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام والشعور بفقدان الأمن والطمأنينة نحو المستقبل، وعرفته العكايشة [29] بأنه حالة من التحسس الذاتي وحاجة يدركها الفرد تشغل تفكيره على شكل شعور بالضيق والتوتر والخوف الدائم وعدم الارتياح تجاه موضوعات يتوقع حدوثها مستقبلا، وعرفته الخالدي [30] بأنه التوتر والخوف الناجم عن ترقب خطر مجهول يمكن حدوثه في المستقبل. ويستنتج الباحث من التعريفات السابقة إن قلق المستقبل انفعال غير سار وشعور مكدر يبعث على الألم والمعاناة ناتج عن توقع لا منطقي لحدوث ضرر في المستقبل، تلعب خبرة الفرد دورا مهما في إمكانية توقع الأحداث المثيرة له.

منها، فهي تسمح للفرد لتحويل الوضع المجهد إلى حدث مثير للاهتمام ومرغوب فيه، وتسمح هذه العملية للتفكير خارج الصندوق "thinking outside of the box" للأفراد للوصول والاستفادة من العمليات الإبداعية في حل المشاكل، بحيث يكونون أقل عرضة للبقاء محاصرين والسعي الفعلي لحل المشكلة، وتشير الأدبيات إلى أن عمليات المواجهة الفعالة هي أكثر استخدامًا من قبل الأفراد ذوي الصلابة، وأقترح تحليل المسار أن الصلابة تقود إلى الصحة العقلية من خلال آليات المواجهة والتقييم. إن فهمنا للعلاقة بين الصلابة والضغط يستند على تفعيل المواجهة التحويلي، والتفسيرات للأحداث بحيث تحفز الخيال لإنتاج طرق جديدة لمواجهة الوضع المجهد، وتوفير القدرة على اتخاذ قرارات جديدة بالاهتمام، التي بدورها، يبدو أنها، تشحن الموارد لتنفيذ تلك القرارات، ومن المتوقع أن من لديهم صلابة أكثر يفتحون لأنفسهم بدائل خلاقة فريدة لحل المشكلة [34].

يرى الكثير من الباحثين أن ضعف الصلابة النفسية يرتبط ارتباطًا وثيقًا بسوء التوافق، وأنها متغير يتوسط عملية التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة يحمي الفرد من الاضطرابات، ويعمل على تعديل مستوى ونوعية الإجهاد الناتج عن أحداث الحياة الضاغطة، بتكوين مواجهة ارتدادية لها أثر إيجابي في خفض تأثير تلك الأحداث [11]، ووفرت الدراسات أدلة قوية على أن الصلابة ترتبط سلبًا مع الاكتئاب والقلق، وتبين أن الصلابة النفسية متغير الشخصية الذي يصف شعور الفرد بالالتزام، والسيطرة، والتحدي في ظل ضغوط الحياة وتم تحديدها على أنها عامل وقائي ضد تطوير القلق والأعراض النفسية، ودعمت النتائج وجود علاقة عكسية بين الصلابة وإجهاد الوالدين [36]، وارتبطت مع نشاط حل المشكلة والميل للاقترب من الصعوبات بدلا من تجنبها [7].

لم تظهر الصلابة فقط في مساعدة الأفراد على التكيف مع الأحداث المجهد، ولكن من منظور أكثر توجها نحو المستقبل، ووضعت كوبازا ثلاث فرضيات حول ما يحدث عند الأفراد ذوي

يعتبر الإجهاد النفسي أحد عوامل الخطر الكبرى لتطوير العديد من المشاكل الصحية، ويرتبط العديد من العوامل التي تزيد من خطر تلك الأمراض بالتوتر، غير أن تأثير ذلك ليس موحدًا بين الأفراد، وجزءًا من هذا الاختلاف يمكن تفسيره في الصفات والتصرفات التي يمكن أن تزيد من ضعف (أو مقاومة) عوامل الخطر التقليدية، وأطلق على هذا النمط الذي يستسلم للمرض نوع "A"، الذي يتصف بنفاد الصبر، والاستعجال، وربطت العديد من الدراسات هذا النمط بزيادة خطر التعرض للأمراض، ووجدت الدراسات آثارًا للتفاعلات الكبيرة بين الصلابة والنوع "A"، وتشير النتائج أن الأشخاص الذين لديهم صلابة عالية هم أقل ردًا للفعل على المستوى الفسيولوجي مقارنة بنظرائهم منخفضي الصلابة، فالدراسات في هذا المجال توحى بأن الصلابة متغير مهم لفهم الفروق في تفاعل الجوانب الفسيولوجية مع الضغوط، فالأشخاص المتمتعين بصلابة عالية أظهروا استجابة مناعية أقوى بكثير ضد الأمراض، ووجدت دراسات حديثة أخرى أن الصلابة ذات صلة ببروتين دهني عالي الكثافة، ونوع من الكوليسترول يبدو أنه يحمي من أمراض القلب والشرايين وتصلب الشرايين، وعندما يواجه الشخص بحالات وتحديات جديدة، فإن الأشخاص عاليي الصلابة يظهرون إيجابية، مع توقع التكيف الناجح ونتائج جيدة، وهذه التقييمات الإيجابية تميل للحفاظ على السيطرة التي يمارسها الفص الجبهي والمتعلقة بأنماط الاستجابة التلقائية، وفي المقابل، الأشخاص قليلو الصلابة يمثل تقييمهم للحالة تهديدًا من شأنه أن يؤدي إلى المزيد من التخلي السريع عن السيطرة، ويرتبط ذلك بالحالات المرضية المتعددة، بما في ذلك أمراض القلب والأوعية الدموية [33].

على مدى السنوات الثلاثين الماضية يدعم الأدب بقوة أن الصلابة النفسية تخفف من الآثار المحتملة غير الصحية من الإجهاد وتمنع التوتر والقلق الذي كثيرا ما يؤدي إلى المرض، وقد تبين أن أولئك الذين هم أكثر صلابة أكثر احتمالًا لاستخدام استراتيجيات المواجهة من أولئك الذين لديهم مستويات منخفضة

أشارت الدراسات الحديثة أن الفرد في كل قرار يتخذه عليه أن يختار بين مسار المستقبل بكل ما يحمله من مجهول، أو الاستمرار في مسار الماضي الأكثر ألفة، فاختيار المستقبل (المسار الأقل ألفة) يؤدي لنمو مستمر للفرد، وهذا يعد أكثر الأنماط رغبة فيه، لكن هذه القرارات الموجهة نحو المستقبل تخلق حالة من عدم التأكد وتثير القلق [5]، فطريقة اختيار الفرد التوجه في قراراته نحو المستقبل تولي لديه اهتمامًا لاكتساب معلومات جديدة، ويكون أكثر قوة وانفتاحًا، أما عندما يختار التوجه في قراراته نحو الماضي فإنه يختار ما يألفه ويتجنب الجديد مما يجعله يفشل ويشعر بالضجر. غير أن اختيار التوجه نحو المستقبل يحمل معه حالة قلق، ذلك أن الخوف من عدم اليقين الذي يكتنف التوجه نحو المستقبل يؤدي للتفكير والسلوك في الاتجاه المألوف، ويشعر الإنسان بأن عليه أن يتجنب هذا الاحساس باتخاذ قرارات تتجه نحو الماضي، وتؤدي الصلابة النفسية إلى التعامل مع المواقف الضاغطة بتعديل إدراك الأحداث وتقليل التأثير السلبي لها، مما يتطلب تغيير في أسلوب الحياة، ويجنب الإصابة بالأمراض الجسدية، فالشخصية الصلبة عند تعرضها لما يثير القلق، تتجه نحو هذه العوامل بالالتزام والإدراك بأن هذه المتغيرات قابلة للحل، وأنها فرص للنمو وليس مهددات للأمن الشخصي، ويُفترض أن الفرد الذي لديه صلابة قوية يقيم الضغوط على أنها أقل أذى ويعتقد في قدرته على التحكم، ويظل ملتزمًا بالتعامل مع الضغوط، مما يؤدي لتفسيرات ميسرة إيجابية للقلق [40]، وتفترض نظرية الصلابة أن الصلابة تؤثر على العلاقة بين القلق من خلال تقليل مستوى التهديد المدرك، وتحد من كم الاستثارة السلبية المعطلة [5]، وهناك أدلة على أن مستويات أعلى من الصلابة يمكن أن تتزامن مع انخفاض مستويات الاحتراق النفسي [41]، وانخفاض المستويات العالية من المحن النفسية، ومستويات أعلى من الرفاهية الذاتية [7].

اتضح أن متغيرات الدراسة الحالية متغيرات حديثة نسبيًا استحقت اهتمام الباحثين فحاولوا أن يعرضوا لها نظريًا وتجريبيًا،

الصلابة عند مواجهة الأحداث المجهدة في الحياة، أولها أن الأشخاص الذين يرون التغيير في الحياة كتحدٍ أكثر صحة من أولئك الذين يرون التغيير باعتباره تهديدًا، وثانيها أن الأشخاص الذين يشعرون بالالتزام أكثر صحة من أولئك الذين يشعرون بالإقصاء، وثالثها أن الأشخاص الذين لديهم شعور أكبر من السيطرة الشخصية على ما يحدث في حياتهم أكثر صحة من أولئك الذين يشعرون بالعجز [35]، وتوصلت الدراسات إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين ضبط الجهاز النفسي الذاتي وهو ركن أساسي في صلابة الشخصية للفرد ومستوى تفكيره وتقديره الذاتي لأدائه وكفاءته الإنجازية في معالجة قضايا البيئة الخطيرة [37].

من الناحية النظرية، يميل الأشخاص ذوي الصلابة العالية إلى رؤية الأحداث المجهدة على أنها أقل تهديدًا، وأكثر تقاؤلاً، ويستخدمون مهارات التكيف لحل مثل هذا الحدث المجهد، وأظهرت النتائج أن عالي الصلابة أكثر شعورًا بالثقة والسيادة الذاتية في مواجهة الضغوطات الصحية، كما أنهم يمتلكون القدرة على إعادة تشكيل التقييم المعرفي لمواجهة الضغوطات الصحية في شكل أكثر إيجابية وفرصة للنمو (التحدي)؛ وكان دافعهم للعمل بطريقة معززة للصحة (التزام)، وكشفت أبحاث لاحقة أن للصلابة دور في التكيف مع عدة أنواع من الأمراض المزمنة، وحددت دراسات في علم نفس الصحة أن الصلابة النفسية لها خصائص فسيولوجية تجعل الأفراد مرتفعي الصلابة في مأمن قوي وأقل قابلية للقلق والاكنتاب، كما كان لديهم تنوير من تجارب الماضي وشجاعة، وكفاءة، وأنهم عند مواجهة التحدي والتوتر يمتلكون استراتيجيات تحويلية عالية، وفي المقارنة، فإن الأفراد منخفضي الصلابة لديهم انسحاب، وحرمان، وابتعاد عن التحديات، واستخدام استراتيجيات التنازلية في المواجهة، كما أظهروا تدهورًا في الأداء، ووجود مشاعر اليأس والقلق، [38]. وترتبط الصلابة النفسية عكسًا مع القمع، والاكنتاب، ولوم النفس، كما أشارت الدراسات إلى أن الصلابة النفسية قللت من آثار الضائقة النفسية والفسيولوجية [39].

الإناث، وأيدت النتيجة نفسها دراسة كراولي وهوبي [50]. وهدفت دراسة كول وزملائه [4] إلى اختبار دور الصلابة النفسية في دافعية التعلم لدى عينة من طلاب الجامعة، وتوصلت النتائج إلى ارتباط الصلابة النفسية، ارتباطاً سالباً مع الاكتئاب وإيجابياً مع الدافعية، وعدم وجود فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية، وأظهرت دراسة دايفدستير [51] أن هناك علاقة سالبة بين الصلابة النفسية والتشاؤم والقلق والاكتئاب، وارتباطاً موجباً مع تقدير الذات الإيجابي، وهدفت دراسة أبو ركية [52] إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية، والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الصلابة النفسية، والصحة النفسية، كما هدفت دراسة أتري وآخرين [53] إلى تحديد دور المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية، والتكيف كمنبئات بالصحة النفسية لدى الطلاب الهنديين الآسيويين الدوليين، وتوصلت النتائج إلى أن المساندة الاجتماعية، والتكيف والصلابة النفسية كلها منبئات جيدة للصحة النفسية، وهدفت دراسة مانتر [54] إلى التنبؤ بجودة الحياة النفسية من خلال الصلابة النفسية، لدى عينة من طلاب الجامعات، وتوصلت النتائج إلى قدرة الصلابة النفسية على التنبؤ بجودة الحياة، ووجود ارتباط إيجابي دال بين الصلابة النفسية والصحة النفسية، وانخفاض معدلات الإصابة بالاكتئاب.

وهدفت دراسة دخان والحجار [3] للتعرف على علاقة الصلابة النفسية بمستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية، وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى الطلاب، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية، وهدفت دراسة مسعود [55] للتعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار غير العقلانية والضغط النفسي لدى طلاب الجامعات، وأشارت النتائج لوجود ارتباط موجب دال بين قلق المستقبل وكل من الأفكار اللاعقلانية والضغط النفسي، وارتفاع قلق المستقبل لدى الإناث مقارنة بالذكور، وقام المنشاوي [56] بدراسة للتنبؤ

ولمزيد من الإثراء للإطار النظري للدراسة يعرض الباحث لعدد من الدراسات السابقة، فقد درس بينجلي وداود [42] أثر الصلابة على العلاقة بين التوتر والاكتئاب والقلق لدى طلاب الجامعات، ووجد أن الإجهاد والصلابة فسرا درجة كبيرة من التباين في الاكتئاب والقلق، وكان التفاعل بين الصلابة والإجهاد كبيراً، مشيراً إلى أن الأفراد الذين لديهم مستويات عالية من الصلابة هم أقل عرضة لأعراض الاكتئاب مقارنة بالذين لديهم مستويات أقل من الصلابة، وتشير هذه النتائج إلى أنه يمكن اعتبار الصلابة وسيط في العلاقة بين الإجهاد والاكتئاب والقلق، كما بحثت دراسة نونلي [43] علاقة الصلابة النفسية بالكآبة النفسية والضغط لدى عينة من المسنين، وأشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية لها دور فعال في تحقيق جودة الحياة وتقبل سوء الرعاية والمشكلات السلوكية، وهدفت دراسة مخيمر [44] للتعرف على أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في الوقاية من آثار الأحداث الضاغطة، لدى طلاب جامعة الزقازيق، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية ولسالحي الذكور، وأكدت تلك النتيجة دراسة حمادة وعبد اللطيف [45]، وقارنت دراسة وايس [46] الصلابة بين أمهات أطفال التوحد، ووجدت أن الصلابة المنخفضة وانخفاض كفاية الدعم الاجتماعي، كانتا الأكثر بروزاً لديهن، وكانت متبينة بالاكتئاب لديهن، كما أن الصلابة تتأثر بشكل إيجابي من خلال زيادة العمر، وتصور أكبر من الثقة بالنفس.

وسعت دراسة باربارا وآخرون [47] للكشف عن تأثير الصلابة النفسية على الاكتئاب والتكيف واستراتيجيات التعامل مع الضغوط على عينة من المسنين، وأشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية ترتبط ارتباطاً دالاً موجباً بكل من التكيف ومواجهة الضغوط، وسالباً مع الاكتئاب، كما أنها عامل وقائي من الاكتئاب، وهو ما أكدته أيضاً دراسة وولاس [48]، وكشفت دراسة بازيلي ودايفدزون [49] على عينة من الطلبة الجامعيين أن الصلابة تؤثر إيجابياً في تخفيف الضغوط النفسية لدى

مستوى عال من قلق المستقبل لدى عينة البحث، ووجود علاقة ارتباطية دالة سالبة بين الصلابة النفسية وأبعادها وقلق المستقبل، كما هدفت دراسة المفرجي والشهري [61] إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي، وهدفت دراسة الجميلي [62] إلى التعرف على اثر أسلوب التدريب على حل المشكلات في خفض قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية، وهدفت دراسة انجل [63] لفحص العلاقة بين الصلابة والاكنتاب، والشهية عند كبار السن الذين يعيشون بمراكز الرعاية العليا في منطقة واشنطن العاصمة، وأشارت النتائج إلى ارتباط الاكنتاب، والصلابة، بالشهية، وأن بُعد الالتزام يرتبط مع الشهية بشكل بارز، وتبين أن الصلابة ذات صلة إيجابية بالصحة، ويمكن اعتبارها السمة الشخصية التي لديها تأثير وقائي في ظروف ضاغطة.

كما هدفت دراسة مكي وحسن [22] الى التعرف على مستوى صلابة الشخصية ومستوى تقدير الذات لدى المدرسين في جامعة بغداد، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في الصلابة الشخصية وفقا لمتغير الجنس، كما هدفت دراسة ميلاند [64] إلى فحص تأثير الصلابة النفسية على عينة من طلاب أكاديمية القوات المسلحة النرويجية، وكشفت النتائج أن الطلاب ذوي المستويات العالية من الصحة النفسية لديهم أيضا مستويات عالية من الصلابة النفسية، وأن الصلابة النفسية منبئ دال لأعراض الصحة النفسية، كما هدفت دراسة المشعان [65] إلى فحص العلاقة بين الصلابة النفسية والشكاوى البدنية والعصابية، لدى طلاب جامعة الكويت، وكشفت النتائج عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية، وأن الإناث أكثر عصابية وشكاوي بدنية مقارنة بالذكور، ووجدت علاقة سالبة بين الصلابة النفسية والعصابية، كما هدفت دراسة محمد [66] إلى قياس مستوى قلق المستقبل عند الشباب، وبينت النتائج أن هناك

بكل من التفاؤل والتشاؤم من خلال الصلابة النفسية، والذكاء الوجداني، والتحصيل الدراسي؛ لدى عينة من طلاب كلية التربية بدمنهور؛ وتوصلت الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ بكل من التفاؤل والتشاؤم من خلال الصلابة النفسية والذكاء الوجداني والتحصيل الدراسي، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة بين التشاؤم وكل من الصلابة النفسية والذكاء الوجداني والتحصيل الدراسي، وبحثت دراسة ايبا [17] العلاقة بين الشخصية الصلبة وقلق الخطابة، وتبين أن الطلاب ذوي الصلابة الأعلى أظهروا انخفاض قلق التواصل، كما أشارت دراسة وانتر [25] أن الصلابة خفضت مستويات الاكنتاب، وحصنت من الآثار السلبية الناجمة عن الإجهاد، وخاصة في ظل ظروف عالية ومتعددة من الإجهاد، وربطت دراسة جروت وزملائها [57] بين العديد من الصفات النفسية المرتبطة بانخفاض الصلابة والتنبؤ بأعراض الاكنتاب، لدى عينة من النساء الأمريكيات من أصول أفريقية من ذوي الدخل المنخفض الذين عانوا من وجود نسبة عالية من الضغوطات الحادة والمزمنة، وتبين أن النساء اللواتي كن متفائلات، ولديهن سيطرة على الضغوطات كن أقل عرضة لتطوير الاكنتاب من أولئك المتشائمات أو أن لديهن القليل من السيطرة على الضغوطات الخاصة، ووجدت دراسة دولبر وآخرين [58] أن الصلابة ارتبطت إيجابياً مع التأقلم، وكان الذكور أقل إجهاداً ومرضىً، وخلص الباحثون إلى أن التدخلات التي تعزز العوامل الوقائية مثل الصلابة يمكن أن تكون استراتيجيات مواجهة أكثر فعالية في الحد من الإجهاد والمرض. وهدفت دراسة بدر [59] إلى الكشف عن العلاقة بين الخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب والصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة، وأشارت النتائج لوجود فروق دالة بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في أبعاد حدة الغضب والمشاعر الانفعالية المصاحبة لصالح منخفضي الصلابة النفسية، وهدفت دراسة كرميان [60] لدراسة علاقة بعض السمات الشخصية بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في استراليا، وأشارت النتائج لوجود

وكشفت النتائج أن صلابة الأم قد أثرت على مهارات التأقلم وقللت من الآثار السلبية للاكتئاب وعززت السلوكيات الوالدية بأكثر فعالية للأمهات المكتئبات.

وهدفت دراسة كروزن [39] لفحص أثر الصلابة النفسية على العلاقة بين الإجهاد المهني والكفاءة الذاتية، وشملت العينة على (112) من علماء النفس المدرسي في جورجيا، وكشفت متابعة تحليل الانحدار الخطي المتعدد أن الإجهاد المهني لم يرتبط بالكفاءة الذاتية، في حين ارتبطت الصلابة النفسية بالكفاءة الذاتية، وتوسطت الصلابة النفسية العلاقة بين الضغوط المهنية والفاعلية الذاتية.

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح ندرة الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة لدى عينة إكلينيكية، إذ أن معظم الدراسات قد تناولتها في مجالات التعليم والعمل، مما يميز هذه الدراسة عن غيرها من حيث تناولها الصلابة النفسية وعلاقتها مع قلق المستقبل لدى عينة إكلينيكية.

2. مشكلة الدراسة

أشار التراث السيكلوجي أن بعض الأفراد أقدر على مجابهة الضغوط وتحملها مقارنة بالآخرين، ولقد اهتمت كوبازا بكشف الخواص المهمة التي يتميز بها الأفراد الذين يتحملون الضغوط وتأثيراتها وأسلوب مقاومتها، ووجدت أن أفضل المتكفيين مع الضغوط هم الأشخاص الذين لديهم صلابة نفسية، وهم الأشخاص الذين لديهم التزام ويملكون الإحساس بالسيطرة والإحساس بالقدرة على مجابهة التحديات [74]، وقد ذهب البعض لاعتبار الصلابة مصدر مقاومة يمكنه معادلة الآثار المحتملة للضغوط.

تعتبر الصلابة النفسية متغيراً في الشخصية تبدو بمثابة تحصين ضد القلق والضيق، وقد وجد أن أولئك الذين يظهرون مستويات أعلى من الصلابة النفسية يبدو أنهم يحققون نتائج أفضل في إطار ظروف ضاغطة ممن يظهرون مستويات أقل منها؛ فوجودها بمثابة منطقة عازلة ضد الإجهاد، فهي تغير تصورات الأحداث لجعلها أقل إجهاداً، وتؤدي إلى المواجهة

فروق دالة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية ولصالح غير المتزوجين، وليس هناك فروق دالة وفقاً لمتغير المهنة، وأشارت دراسة اسكليمان وآخرون [67] إلى ارتباط الصلابة سلباً مع العصابية، والقلق، والغضب، والاكتئاب، والإجهاد العاطفي، في إيجابياً مع احترام الذات، والتفاؤل، والكفاءة الذاتية.

وهدفت دراسة البيرقدار [68] الى التعرف على مستوى الضغط وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل، وتوصلت الدراسة الى إن مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية لدى الطلاب اعلى منه لدى الطالبات، وأن مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية كان لصالح التخصص العلمي، وهدفت دراسة كاش [69] إلى اختبار العلاقة بين متغير شخصية الصلابة والرضا الوظيفي والأداء، لدى الموظفين في نيوزيلندا، وكشفت النتائج عن وجود علاقة إيجابية دالة بين الصلابة والرضا الوظيفي، وعلاقة سلبية بين الصلابة والتهديد، وهدفت دراسة محمود [70] لفحص علاقة الصلابة النفسية بالصحة النفسية، والنجاح الأكاديمي لدى طلاب الدبلوم المهني بكليات التربية، وأشارت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالصحة النفسية وبالنجاح الأكاديمي من خلال الصلابة النفسية، كما هدفت دراسة روبنسون [71] للتعرف على ما إذا كان مستوى صلابة الفرد يؤثر على المخاطر الصحية الشاملة لدى عينة من الأمريكان من أصل أفريقي، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة دالة بين الصلابة والمخاطر الصحية، وارتباط جزئي إيجابي قوي بين الصلابة وموقع التحكم الداخلي، وهدفت دراسة خدورامي [72] إلى دراسة تأثير الجنس والعمر على الصلابة النفسية، والذكاء العاطفي، وفعالية الذات على عينة إيرانية من المراهقين، وأشارت النتائج أن الذكور كانوا أعلى بشكل ملحوظ في الصلابة النفسية، والذكاء العاطفي، والكفاءة الذاتية، من الإناث، وهدفت دراسة ديلجراند [73] للتعرف على دور الصلابة النفسية على اكتئاب الأمهات بعد فترة ما بعد الولادة، وتأثيره على نمو الطفل، وقد تم استخدام عينة من الأمهات المكتئبات بعد الولادة وعينة من النساء غير المكتئبات،

ج. حدود الدراسة

اقتصرت الدراسة على عينة من المصابين النفسيين المراجعين لمستشفى الزرقاء الحكومي والعيادات الخارجية التابعة له في مدينة الزرقاء بالأردن.

د. مصطلحات الدراسة

الصلابة النفسية:

عرفها نقاحة [18] بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كافة المصادر النفسية والبيئة المتاحة، ليدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة، وهي سمة ثلاثية الأبعاد "الالتزام والتحكم والتحدى"، تواجه الصعاب والتحديات، ويعرفها الباحث إجرائياً في هذه الدراسة بأنها: القدرة على وضع استراتيجيات معينة في المواقف التي يتعرض فيها للضغوط النفسية تساعد في حل المشكلات التي سببتها هذه الضغوط، ويعبر عنها بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على فقرات مقياس الصلابة النفسية المعتمد لغرض هذه الدراسة.

قلق المستقبل:

عرفته شقير [1] بأنه اضطراب نفسي المنشأ ناجم عن خبرات ماضية غير سارة، وتشويه ادراكي معرفي للواقع وللذات باستحضار للذكريات الماضية غير السارة، وتضخيم للسلبيات، تدفع لتدمير الذات وتعميم الفشل وتوقع الكوارث والنشأوم من المستقبل. ويعرفه الباحث إجرائياً في هذه الدراسة بأنه: خبرة انفعالية غير سارة ترافق بخوف غامض من المستقبل، وشعور بالتوتر عند استغراق التفكير فيها، والشعور بفقدان الأمن نحو المستقبل، ويعبر عنه بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على فقرات مقياس قلق المستقبل المعتمد لغرض هذه الدراسة.

فرضيات الدراسة

1- توجد علاقة ارتباطية دالة سالبة بين الصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام - التحكم - التحدي) وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد

الفعالة وإلى تغييرات في الممارسات الصحية التي تميل للحد من المرض، وكشفت الدراسات باستخدام تحليل المسار أنها تحسن الصحة العقلية عن طريق الحد من تقييم التهديد [34].

وعلى ضوء ما سبق ونظراً لارتباط قلق المستقبل لدى الفرد بصلابته النفسية، تبلورت مشكلة الدراسة في الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، ومدى اختلاف تلك العلاقة باختلاف كل من: النوع ذكور إناث، والحالة المرضية (العصاب - الذهان (ومستوى القلق) مرتفع - منخفض).

أ. أهمية الدراسة

انبثقت الأهمية الموضوعية للدراسة من منطلق كون التعرض للقلق سمة العصر، ومحوراً للاضطرابات النفسية، وسمة مميزة للعديد من الاضطرابات السلوكية، كما أن درجة القلق تعتمد على ما يبذله الفرد من جهد في تحقيق هدفه وعلى أسلوب تفكيره؛ فالتفكير السلبي بعدم مقدرة الفرد على مواجهة مطالب البيئة يولد لديه القلق والتوتر، وتعتبر الصلابة النفسية مصدر مقاومة للشعور بالقلق، وينظر لها على أنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، وقد أشارت العديد من الدراسات إلى الارتباط الوثيق بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل" بوجود علاقة ارتباطية دالة سالبة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل [60]، كما تكمن أهميتها التطبيقية بتطبيقها على عينة إكلينيكية، وبالإسهام في التعرف على الفروق بين تلك العلاقة باختلاف تصنيف العينة عصابية أم ذهانية، وتقديم المقترحات ذات الصلة، كما يأمل الباحث أن تمثل الدراسة إضافة علمية في هذا المجال.

ب. أهداف الدراسة

هدفت الدراسة لفحص العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة إكلينيكية، ومعرفة الفروق في تلك العلاقة باختلاف النوع ذكور إناث، والحالة المرضية (العصاب - الذهان).

(8.42)، و(100) مشخصين ضمن الأمراض الذهانية، نصفهم من الذكور، بمدى عمري (24-48) سنة، بمتوسط عمري (31.4) سنة، وانحراف معياري قدره (8.75)، والنصف الآخر من الإناث بمدى عمري (21-47) سنة، بمتوسط عمري (33.6) سنة، وانحراف معياري قدره (9.05).

ج. أدوات الدراسة

أولاً: مقياس الصلابة النفسية

استخدمت الدراسة الحالية مقياس الصلابة النفسية من إعداد البيرقدار [68]، ويتكون من (٤٣) فقرة بتدرج ثلاثي: تنطبق دائماً، وتنطبق أحياناً، ولا تنطبق أبداً، ووزعت تلك الفقرات على الأبعاد الثلاثة للمقياس، بواقع (١٦) فقرة لبعد الالتزام و(١٣) فقرة لبعد التحدي و(١٤) فقرة لبعد التحكم، وقد كان للمقياس الأصلي وأبعاده الثلاث صدق بناء تمثل بقدرته التمييزية، وصدق ذاتي دال، وثبات عالي بطريقتي الإعادة وكرونباخ الفا [68].

وللتحقق من صدق المقياس تم تطبيقه على عينة مكونة من (30) مريضاً نفسياً تم استبعادهم فيما بعد من عينة الدراسة الأساسية، وأظهرت النتائج أن معاملات الارتباط لجميع الفقرات ذات دلالة إحصائية، كما يوضحها الجدول رقم (1):

جدول 1. معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	** .58	16	** .72	31	** .62
2	** .60	17	** .66	32	** .66
3	** .60	18	** .69	33	** .66
4	** .59	19	** .58	34	** .59
5	** .58	20	** .73	35	** .68
6	** .66	21	** .69	36	** .59
7	** .67	22	** .74	37	** .73
8	** .58	23	** .59	38	** .66
9	** .70	24	** .80	39	** .78
10	** .68	25	** .64	40	** .73
11	** .74	26	** .71	41	** .68
12	** .67	27	** .80	42	** .69
13	** .69	28	** .58	43	** .79
14	** .80	29	** .72		
15	** .61	30	** .68		

** دالة عند (001.)

العينة من مستويات الصلابة النفسية الثلاث (المرتفع - والمتوسط - والمنخفض) في قلق المستقبل.

3- لا تختلف الصلابة النفسية، اختلافاً دالاً إحصائياً باختلاف كل من: النوع ذكور إناث، والحالة المرضية (العصاب - الذهان) (ومستوى القلق) مرتفع - منخفض)، والتفاعلات بينها.

4. الطريقة والإجراءات

أ. منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي الذي يحاول تحديد ما إذا كان هناك رابطة بين متغيرين أو أكثر ومعرفة حجم هذه الرابطة.

ب. العينة

تم اختيار عينة متاحة (Available Sample)، من الأفراد المصابين المراجعين لمستشفى الزرقاء الحكومي والعيادات الخارجية التابعة له في مدينة الزرقاء بالأردن، وقد بلغت (200) مريضاً نفسياً منهم (100) مشخصين ضمن الأمراض العصابية نصفهم من الذكور، بمدى عمري (21-44) سنة، وبمتوسط عمري (32.5) سنة، وانحراف معياري قدره (9.45)، والنصف الآخر من الإناث بمدى عمري (20-46) سنة، بمتوسط عمري (31.4) سنة، وانحراف معياري قدره

يتضح من جدول رقم (1) تراوح ارتباطات الفقرات بالدرجة الكلية بين (0.58) و(0.80) وكلها دالة عند مستوى (0.001)، كما أظهرت المعالجة الإحصائية للمقياس أن جميع أبعاده المقياس ترتبط مع بعضها ومع المقياس ككل بمعاملات

جدول 2. مصفوفة الارتباطات الداخلية لمقياس الصلابة النفسية

المقياس ككل	التحكم	التحدي	الالتزام	المتغيرات
			1	الالتزام
		1	** .772	التحدي
	1	** .801	** .754	التحكم
1	** .872	** .861	** .881	المقياس ككل

باتجاه القلق لتدل الدرجة المرتفعة على وجود قلق عال، بتدرج خماسي: تعبر عني تمامًا، وتعبر عني كثيرًا، وتعبر عني بدرجة متوسطة، وتعبر عني بدرجة قليلًا، ولا تعبر عني على الإطلاق. يتمتع المقياس الأصلي بصدق مقبول وبثبات مرتفع حيث بلغ معامل كرونباخ ألفا للمقياس ككل (.87)، وللتحقق من صدق المقياس في هذه الدراسة تم تطبيقه على عينة مكونة من (30) مريضًا نفسيًا تم استبعادهم فيما بعد من عينة الدراسة الأساسية، وأظهرت المعالجة الإحصائية أن معاملات الارتباط لجميع الفقرات ذات دلالة، يوضحها الجدول رقم (3):

جدول 3. معاملات ارتباط الدرجة بالدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	.59**	17	.57**
2	.66**	18	.80**
3	.73**	19	.81**
4	.78**	20	.63**
5	.69**	21	.67**
6	.60**	22	.67**
7	.55**	23	.58**
8	.61**	24	.67**
9	.73**	25	.81**
10	.65**	26	.65**
11	.62**	27	.60**
12	.65**	28	.72**
13	.72**	29	.70**
14	.76**	30	.54**
15	.56**	31	.52**
16	.75**	32	.65**

5. النتائج ومناقشتها

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: والتي نصها " توجد علاقة ارتباطيه دالة سالبة بين الصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام - التحكم - التحدي) وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة"، ولفحص هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون، ويعرض الجدول رقم (4) تلك المعاملات.

جدول 4

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية وأبعادها وقلق المستقبل

مستوى الدلالة	قلق المستقبل	الصلابة النفسية وأبعادها
0.01	-0.651	الصلابة النفسية (ككل)
0.01	-0.527	الالتزام
0.01	-0.459	التحكم
0.01	-0.347	التحدي

الذين يشعرون بالالتزام أكثر صحة من أولئك الذين يشعرون بالإقصاء في حياتهم [37].

كما اتضح أيضاً أن التحكم يرتبط ارتباطاً سالباً ودال مع قلق المستقبل (-0.459)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة، التي أكدت أن التحكم منبئ جيد للصحة النفسية [53]، ويؤدي لتفسيرات ميسرة إيجابية للقلق [40]، وأن الأشخاص القادرين على التحكم يحافظون أكثر على صحتهم [71]، ويتصرفون بطريقة تؤثر في أحداث الحياة بدلاً من الشعور بالعجز [75]، كما ارتبط التحدي ارتباطاً سالباً ودال مع قلق المستقبل (-0.347)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة، التي بينت أن التحدي يساعد على استكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد على مواجهة الضغوط بكفاءة [7]، ويجعل الفرد ينظر للتهديد على أنه أمر عادي وأن التغيير وليس الثبات هو الأمر الطبيعي مما يقلل من قلق المستقبل [75].

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية: والتي نصها " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة من مستويات الصلابة النفسية الثلاث (المرتفع - والمتوسط - والمنخفض) في قلق المستقبل"، ولفحص هذه الفرضية تم استخدام تحليل التباين الأحادي، ويعرض الجدول رقم (5) تلك النتائج.

اتضح من جدول رقم (3) أن ارتباطات البنود بالدرجة الكلية تراوحت بين (0.52) و(0.83) وجميع هذه الارتباطات دالة عند مستوى (0.001).

كما تم حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي وكانت (0.85)، وهي نتائج تشير لتمتع مقياس قلق المستقبل بصدق مقبول وباتساق داخلي وثبات مقبولين يبرر استخدامه.

اتضح من الجدول رقم (4) أنه قد تم قبول الفرضية الأولى إذ تبين أن هناك ارتباط سالب دال بين الصلابة النفسية وأبعادها وقلق المستقبل؛ إذ تبين أن معامل الارتباط بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل (-0.651) وهي دالة عند مستوى (0.01)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة، إذ يرتبط ضعف الصلابة النفسية بسوء التوافق، وأن الصلابة النفسية تحمي من الاضطرابات، وتعمل على تعديل مستوى ونوعية الإجهاد الناتج عن أحداث الحياة الضاغطة [11]، وترتبط سلباً مع الاكتئاب والقلق [36]، وإيجاباً مع نشاط حل المشكلة والميل للاقتراب من الصعوبات بدلاً من تجنبها [7]، كما تؤثر الصلابة على القلق من خلال تقليل مستوى التهديد المدرك، وتحد من كم الاستثارة السلبية المعطلة [5]، وتخفض من المستويات العالية من المحن النفسية [7]. وكذلك هناك ارتباط سالب دال بين قلق المستقبل وبعد الالتزام (-0.527) ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه نتائج الدراسات السابقة بأن الالتزام أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي من القلق، وبالحماية من الاضطرابات السيكوسوماتية، والارتباط بالنتائج الصحية الجيدة [14]، ويقلل الالتزام من مفهوم التهديد في مواجهة أحداث الحياة المجهدة، ويقود للشعور بالهدف الذي يمنع من الاستسلام أو الشعور بالاغتراب في أوقات التوتر، ويقود للمشاركة مع الآخرين، ومع النفس [16]، فالأشخاص

جدول 5

تحليل التباين الأحادي لتأثير مستوى الصلابة النفسية وقلق المستقبل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التباين بين المجموعات	201283.56	2	100641.78	186.56	0.001
التباين داخل المجموعات	106251.77	197	539.35		
التباين الكلي	307535.33	199			

تشير نتائج الجدول رقم (5) لوجود تأثير دال إحصائياً لمستوى الصلابة النفسية على قلق المستقبل حيث كانت قيمة ف = (186.56) وهي دالة إحصائياً عند مستوى (0.001)، وتم رقم (6).

جدول 6

اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة بين المتوسطات للكشف عن مواضيع الفروق بين المجموعات

المتغير	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	منخفض	متوسط	مرتفع
الصلابة النفسية	منخفض	101	52.20	-	8.989*	65.345*
	متوسط	62	81.02		-	59.324*
	مرتفع	37	117.89			-

اتضح من الجدول رقم (6) ما يلي:

- وجود فروق بين مجموعتي منخفضي ومتوسطي الصلابة النفسية في قلق المستقبل.
- وجود فروق بين مجموعتي منخفضي ومرتفعي الصلابة النفسية في قلق المستقبل.
- وجود فروق بين مجموعتي متوسطي ومرتفعي الصلابة النفسية في قلق المستقبل.

ويمكن تفسير هذه النتائج في أن الصلابة لا تساعد الأفراد على التكيف مع الأحداث الضاغطة فحسب، بل أيضاً تزيد من فاعليتهم تجاه المستقبل [14]، وما يفسر تزايد قلق المستقبل بانخفاض الصلابة النفسية أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية العالية يستخدمون قدراتهم الشخصية لحل المشكلات المستقبلية ومواجهة الضغوط مما يقلل من إحساسهم بالمعاناة من المشكلات المستقبلية، وتجعلهم يقيمون الأحداث المثيرة للقلق كأحداث أقل تهديداً، مما يخلق لديهم حساً بالسيطرة على ما يواجهونه من مشكلات [40].

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: والتي نصها "لا تختلف الصلابة النفسية، اختلافاً دالاً إحصائياً باختلاف كل من: النوع (ذكور إناث)، والحالة المرضية (العصاب - الذهان) ومستوى القلق (مرتفع - منخفض)، والتفاعلات بينها"، ولفحص هذه الفرضية تم استخدام تحليل التباين الثلاثي، ويعرض الجدول رقم (7) تلك النتائج.

جدول 7. تحليل التباين الثلاثي (النوع × الحالة المرضية × مستوى القلق) للدرجة الكلية للصلابة النفسية

مصدر الاختلاف	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة	قيمة مربع إيتا الجزئي
مستوى القلق	3.311	1	3.311	418.318	0.001	0.58
النوع	0.086	1	0.086	11.165	0.01	0.09
الحالة المرضية	0.070	1	0.070	9.179	0.01	0.12
الحالة المرضية × مستوى القلق	0.298	1	0.298	38.837	0.01	0.10
الحالة المرضية × النوع	0.003	1	0.003	0.417	0.52	
النوع × مستوى القلق	0.001	1	0.001	0.138	0.71	
الحالة المرضية × النوع × مستوى القلق	0.124	1	0.124	16.096	0.001	0.11
الخطأ	1.381	190	0.007			
الكلي	5.261	200				

اتضح من الجدول رقم (7) أن هناك فروقاً دالة في الصلابة النفسية بين من لديهم قلق مستقبلي منخفض وقلق مستقبلي مرتفع، حيث بلغت قيمة "ف" (418.318) وهي دالة عند مستوى (0.001) لصالح ذوي القلق المنخفض حيث كان متوسط درجاتهم (89.15) بينما كان لمرتفعي القلق (51.98)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (0.58) وتعني أن (58%) من التباين يرجع إلى الاختلاف في متغير قلق المستقبل.

ويفسر ذلك في أن من يمتلك صلابة نفسية مرتفعة يرغب في التفاعل مع الآخرين، ولديه دافعية عالية وإحساس بقيمته ودوره في تسيير أمور حياته، وقدرته على التغلب على ما يواجهه من مشكلات مستقبلية، مؤمناً بأن التغيير وليس الثبات هو الشيء الطبيعي، وأن ما يخبئه المستقبل ليس مصدر تهديد بل فرصة للتفاعل والنمو؛ فانخفاض قلق المستقبل لدى من يتسم بالصلابة النفسية العالية أمراً متسقاً مع الأسس النظرية والدراسات السابقة التي تؤكد أن الصلابة ترتبط سلباً مع الاكتئاب والقلق وأن الصلابة النفسية عامل وقائي ضد تطوير القلق والأعراض النفسية [36].

كما اتضح أن هناك فروق دالة في الصلابة النفسية بين الذكور والإناث حيث بلغت قيمة "ف" (11.165) وهي دالة عند مستوى (0.01) لصالح الذكور حيث كان متوسط درجاتهم (72.11) بينما كان للإناث (60.23)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (0.09) وتعني أن (9%) من التباين يرجع إلى الاختلاف في متغير الجنس. وقد يفسر ذلك بالتنشئة الاجتماعية والتنميط الجنسي منذ الطفولة، من خلال تشجيع الوالدين على تقمص الدور الجنسي المناسب، مما يساهم في تشكيل الدور الجنسي النمطي للطفل، وبذلك تنمو الهوية الجنسية، وتستمر تلك العملية لتصل ذروتها في مرحلة الشباب مع التأكيد على بعض الخصائص التي لها علاقة بمعايير المجتمع التي تليق بالذكور دون الإناث من مثل: التحدي والسيطرة والاستقلالية والشجاعة، إضافة إلى أن المجال الذكري أوسع يتعرض فيه الذكور لمواقف تتطلب المواجهة والقوة لتصبح الصلابة جزء من شخصيتهم، ويمنح هذا المجال الذكور استقلالية وحرية التصرف والاختيار

أكثر من الإناث فهم يصنعون بأنفسهم دورهم في الحياة، ومن ثم تنعكس على قوة صلابتهم الشخصية مقارنة بالإناث، كما أن الذكور يتحملون مواجهة المصاعب ويتعرضون لمستوى مرتفع من الإجهاد في العمل مقارنة بالإناث كما أنهم يتمتعون بمرونة عالية في تقبل الأفكار الجديدة دون جمود ولديهم جرأة وحب مغامرة وإقدام على ما هو جديد وأقل اعتماداً على الغير، ويمكن تفسير ذلك في ضوء نظرية هورنر Horner للاختلاف بين الجنسين في الخوف من النجاح إذ أن النساء الذكيات يخشين النجاح والتفوق والظهور بشخصية صلبة وتصدر أدوار ومكانة مرموقة ومنافسة للرجال في مكانتهم واختصاصاتهم لدرجة أن بعضهن يلجأن إلى تصنع الخوف والضعف أمام الجنس الآخر خشية الرفض الاجتماعي لهن وخشيتهن من نعتهن بالذكورة (الرجولة) [76].

كما اتضح أن هناك فروق دالة في الصلابة النفسية بين المشخصين عصائياً والمشخصين ذهانياً، حيث بلغت قيمة "ف" (9.179) وهي دالة عند مستوى (0.01) لصالح الأفراد المشخصين عصائياً حيث كان متوسط درجاتهم (77.65) بينما كان المشخصين ذهانياً (59.23)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (0.12) وتعني أن (12%) من التباين يرجع إلى الاختلاف في الحالة المرضية، وتفسر تلك النتيجة، في أن العصاب (Neuroses) يشير إلى حالات سوء التوافق مع النفس أو الجسد أو البيئة المحيطة، يعبر عنها بدرجة عالية من القلق والتوتر، دون أن يكون لها أسباب عضوية واضحة، مع بقاء المريض متصلاً بالحياة الواقعية متبصراً بحالته ضابطاً لسلوكياته بشكل عام، وقادراً على القيام بواجباته، ولا يرافق بتصدع عام في الشخصية، فالعصاب هو شكل من أشكال سوء التوافق بلغ درجة واضحة من الشذوذ والأثر، وهو اضطراب يظهر لدى الفرد فيؤذيه ويجرح صحته النفسية ويؤثر على كفايته الإنتاجية دون أن يجعله عاجزاً تماماً عن الإنتاج أو عدواً للمجتمع أو يجعل علاقته مع المحيط معطوبة، على عكس المرض العقلي أو الذهان Psychosis الذي هو اضطراب عقلي ذهاني شديد وخطير انفعالي وسلوكي وشخصي، يمثل خللاً في التفكير

6. التوصيات

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي:

1. إعداد برامج وورش عمل لتنمية الصلابة النفسية لدى الأفراد في المدارس والجامعات حيث إنها تعتبر من العناصر الفاعلة في خفض مستويات الاكتئاب والقلق والشكاوى البدنية.
2. إعداد برامج ورش عمل إرشادية للتوعية بالمستقبل وما يمكن أن يحمله وكيفية مواجهته.
3. إعداد برامج نفسية وسلوكية وتربوية ومعرفية من قبل المختصين في المجالات النفسية للمرضى النفسيين للعمل على رفع صلابتهم النفسية لكونها تساهم في التخلص من مشاعر الإحباط لحمايتهم من الإصابة بالأمراض النفسية والتقليل من أثارها السلبية.

المراجع

أ. المراجع العربية

- [1] شقير، زينب محمود (2005) *مقياس قلق المستقبل*، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- [2] الدبور، أحمد محمد محمود (2007) *مستويات الصلابة النفسية ومدى فاعلية برنامج لتنميتها لدى المعاقين بصريا*. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنوفية.
- [3] دخان، نبيل كامل والحجار، بشير إبراهيم (2006) الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، *مجلة الجامعة الإسلامية*، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني، ص 360 - 398.
- [4] فضل، إبراهيم عبد الصمد (2002) *الصلابة النفسية وعلاقتها بالوعي الديني ومعنى الحياة لدى عينة من طلاب الدبلوم العام بكلية التربية بالمنيا دراسة سيكومترية إكلينيكية*. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، مجلد (17)، ع 2، ص 239 - 283.

والقوى العقلية دون الوعي بأسباب المرض مع عدم القدرة على الاستبصار، وهو اضطراب عضوي فيه جانب وظيفي، كما أنه اختلال عقلي يؤدي إلى خلل شامل في شخصية المريض وفي سلوكه مما يفقد صلته بالواقع ويكُون لنفسه عالم خاص به من الأوهام والخيالات مع وجود مدركات حسية خاطئة لديه؛ وبذلك يمكن القول أن الذهان هو اضطراب نفسي شديد يصيب الشخصية فيجعل اتصالها مع الواقع معطوباً، ويجعل التفكير مختلطاً، ويبدو المصاب وكأنه يعيش في عالم خاص به، ويبرر ذلك نتيجة الدراسة الحالية من كون أن العصبيين لديهم صلابة نفسية أكبر مقارنة بالذهانيين [77].

كما تبين أن التفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق دال إحصائياً حيث بلغت قيمة "ف" (38.837) وهي دالة عند مستوى (0.01)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (0.10) وتعني أن (10%) من التباين يرجع إلى التفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق، وتفسر تلك النتيجة بأن القلق لدى الذهانيين اعلى منه لدى العصبيين [77]. كما تبين أن للتفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق والنوع دلالة إحصائية حيث بلغت قيمة "ف" (16.096) وهي دالة عند مستوى (0.01)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (0.11) وتعني أن (11%) من التباين يرجع إلى التفاعل بين الحالة المرضية ومستوى القلق والنوع. وقد تفسر تلك النتيجة في أن ذوي الصلابة النفسية لديهم قدرة على تكوين علاقات إنسانية فعالة، ومواجهة الصراعات النفسية، والسيطرة عليها، وعدم الاستسلام للقلق والتوتر والخلو النسبي من الأنماط السلوكية الشاذة المصاحبة للاضطرابات النفسية، كما أن الصلابة النفسية تمتع صاحبها بهدوء الأعصاب في مواجهة المواقف المختلفة وتشعره بعدم الفشل وأن التحديات والصعاب، لا تعيق الأهداف التي يريد تحقيقها، وفي هذا الصدد أشارت الدراسات أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية أقل احتمالاً لإصابة النفسية والجسمية نتيجة الأحداث الضاغطة [6].

- [10]حنفي، تغريد حسنين (2007) المناخ الأسري وعلاقته بالصلاية النفسية لدى المراهقين، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- [18] نفاحة، جمال السيد (2009) الصلاية النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين" دراسة مقارنة". مجلة كلية التربية - جامعة الإسكندرية، المجلد التاسع عشر، العدد الثالث.
- [21] العكلي، جبار وادي باهض (2000) قلق المستقبل وعلاقته بدافع العمل، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية.
- [22] مكي، لطيف غازي وحسن، براء محمد (2010) صلاية الشخصية وعلاقتها بتقدير الذات لدى التدريسيين في الجامعة، جامعة بغداد / مركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية، العدد الحادي والثلاثون.
- [26] عثمان، فاروق السيد (2001) القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي ط1.
- [27] الشرقاوي، مصطفى خليل (2000) أسس الإرشاد والعلاج النفسي، الطبعة الثانية، دار النهضة العربية، القاهرة.
- [28] عشري، محمود محي الدين (2004) قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية، دراسة ثقافية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عُمان، أبحاث المؤتمر السنوي الحادي عشر لمركز الإرشاد النفسي، الجزء الأول، جامعة عين شمس. ص ص (139-178).
- [29] العكايشة، بشرى أحمد جاسم (٢٠٠٠) قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- [30] الخالدي، أمال إبراهيم (٢٠٠٢) أثر برنامج إرشادي في تأكيد الذات وخفض قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.
- [31] بطرس، حافظ بطرس (2004) خفض حدة بعض اضطرابات القلق لدى اطفال ما قبل المدرسة، بحث منشور لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- [32] شند، سميرة محمد (2002) دراسة لقلق المستقبل وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظور متغيري الجنس والتخصص، مجلة كلية التربية، القسم الأدبي، المجلد الثامن، العدد الثالث، جامعة عين شمس، 113 - 181.
- [35] الموسوي، احلام لطيف (٢٠٠٦) الصلاية الشخصية والعجز النفسي وعلاقتها بالتوقعات المستقبلية لدى طلبة الجامعة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية.
- [37] الزبيدي، براء محمد (٢٠٠٨) التوتر النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى طلبة جامعة، بغداد، مركز الدراسات التربوية والبحوث النفسية، مجلة العلوم النفسية، العدد (9).
- [44] مخيمر، عماد (2002) مقياس الصلاية النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية.
- [45] حمادة، لولوه وعبد اللطيف، حسن (2002) الصلاية النفسية، والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، 12 (2) 222 - 272.
- [52] أبو رغبة، رضوان (2005) الصلاية النفسية، وعلاقتها بالصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون، رسالة ماجستير، (غير منشورة)، جامعة غزة.

- [55] مسعود، سناء منير (2006) *بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، دراسة تشخيصية*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا.
- [56] المنشاوي، عادل محمود (2006) *التنبؤ بالتفاؤل والتشاؤم في ضوء بعض المتغيرات النفسية والديموغرافية لدى عينة من طلاب كلية التربية*. بحث منشور في مجلة التربية المعاصرة، العدد 74؛ أغسطس.
- [59] بدر، فائقة محمد (2008) *علاقة الخبرات الانفعالية المرتبطة بمواقف الغضب بالصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة المتوسطة، المجلة المصرية للدراسات النفسية*، المجلد الثامن عشر، العدد الثامن والخمسون، ص ص 107 - 133.
- [60] كرميان، صلاح حميد حسين (2008) *سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجاليات العراقية بأستراليا*، رسالة دكتوراه، الأكاديمية العربية بالدنمارك.
- [61] 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 مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، عدد (19)، جامعة المنيا*.
- [62] الجميلي، علي عليخ خضر (2009) *أثر التدريب على حل المشكلات في خفض قلق المستقبل لطلاب كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 8، العدد 4*.
- [65] المشعان، عويد سلطان (2010) *الصلابة النفسية والأمل وعلاقتها بالشكاوى البدنية والعصائية لدي الطلبة والطالبات في جامعة الكويت، دراسات نفسية، مج 20، ع 4، أكتوبر، ص ص 665 - 689*.
- [66] محمد، هبة مؤيد (2010) *قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة البحوث التربوية والدراسات النفسية، العدد 26 - 27*.
- [68] البيرقدار، تهديد عادل فاضل (2011) *الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 11، العدد (1)*.
- [70] محمود، هويدة حنفي (2012) *الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية، دراسات عربية في علم النفس (مج 11، ع 3: يوليو، ص ص 541 - 618*.
- [74] الحواجري، عبد الله (2004) *العلاقة بين الضغوط النفسية والإصابة بالقرحة الهضمية، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن: الجامعة الأردنية*.
- [76] الدبعي، كفاح سعيد غانم (2003) *الهوية الاجتماعية والاستقرار النفسي وعلاقتها بالتصنيف الاجتماعي لدى الموظفين والموظفات بدوائر الحكومية، صنعاء، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد*.
- [77] أحرص، نائل محمد (2014) *الاضطرابات السلوكية والانفعالية للعائدين وغير العائدين، مكتبة الرشد، المملكة العربية السعودية*.

ب. المراجع الأجنبية

- [4] Cole, M. S & Field, H.S & Harris, S. G (2004). Student learning motivation and psychological hardiness: Interactive effects on students reactions to a management class. *Academy of Management Learning and Education*, 3 (1), 64-85.
- [5] Oliver, C. M. (2009). *Hardiness, weH-being, and health: A meta- analytic summary of*

dx.doi.org.catalog.lib.cmich.edu/10.4135/9781412963978.n201.

- [15] Kobasa, S. C. (1979). Stressful life event Personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psycholog*, 37, 1 - 11.
- [16] Walker, M. j., (2004): *The Effects of Nurses Practicing the Heart Touch Technique on Hardiness, Spiritual Well- being, and Perceived Stress*, Unpublished doctoral dissertation, University of Texas, Austin.
- [17] Iba, Debra. L. (2007). *Hardiness and public speaking anxiety: Problems And Practices*, Dissertation Prepared for the Degree of Doctor Of Philosophy University of North Texas.
- [19] Seligman, M. E. P. (1975). Helplessness: on Depression, Development and Death. San Francisco: W. H. Freeman.
- [20] Selye, H. (1976), *The stress of life*. (Revised Edition). New York: McGraw Hill. Co.
- [23] Rapee, R. M., Lyneham, H. J., Hudson, J. L., Kangas, M., Wuthrich, V. M., & Schniering, C. A. (2013). Effect of comorbidity on treatment of anxious children and adolescents: Results from a large, combined sample. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 52, 47-56.
- [24] Seager, Ilana. Rowley, Amelia M & Ehrenreich - May, Jill (2014) Targeting Common Factors Across Anxiety and Depression Using the Unified Protocol for the Treatment of Emotional Disorders in Adolescents, *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther* 32:67-83 DOI 10.1007/s10942-014-0185-4.
- [25] Watner, Dryden (2007) *The Relations Among Hardiness, Coping, Autism three decades of research*. Doctoral dissertation. Portland State University.
- [6] Bartone, Paul T (2012) *Social and organizational influences on psychological hardiness: How leaders can increase stress resilience*, Bartone Security Informatics, 1:21. <http://www.security-informatics.com/content/1/1/21>.
- [7] Maddi, S., R. Harvey, D. Khoshaba, J. Lu, M. Persico, and M. Brow (2006): The personality construct of hardiness: part III. Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of personality*. 74, 2,.
- [8] Wikipedia (2013). *Hardiness psychological*. From [http://en.wikipedia.org/wiki/Hardiness_\(psychological\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Hardiness_(psychological)).
- [9] Lopez, Shane J. (2009). Hardiness. In S. Chen (Ed.), *The Encyclopedia of Positive Psychology*. (pp. 462-463). Wiley-Blackwell. Retrieved 4 March 2013, from <http://www.myilibrary.com?ID=226789>.
- [11] Konstantinova, S. V., (2005): *chronic social stress and psychological distress in Russia*, Research Centre for Health Promotion, Faculty of Psychology, Bergen.
- [12] Woodard, C. (2004). Hardiness and concept of courage. *Consulting psychology Journal: Practice and Research*, 56 (3), 173-185.
- [13] Winder. C. (2006). An introduction to Resilient thinking. *Child family partnership. George Brown college*. Vol. 21 (14), Aug 2007, pp. 607-608.
- [14] Lightsey, O. (2008). Happiness/hardiness. In F. Leong (Ed.), *Encyclopedia of counseling*. (Vol. 2, pp. 624-627). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.doi:http://0-

- response. *Anxiety, Stress and Coping*, 16(2), 167-184.
- [41] Alarcon, G., Eschleman, K. J. and Bowling, N. A. (2009), "Relationship between personality variables and burnout: a meta-analysis", *Work and Stress*, Vol. 23 No. 3, pp. 244-63.
- [42] Pengilly, J. and E. Dowd (2000) Hardiness and Social Support as Moderators of Stress. *J Clin Psychol*, 56(6): p. 813-820.
- [43] Nunley, B., (2002): Stress, Hardiness, and Psychological distress of elderly spousal caregivers of persons with dementia. *Dissertation Abstracts International*, Vol. (63), No. (2-B), Aug., 742.
- [46] Weiss, M. J. (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6(1), 115- 130.
- [47] Barbara, C; Bert, H., & Juliann, H., (2003): Psychological Hardiness and Adjustment life Events in Adulthood. *Journal of Adult development*, Vol. (10), No. (4), 237 – 248.
- [48] Wallace, K., (2003): An examination of hardiness in male older adults living in a rural setting. *Advances in Psychology research*, vol. (23), No. (3), 78 – 94.
- [49] Beasley. M., Thompson. T. & Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: The effect s of coping style and cognitive hardiness. *Personality and Individual Differences*. 34,77-95.
- [50] Crowley. B.. Jr. H. & Hobdy. J. (2003). Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood. *Journal of Adult Development*. 10 (4), 237- 248.
- [51] Davidsdottir, S. (2004). Do we think ourselves sick Psychological processes and Symptoms, Parenting Stress, And Parent Psychopathology Among Parents Of Children With Autism, A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor Of Philosophy, at St. John's University, New York.
- [33] Suchy, Y (2009) Executive functioning: Overview, assessment, and research issues for non-neuropsychologists. *Annals of Behavioral Medicine* 37,106–116.
- [34] Waysman, M., Schwarzwald, J., & Solomon, Z. (2001). Hardiness: An examination of its relationship with positive and negative long term changes following trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 14. 531-548.
- [36] Tomassetti - Long, Victoria Jane (2014) *Hardiness, Social Support, Parental Stress, And Posttraumatic Stress Symptoms In Recent Service Members*, The University of Southern Mississippi in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy, Published by ProQuest.
- [38] Nathawat, S. S., Desai, M., & Majumdar, B. (2010). *Hardiness as predictor of mental health in woman executives*. Retrieved from www.ufhrd.co.uk/wordpress/wpcontent/uploads/2010/08/5_12.pdf.
- [39] Crosson, Jennifer B (2015) *Moderating Effect of Psychological Hardiness on the Relationship Between Occupational Stress and Self-Efficacy Among Georgia School Psychologists*, Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy, Health psychology, Walden University, Published by ProQuest.
- [40] Hanton. S., Evans, L., & Neil, R. (2003). Hardiness and the competitive trait anxiety

- [67] Eschleman, K. J., Bowling, N. A., & Alacron, G. M. (2010). A meta-analytic examination of hardiness. *International Journal of Stress Management*, 17(4), 277-307. Doi: 10.1037/a0020476.
- [69] Cash, Melanie L (2011) Cognitive hardiness, appraisal and coping: comparing two transactional models, The current issue and full text archive of this journal is available at www.emeraldinsight.com/0268-3946.htm.
- [71] Robinson, Sheila Reena (2013) *Assessing The Relationship Of Health Locus Of Control, Hardiness, And Health Risks In African Americans*, dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Health Administration, Central Michigan University Mount Pleasant, Michigan, Published by ProQuest.
- [72] Khodarahimi, Siamak (2014) The Role of Gender on Positive Psychology Constructs in a Sample of Iranian Adolescents and Young adults, *Applied Research Quality Life* 9:45-61 DOI 10.1007/s11482-013-9212-3.
- [73] DelGrande, Angela L (2014) *Role Discrepancy, Maternal Hardiness and Depression in Mothers of Toddlers: A Qualitative Exploration, Submitted in partial fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy Nursing, The University of New Mexico, College of Nursing, Albuquerque, New Mexico, Published by ProQuest.*
- [75] Maddi, S., Harvey, R., Khoshaba, D., Fazel, M. & Resurrection, N. (2009). The personality construct of hardiness, Positive cognitions and emotions concerning oneself and developmentally relevant Activities, *Journal of Humanistic Psychology*, 49 (3), 292-305.
- health Behaviors associated with adolescents Somatic Complaints. *Counseling and Clinical Psychology Journal*, 1 (1), 42 – 59.
- [53] Atri, A., Sharma, M. & Cottrell, R. (2006). Role of social support, hardiness and acculturation as predictors of mental health among international students of Asian Indian Origin. *International Quarterly of Community Health Education*, 27(1), pp 59-73.
- [54] Mantz, D. (2005). Optimism Hardiness and Explanatory style as predictors of General Well-being, *Journal of Social Research* 29 (2), 133-141.
- [57] Grote, N. K., Bledsoe, S. E., Larkin, J., Lemay, E. P., & Brown, C. (2007). Stress exposure and depression in disadvantage women: The protective effects of optimism and perceived control. *Social Work Research*, 31(1), 19-33.
- [58] Dolbier, C., S. Smith, and M. Steinhardt, (2007) Relationships of Protective Factors to Stress and Symptoms of Illness. *Am J Health Behav.* 31(4): p. 423- 433.
- [63] Engel, Julia Harrington (2009) *Depression And hardiness And Their Association With Appetite In Older Adults*, Thesis submitted to the Faculty of the Graduate School of the University of Maryland, College Park, in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Science, Copyright by ProQuest.
- [64] Meland, A. (2010). *Effects of self efficacy positive outcome beliefs and hardiness on psychological health-A study on Norwegian military cadets*, Master M.A Norwegian Academy of Sports Sciences 1st of June 2010.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL HARDNESS AND FUTURE ANXIETY IN CLINICAL SAMPLE

NAEL M AKHRAS
An Associate Professor
Department Of Special Education
Faculty Of Education,
Al - Jouf University, Ksa

ABSTRACT_ *The purpose of the current study is to examine the relationship between hardness and Future Anxiety, the sample included 200 patients psychologically (100) of them classified within the neurotic diseases, half of them male, with an average age (32.5 years), and a standard deviation of (9.45), and the other half from female with an average age (31.4 years), and a standard deviation of (8.42), and (100 classified within psychotic diseases, half of whom are male, with an average age (31.4 years), and a standard deviation of (8.75), and the other half were female with an average age (33.6 years), and a standard deviation of (9.05). The results showed a negative correlation between the hardness and Future Anxiety, and There are impact for the hardness on future anxiety, and there are significant differences in hardness between who has a future Anxiety low and who has a future Anxiety high, for the benefit of has low Future Anxiety, and the existence of differences in hardness between males and females in favor of males, and the existence of significant differences in psychological hardness between individuals who diagnosed with neurotic or psychotic, for the benefit of individuals diagnosed with neurotic, it turns out there is an interaction between the level of Future anxiety and the presence of interaction between the condition and the level of anxiety and kind.*

KEYWORD: *psychological Hardness, Future Anxiety.*