

فعالية برنامج إرشادي لتحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى عينة من مبتوري أطراف تعز

غادة عبد اللطيف أحمد

باحثة في قسم علم النفس كلية الآداب جامعة تعز – اليمن

قبول البحث: 25/08/2024

مراجعة البحث: 13/08/2024

استلام البحث: 16/06/2024

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى تقييم فعالية برنامج إرشادي في تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى عينة من مبتوري الأطراف في مدينة تعز. لتحقيق هذا الهدف، تم استخدام المنهج شبه التجريبي. تكونت العينة الأساسية من 50 مبتورًا يتلقون العلاج في مدينة تعز. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصمود النفسي والصلابة النفسية كان منخفضًا في البداية. لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية كبيرة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في مقياس الصمود النفسي بين القياسين القبلي والبعدي. ولكن، كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في مقياس الصلابة النفسية لصالح القياس البعدي، مما يشير إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى الصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في مدينة تعز. أما بالنسبة لحجم الأثر للبرنامج الإرشادي على الصلابة النفسية، فقد بلغت قيمة "d كوهين" 4.43 مما يعتبر كبيرًا جدًا ويدل على حجم تأثير كبير للغاية، وبلغت قيمة $\eta^2 = 0.919$ مما يدل على حجم تأثير كبير للغاية. خلصت الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي كان له تأثير كبير جدًا على تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في تعز.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي ، الصمود النفسي ، الصلابة النفسية

Abstract

The study aimed to evaluate the effectiveness of a counseling program in improving psychological resilience and psychological hardiness among a sample of amputees in the city of Taiz. To achieve this goal, a quasi-experimental approach was used. The main sample consisted of 50 amputees receiving treatment in the city of Taiz. Two tools were used: the Davidson (2003) scale to measure psychological resilience and the Madkour (2006) scale to measure psychological hardiness. The psychometric conditions of each tool were verified, and the results showed that the scales had acceptable reliability coefficients and validity through both referee validity and internal consistency validity. A random sample of those who scored low on the two scales was selected. The study sample consisted of 10 amputees who were randomly divided into two groups: the first was an experimental group that underwent the counseling program, and the second was a control group that did not undergo the program for comparison. The study results showed that the level of psychological resilience and psychological hardiness was initially low. There were no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group on the psychological resilience scale between the pre-test and post-test measurements. However, there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental group on the psychological hardiness scale in favor of the post-test, indicating the effectiveness of the guidance program in improving the level of psychological hardiness among amputees in the city of Taiz. As for the effect size of the guidance program on psychological hardiness, the "Cohen's d" value was 4.43, which is considered very large and indicates a very large effect size, and the " η^2 " value was 0.919, indicating a very large effect size. The study concluded that the guidance program had a very significant effect on improving the psychological resilience and psychological hardiness of amputees in Taiz.

Keywords: Secondary school students, writing skills, teachers, government schools, Al-Koura district.

لقد ساهمت عدة عوامل في زيادة فئة المبتورين في اليمن خصوصاً بسبب الأوضاع التي مرت بها البلاد، فقد تسببت الحرب بالأضرار الجسدية، فعندما يتعرض الأفراد لإصابات جسدية خطيرة تؤدي إلى فقدان الأعضاء أو الأطراف، نتيجة للعنف الذي يحدث خلال النزاعات، فقد انتشر البتر بشكل ملحوظ نتيجة الأزمة اليمينية وترك آثار نفسية على الأفراد، والذي يتعرض للبتر يمكن أن يعاني من اضطرابات نفسية وفقد الأمل وكراه الحياة (أبو حلاوة، 2013: 29). تواجه فئة المعاقين تحديات معقدة وحساسة في مختلف المجتمعات. وتعد الإعاقة، بما في ذلك البتر، مشكلة تؤثر على الأفراد جسمانياً واجتماعياً ونفسياً، وتؤثر أيضاً على محيطهم. ونتيجة لذلك، يمكن أن تعاني هؤلاء الأفراد من مشاكل نفسية واجتماعية تصل إلى درجة الاضطراب النفسي الاجتماعي (فريحات، 2004: 13).

ويتعلق مفهوم معنى الحياة بعلم النفس الإيجابي، حيث يهتم بتعزيز مكامن القوة النفسية والمعرفية والسلوكية لدى الفرد، وذلك من خلال التغلب على نقاط الضعف والضغط التي يواجهها والتعامل الفعّال مع الظروف الصعبة التي يعيشها. وينعكس على توافقه النفسي، ويجعله أكثر إنتاجية. يعدّ الصمود النفسي مفهوماً أساسياً في علم النفس الإيجابي، حيث يشير إلى قدرة الفرد على استعادة القوة والحفاظ عليها رغم التحديات والمحن. ويساهم الصمود النفسي في تسهيل تكيف الإنسان مع الظروف المحيطة والمواقف الضاغطة، ويتأثر بعوامل متعددة مثل الخبرة الشخصية والتجارب الواقعية ونتائج البحوث والدراسات المتعلقة بالموضوع (غيث، 2017: 7). ومن بين العوامل النفسية التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يواجهونها في حياتهم اليومية، يأتي الصلابة النفسية أو ما يُعرفُ أحياناً بالمقاومة النفسية أو المناعة النفسية عندما يتعرضون لصدمات. ويُعدّ مفهوم الصلابة مصدراً شخصياً يُمكن تعزيز قدرة الفرد على مواجهة الآثار السلبية لضغوط الحياة وتخفيف تأثيرها على الصحة النفسية والجسدية. وتساهم الصلابة في تسهيل اكتشاف الإدراك والتقييم والتكيف الذي يؤدي إلى إيجاد حل ناجح للمواقف التي يخلقها الظروف الضاغطة (أبو حسين، 2012: 8).

مشكلة البحث:

تتحدد مشكلة البحث بتزايد اعداد المبتورين؛ كنتيجة لظروف الحالية في الجمهورية اليمنية بشكل عام ومدينة تعز بشكل خاص. التقديرات الرسمية للاتحاد الوطني لجمعيات المعاقين في اليمن أن عدد المعاقين أكثر من 3.7 مليون معظمهم معاق حركيا وتعد محافظة تعز من أكثر المحافظات تضررا فخلال 6 أعوام تسببت الحرب والقذائف والالغام المزروعة في إصابة وإعاقات مختلفة ل (40) ألف فرد منها: (758) فقد في الأطراف العلوية والسفلية، (38) حالة بتر من فوق مفصل الركبة وبحاجة إلى التأهيل بالعلاج الطبيعي والأطراف التعويضية الصناعية، يقدر عدد المبتورين للأطراف في اليمن خلال السنوات الأخيرة فقط أكثر من (2900) شخص إضافة الى الأعداد السابقة.(مركز الكويت الطبي للأطراف الصناعية باليمن). كما أن الدراسات التي أجريت حول الصمود النفسي والصلابة النفسية تتصف بالندرة وذلك في حدود علم الباحثة خاصة العربية منها، وكذلك بالنسبة للدراسات التي تتناول فئة المبتورين.

ويمكن تحديد مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

1. أما مستوى الصمود النفسي لدى عينة الدراسة مبتوري الأطراف في مدينة تعز؟
2. أما مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة مبتوري الأطراف في مدينة تعز؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتوري الأطراف في مدينة تعز؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتوري الأطراف في مدينة تعز؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي وابعاده بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية؟
6. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصلابة النفسية وابعادها بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية؟
7. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين البعدي والتتبعي بعد شهر من انتهاء البرنامج الإرشادي؟
8. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين البعدي والتتبعي بعد شهر من انتهاء البرنامج الإرشادي؟

أهداف البحث:

- التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى مبتوري الأطراف مدينة تعز .
- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف مدينة تعز .
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتورين الأطراف في مدينة تعز .
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتورين الأطراف في مدينة تعز .
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي، وابعاده بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصلابة النفسية، وابعادها بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين البعدي والتتبعي.
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصلابة النفسية وابعادها بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي للمجموعة التجريبية .

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

1. يتناول البحث موضوعًا مهمًا في مجال علم النفس الإيجابي، وهو الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في مدينة تعز .
2. يركز البحث على فئة مهمة في المجتمع، وهي فئة مبتوري الأطراف.
3. لم يتم تناول هذا الموضوع سابقًا في مدينة تعز أو في الجمهورية اليمنية، في حدود علم الباحثة.
4. وضح البحث من خلال نتائجه فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في مدينة تعز .
5. في حدود علم الباحثة، لا توجد دراسات سابقة في المكتبة اليمنية تتناول موضوع هذا البحث، مما يجعله إضافة جديدة للمعرفة العلمية في هذا المجال.

الأهمية التطبيقية:

1. توظيف برنامج إرشادي لتحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية، والاستفادة منه في العمل مع فئة مبتوري الأطراف.
2. تساعد نتائج البحث العاملين في مجال الإرشاد النفسي والصحة النفسية على توظيف برامج إرشادية لجميع الفئات من ذوي الاحتياجات الخاصة.
3. يحاول البحث معالجة جانبين من جوانب الصحة النفسية، ويترك الباب مفتوحًا لاستكمال البحوث المكملة في هذا المجال.

مصطلحات البحث:

البرنامج الإرشادي Counseling program :

برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديًا وجماعيًا لجميع من تضمنهم المؤسسات بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي داخل المؤسسة وخارجها (زهران، 2005: 33).

-الصمود النفسي Resilience :

قدرة الفرد على مواجهة المتاعب والصعوبات والمشاكل التي يتعرض لها في حياته اليومية بإيجابية وشجاعة، وميله إلى الانتعاش وبذل مزيد من الجهد، وتحمل مسؤولية ما يكلف به من مهام، وذلك عن طريق شعوره بوجود أشخاص يمكن الاعتماد عليهم "معنويًا- ماديًا يقدمون له الدعم النفسي، والتحلي بالصبر، والتحمل في الحكم على الأمور المتعلقة بحياته وبالبيئة التي يعيش فيها". (الرفاعي، 2018: 846).

5-الصلابة النفسية Psychological hardness :

ويعرف العيافي الصلابة النفسية بأنها: "قدرة الفرد على استخدام صفاته الشخصية والموارد البيئية المتاحة له في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها مواجهة إيجابية" (العيافي، 2021:7).

حدود البحث:

- الحدود الموضوعية : فعالية برنامج ارشادي لتحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف .
- الحدود البشرية : سوف يقتصر البحث على فئة مبتوري الاطراف.
- الحدود المكانية : مركز الأطراف الصناعية والتأهيل الطبي في مدينة تعز - اليمن.
- الحدود الزمنية : (2024/1/1 - 2024/7/20).

الإطار النظري:

أولاً: -البرامج الإرشادية

تعريف البرنامج الارشادي:

وفقاً لزهرا (2005) يُعرف البرنامج الإرشادي بأنه برنامج مخطط ومنظم يقدم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة للأفراد بشكل فردي وجماعي، بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو الشخصي داخل وخارج المؤسسات التي ينتمون إليها (زهرا، 2005:33)

أهداف البرنامج الإرشادي: يمكن تحديد الأهداف التالية للبرنامج:

1. تحقيق التحسن والتخلص من الأعراض المرضية باستخدام العمل الإرشادي، دون الحاجة إلى الاعتماد على الأدوية النفسية.
2. تعزيز الروح المعنوية والإيجابية داخل المجموعة المشاركة في البرنامج،
3. تسهيل تكوين صداقات وعلاقات جديدة لدى المشاركين في البرنامج.
4. تعزيز الاستمتاع باللقاءات الجماعية وتحسين التفاعل الاجتماعي.
5. تشجيع التعبير الصادق والمفتوح عن الأفكار والمشاعر في بيئة مشجعة ومقبولة.
6. التغلب على الشعور بالوحدة وتعزيز الانتماء الاجتماعي.
7. تعزيز مهارات التحكم في الضغوط المختلفة التي قد تنشأ أثناء التفاعل مع الآخرين.
8. استبدال الأفكار والمشاعر والسلوكيات السلبية والمدمرة للفرد بأخرى إيجابية وبناءة. (الفحل، 2014:29).

أنواع البرامج الإرشادية:

تتنوع أنواع البرامج الإرشادية وفقاً للمجالات والأهداف التي تستهدفها، يمكن تقسيم البرامج الإرشادية على النحو التالي:

1. الإرشاد الوظيفي: تهدف هذه البرامج إلى توجيه الأفراد في اختيار مسار وظيفي مناسب لهم، وتوفير معلومات حول فرص العمل ومتطلبات الوظائف المختلفة، وتطوير مهارات البحث عن عمل وإعداد السيرة الذاتية ومقابلات العمل.
2. الإرشاد التعليمي: تستهدف هذه البرامج الطلاب والمتعلمين، وتساعد في اتخاذ قرارات تعليمية مهمة، مثل اختيار التخصص الجامعي المناسب، وتطوير مهارات الدراسة والتعلم، وتحديد الأهداف الأكاديمية وتخطيط المسارات التعليمية.
3. الإرشاد النفسي: تهدف هذه البرامج إلى مساعدة الأفراد في فهم أنفسهم وتطوير صحة نفسية قوية. تشمل مجالات تلك البرامج التعامل مع القلق والاكتئاب، وتحسين العلاقات الشخصية والعاطفية، وتنمية مهارات التواصل وحل المشكلات.
4. الإرشاد الأسري: تركز هذه البرامج على دعم وتقوية العلاقات الأسرية وتطوير مهارات التواصل بين أفراد الأسرة. تساعد في حل المشاكل الأسرية، مثل صعوبات التربية والتواصل مع الأبناء، وتعزيز الارتباط والتفاهم بين أفراد الأسرة.
5. الإرشاد الاجتماعي: تستهدف هذه البرامج تقديم الدعم والتوجيه للأفراد الذين يواجهون تحديات اجتماعية، مثل التمييز والعنف والإدمان. تهدف إلى تعزيز القدرات الاجتماعية وتطوير استراتيجيات التكيف والتعامل مع ظروف الحياة الصعبة.

مراحل إعداد البرامج الإرشادية:

أولاً: يتطلب اختيار موضوع البرنامج وعياً من الأخصائي بواقع المدرسة والمرحلة التعليمية، وخصائص الطلاب والطالبات أو الأطفال وبيئاتهم..

ثانياً: يتم تحديد العناصر الأساسية المهمة في البرنامج، مثل معاني المفاهيم الأساسية والمظاهر والأسباب والنتائج ووسائل التعديل أو الاستعادة بشكل عام. يتطلب ذلك البحث عن المراجع المناسبة،

ثالثاً: يتم تحديد الأهداف المرجوة في البرنامج، حيث يتم تحديد الهدف العام للبرنامج والإجابة على سؤال "لماذا هذا البرنامج؟"، أي ما الذي يسعى الأخصائي النفسي لتحقيقه لدى الطلاب بشكل عام. يمكن تقسيم الهدف العام إلى أهداف إجرائية صغيرة يمكن قياسها وتحقيقها عملياً. يساعد الأخصائي النفسي في صياغة الأهداف الإجرائية عن طريق وعيه وإدراكه لجوانب شخصية الطالب أو التلميذ التي يرغب في التأثير عليها أو تغييرها أو تتميتها أو تعديلها، مثل الجوانب المعرفية والوجدانية.

ويقوم مدى تأثير البرامج الإرشادية يتكون من عدة مراحل أساسية:

أولاً: يتطلب اختيار موضوع البرنامج وعياً من الأخصائي بواقع المدرسة والمرحلة التعليمية، وخصائص الطلاب والطالبات أو الأطفال وبيئاتهم. بالإضافة إلى ذلك، تلعب ثقافة الأخصائي وخبراته وقرائته ومدى اطلاعه على خبرات الآخرين دوراً هاماً في اختيار الموضوع.

ثانياً: يتم تحديد العناصر الأساسية المهمة في البرنامج، مثل معنى المفاهيم الأساسية والمظاهر والأسباب والنتائج ووسائل النمو والتعديل أو الاستعادة بشكل عام. (زهران، 2005: 35).

ثانياً: الصمود النفسي:

الصمود في علم النفس هو القدرة على استعادة التوازن للفرد بعد التعرض للمواقف الصعبة، بل وتوظيف تلك الصعوبات لتحقيق النمو والتكامل أي أن المفهوم الدينامي يحمل في معناه الثبات، والحركة" (عبد الفتاح، 2014: 93)..

صفات ذوي الصمود النفسي:

1. الصبر: حيث يتسمون بالقدرة على التحمل ويتحلون بالاستقرار العاطفي وعدم التسرع أو التهور
2. التسامح: يمثل التغلب على غرائز الانتقام. (أبو حلاوة، 2013: 34).
3. التفاؤل والالتزام / يتسمون بالتفاؤل والالتزام وهم مبدعون ولديهم القدرة على حل المشكلات (خليل، 2017: 22).

مكونات الصمود النفسي:

1. التحدي والتغلب على العقبات.
2. قبول الذات
3. المثابرة نحو الهدف
4. التواصل والتعاون الاجتماعي (أبو مشايخ، 2018: 29)

مقومات الصمود النفسي: يتكون الصمود النفسي من عدة مقومات، ومنها:

1. تنمية الكفاية: وتعني تطوير قدرات الفرد العقلية والجسدية والاجتماعية.
2. القدرة على التعامل مع العواطف: وتتعلق بزيادة قدرة الفرد على ضبط وتنظيم انفعالاته وعواطفه..
3. تنمية الاستقلال الذاتي: وهي قدرة الفرد على الاعتماد على نفسه في اتخاذ القرارات المتعلقة بمستقبله وحياته.
4. تبلور الذات: وهو تطوير قدرة الفرد على فهم نفسه واكتشاف إمكانياته والعمل على تتميتها.
5. نضج العلاقات الشخصية المتبادلة: وتتعلق بزيادة قدرة الفرد على بناء علاقات شخصية واجتماعية صحية. (أبو حلاوة، 2013: 39).

النظريات المفسرة للصمود النفسي:

نظراً لكون النظريات التي تناولت موضوع الصمود النفسي كثيره سنأول البعض منها:

1-نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر:

تشير نظرية الصمود إلى أنها عملية ديناميكية تتضمن التوافق الإيجابي مع تأثير المصائب في السياق. تعتمد هذه النظرية على وجود عوامل خطر وعوامل وقائية، ويمكن للفرد من خلالها الأداء المتكيف. تعتقد هذه العوامل أنها تنشأ من الفرد نفسه والبيئة العامة والمدرسة والمجتمع. وتفاعل عوامل الصمود مع عوامل الخطر لتعزيز أو تقليل الأضرار السلبية والخطرة للأحداث.

2-نظرية التحليل النفسي: ظهر التحليل النفسي في بداية القرن العشرين كمحاولة لفهم الواقع النفسي والظواهر النفسية. قدم فرويد تحليلاً لمفهوم قوة التحمل النفسي من خلال تطوير مفهوم الأنا. يروي فرويد أن الأنا هي الجهاز الإداري المنظم للشخصية، وكلما كانت الأنا تمتلك الطاقة اللازمة لأداء وظائفها

3- **نظرية ريتشاردسون:** تعتبر نظرية ريتشاردسون من أوائل النظريات التي تفسر عملية الصمود النفسي. يتمحور الهدف الأساسي لهذه النظرية حول مفهوم التوازن النفسي والروحي البيولوجي. يتيح لنا هذا التوازن التكيف مع ظروف الحياة الحالية على المستوى الجسدي والعقلي والروحي. فقد تؤثر القدرة على التكيف مع مثل هذه الأحداث الحياتية على سمات الصمود وإعادة التكامل مع الصمود السابق. (روكيلا وآخرون، 2021:13).

ثالثاً: الصلابة النفسية:

يعرف (العيافي) الصلابة النفسية بأنها: " قدرة الفرد على استخدام صفاته الشخصية والمصادر البيئية المتاحة له في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها مواجهة إيجابية" (العيافي، 2021:7).

خصائص ذوي الصلابة النفسية : يتمتع أفراد الصلابة النفسية بمجموعة من الخصائص المميزة، وقد قام العديد من العلماء والباحثين، بمن فيهم تايلور، بدراسة هذه الخصائص على النحو التالي:

1. الالتزام والنية: يتمثل في قدرة الفرد على دفع نفسه والانخراط في أي تحديات أو تغييرات تحدث في حياته.
 2. الاعتقاد بالسيطرة: يتعلق بإيمان الفرد بأنه لديه القدرة على التأثير على الأحداث في حياته وأنه هو الذي يتحكم في بيئته. يشعر الشخص الصلب نفسياً بأنه لديه سيطرة وتأثير على مسار حياته.
 3. روح التحدي: تتمثل في رغبة الفرد في مواجهة التحديات والمبادرة للمشاركة في أنشطة جديدة تعزز النمو والتطور الشخصي. (أبو حسين، 2012:14).
- تظهر الدراسات النظرية أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية العالية يميلون إلى استخدام استراتيجية المواجهة التحويلية، حيث يحولون الأحداث التي قد تسبب ضغوطاً إلى فرص للنمو. نتيجة لذلك، يتفاعلون بشكل تقاؤلي وفعال مع الأحداث المجعدة. (المهدوي، 2016:6).

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

- نظرية كوبازا (1982):

رأت كو بارزا Kobasa أن عدم تأثر الأشخاص بالضغوط والعوامل الوسيطة Mediators سببه بين التعرض للضغوط ونواتجها، وقدمت كوبازا نموذجها الأول عن العلاقة بين الضغوط والأمراض Stress and illness connection في سنة (1979) (أبو حسين، 2012:24). يوضح نموذج Kobasa وجود علاقة مباشرة بين إدراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها الصحية الجسمية والنفسية، والمرض النفسي والجسمي () ، ووجود علاقة غير مباشرة بين إدراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها، حيث إن المتغيرات الوسيطة، من وجهة نظر كوبازا تؤثر في إدراك الضغوط وفي نواتج الضغوط، ومن ثم بدأت كوبازا تركز على المتغيرات الوسيطة وفي سنة ١٩٨٣م قدمت كوبازا نموذجاً عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة (صيدم، 2012: 19)

- **نموذج لازاروس:** يُعتبر نموذج لازاروس (Lazarus) أحد النماذج الرئيسية التي تم اعتمادها في هذه النظرية، حيث تمت مناقشتها من خلال ارتباطها بثلاثة عوامل رئيسية:

- 1- البيئة الداخلية للفرد.
 - 2- الأسلوب الإدراكي المعرفي.
 - 3- الشعور بالتهديد والإحباط.
- قامت كوبازا بتفسير الارتباط بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض من خلال تحديد الخصائص المميزة للأفراد ذوي الصلابة المرتفعة، ومن خلال توضيح الأدوار الفعالة التي يلعبها هذا المفهوم في تقليل آثار التعرض للأحداث الضاغطة. وترى كوبازا أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية يتمتعون بنشاط وتحفيز واستقلالية وقيادة وقدرة على التحكم الداخلي، وأكثر استعداداً ومقاومةً لأعباء الحياة المجعدة، وأكثر واقعيةً وتفسيراً وسيطرةً وقدرةً على تفسير الأحداث. بالإضافة، يشعرون بمتعة ومعنى في تجاربهم. على النقيض، الأشخاص ذوو الصلابة الأقل يجدون أنفسهم والبيئة المحيطة بهم بلا معنى، ويشعرون بالتهديد المستمر والضعف في مواجهة التغيرات الحياتية المتغيرة. يعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تكون مستقرة وخالية من التحديات، وهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة. (راضي، 2008:40)

- **نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا:** في دراسة نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا، تم استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعّال في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية. تم تنفيذ الدراسة على عينة حيث بلغ عددهم 167 فرداً. تم استخدام المواقف الشاقة الواقعية لتحديد

دور الصلابة النفسية، وتم قياس المتغيرات المتعلقة بالصلابة النفسية والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل فترة التدريب التي استمرت لمدة ستة أشهر، وبعد انتهاء هذه الفترة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1. تم اكتشاف ارتباط بين مكوني الالتزام والتحكم فقط والصحة العقلية الجيدة. يعني ذلك أن الالتزام الشخصي بالصحة العقلية والقدرة على التحكم في المواقف يمكن أن يؤثران بشكل إيجابي على الصحة العقلية.

2. لوحظ أن استخدام استراتيجيات التعايش الفعالة، مثل ضبط الانفعالات وحل المشكلات، يرتبط بشكل إيجابي مع الصحة العقلية، حيث يساعد في تقليل شعور الشخص بالتهديد وتعزيز إدراكه للموقف كونه أقل إرهاباً (كأهينه، 2015: 53)

الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات المتعلقة بالصمود النفسي:

1- **دراسة جواهر (2014)** هدفت هذه الدراسة إلى كشف العلاقة بين الصمود النفسي وأساليب مواجهة الضغوط لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، أظهرت الدراسة نتائج أهمها: وجود علاقة إيجابية ودالة إحصائية بين الصمود النفسي وأساليب مواجهة الضغوط الإيجابية، وعلاقة سلبية بين الصمود النفسي وأساليب مواجهة الضغوط السلبية لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. وجود اختلافات ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في أساليب مواجهة الضغوط على أساس الفئات العمرية (مع وجود اتجاه للفئة الأكبر سناً أكبر من 40 عاماً) وعلى أساس المستوى التعليمي (مع وجود اتجاه للمستوى الأعلى)، ولم تظهر فروقاً في أساليب المواجهة استناداً إلى نوع الإعاقة.

2- **دراسة باعلي (2014)** هدفت الدراسة إلى معرفة مدى الارتباط بين الصمود النفسي العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج بمدينة الرياض، وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين العصابية والصمود النفسي. وجدت علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين النقاني و الانبساط و الوداعة و الانفتاح

3- **دراسة محمد (2022)** هدفت الدراسة إلى استهداف برنامج إرشادي سلوكي لتعزيز الصمود النفسي لمعلمات التربية الخاصة. تم تشكيل عينة الدراسة من 16 معلمة تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (ن) ومجموعة ضابطة (ن-8). تم استخدام الأدوات التالية في الدراسة: مقياس الصمود النفسي وبرنامج الإرشاد السلوكي. أظهرت الدراسة نتائج أهمها:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للصمود النفسي.
- أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الصمود النفسي قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي السلوكي.

ثانياً: الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية:

1- **دراسة راضي (2008)** هدفت الدراسة إلى التعرف إلى علاقة الصلابة النفسية بكل من الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة، . استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، تكونت العينة الفعلية من (361) أم من أمهات شهداء انتفاضة الأقصى .

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى يمكن تعزيزها لمتغير عمر الأم وهناك فروق دالة في البعد الأول "الصبر" بين الأمهات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 40-50 سنة وبين الأمهات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 20-30 سنة، لصالح الأمهات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 40-50 سنة، وبين الأمهات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 40-50 سنة، لصالح الأمهات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 30-40 سنة، لصالح الأمهات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 40-50 سنة.

2- **دراسة العبدلي (2012)** هدفت الدراسة إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين، واستكشاف أساليب التعامل مع الضغوط النفسية المستخدمة من قبلهم. و أظهرت الدراسة نتائج أهمها :

- أن طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً يمتلكون مستوى أعلى من الصلابة النفسية وأبعادها مقارنة بالطلاب العاديين. كما أظهرت النتائج أن طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين يستخدمون أساليب التعامل الموجبة مع الضغوط بشكل أكبر، في حين يستخدم الطلاب العاديين أساليب أقل في هذا الصدد، وأظهرت أيضاً النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب التعامل مع الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) من جهة أخرى، سواء بالنسبة للطلاب المتفوقين أو العاديين ،وجدت الدراسة اختلافات دالة إحصائية بين طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين والعاديين في مستوى الصلابة النفسية وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية.

3-دراسة عبد الحميد (2016) تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف فاعلية برنامج إرشادي في تطوير الصلابة النفسية وتأثيره في تخفيض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد. تم تشكيل عينة الدراسة من (٢٤) أمًا، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: مجموعة ضابطة تحتوي على ١٢ أمًا، ومجموعة تجريبية تحتوي على ١٢ أمًا. تراوحت أعمار المشاركات بين (٤٠-٣٠) سنة، مع متوسط عمري يبلغ (٣٥.٧٦) وانحراف معياري قدره (٧.٣). استخدم الباحث مقاييس لقياس الصلابة النفسية والضغوط النفسية، بالإضافة إلى البرنامج الإرشادي، أظهرت الدراسة نتائج أهمها: أهمية إحصائية عند مستوى (0.01) في القياس البعدي لمستوى الصلابة النفسية لصالح المجموعة التجريبية، ووجود اختلافات مهمة إحصائية عند مستوى (0.01) في القياس البعدي لمستوى الضغوط النفسية لصالح المجموعة التجريبية. ولم يتم العثور على فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس التتبعي في مستوى الصلابة النفسية، ولم يتم العثور على فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس التتبعي في مستوى الضغوط النفسية. قام الباحث بتفسير النتائج بناءً على النظريات السابقة والدراسات السابقة المجراة في هذا المجال.

التعليق العام على الدراسات: أوجه الاختلاف في الدراسة الحالية والدراسات السابقة

تفردت هذه الدراسة حسب علم الباحثة واطلاعها على أهدافها بالدراسات السابقة، حيث كان هدفها قياس حجم فعالية البرنامج لتحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري أطراف مدينة تعز، على أن يتجاوز عمر المبتور السادسة عشر عاماً. ومن حيث المتغيرات : تفردت الباحثة في دراستها باختيارها للمتغيرات، حيث أنها قامت ببرنامج إرشادي لتحسين متغيران وهما الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري أطراف مدينة تعز .

خامسا: فروض البحث

- 1- مستوى الصمود النفسي لدى مبتوري الأطراف مدينة تعز منخفض.
- 2- مستوى الصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف مدينة تعز منخفض.
- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتورين الأطراف في مدينة تعز لصالح القياس البعدي.
- 4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتورين الأطراف في مدينة تعز لصالح القياس البعدي.
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي، وابعاده بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية.
- 6- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصلابة النفسية، وابعادها بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية.
- 7- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين البعدي والتتبعي.
- 8- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين البعدي والتتبعي.

إجراءات الدراسة

1- منهج البحث وتصميمه

تم الاستعانة بالمنهج التجريبي : والذي يستخدم التجارب لاكتشاف الحقائق العلمية وتأكيد الفرضيات المطروحة

مجتمع البحث : تشمل جميع مبتوري الأطراف الخاضعين للعلاج في مدينة تعز .

عينة البحث : تم اختيار عينة البحث على مرحلتين وهما : المرحلة الاولى: العينة الميدانية

المرحلة الثانية: العينة الفعلية تكونت من (10) مبتور من الذكور، يمثلون نسبة (20%) من العينة الميدانية، وهي نسبة ممتازة احصائيا. وتم اختيارهم عشوائيا وذلك لكون العينة الميدانية حصلت بشكل عام على متوسط متدني لكلا المقياسين ، وكذلك لانهم أظهروا رغبة في المشاركة بالدراسة التجريبية، وقد تم توزيعهم بالتساوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، بالتوزيع العشوائي بالمزاوجة وفق درجاتهم على المقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية .

2-أدوات البحث:

هذا البحث، استخدمنا مقياسين رئيسيين لقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية:

1. مقياس الصمود النفسي لدايفسون: يتكون من [25] بند، ويقاس قدرة الفرد على التحمل والتكيف مع الضغوط النفسية والتحديات.
2. مقياس الصلابة النفسية لمخيمر يتكون من [47] بند، ويقاس مدى صلابة وقوة الفرد في مواجهة الضغوط والصعوبات.

وللمقارنة نتائج المقياسين والتحقق من صدق المقارنات الطرفية، استخدمنا معامل بيرسون لحساب معاملات الارتباط بين مكونات مقياس الصمود النفسي وبعض مكونات مقياس الصلابة النفسية. يتيح لنا تحليل الارتباط هذا قياس مدى توافق النتائج بين المقياسين.

جدول رقم (1) صدق المقارنات الطرفية بمعامل بيرسون

[illegible]

****دالة عند مستوى 0.01 عند مستوى**

أظهرت نتائج تحليل البيانات وجود ارتباطات إيجابية قوية بين بعض مكونات مقياس الصمود النفسي ومكونات مقياس الصلابة النفسية. على سبيل المثال، كان معامل الارتباط بين (ابعاد الصمود النفسي) و(ابعاد الصلابة النفسية) هو ($p < 0.01$). هذه النتائج تدل على صدق المقارنات الطرفية العالي بين المقياسين.

- الثبات: تم التحقق من ثبات مقياس الصمود النفسي عن طريق: (أ) الفا كرو نباخ:

جدول رقم (2) الثبات باستخدام معامل الفا كرو نباخ

معامل ألفا كرو نباخ	معامل ألفا كرو نباخ على معيار احصائي	ن
719.	886.	47

يُظهر معامل ألفا كرو نباخ قيمه 754 وعلى معيار الاحصائي قيمة 941، وهي قيمة مرتفعة لأنها اكبر 0,5 وتدل انه يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

(ب) طريقة التجزئة النصفية (فردی/ زوجی)

جدول رقم (3) ثبات معاملات الارتباط لمقياس الصمود النفسي للأعداد الفردية والزوجية

أظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات معنى إحصائي كبير ($p < 0.01$) مما يشير إلى أن المقياس الصمود النفسي ثابت وموثوق، كانت معاملات الارتباط سبيرمان ، بيرسون أعلى قيمة بشكل عام متنوعة بمعاملات الارتباط كيندال

جدول رقم (4) ثبات معاملات (بيرسون - سبيرمان) للأبعاد الثلاثة للمقاس

يُظهر الجدول أن هناك ارتباطاً إيجابياً قوياً بين أبعاد المقياس النفسي الثلاثة. ويشير هذا إلى أن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الصلابة يميلون أيضاً إلى أن يكونوا ملتزمين ولديهم قدرة كبيرة على التحكم والتحدي، والعكس صحيح، ويشير هذا التحليل إلى وجود ارتباط إيجابي قوي بين هذه الأبعاد، مما يدعم مفهوم تكامل المكونات النفسية.

ثانياً: البرنامج الإرشادي

يعتمد هذا البرنامج على النهج الإرشادي التكاملي، والبرنامج الإرشادي التكاملي هو نهج شامل يستخدم في مجال الإرشاد والعلاج النفسي. يهدف هذا النوع من البرامج إلى مساعدة الأفراد في تحقيق التوازن والنمو الشخصي والعاطفي والاجتماعي والروحي. ويعتمد البرنامج الإرشادي التكاملي على مجموعة من النماذج والمقاربات النظرية والتقنيات العلاجية. هذا البرنامج يعتمد على النهج الإرشادي التكاملي الذي استخدمه زياد بركات (2020) وهذا النهج هو نظام إرشادي وعلاجي يحدد المبادئ والاستراتيجيات الأساسية الفعالة في برامج الإرشاد والعلاجات النفسية الأخرى، ويتكيف مع احتياجات المسترشد. هذا النهج له أساس نظري مشترك مع أنواع الإرشاد الأخرى كالإرشاد السلوكي والوجودي والإنساني والتحليلي والمعرفي والديني. هذا النهج يتعامل مع الشخص المسترشد بشكل شامل، مراعيًا جوانب الروح والانفعال والعقل والجسد. ويؤكد على تحقيق أعلى مستويات الذات. كما يقوم على انتقاء التقنيات الإرشادية والعلاجية والعوامل المشتركة بين النظريات المختلفة لتحقيق تكامل منسجم يساعد المسترشد على زيادة الوعي بآلياته الدفاعية (التحليل النفسي)، وإدراك بيئته والعيش في الحاضر (الجشطات)، وتعزيز السلوكيات الإيجابية (السلوكية)، وتعديل الأنماط السلبية للتفكير (المعرفية)، وتطوير المهارات الاجتماعية وتحسين التفاعل الشخصي (العلاج الأسري)، مع احترام فردانية الفرد وحرية الاختيار (الوجودية) ومن التقنيات المستخدمة في هذا البرنامج التدريب على المهارات الاجتماعية، والاحتفاظ باليوميات، والتخيل الموجه، ولعب الدور. وتتمثل استراتيجياته في استراتيجيات العلاقة والمقابلة والقياس وتوليد الأفكار وإدارة السلوك والتقييم والانتقاء (بركات: 2020، 25).

المعامل	الابعاد		
	البعد الأول (الالتزام)	البعد الثاني (التحكم)	البعد الثالث (التحدي)
معامل بيرسون	البعد الأول (الالتزام)	1	655. **
	البعد الثاني (التحكم)	560. **	1
	البعد الثالث (التحدي)	655. **	1
معامل سبيرمان	البعد الأول (الالتزام)	1	517. **
	البعد الثاني (التحكم)	517. **	1
	البعد الثالث (التحدي)	622. **	1
**دالة عند مستوى 0.01 عند مستوى			

وقد لخصت الباحثة إلى ضرورة التدخل الإرشادي، الذي يراعي العوامل الشخصية والاجتماعية والنفسية، من خلال الدمج بين الأساليب المعرفية والسلوكية والتحليلية والعقلانية، باعتبار أن تطور الصمود النفسي والصلابة النفسية يجمعان ما بين هذه العوامل.

صدق البرنامج الإرشادي : تم التأكد منه من خلال الصدق التحكيم وتم تحكيمه من قبل 7 من المختصين بعلم النفس والإرشاد.

جدول رقم (5) : جلسات البرنامج الإرشادي				
الجلسة	الموضوع	الوقت	الاهداف	الفنيات

جلسات البرنامج: تم الاعتماد على اجندة البرنامج الارشادي التكاملي لزياد بركات (2020) وقد تم تطويره وتحسينه من قبل الباحثة ليلائم البيئة والفئة المستهدفة.

الفنيات المستخدمة بالبرنامج الارشادي

- فنية لعب الأدوار: هي استراتيجية تجسيد أدوار مختلفة في سياق محدد، تستخدم في التدريب والتعليم والاستشارات والعلاج النفسي. تهدف إلى تحسين التواصل وتطوير المهارات الاجتماعية والتعاطف. تشمل مبادئها تعيين الأدوار، الاستعداد والتحفيز، التجسيد والتفاعل، والتحليل والتقييم لزيادة الوعي.
- فنية العصف الذهني: هي تقنية إبداعية لتوليد أفكار جديدة ومتنوعة في إطار مشكلة محددة. تتضمن مبادئ مثل التفكير الحر وتعليق الحكم وتشجيع الكمية والاختلاف والتركيز على العمل الجماعي.
- فنية النمذجة: هي استخدام النماذج لتجسيد وتمثيل الأفكار أو المفاهيم في مجالات مختلفة. تهدف إلى تبسيط المفاهيم المعقدة وتسهيل التواصل والتفاهم. النماذج يمكن أن تكون فيزيائية، رياضية، حاسوبية، أو عقلية. تستخدم النماذج في العلوم والهندسة والعمارة والعمليات التجارية والتصميم.
- فنية الحوار الذاتي: هي عملية تفاعلية تتضمن الاستماع والتفاعل مع النفس في شكل حوار داخلي. تعتبر أداة قوية للاستكشاف الذاتي وتعزيز الوعي الذاتي. يمكن استخدامها في التنمية الشخصية والتحسين العاطفي وإدارة الصعوبات. تتضمن الخطوات الأساسية: الاستماع الواعي، الحوار المكتوب، الاستفسار والتحليل، الاحترام والتعاطف، والانفتاح للتغيير. تساعد فنية الحوار الذاتي على الاسترخاء والتواصل مع أعماق جوانب ذاتك وتعامل مع التحديات الشخصية.

الخدمات التي يقدمها البرنامج الإرشادي: يقدم البرنامج الخدمات الآتية:

- الخدمات النفسية:** تعزيز التوعية والفهم: معرفة مفهوم الصمود النفسي والصلابة النفسية وأهميتهما في حياة الفرد تطوير المهارات العاطفية والتحكم الذاتي : تعزيز هذه المهارات من خلال تعليم طرق التعامل مع الضغوطات والمشاعر السلبية ،بالإضافة الى الدعم النفسي.
- الخدمات الاجتماعية:** يركز البرنامج على توفير بيئة داعمة ومحفزة للفرد لبناء علاقات إيجابية وصحية بين المشاركين. وكيفية التعامل مع الآخرين وتطوير المهارات الاجتماعية الأخرى.

1	الترحيب	90د	الهدف العام :الترحيب . الأهداف الخاصة: ان تتعرف الباحثة على أسماء المشاركين، وان يتعرف المشتركين على بعضهم البعض، ان تأخذ العينة نظرة عن البرنامج، أن يتعرف المشتركين على أهداف البرنامج، ان يتعرف المشتركين على جدول الجلسات القادمة والمخرجات المتوقعة.	الحوار والمناقشة ، الاسترخاء
2	الصمود النفسي	60د	الهدف العام: اخذ نظرة عن الصمود النفسي ومحوره . الأهداف الخاصة: ان تتعرف العينة على مفهوم الصمود النفسي، ان تتعرف العينة على الاعراض المحتملة لنقصان الصمود النفسي	النمذجة، حوار ذاتي، القصة القصيرة، واجب منزلي
3	الكفاءة الشخصية	60د	الهدف العام: ان يتعرف المبتور على الكفاءة الشخصية ومحورها. الأهداف الخاصة: أن تتعرف العينة على مفهوم الكفاءة الشخصية، ادراك العينة العناصر التي تساهم في الكفاءة الشخصية، ادراك العينة الطرق الفعالة لتحسين الكفاءة الشخصية،	الحوار والمناقشة، التعزيز، التذكروالاسترجاع، العصف الذهني
4	التنظيم الانفعالي	60د	الهدف العام: ان يعرف المبتور معنى التنظيم الانفعالي ومحاوره. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور على مفهوم التنظيم الانفعالي ، ان يدرك المبتور كيفية وتحسين التنظيم الانفعالي، ان يفهم استراتيجيات التعبير عن المشاعر والانفعالات ،ان يستطيع المناقشة في استراتيجيات التعامل مع الضغوط	الحوار والمناقشة، الاسترخاء، ولعب الأدوار، التعزيز، واجب منزلي
5	حل المشكلات	60د	الهدف العام: معرفة كيفية التغلب وحل المشكلات التي تواجهه. الأهداف الخاصة: ان يعرف المبتور مفهوم المشكلة وحل المشكلة، ان يفسر المبتور اهمية حل المشاكل، ان يرتب المبتور خطوات حل المشكلة ،ان يعدد المبتور اساليب حل المشكلات	الحوار والمناقشة، لعب الأدوار، واجب منزلي
6	الكفاءة الاجتماعية	60د	الهدف العام: ان يعرف المشترك ماهي الكفاءة الاجتماعية. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور على مفهوم الكفاءة الاجتماعية ،ان يعدد المبتور صفات المتمتع بالكفاءة الاجتماعية	الحوار والمناقشة، الاسترخاء، ولعب الأدوار، واجب منزلي

الجلسة	الموضوع	الوقت	الاهداف	الفنيات
الجلسة	الموضوع	الوقت	الاهداف	الفنيات
7	التفكير الإيجابي نحو المستقبل	60د	الهدف العام: ان يصبح هناك توجه إيجابي نحو المستقبل المشترك. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور عن تعريف التفاؤل، ان يفسر كيفية امكانيه خلق جو من التفاؤل، ان يعدد العوامل التي تؤثر في التفاؤل والتشاؤم ،ان يدرك تأثيرات التفاؤل والتشاؤم على الفرد	الحوار والمناقشة، التعزيز، النمذجة، الأسلوب القصصي.
8	التفكير الإيجابي من أجل تحقيق الصمود	60د	الهدف العام: ان يستطيع المبتور التفكير بطريقة إيجابية. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور على مفهوم التفكير الإيجابي، ان يعدد سمات ومبادئ التفكير الايجابي ، ان يدرك تأثير التفكير الايجابي على الفرد ، ان يدرك تأثير التفكير الايجابي على الاخرين	الحوار والمناقشة، التعزيز، التركيز، النمذجة، العصف الذهني ،واجب منزلي
9	الصلابة النفسية	60د	الهدف العام: تعريف المبتور بالصلابة النفسية ومحاورها. الأهداف الخاصة: ان يعرف المبتور الصلابة النفسية ، ان يدرك المبتور اهمية الصلابة النفسية، ان يعدد المبتور صفات المتمتع بالصلابة النفسية ، ان يتعلم طرق تحسين الصلابة النفسية، ان يتعرف المبتور على ابعاد الصلابة ومفاهيمها	التعزيز، الحوار والمناقشة، لعب الأدوار، التغذية الراجعة
10	مرونة الذات	60د	الهدف العام: ان يتمتع المبتور بالمرونة. الأهداف الخاصة: ان يعرف المبتور مرونة الذات، ان يتعرف المبتور على ابعاد مرونة الذات ، ان يدرك المبتور اهمية مرونة الذات	الحوار والمناقشة، الاسترخاء ، التعبير
11	الشجاعة والتحدي	60د	الهدف العام: ان يتمتع المبتور بالشجاعة والقدرة على التحدي. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور على مفهوم الشجاعة والتحدي ، ان يعدد المبتور عناصر التحدي ،ان يدرك المبتور كيفية استخدام الشجاعة والتحدي في تنمية الصلابة النفسية	الحوار والمناقشة، التغذية الراجعة، التعزيز، النمذجة
12	التماسك وقوة الذات	60د	الهدف العام: ان يمتلك المبتور القدرة على التماسك وامتلاك قوة الذات. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور على مفهوم قوة الذات والتماسك النفسي، ان يدرك المبتور العوامل التي تؤدي إلى تماسك النفسي وقوة الذات، ان يدرك اوجه التشابه والاختلاف بين قوة الذات والتماسك النفسي	الحوار والمناقشة، لعب الادوار، التعزيز، النمذجة، الواجب المنزلي
13	الالتزام والمسؤولية	60د	الهدف العام :ان يتعلم المبتور الالتزام والمسؤولية في حياته. الأهداف الخاصة: ان يتعرف المبتور على مفهوم الالتزام والمسؤولية ،ان يعدد المبتور جوانب كلا من الالتزام والمسؤولية ،ان يربط المبتور بين الالتزام والمسؤولية وبين الصلابة النفسية	الحوار والمناقشة، التعزيز، لعب الأدوار، العصف الذهني، واجب منزلي

14	الاستقلال الذاتي والاستقرار النفسي	60د	الهدف العام: تعلم اكتساب الاستقلال الذاتي والاستقرار النفسي. الاهداف الخاصة: ان يكون المبتور فكرة عن الاستقلال الذاتي والاستقرار النفسي	الحوار ، المناقشة، لعب الادوار ، العصف الذهني، واجب منزلي
15	الختام	90د	الهدف العام :مراجعته الجلسات السابقة والوداع. الأهداف الخاصة: مناقشة المواضيع السابقة بشكل سريع، توجيه الشكر للمبتورين المشاركين في البرنامج ، تطبيق مقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية، توجيه المبتورين الى الاستمرار في تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية	الحوار والمناقشة، تغذية راجعة، التعزيز

خطوات البحث: تم إجراء الدراسة الحالية وفقاً للخطوات الإجرائية التالية:

1. تحديد مشكلة البحث وأهدافه وأهميته.
2. صياغة مشكلة البحث وفرضياته.
3. مراجعة الأدبيات النظرية والتطبيقية ذات الصلة بالصمود النفسي والصلابة النفسية في السياقات المحلية والإقليمية والدولية. فحص البرامج الإرشادية المختلفة لاطلاع على محتواها وتوظيفها في إعداد البرنامج الإرشادي الذي سيتم تطبيقه في الدراسة الحالية.
4. تحكيم وتطوير أدوات البحث، بما في ذلك مقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية والبرنامج الإرشادي .
5. اختيار العينات الميدانية والتجريبية/الضابطة ، مع الالتزام بمبدأ تكافؤ المجموعتين
6. تطبيق مقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية على العينة الميدانية لتحديد المبتورين الذين يظهرون مستويات منخفضة من الصمود والصلابة ، ومن ثم اختيار العينة التجريبية. تحديد درجات التطبيق القبلي لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة.
7. تنفيذ البرنامج الإرشادي على العينة التجريبية، حيث تتراوح مدة كل جلسة بين 60-90 دقيقة وتشتمل على أهداف خاصة ومجموعة من الفنيات والمهارات والأنشطة والأساليب الإرشادية وفقاً للبرنامج.
8. إعادة تطبيق مقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية على المشاركين في المجموعتين التجريبية والضابطة خلال الجلسة النهائية للبرنامج لتحديد درجات التطبيق البعدي وتقييم فعالية البرنامج الإرشادي.
9. إعادة تطبيق مقياس الصمود النفسي والصلابة النفسية على المشاركين من المجموعة التجريبية فقط ، بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج لتحديد درجات التطبيق التتبعي وتقييم تطور الصمود النفسي والصلابة النفسية بعد انتهاء البرنامج.
10. إجراء التحليلات الإحصائية للبيانات وتفسير النتائج ومناقشتها فيما يتعلق بتطبيق البرنامج الإرشادي في السياق الأكاديمي.

المعالجات الإحصائية:

لتحليل البيانات والتحقق من الفرضيات، تم استخدام الأساليب الإحصائية الوصفية والتحليلية التالية:

1. معامل الارتباط الداخلي لمقياس الصمود ،الصلابة باستخدام معادلة كرو نباخ ألفا.
2. معامل بيرسون
- 3- .المتوسطات والانحرافات المعيارية
- 4- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

الفرضية الأولى: تنص الفرضية على أن "مستوى الصمود النفسي لدى مبتوري الأطراف مدينة تعز منخفض".

جدول رقم (6) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس الصمود النفسي:

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي
الصمود النفسي	50	70.22	18.921	75

يتبين من الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قدر (70.22) درجة والمتوسط الفرضي بلغ (75) درجة، وهذا يعني أن عينة البحث صمودهم منخفض لأن المتوسط الحسابي أدنى من المتوسط الفرضي ، وتعزي الباحثة هذه النتيجة إلى أن مبتوري الأطراف بسبب صعوبة تكيفهم بعد البتر والظروف التي سببتها الحرب

الفرضية الثانية: تنص الفرضية على أن "مستوى الصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف مدينة تعز منخفض".

جدول رقم (7) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس الصلابة النفسية:

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي
الصلابة النفسية	50	106.06	13.916	141

يتبين من الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قدر (106.06) درجة والمتوسط الفرضي بلغ (141) درجة، وهذا يعني أن عينة البحث صلابتهم منخفضة لأن المتوسط الحسابي أدنى من المتوسط الفرضي ، وتعزي الباحثة هذه النتيجة إلى أن مبتوري الأطراف بسبب صعوبة تكيفهم بعد البتر والظروف التي سببتها الحرب .

الفرضية الثالثة: تنص الفرضية على أن " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتورين الأطراف في مدينة تعز لصالح القياس البعدي".

لاختبار صحة هذه الفرضية، حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين القبلي والبعدي لمقياس الصمود النفسي، وللتحقق من دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة، وذلك للكشف عن مدى فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق لرفع مستوى الصمود النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (8) الآتي:

الجدول (8) نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي تبعاً لتطبيق البرنامج الإرشادي

مقياس الصمود	ن	المتوسط	الانحراف	درجات الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
قبلي	5	74.8000	18.10249	5.170	1.521-	0.187
بعدي	5	88.0000	7.00000			

التحليل:

- **فرق المتوسطات** يظهر أن المتوسط بعد التنفيذ (88.0000) أعلى من المتوسط القبلي (74.8000)، مما يشير إلى تحسن بعد تنفيذ البرنامج.

- **قيمة t المحسوبة** - : 1.521 سالبة مما يدل على اتجاه التحسن المتوقع.

- **مستوى الدلالة**: 0.187 أكبر من 0.05، مما يعني أن الفروق بين القياسين ليست ذات دلالة إحصائية.

الاستنتاج: بناءً على البيانات ، يمكن القول أن الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي في القياسين القبلي والبعدي ليست ذات دلالة إحصائية كبيرة، مما يعني أنه لا يمكن القول بشكل قاطع أن البرنامج الإرشادي كان له تأثير كبير على تحسين مستوى الصمود النفسي لدى مبتوري الأطراف في مدينة تعز .

الفرضية الرابعة: تنص الفرضية على أن " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي لدى العينة التجريبية لمبتورين الأطراف في مدينة تعز لصالح القياس البعدي".

لاختبار صحة هذه الفرضية، حسبنا المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين القبلي والبعدي

المجموعة	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	فرق المتوسطات	قيمة (ت)	درجة الحرية	الخطأ المعياري
----------	---	---------	-------------------	---------------	----------	-------------	----------------

لمقياس الصلابة النفسية، وللتحقق من دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة، وذلك للكشف عن مدى فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق لرفع مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (9) الآتي:

الجدول (9) نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لتطبيق البرنامج الإرشادي

مقياس الصلابة	ن	المتوسط	الانحراف	درجات الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
قبلي	5	103.8000	12.59762	4.267	-6.949	0.002
بعدي	5	143.6000	2.30217			

التحليل:

- **فرق المتوسطات** يظهر أن المتوسط بعد التنفيذ (143.6000) أعلى بكثير من المتوسط القبلي (103.8000)، مما يشير إلى تحسن ملحوظ بعد تنفيذ البرنامج.

- **قيمة t المحسوبة**: -6.949 سالبة مما يدل على اتجاه التحسن المتوقع.

- **مستوى الدلالة**: 0.002 أقل من 0.05، مما يعني أن الفروق بين القياسين ذات دلالة إحصائية كبيرة.

الاستنتاج: بناءً على البيانات ، يمكن القول أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية لصالح القياس البعدي، مما يعني أن البرنامج الإرشادي كان فعالاً في تحسين مستوى الصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في مدينة تعز .

الفرضية الخامسة : تنص الفرضية على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي، وابعاده بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية".

لاختبار صحة هذه الفرضية، حسبنا المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وغيرها لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة لمقياس الصمود النفسي وللتحقق من دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) المقارن للمجموعتين المستقلتين ، وذلك للمقارنة بين المجموعتين بمستوى الصمود النفسي لدى أفراد المجموعتين، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (10) الآتي: الجدول (10) نتائج اختبار (ت) المقارن لمجموعتين مستقلتين لفحص الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية على مقياس الصمود النفسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على التجريبية

8.70632	0.251	5.017	1.297-	9.25203	19.46792	76	5	الضابطة
3.1305					7	88	5	التجريبية

التحليل:

- ** فرق المتوسطات ** يظهر أن المجموعة التجريبية لديها متوسط أعلى من المجموعة الضابطة (88 مقابل 76).
- ** قيمة t المحسوبة **: -1.297 تعني أن هناك فرقاً ولكن الاتجاه عكسي لأن القيمة سالبة.
- ** مستوى الدلالة **: 0.251 أكبر من 0.05، مما يعني أن الفروق ليست ذات دلالة إحصائية.

المجموعة	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	فرق المتوسطات	قيمة (ت)	درجة الحرية	الدلالة	الخطأ المعياري
الضابطة	5	104.4	6.46529	3.06920	12.772-	4.998	0.000	2.89137
التجريبية	5	143.6	2.30217					1.02956

الاستنتاج:

بناءً على البيانات ، الفروق بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي ليست ذات دلالة إحصائية، وبالتالي لا يمكن رفض الفرضية الصفرية.

الفرضية السادسة : نص الفرضية على أن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصلابة النفسية، وابعادها بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية لصالح المجموعة التجريبية.

لاختبار صحة هذه الفرضية، حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وغيرها لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة لمقياس الصلابة النفسية وللتحقق من دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) المقارن للمجموعتين المستقلتين ، وذلك للمقارنة بين المجموعتين بمستوى الصلابة النفسية لدى أفراد المجموعتين، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (11) الآتي:

الجدول (11) نتائج اختبار (ت) المقارن لمجموعتين مستقلتين لفحص الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية على مقياس الصلابة النفسية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على التجريبية

التحليل:

- ** فرق المتوسطات ** يظهر أن المجموعة التجريبية لديها متوسط أعلى بكثير من المجموعة الضابطة (143.6 مقابل 104.4).
- ** قيمة t المحسوبة **: -12.772 تعني أن هناك فرقاً كبيراً ومعتبراً.
- ** مستوى الدلالة **: 0.000 أقل من 0.05، مما يعني أن الفروق ذات دلالة إحصائية عالية.

الاستنتاج: بناءً على البيانات المقدمة، الفروق بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الصمود النفسي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي هي ذات دلالة إحصائية عالية، مما يعني أن البرنامج الإرشادي كان له تأثير إيجابي كبير على المجموعة التجريبية، وبالتالي يمكن رفض الفرضية الصفرية لصالح الفرضية البديلة.

الفرضية السابعة: تنص الفرضية على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي وابعاده في القياسين البعدي والتتبعي".

لاختبار صحة هذه الفرضية، حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والتتبعي لمقياس الصمود النفسي، وللتحقق من دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة، وذلك للكشف عن مدى تطور واستمرار تحسن مستوى الصمود النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (12) الآتي:

الجدول (12) نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين البعدي والتتبعي لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي تبعاً لاستمرار تحسن الصمود

مقياس ن	المتوسط	الانحراف	درجات الحرية	قيمة (ت)	مسـتوى الدلالة
بعدي	88.00	7.000	7.994	-178.-	863.
تتبعي	88.80	7.190			

تفسير:

الفرضية السابعة تنص على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي. و أن الفروق بين المتوسطين قليلة جدًا، حيث أن متوسط القياس البعدي هو 88.00 ومتوسط القياس التتبعي هو 88.80. هذا الفرق الطفيف في المتوسطات والقياس السلبي لقيمة t يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي.

الاستنتاج: يتضح أن الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي ليست ذات دلالة إحصائية لمقياس الصمود النفسي، مما يعني أن التدخل الإرشادي لم يؤثر بشكل كبير على مستويات الصمود النفسي بعد القياس البعدي في العينات المدروسة.

الفرضية الثامنة: تنص الفرضية على أن "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية وابعادها في القياسين البعدي والتتبعي".

لاختبار صحة هذه الفرضية، حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والتتبعي لمقياس الصلابة النفسية، وللتحقق من دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة، وذلك للكشف عن مدى تطور واستمرار تحسن مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية، وجاءت النتائج على النحو المبين في الجدول (13) الآتي:

الجدول (13) نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين البعدي والتتبعي لاستجابات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لاستمرار تحسن الصلابة

مقياس ن	المتوسط	الانحراف	درجات الحرية	قيمة (ت)	مسـتوى الدلالة
بعدي	143.60	2.302	8.000	-1.374-	207.
تتبعي	145.60	2.302			

التفسير:

الفرضية الثامنة تنص على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي في مقياس الصلابة النفسية. وأن الفرق بين المتوسطين ضئيل جدًا (143.60 مقابل 145.60). قيمة t المحسوبة هي -1.374 ومستوى الدلالة هو 0.207، وهو أكبر من 0.05، مما يعني أن الفروق ليست ذات دلالة إحصائية. لذا، لا يمكن قبول الفرضية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي لمقياس الصلابة النفسية.

الاستنتاج: يتضح أن الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي ليست ذات دلالة إحصائية لمقياس الصلابة النفسية، مما يعني أن التدخل الإرشادي لم يؤثر بشكل كبير على مستويات الصلابة النفسية بعد القياس البعدي في العينات المدروسة.

حجم الأثر للبرنامج الإرشادي

لقياس حجم التأثير لفعالية برنامج إرشادي لتحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى عينة من مبتوري الأطراف في تعز، تم استخدام طريقتين إحصائيتين، حساب حجم التأثير باستخدام "d كوهين" (Cohen's d) و "eta squared" (η^2).

(1) خطوات قياس حجم التأثير للمقياس الصمود: أ- حساب d كوهين (Cohen's d):

1. حساب متوسط الفرق بين المجموعتين

$$\text{Mean difference} = \bar{X}_{\text{post}} - \bar{X}_{\text{pre}}$$

2. حساب الانحراف المعياري المشترك:

$$s = \sqrt{\frac{(n_{\text{pre}} - 1) s_{\text{pre}}^2 + (n_{\text{post}} - 1) s_{\text{post}}^2}{n_{\text{pre}} + n_{\text{post}} - 2}}$$

3. حساب d كوهين: $d = \frac{\text{Mean difference}}{s}$

$$\text{Mean difference} = 88.0000 - 74.8000 = 13.2$$

2. الانحراف المعياري المشترك:

$$s \approx 13.540 \quad \{2 - 5 + 5\} s = \sqrt{\frac{(5 - 1) \cdot 18.10249^2 + (5 - 1) \cdot 7.00000^2}{2 - 5 + 5}}$$

3. حساب d كوهين: $d = \frac{13.2}{13.540} \approx 0.975$

تفسير: d^{**} كوهين بقيمة 0.975 يعتبر متوسطًا ويدل على حجم تأثير معتدل إلى كبير.

ب - حساب (η^2) (eta squared):

1. t^{**} حساب قيمة t^{**} متوفرة

$$\eta^2 = \frac{t^2}{t^2 + df} \quad \text{حساب } \eta^2$$

$$\eta^2 = \frac{(-1.521)^2}{(-1.521)^2 + 5.170} = \frac{2.313}{2.313 + 5.170} \approx 0.309$$

تفسير: η^{2**} بقيمة 0.309 يعتبر حجم تأثير متوسط.

الخلاصة: بناءً على الحسابات أعلاه يظهر أن البرنامج الإرشادي له تأثير معتدل إلى كبير على تحسين الصمود النفسي لدى مبتوري الأطراف في مدينة تعز، وفقًا لمؤشر d كوهين وحجم التأثير η^2 . وهذه الحسابات تدعم نتائج الدراسات الإحصائية وأظهرت فعالية البرنامج الإرشادي بتحسين الصمود النفسي.

(2) خطوات قياس حجم التأثير للمقياس الصلابة: أ- حساب d كوهين (Cohen's d):

$$\text{Mean difference} = 143.6 - 103.8 = 39.8$$

2. الانحراف المعياري المشترك:

$$s \approx 8.984 \quad \{2 - 5 + 5\} s = \sqrt{\frac{(5 - 1) \cdot 12.59762^2 + (5 - 1) \cdot 2.30217^2}{2 - 5 + 5}}$$

3. حساب d كوهين: $d = \frac{39.8}{8.984} \approx 4.43$

تفسير: d كوهين بقيمة 4.43 يعتبر كبيرًا جدًا ويدل على حجم تأثير كبير للغاية.

ب - حساب (η^2) (eta squared):

$$\eta^2 = \frac{(-6.949)^2}{(-6.949)^2 + 4.267} = \frac{48.29}{48.29 + 4.267} \approx 0.919$$

تفسير:

- η^2 بقيمة 0.919 يعتبر كبيرًا جدًا ويدل على حجم تأثير كبير للغاية.

الخلاصة: بناءً على الحسابات أعلاه، يتبين أن البرنامج الإرشادي له تأثير كبير جدًا على تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في تعز.

توصيات البحث:

1. التوصيات المتعلقة ببرنامج الإرشاد:

- استمرار تطبيق البرنامج: نظرًا لفعالية البرنامج الإرشادي في تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف، يُوصى باستمرار تطبيقه في مختلف المراكز التي تُعنى بتأهيل ورعاية مبتوري الأطراف.
- نشر البرنامج: يُوصى بنشر البرنامج على نطاق واسع ليتمكن أكبر عدد ممكن من مبتوري الأطراف من الاستفادة منه.
- تطوير البرنامج: يُوصى بتطوير البرنامج بشكل دوري ليشمل أحدث المعارف والتقنيات في مجال الإرشاد النفسي.
- تدريب المرشدين: يُوصى بتدريب المرشدين النفسيين على تطبيق البرنامج بشكل فعال.

2. التوصيات المتعلقة بمبتوري الأطراف:

- التشجيع على المشاركة في البرامج الإرشادية: يُوصى بتشجيع مبتوري الأطراف على المشاركة في البرامج الإرشادية، مثل البرنامج الذي تم تقييمه في هذا البحث.
- السعي للحصول على الدعم النفسي: يُوصى بمبتوري الأطراف السعي للحصول على الدعم النفسي من المختصين عند الحاجة.
- تكوين مجموعات الدعم: يُوصى بتكوين مجموعات الدعم بين مبتوري الأطراف لمشاركة الخبرات والتجارب وتقديم الدعم لبعضهم البعض.
- تعزيز الوعي: يُوصى بتعزيز الوعي بقضايا الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في المجتمع.

مقترحات البحث:

1. إجراء المزيد من الأبحاث المتعمقة لتأكيد فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين الصمود النفسي والصلابة النفسية لدى مبتوري الأطراف في عينات أكبر وأكثر تنوعًا.
 2. دراسة تأثير البرنامج الإرشادي على جوانب أخرى كال جودة الحياة والتكيف النفسي والاجتماعي لدى مبتوري الأطراف.
 3. إعداد برامج إرشادية مماثلة موجهة لأفراد الأسرة والمحيطين بمبتوري الأطراف لتعزيز الدعم الاجتماعي المقدم لهم.
 4. نشر نتائج الدراسة في المؤتمرات والمجلات العلمية المتخصصة لتعميم الفائدة وتبادل الخبرات.
- إعداد دليل إرشادي يوضح خطوات تصميم وتنفيذ مثل هذه البرامج للجهات المعنية بتأهيل ذوي الإعاقات الجسدية.

المراجع

- 1- أبو حسين ، سناء محمد إبراهيم ، الصلابة النفسية والأمل وعلاقتها بالأعراض السيكوسوماتية لدى الأمهات المدمرة منازلهن في محافظة شمال غزة ، رسالة ماجستير ، جامعة الأزهر ، فلسطين، مركز ، (2012)
- 2- أبو حلاوة ، محمد السعيد جواد ، المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية ، الكتاب الإلكتروني ، شبكة العلوم النفسية، (29)،(2013)
- 3- أبو مشايخ، عرفات حسين الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلي المعاقين عقليا ، رسالة ماجستير في الصحة النفسية المجتمعية ، كلية التربية الجامعة الإسلامية، غزة، (2018)
- 4- باعلي ، شادية علي عمر ، الصمود النفسي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج بمدينة الرياض، رسالة ماجستير ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، السعودية،(2014)

- 5- جوهري، إيناس سيد علي، الصمود النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مجلة كلية التربية ببها (96)، مصر، (2014)
- 6- خليل، حسين، الصمود النفسي في مواجهة الصدمات النفسية: دراسة استطلاعية على اللاجئين السوريين في لبنان، مجلة اللاجئين والنازحين، لبنان، (2017)
- 7- راضي، زينب نوفل احمد، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، (2008)
- 8- الرفاعي، زينب محمد واحمد، بدرية كمال، الصمود النفسي وعلاقته بالدافع للإنجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا الوافدين، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة المنصورة، مصر، (2019).
- 9- روكيلة، بشرى ومهدوي مسعودة، رغوي أصيلة، الصمود النفسي لدى أمهات ذوي الإعاقة البصرية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس، جامعة محمد بوضياف، المسيلة (2022)
- 10- زهران، حامد، التوجيه والإرشاد النفسي، ج 1، ط 3، عالم الكتب، القاهرة، مصر، (2005)
- 11- صيدم، محمد رشيد، فعالية برنامج إرشادي نفسي لتنمية الصلابة النفسية لدى مدمني المخدرات (دراسة شبه تجريبية)، رسالة دكتوراة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، (2012)
- 12- العبادي، هناء عبد النبي، لغتة، السيد ناصر ثامر، الصلابة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، جامعة البصرة، العراق (2014)
- 13- عبد الحميد، أشرف محمد، فعالية برنامج إرشادي لتنمية الصلابة النفسية وأثره في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، مصر، (2016)
- 14- عبد الفتاح، فائق فاروق، الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، العدد 15، (2014)
- 15- العبدلي، خالد محمد عبدالله، الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية، (2012) :
- 16- غيث، أزهار عبد المعطي، الشعور بالأمل كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين بعد العدوان على غزة. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأقصى، فلسطين، (2017)
- 17- الفحل، نبيل محمد (2014) : دليلك لبرامج الإرشاد النفسي من التصميم إلى التطبيق في البحوث والإرشاد الطلابي، رسالة دكتوراة، جامعة القاهرة، مصر .
- 18- فريحات، محمد السيد، سيكولوجية مبتوري الأطراف (فقدان أحد أعضاء الجسم وعلاقته ببعض السمات الشخصية)، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، (2004)
- 19- كاهينة، بوراس، الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ينتمي أحد الوالدين، رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري تيزي وزو، الجزائر، (2015)
- 20- محمد، نسرين صلاح، برنامج إرشادي سلوكي لتحسين الصمود النفسي لمعلمات التربية الخاصة، رسالة ماجستير، جامعة المنصورة، مصر، (2022)
- 21- المهدي، عبدالله محمد، الصلابة النفسية وعلاقتها بوجهة الضبط لدى عينة من الطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسيا بالمرحلة الثانوية بمدينة تبوك، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد (5)، العدد (9)، (2016)