

فاعلية برنامج تربوي في تنمية الصمود النفسي

لدى طالبات المرحلة الاعدادية اللائي تعرضن للخبرات الصادمة

ريم اياد محمد

م. د. علي سليمان حسين

جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية

(قدم للنشر في ١٤/١٠/٢٠١٩ ، قبل للنشر في ١٥/١/٢٠٢٠)

ملخص البحث: يعد مفهوم الصمود النفسي كأحد المكونات الأساسية للتمتع بالصحة النفسية التي تساهم في تحقيق الرفاهية للفرد وقدرته على مقاومة الضغوط اليومية وعدم اظهار المزاج السلبي في الظروف الصعبة. فالصمود النفسي هو من اهم العناصر التي تمكن الافراد على التواصل مع الحياة وتحمل الشدائد، هدفت الدراسة الى التعرف على فعالية برنامج تربوي في تنمية صمود النفسي لدى الطالبات اللائي تعرضن الى خبرات صادمة وتم صياغة الفرضيات المناسبة لهذه الاهداف، تكون مجتمع البحث من طالبات مرحلة الدراسة الاعدادية في مدينة/ الموصل البالغ عددهن (٦٤٠٤) طالبة للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩م). اما عينة الدراسة فاختيرت مدرستين بشكل قصدي في حي السكر والبلديات وهي (اعدادية حمص للبنات) و (اعدادية بلميس للبنات) وتم تحديد طالبات الصف الخامس الاعدادي في المدرستين كمجتمع للبحث بلغ عددهن (٢٤٦) طالبة وتم تطبيق الاختبارين القبلين (الصمود النفسي) و (الخبرات الصادمة) لتحديد العينة المشمولة بالدراسة الحالية ثم تم الاختيار العشوائي للعينة الاساسية بواقع (٦٠) طالبة (٣٠) منهم للمجموعة التجريبية و (٣٠) الاخرى للمجموعة الضابطة بعدها تم اجراء عملية التكافؤ الاحصائي بينهما في المتغيرات المؤثرة والدخيلة (العمر الزمني، مستوى تعليم الابوين ، التخصص الدراسي ، المستوى الاقتصادي، الموقع الجغرافي).

The Effectiveness of an Educational Program in Developing Psychological Resilience among Preparatory Stage Students who have been Traumatized Experiences

Abstract: The concept of psychological resilience is one of the basic components of enjoying mental health that contributes to achieving the well-being of the individual and his ability to resist daily stresses and not to show a negative mood in difficult circumstances. Psychological resilience is one of the most important elements that enable individuals to communicate with life and endure adversity. The study aimed to identify the effectiveness of an educational program in developing psychological resilience among students who have experienced traumatic experiences, as well as identifying the extent of the impact of the educational program in developing psychological resilience among middle school students. Those who were subjected to traumatic experiences and hypotheses have been formulated appropriate for these goals, the research community is among the students of the preparatory stage in the city / Mosul, who number (6404) students for the academic year (2018-2019). As for the study sample, two schools were deliberately selected in Al-Sukkar and Al-Baladiyat neighborhood, which is (Homs Prep for Girls) and (Belqis Prep for Girls), and the fifth preparatory classes in the two schools were identified as (246) students, and the two pre-tests (psychological resilience) and (shocking experiences) were applied to determine. The sample included in the current study, after which the (60) students (30) of them were randomized to the primary sample, and (30) the other for the control group, after which the statistical equivalence process between them was conducted in the influencing and exotic variables (time age, parents' education level, academic specialization, economic level, geographical location).

ثانياً: أهمية البحث والحاجة اليه:

تعد مرحلة الدراسة الثانوية من أهم المراحل الدراسية كونها مرحلة دراسية متقدمة علمياً عن المرحلة الابتدائية وايضاً لانها تقابل مرحلة النمو في المراهقة للطالبات وهي مرحلة حساسة وصعبة ويسودها القلق والخوف وعدم القدرة على التوازن النفسي والاجتماعي، وخاصة بالنسبة لما واجهه مجتمعنا الموصل من أحداث صادمة وغريبة تعرض لها في السنوات الاخيرة انعكست بشكل سلبي على شخصياتهم وقدراتهم العقلية والمعرفية (زهرا، ٢٠٠٥، ٣٥).

واكد رولف جنسون Rolf Jonson على ان مفهوم الصمود النفسي يعد أحد المكونات الاساسية للتمتع بالصحة النفسية التي تساهم في تحقيق الرفاهية للفرد وقدرته على مقاومة الضغوط اليومية وعدم اظهار المزاج السلبي في الظروف الصعبة. فالصمود النفسي هو من اهم العناصر التي تمكن الافراد على التواصل مع الحياة وتحمل الشدائد والى ضرورة العمل الجاد من قبل المسؤولين والمربين والمعلمين على تعزيز الصمود النفسي وانه يساعد الطلبة لتحقيق الوقائية النفسية .

وقد اشار في نتائج دراسة الى تأثير متغير التعامل العاطفي والانساني على الصمود النفسي وان هذا المتغير سيؤدي الى

ارتفاع مستوى الصمود وتنميته لدى الافراد. (Rolf Jonson 1990,230)

كما وأظهرت نتائج دراسة تاتيليز Tatalelez 2014 الى ان تنمية الصمود النفسي لدى عينة من المضطربين التي تساعد كثيراً في التخفيف من الاضطرابات النفسية وحالات الخوف المرضي وقلق المستقبل ، و تكون المواقف والاحداث التي مر بها افراد مجتمعنا وخاصة الطلبة جزءاً مهماً من الفهم العام لديهم وتشكل مصدراً مستمراً لعدم التوازن والقلق والتي بدأت تكون نظره سلبية لديهم نحو الواقع والمستقبل الذي يشكل عاملاً ضاعطاً في اضعاف قدراتهم النفسية لمواجهة الظروف الصعبة التي تلازمهم في امكانية الصمود والتصدي وامكانية تحقيق بدايات جديدة تشكل علامات اساسية في زرع بوادر الامل في الاستمرار في الحياة والتكيف الايجابي المطلوب في المحيط الذاتي أو الاسري والدراسي ايضاً. (Tatalelez, 2014, 3)، وأكدت دراسة محمد (Mohammad, 2014) الى دور المرونة النفسية في تعزيز سلوك الصمود والمثابرة وتحويلها الى نجاح في تحقيقه اهداف محددة وإثبات قدرات معرفة متوازنة وثابته باتجاه تخفيف نحو التقدم والكفاح من أجل التفوق ومواجهة التحديات الضاغطة. (Mohammad, 2014, 20)

هدف البحث:- التعرف على مدى فاعلية برنامج تربوي في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات المدارس الاعدادية اللاتي تعرضن للخبرات الصادمة.

ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بصياغة الفرضيات الآتية :

١. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات الطالبات في المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي للصمود النفسي

٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات الطالبات في المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للصمود النفسي في الاختبار البعدي.

حدود البحث: تقتصر الدراسة الحالية على طالبات الدراسة الاعدادية/ الصف الخامس (الدراسة الصباحية في مدينة الموصل مركز محافظة نينوى للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩ م) .

تحديد المصطلحات:

قامت الباحثة بتحديد المصطلحات الرئيسة الواردة في عنوان البحث الحالي وهي :

(البرنامج التربوي) و(الصمود النفسي) و (الخبرات الصادمة)

كما ان الصمود النفسي يعد تكويناً نفسياً يساعد الافراد في القدرة على المواجهة ويكون فرصة للتصرف بطريقة ايجابية في اتجاه توظيف الخصائص النفسية والثقافية والاجتماعية. لغرض المواجهة والتكيف الفعال لمقاومة الضغوط واحداث الحياة الصادمة مع ضرورة المحافظة على التوازن والاتزان الانفعالي والسايكولوجي، وغالباً ما يكون ذلك مرتبطاً بالصحة النفسية والتوافق العام مع النفس ومع الحياة . (Ungar, 2008, 218)

ومن خلال ما تقدم ترى الباحثة ان أهمية الدراسة الحالية والحاجة اليها حول موضوع الصمود النفسي لدى الطالبات اللاتي تعرضن للخبرات الصادمة تتركز بالنقاط الآتية:

١. ازدياد المشكلات التي يتعرض لها الشباب بسبب التغيرات الحياتية المختلفة سياسيا واقتصاديا واجتماعياً وعلمياً .

٢. تركيز الاهتمام وتعزيز حالات الصمود النفسي في ظل الظروف الصعبة والخطرة التي يعيشها مجتمعنا العراقي .

٣. زيادة الاهتمام بالتوجه العقلي للتدخل الاكلينيكي لتحقيق نتائج ايجابية للشباب المعرضين لخطر اثار ما بعد الصدمة النفسية حيث تعد هذه الفئة من الفئات الاساسية في المجتمع التي تعرضت الى احداث صادمة في مجتمعنا في السنوات الاخيرة بشكل خاص .

ثانياً: الصمود النفسي **psychological resilience**:
عرفه كل من

١. **Richardson 1990** : " قدرة الانسان على القبل الايجابي للتغير وذلك من خلال التحلي بمجموعة من السمات (التحكم، المساندة الاجتماعية، تقدير الذات، المرونة النفسية) والتي تسمح له بالقدرة على المواجهة الفعالة لاحداث الحياة الصادمة ". (Richardson, 1990, 72)

٢. **Connor & Davidson** **2003**:
كونور ودافيسون

" قدرة الفرد على التكيف الايجابي والفعال لمواجهة الضغوط النفسية وكذلك في قدرتها على استعادة التوازن بعد تعرضه الى صدمات مضطربة ومفاجئة". (Connor, 2003, 18)

٣. **الموسوعة الانكليزية Encyclopedias**
2004 English:

"هو القدرة على المقاومة امام الصدمات بعد حالة الانكسار او التشوه وهي القدرة على استعادة واسترجاع الفرد لعافيته وتوافقه النفسي والاجتماعي بسهولة بعد تعرضه للصدمات

اولاً. البرنامج التربوي **Education Program**:
عرفه كل من:

١. **الساوي ٢٠١١**: "مجموعة من الخبرات والانشطة المخططة لها والمبنية على اسس علمية تقدم لطلبة من خلال مواقف قصصية ودروس تربوية والتي يمكن قد تسهم في تغيير اتجاهات الطلبة".
(الساوي، ٢٠١١، ١٥)

٢. **العكيدي ٢٠١٧**: "مجموعة من الخبرات والدروس والانشطة المخططة لها والمبنية على اسس علمية ونظرية لطلاب من خلال المواقف القصصية والدروس التربوية والتي يمكن ان تسهم في تنمية العمليات العقلية والمعرفية لديهم". (العكيدي، ٢٠١٧، ٢٧)

٣. **التعريف الاجرائي**: "بانه مجموعة من الانشطة

والفعاليات على شكل (محاضرات، تعليمات، مناقشات، واسئلة، وتمارين، وواجبات فردية وجماعية) ووتضمن هذه الانشطة توفير خبرات تربوية وتعليمية للطلابات تهدف الى تنمية الصمود النفسي لديهن في مجالاته الخمسة (التعبير الايجابي للتغير، التحكم، تقدير الذات، المساندة الاجتماعية، المرونة النفسية) .

والحوادث ") ,2004, Encyclopedias English (122)

٤. مصطفى ٢٠١٧: ,,هو وعي الفرد بصلابته وامكاناته وقدراته على التوافق على الصدمات والحن والشدائد التي حدثت بالماضي او في الحاضر والنهوض منها بفاعلية، وهو دينامية يمكن تنميتها ويدعمها التواصل الجيد والايان,, .(مصطفى، ٢٠١٧، ١٠٨)

ومن خلال ما تقدم من تعاريف تستطيع الباحثة اعتماد التعريف النظري الخاص بالعالم لريتشارد سون Richardson للصدود النفسي .

التعريف الاجرائي للصدود النفسي: بما ان الباحثة تبنت مقياس العزاوي ٢٠١٨ والمستند لتعريف ريتشاردسون ١٩٩٠ لذا هي ستعتمد التعريف نفسه للصدود ويتحدد ذلك ايضا من خلال محصلة درجات الطالبات المرحلة الاعدادية اللائي تعرضن لخبرات صادمة على فقرات المقياس المعتمد في هذا البحث.

ثالثاً: الخبرات الصادمة (P.T.S.D) Post Traumatic

Tress Disorder عرفها كل من:

١. النابلسي ١٩٩١: " هي انواع من الشدة النفسية تتمثل احياناً باعراض هستيرية وبعدم استيعاب الحدث

الصادم كلياً ثم بعد مضي فترة زمنية يصبح انعدام الاستيعاب جزئياً ويترك اثار عصبية ونفسية تحتاج الى علاج سيكولوجي". (النابلسي، ١٩٩١، ٢٨٢)

٢. هارفرد 2005 Harfard: ,, هي تلك الخبرات المؤلمة والشديدة التي خبرها الافراد نتيجة تعرضهم الى حوادث مؤلمة ومفرعة في حياتهم . (mollica,2015,61)

٣. البدران ٢٠١٧: ,, هو اضطراب ينتج عندما يتعرض الانسان الى ضغوط نفسية شديدة وغير متوقعة وتكون مرهقة نفسياً وتتميز باستمرار اعادة خبرة الحدث الصدمي وتجنب مستمر ومتواصل لكل المثيرات المرتبطة بالحدث الصادم من(افكار وامكان واشياء واشخاص) يرافقها اعراض عقلية ووجدانية مثل صعوبة التذكر، الانطواء والانعزال، العجز والكسل، وصعوبة ادراك الاحداث المؤلمة والمؤثرة وقت الصدمة,, . (البدران، ٢٠١٧، ٢٣)

التعريف النظري: بما ان الباحثة اعتمدت مقياس هارفارد ٢٠٠٥ Harvard لذا هي تبنت تعريف هارفرد للخبرات الصادمة.

فالأحداث المتتالية التي يتعرض لها الفرد عموماً وخصوصاً في ظل كثير من الحروب المتكررة والكثير من الظلم والعدوان ادخلت الحزن الى قلب كل فرد فعظم الله سبحانه وتعالى أجر لكل من آمن وصبر واستغفر قال تعالى في كتابه العزيز " وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ " (الشورى: اية ٤٣) وذكر تعالى ايضاً " مَا يُلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقَاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ " (سورة فصلت: اية ٥٣) ووفقاً لهذا المنظور يمكننا ان تصور حالات الصمود تتمثل بشخص الرسول صلى الله عليه وسلم حيث تعرض الى اقصى أنواع الأضطهاد والحرمان والمقاطعة من اقربائه والمشركين في مكة ويمكن ان تجسد اعلى حالات الصمود للرسول محمد (ص) عندما عرض عليه المشركون الملك والمال والسلطة لكي يترك امر هذا الدين ويصبو اليهم لكنه رفض وثبت وصمد على موقفه في اكمال الرسالة الاسلامية وهذا ما ذكر في الحديث النبوي ,, والله لو وضعوا الشمس في يميني والقمر في يساري على ان اترك هذا الامر ما تركته حتى يظهره الله أو أهلك دونه ,, (رواه البخاري) حديث متفق عليه.

التعريف الاجرائي للخبرات الصادمة: نظراً لتبني الباحثة مقياس هارفرد ٢٠٠٥ Harford لقياس الخبرات الصادمة لذا سيتم اعتماده كتعريفاً اجرائياً للدراسة الحالية ويتمثل ذلك ايضاً من خلال محصلة الدرجات التي سيحصل عليها افراد العينة (طلبات المرحلة الاعدادية/ الصف الخامس) على هذا المقياس.

الاطار نظري والدراسات سابقة

اولاً: الاطار النظري

ويشمل المنظور الاسلامي ثم النظريات المفسرة للصمود النفسي :

الصمود النفسي من المنظور الاسلامي:

يدل الصمود النفسي في الاسلام الى صعوبات والشدائد التي يتلي الله عز وجل عباده في الدنيا والتي تبرز الاستعداد الباطني بمعنى انها تصبح من القوة الى الفعل قال تعالى في القرآن الكريم " وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ " (سورة البقرة: اية ١٥٥) فلا بد من هذه الابتلاءات والصبر عليها والتأقلم معها ليتكامل الانسان ويشعر بالسعادة. (مطهري، ٢٠٠٩، ٢٩٢) وان الامة الاسلامية متميزة بعقيدتها وهي أمة الخير تنبذ الجاهلية وتزرع في قلوب المؤمنين الثقة،

أ- النظريات المفسرة الصمود النفسي

أولاً: نظرية التنمية الذاتية البنائية (Saakviten 1998):-

اشار ساكفيتن Saakviten الى ان هناك خمس مناطق ذاتية تؤثر بالاحداث المؤلمة والصادمة وهي: المنطقة الاولى/ وهي الطريقة المعتادة لفهم الذات والتعامل مع الروحانيات والوجدانات. المنطقة الثانية/ وهي القدرات الذاتية مثل القدرة على التسامح والدمج المؤثر والحفاظ على الاتصال الداخلي مع الذات. المنطقة الثالثة/ القدرة على مراقبة الذات والضمير. المنطقة الرابعة/ المخططات المعرفية الخمسة وهي (السلامة، الثقة، السيطرة، الاحترام، العلاقة الحميمة).

المنطقة الخامسة/ نظام الادراك الحسي والذاكرة ويشمل كلا من التكييفات البيولوجية والخبرات الحسية،

وحسب ساكفيتن وزملاءه (١٩٩٨) ان الاستجابة للحدث الصادم تتطلب قيام الفرد بالتكامل مع الحدث والسياق والنتائج وعدم الانفصال عن الذات والآخرين، وقوة المكونات الجسمية والانفعالية والشخصية للتجربة تحدد من توفر الحدث بالنسبة للمعالجة او المعرفة، فكلما كانت التجربة أكثر قهراً وارباكاً والتي تؤثر سلباً في الفرد على اساس القدرات الذاتية للفرد (القدرة على تحمل الانفعال والاحساس بالذات في الارتباط) كانت الحاجة اعظم الى الدفاع

عن التفكير وفقد الذاكرة التي تعوق المعالجة الشعورية للحدث.

(Saakviten.1998، 57)

ثانياً: نظرية الانماط في الصمود النفسي:

يرى بولك (polk 1997) ان المكونات الهامة في الصمود وجود ضغط يقع بصورة غير متوقعة ومفاجئة على الفرد ووجود تهديد لبيئة الحياة وظروفها مما ينجم عنه قلق نفسي ويتم تقدير صمود الفرد من خلال احتساب النسبة بين وجود عوامل الحماية ووجود عوامل الخطر

وينتج عن ذلك اربعة انماط من الصمود:-

١. النمط التنظيمي/ وهو النمط الذي يجعل الفرد يرتقي

الى مرحلة مواجهة ضغوط الحياة ويتضمن مايلي:-

١. الاحساس بالسيطرة٢. الارتكاز على الذات

وتقييمه٣. الصحة الجسدية والمظهر الخارجي

٤. التماسك والثبات

٢. النمط الارتباطي/ وتمثل بدور الفرد المتغير في المجتمع

وعلاقاته مع الآخرين وتتراوح مدى هذه العلاقات من علاقات الثقة

الكاملة وتمتد وتشمل المجتمع كله.

٣. النمط الفلسفي/ ويتمثل بنظرة الفرد الى الحياة ويشمل معتقداته

التي يمكن ان ترتقي الى الصمود مثل ان الايمان بإيجابية الاحداث

ريم اياد محمد وم.د. علي سليمان حسين: فاعلية برنامج تربوي في . . .

2. العودة الى نقطة الاساس او الخط القاعدي للتوازن الداخلي،
نقل الاربك او التشويش الى الورا.

3. الاسترجاع مع الضياع، أي الشفاء عند الخسارة مكوناً مستوى
واطىء من التوازن الداخلي.

4. حالة خلل وظيفي، حيث ان الاستراتيجيات السيئة التكيف
(على سبيل المثال السلوكيات المدمرة للذات قد استخدمت
للتكيف مع الظروف الضاغطة، لذلك فالصمود قد ينظر اليه على
انه نتاج للقدرات التكيفية الناجحة.

إن إعادة التكامل يتضمن عيش او تجريب الاستبصار او النمو
من خلال الاربك او التشويش، ينتج عن اعادة التكامل من خلال
تجديد او تعريف او تقوية الخصائص الخاصة بالصمود، ففي نموذج
الصمود فقد اظهر على انه اسهم وقائية اضافية تتعامل مع
ضاغطات الحياة ، إن اساس او جوهر اعادة التكامل بالنسبة
للتوازن الداخلي هو في التعافي والشفاء ونقل الاربك الى الورا ،
كما انه في بعض الحالات قد لا يكون خياراً في مواقف مثل بعض
الخسارة او فقدان الجسدي الدائم، الانتقال او موت شخص
عزيز، أن التعافي مع فقدان يعني ان الناس يتخلو عن بعض التحفيز،
(Richardson, 2002, 59) او الأمل . (

والاهداف والايان بان الحياة ذو معنى تستحق المواجهة والمكافحة
من اجل الثبات فيها دون الشعور بالانهزام وكل ما يدفع الافراد الى
اظهار معطيات شخصية للصامدين في النواحي الجسمية والعقلية
والمعرفية . الخ.

٤ . النمط الموقفي/ وهي تلك الجوانب التي تشارك في عملية الربط
بين الفرد الموقف الضاغطة وهذا يتضمن قدرة الفرد على مواجهة
وحل المشكلات والصعوبات والقدرة على تقييم تلك المواقف
والاستعداد لاتخاذ القرارات والتدابير اللازمة في السيطرة على تلك
المواقف والمواجهات الضاغطة. (مقران، ٨٨، ٢٠١٤)

ثالثاً: نظرية ريتشاردسون 2000 Richardson

ان الافتراض الرئيسي لهذه النظرية يقوم على فكرة ")
التوازن البيولوجي النفسي الروحي)
والذي فسر لنا طريقة التكيف مع الاحداث الحياتية الضاغطة "
وان هذه الضغوط وفقاً للمخطط السابق تؤثر في قدرة الفرد على
التكيف ومواجهة هذه الاحداث في الحياة تتأثر بصفات الصمود
وان عملية اعادة التكامل تؤدي الى واحدة من اربع نتائج او
مخرجات، هي :

1. اعادة التكامل المرن، حيث ان التكيف يؤدي الى مستوى عالي
من الاتزان الداخلي.

دراسات سابقة:- سيتم عرض لاهم الدراسات السابقة

القريبة من موضوع الدراسة الحالية والتي تم الاستفادة منها في البحث الحالي وسيتم عرضها حسب تسلسلها الزمني:

١-دراسة مقران (٢٠١٤)

هدفت الدراسة للتعرف على مدى فاعلية برنامج سلوكي في تنمية الصمود النفسي لدى المراهقين، حيث بلغت العينة (٣٠) مراهقاً قسموا بالتساوي الى (١٥) مراهق عينة تجريبية و(١٥) مراهقاً عينة ضابطة، تم الاعتماد على مقياس رتشاردسون للصمود النفسي (١٩٩٠) وقد قام الباحث باعداد البرنامج السلوكي لغرض تطبيقه على افراد العينة التجريبية لمدة ٣ اشهر ، وبعد انتهاء مدة التجربة التي استمرت (٣) اشهر وبمعدل (٥) جلسات في كل شهر قام الباحث بتحليل النتائج احصائية وفق الحقيقية الاحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، فأظهرت نتائج البحث الى أثر البرنامج السلوكي في تنمية الصمود النفسي وتحقيق الأكتئاب لدى عينة من المراهقين اليمنيين. (مقران، ٢٠١٤، ٨٨)

٢.دراسة مصطفى (٢٠١٧)

هدفت الدراسة الى التحقق من مدى فاعليته برنامج ارشادي في تنمية الصمود النفسي لدى عينة من امهات الاطفال المعاقين عقلياً، بلغت العينة (٢٠) امرأة تراوحت اعمارهن (٢٥-

٤٥)سنة قسموا الى مجموعتين ضاغطة وتجريبية بالتساوي تم اعداد مقياس الصمود النفسي من قبل الباحثة ومقياس الذكاء العقلي للعالم بينت الصورة الخامسة ٢٠١١ من اعداد محمود ابو الليل وآخرون، ومقياس فاينلاند للسلوك التكيف واعداد نادية علوان قامت الباحثة باعداد البرنامج الارشادي لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من امهات الاطفال المعاقين عقلياً والذي استمر (٣٠) يوماً وعدد الجلسات فبلغت (١٠) واهم نتائج هذه الدراسة هي:- فاعلية البرنامج الارشادي في تنمية الصمود النفسي لدى افراد العينة من امهات المعاقين عقلياً . (مصطفى، ٢٠١٧، ١٠٤)

٣.دراسة عبد الله وآخرون (٢٠١٧)

هدفت الدراسة الى التعرف على مدى فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي لدى تلاميذ مرحلة رياض الاطفال. بلغت عينة الدراسة (١٤) تلميذاً كمجموعة تجريبية و (١٢) تلميذاً كمجموعة ضابطة، تم تطبيق البرنامج الارشادي على افراد المجموعة التجريبية مدة شهراً كاملاً بمعدل جلستان اسبوعيتان. اما أهم الوسائل الاحصائية فكانت (اختبار مان وتي واختبار ولكولوكسون) واطهرت نتائج الدراسة هذه الى مايلي: ظهور فروق داله احصائياً بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الصمود

الدراسات الاجنبية

١- دراسة شيفارد و ويلد (Shephard & Weld) (2014)

هدفت الدراسة الى اثر برنامج تدريبي في تنظيم أو تغيير لتنمية الصمود النفسي المشاعر السلبية للأفراد الذين تعرضوا الى اضطراب ما بعد الصدمة PTSP، بلغت العينة الاساسية من (٤٥) فرداً تتراوح اعمارهم من (١٥-٣٠) سنة تم استخدام مقياس ويتساردسون ١٩٩١ للصمود النفسي وقام الباحثان ببناء البرنامج التدريسي على شكل صور وقصص غير سارة. واستخدام فنيات التغيير والدعم لقياس المشاعر السلبية لأفراد العينة. وتم استخدام معادلات الاختبار التائي T.test واستمر البرنامج مدة (٤٠) يوماً وعدد جلساته (١٠) لعينتان مستقلتان لمعرفة الفروق ذات الدلالة الاحصائية بين افراد المجموعة التجريبية من الاختبار بين القبلي والبعدي. وتبين ان هناك تأثير ايجابي للبرنامج التدريبي على افراد المجموعة التجريبية. (Shephard & Weld, 2014, 11).

النفسي ولصالح الاختبار البعدي وهذا يدل على اثر البرنامج في تنمية الصمود النفسي لدى افراد العينة. (عبد الله وآخرون، ٢٠١٧، ٣)

٤. دراسة البجياح (٢٠١٨)

هدفت هذه الدراسة الى تنمية الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة باستخدام بعض استراتيجيات التعلم المنظم تكونت عينة البحث من (٦٠) طالبة من طالبات كلية التربية الجامعة الاسمية في ليبيا قسمت الى مجموعتين (٣٠) تجريبية و (٣٠) مجموعة ضاغطة ادوات المستخدمة في الدراسة هي (مقياس الصمود النفسي) من اعداد (ايمان مصطفى ٢٠٠١) ومقياس استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً من اعداد (لطفي عبد الباسط، ٢٠٠١) وقد قدمت الباحثة ببناء برنامج تدريبي لأفراد العينة التجريبية مدته (٤٠) يوماً وعدد جلسات (٢٠) جلسة وقد اشارت النتائج الرئيسى للدراسة الى فعالية البرنامج التدريسي القائم على بعض استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا في تنمية الصمود النفسي. (البجياح، ٢٠١٨، ٣)

اجراءات البحث

اولاً: المنهجية: اعتمدت الباحثة المنهج التجريبي لتطلب طبيعة

البحث واهدافه وفيما ياتي الاجراءات المتضمنة للتصميم التجريبي
: سيتم استعراض أهم الاجراءات الخاصة بالدراسة الحالية

من التصميم التجريبي واختيار المجتمع وادوات الدراسة والوسائل
الاحصائية المستخدمة في تحليل النتائج وكما يأتي:-

- **التصميم التجريبي:** لاجل تحقيق اهداف الدراسة الحالية
وفرضياتها استخدمت الباحثة التصميم التجريبي ذي المجموعتين
المكافئتين التجريبية والضابطة. (فان دالين ١٩٧٧، ٣٥)

حيث سيتم تعرض المجموعة التجريبية للمتغير المستقل (البرنامج
التربوي) بينما تبقى المجموعة الضابطة دون ان تتعرض الى المتغير
المستقل التي تعرضت له المجموعة التجريبية والهدف منها لغرض
المقارنة الاحصائية في نتائج الاختبار البعدي بعد انتهاء مدة تطبيق
البرنامج التربوي على افراد المجموعة التجريبية.

ثانياً: مجتمع البحث:- يقصد به جميع الافراد الذين يتمتعون

بصفة ما والتي هي سمة موجودة لديهم جميعا بحسب فروقهم الفردية
وتبعاً لكمية ما يتمتعون به من تلك الصفة (الزوبعي وآخرون ،
١٩٨١). يشمل مجتمع البحث جميع طالبات المدارس الاعدادية

للبنات (الصف الخامس العلمي والادبي) البالغ عددهم (٦٤٠٤)

طالبة موزعين على (٣٧) مدرسة حسب احصائية مديرية تربية
نينوى للعام الدراسي (٢٠١٨-٢٠١٩) يتوزعون على جميع مناطق
مدينة الموصل.

ثالثاً: عينة البحث: تم الاختيار القسدي لاعدادية مدرسة
حمص للبنات الواقعة في حي البلديات، واعدادية مدرسة بلقيس
للبنات الواقعة في حي السكر المدرستين في الجانب الايسر من مدينة
الموصل وذلك للأسباب الآتية:-

١- ما ابدته ادارات المدرستين من تعاون علمي واضح مع الباحثة
لتطبيق الدراسة الحالية.

٢- توزع طالبات المدرستين على رقعة جغرافية واحدة تقريباً مما
يضمن تقارب العوامل الديموغرافية والتعليمية.

عينة تشخيص الطالبات: لغرض تحديد الطالبات اللائي
يتصفون بمستوى من الصمود النفسي المنخفض ومستوى مرتفع من
الخبرات الصادمة. تم تحديد ذلك من خلال المتوسط الفرضي
للمقياسين البالغ (١٣٥) درجة للصمود النفسي (١١٢,٥) للخبرات
الصادمة. وقد بلغ عددهن (٦٠) طالبة تم توزيعهن بشكل
(عشوائي) الى مجموعتين الاولى المجموعة التجريبية عدد افرادها
(٣٠) طالبة، والثانية المجموعة الضابطة عدد افرادها (٣٠) طالبة

ريم اياد محمد وم.د.د. علي سليمان حسين: فاعلية برنامج تربوي في . . .

المتغيرات التي تخص بعض السمات والخصائص لافراد العينة في المجموعتين وقبل اجراء التجربة والتي قد تؤثر في المتغير التابع موضوع الدراسة الحالية والتي حددت في ضوء نتائج الدراسات السابقة وهي (١). مستوى الصمود النفسي ٢ . مستوى الخبرات الصادمة ٣ .

العمر الزمني للطالبات):

١. مستوى الصمود النفسي:

ايضا وقد تم اختيارها بشكل قصدي في مدرسة اعدادية بلقيس للبنات بينما تم تثبيت المجموعة التجريبية في مدرسة اعدادية حمص للبنات وذلك بهدف السيطرة والسهولة والسلامة الداخلية في تطبيق البرنامج التربوي.

رابعاً: تكافؤ مجموعات البحث:- حرصت الباحثة على

اجراء التكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في بعض

جدول (١) يبين نتائج الاختبار القبلي في مستوى الصمود النفسي بين المجموعة التجريبية والضابطة

مستوى الدلالة ٠.٠٥	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
	الجدولية	الحسوبة				
لا توجد فروق	٢.٠٠	٠.٦٩	٨.٠٦	١٢١.٥٣	٣٠	تجريبية
			٩.٥	١١٩.١	٣٠	ضابطة

اقل من الجدولية البالغة (٢.٠٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨) والجدول (١) يبين ذلك .

٢- مستوى الخبرات الصادمة:

تم التحقق من المستوى بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي وتبين انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية حيث بلغت القيم التائية الحسوبة (٠.٦٩) وهي

جدول (٢) يبين نتائج الاختبار القبلي في مستوى الخبرات الصادمة بين المجموعة التجريبية والضابطة

مستوى الدلالة ٠.٠٥	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
	الحسوبة	الجدولية				
لا توجد فروق	٢.٠٠٠	٠.٤٠٧	١٢.٦٦	١٢٦.٢٠	٣٠	تجريبية
			٨.٥١	١٢٧.٣٣	٣٠	ضابطة

مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨) والجدول (٢) يبين ذلك.

٣- العمر الزمني محسوباً بالاشهر:

تم التحقق من مستوى الخبرات الصادمة بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي وتبين انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية حيث بلغت القيم التائية المحسوبة (٠.٤٠٧) وهي اقل من الجدولية البالغة (٢.٠٠٠) عند

جدول (٣) يبين نتائج الاختبار التائي لمتوسط العمر الزمني للطالبات

مستوى الدلالة ٠.٠٥	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
	الحسوبة	الجدولية				
لا توجد فروق	٢.٠٠٠	٠.٥٣	٥.١	١٧.٦	٣٠	تجريبية
			٧.٢	١٧.٨	٣٠	ضابطة

- تم حساب العمر الزمني بالاشهر بين المجموعتين التجريبية والضابطة وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٠.٥٣) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢.٠٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٥٨) مما يدل على ان الفروق غير دالة احصائياً من متوسط العمل الزمني بين المجموعتين والجدول (٣) يبين ذلك
- تقدير الذات من خلال تعزيز الصمود والقدرة على المواجهة وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس.
- الايمان بالقدور والصبر وتحمل الظروف الطارئة والصدمات النفسية واثارها المؤلمة ومحاولة تجاوزها والبدء بصحفة جديدة متفائلة ومتجددة الامل والاهداف المستقبلية.
- الادوات المستخدمة في الدراسة الحالية/ أولاً: البرنامج التربوي: تم تحديد عناصر البرنامج التربوي وتحديد خطوات بناءه في ضوء النقاط الاتية:-هدف البرنامج: تم تحديد هدف واضح ورئيسي للبرنامج وهو تنمية الصمود النفسي ونستطيع تحقيق ذلك من خلال تحديد اهداف فرعية خاصة بمجالات الصمود النفسي تهدف الى تنمية حالة الصمود لدى الطالبات عن طريق:
- التقبل الايجابي للتغيير من الحالة السلبية الى الايجابية وعدم الاستسلام.
- القدرة على التحكم بالحالة النفسية وضبط النفس عند الشدائد والمصائب.
- تقبل المساندة الاجتماعية والدعم الاسري والاجتماعي.
- المساعدة في الوصول الى مرونة نفسية وتقبل الاحتمالات والقبول بها مهما كانت المصاعب او الضغوط النفسية او الاجتماعية.
- الصدق (صلاحية البرنامج التربوي): عرض البرنامج بصيغته الاولى على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في العلوم التربوية والنفسية والمكون من (١٧) جلسة ، الجلسة الاولى (الافتتاحية) والجلسة الثانية (الاختبار القبلي) والاخيرة (تقويمية) و(١٥) جلسة المتبقية تعبر عن مواقف قصصية حول متغير الصمود النفسي وذلك لبيان رأيهم في مدى صلاحية البرنامج التربوي والانشطة المصاحبة وعدد الجلسات وموضوع القصص والوقت المحدد في المناقشة وعرض القصة ومدى تمثيلها لحالات الصمود النفسي . وبعدها تبين ان البرنامج صادق فيما يقيسه بكل مواقفه القصصية ال (١٥) قصة و الذي اجمعوا عليه لجنة الخبراء والمختصين في العلوم التربوية والنفسية وقد اجريت بعض التعديلات الطفيفة على بعض المواقف القصصية دون اي حذف او تغيير على اي قصة، وبذلك اصبح

معادلة الفاكرونباخ الى تعطي تقديراً جيداً في اغلب المواقف ، وطبقاً لذلك بلغ معامل ثبات مقياس الصمود النفسي (٧٢) درجة وتعد هذه الدرجة مقبولة ضمن مستويات الثبات التي لا تقل عن مستوى ٠.٧٠ درجة. (Nunnley, 1978, 321)

الاداة الثالثة (مقياس الخبرات الصادمة): اعتمدت

الباحثة مقياس هارفارد ٢٠٠٥ ترجمة شعيب و مروة ٢٠٠٧ ، لقياس الخبرات الصادمة يتكون المقياس من اربعة اجزاء حيث استخدمت الباحثة الجزء الرابع الخاص بالخبرات الصادمة ويعد مقياس هارفارد مقياساً عالمياً حيث يتمتع بدرجة ثبات عالية وللمقياس بدائل اجابة رباعية ويتكون من (٤٥) فقرة صيغت على شكل اسئلة. (Mollica,2015,61)

وللدقة العلمية قامت الباحثة باجراءات الصدق والثبات لهذا المقياس وكما يلي:

١. الصدق: اعتمدت الباحثة على الصدق الظاهري

لمقياس الخبرات الصادمة وذلك من خلال عرضه على لجنة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في العلوم التربوية النفسية ، وبعد جمع وتحليل اراء المحكمين حول صلاحية الفقرات في مدى تمثيلها وقياسها للخاصية المستهدفة في الدراسة والمقياس هي الخبرات الصادمة لدى طالبات المدارس الاعدادية اجمعت الراء

البرنامج جاهزاً للتطبيق على افراد المجموعة التجريبية من الطالبات .

الاداة الثانية: مقياس الصمود النفسي. قامت الباحثة باعتماد

مقياس الصمود النفسي للعزاوي ٢٠١٨ ، وهو مقياس حديث وتوفر فيه شروط المقاييس العلمية كالصدق والثبات والقوة التمييزية ورغم ذلك قامت الباحثة باستخراج مايلي للمقياس :

١. الصدق : تم عرض المقياس بصيغته الاصلية

على مجموعة من الخبراء والمحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في العلوم التربوية والنفسية، لغرض الحكم على مدى صلاحية الفقرات في قياس الصمود النفسي وصلاحية الفقرة ضمن المجال او الخاصية التي وضعت من اجله وبعد جمع وتحديد اراء المحكمين اجمعوا بنسبة ٩٠% على صلاحية المقياس وفقراته لقياس الصمود النفسي لطالبات المرحلة الاعدادية مع اجراء بعض التعديلات الطفيفة على بعض الفقرات . (العزاوي، ١١٧، ٢٠١٨)

٢. الثبات:

تم حساب الثبات لمقياس الصمود النفسي وفقاً لمعادلة (الفاكرونباخ) للاتساق الداخلي من فقرة الى اخرى وتستند الى حساب الانحراف المعياري للمقياس ككل والانحرافات المعيارية للفقرات المفردة ثم يتم استخراج (معامل التجانس) باستخدام

طريقة اختيار البديل المناسب من بدائل فقرات المقياس وعدم ترك اي فقرة دون اجابة وتم اعطاؤهن مدة زمنية مناسبة للاجابة ثم قامت الباحثة بجمع الاستبيانات وتصحيحها واعطاء درجة لكل استمارة وفق الاوزان المحددة للبدائل، ثم بعدها تم ترتيب الدرجات وفق معيار (المتوسط الفرضي) البالغ ١٢.٥ درجة حيث تم فرز افراد المجتمع من تجاوزن المتوسط الفرضي وبلغ عددهن ٦٠ طالبة ليتم بعدها تشييتهن وتشخيصهن كعينة اساسية للدراسة الحالية.

ثانياً: تطبيق مقياس الصمود النفسي: بعد التحقق من الخصائص السايكومترية المتمثلة بمؤشرات الصدق والثبات والتمييز للفقرات اصبح المقياس جاهزا للتطبيق بصيغته النهائية المكونة من ٤٥ فقرة، حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على افراد العينة البالغة (٦٠) طالبة وتم اتباع نفس التعليمات التي تبعت مع تطبيق الخبرات الصادمة وبعد تصحيح المقياس وفقا لاوزان البدائل الخمسة تم تحديد الطالبات اللاتي يتميزن بمستوى منخفض من الصمود النفسي وفقا لمعيار المتوسط الفرضي للمقياس البالغ (١٣٥) درجة.

ثالثاً: تطبيق البرنامج التربوي : ان التخطيط لوضع جدول زمني للبرنامج والعمل بموجبه من المهام الاساسية والضرورية في البحوث التجريبية والجدول الزمني كما مبين في الجدول (٤)

على صلاحية الفقرات واجراء بعض التعديلات الطفيفة جدا على بعض الفقرات وبنسبة اتفاق (٩٠%) من الاراء . (العزاوي، مصدر سابق)

٢. الثبات : لغرض التأكد من ان مقياس هارفارد للخبرات الصادمة يتمتع بالثبات. قامت الباحثة بحساب درجة الثبات للمقياس وفقاً لمعادلة (الفكرونيباخ) للاتساق الداخلي من فقرة الى اخرى وتستند الى حساب الانحراف المعياري للمقياس ككل وايضاً للانحرافات المعيارية للفقرات المنفردة، ثم تم استخراج (معامل التجانس) باستخدام المعادلة المذكورة سابقاً والتي تعطي تقديراً جيداً في أغلب المواقف وطبقاً لذلك بلغ معامل ثبات مقياس الخبرات الصادمة (٠,٧٣) درجة . (مصدر سابق، Nunnley)

مرحلة التطبيق النهائي لادوات البحث:

اولاً: تطبيق مقياس الخبرات الصادمة: قامت الباحثة بنفسها بتطبيق المقياس لغرض تشخيص الطالبات اللاتي تعرضن للخبرات الصادمة على افراد مجتمع البحث من الطالبات البالغ عددهن (٢٤٦) طالبة للصف الخامس بفرعيه (العلمي والأدبي) في المدرستين المشمولتين بالبحث (اعدادية حمص) و(اعدادية بعلبعل) للبنات وتم ابلاغهن باهمية التعاون في الاجابة الدقيقة والصريحة على فقرات المقياس والاجابة على كل التساؤلات والاستفسارات حول

الجدول الزمني لمراحل تطبيق البرنامج التربوي:-

جدول (٤) يبين الترتيب الزمني لتطبيق البرنامج التربوي

تسلسل الجلسة	التاريخ	عنوان الجلسة
١	٢٠١٩/٣/٣	(الاختبار القبلي)
٢	٢٠١٩/٣/٤	الجلسة التمهيدية
٣	٢٠١٩/٣/٧	الموقف القصصي (١) التقبل الايجابي للتغير
٤	٢٠١٩/٣/١٠	الموقف القصصي (٢) التقبل الايجابي للتغير
٥	٢٠١٩/٣/١١	الموقف القصصي (٣) التقبل الايجابي للتغير
٦	٢٠١٩/٣/١٧	الموقف القصصي (٤) التحكم
٧	٢٠١٩/٣/١٨	الموقف القصصي (٥) التحكم
٨	٢٠١٩/٣/٢٤	الموقف القصصي (٦) التحكم
٩	٢٠١٩/٣/٢٥	الموقف القصصي (٧) تقدير الذات
١٠	٢٠١٩/٤/١	الموقف القصصي (٨) تقدير الذات
١١	٢٠١٩/٤/٢	الموقف القصصي (٩) تقدير الذات
١٢	٢٠١٩/٤/٧	الموقف القصصي (١٠) المساندة الاجتماعية
١٣	٢٠١٩/٤/٨	الموقف القصصي (١١) المساندة الاجتماعية
١٤	٢٠١٩/٤/١٤	الموقف القصصي (١٢) المساندة الاجتماعية

الموقف القصصي (١٣) المرونة النفسية	٢٠١٩/٤/١٥	١٥
الموقف القصصي (١٤) المرونة النفسية	٢٠١٩/٤/٢١	١٦
الموقف القصصي (١٥) المرونة النفسية	٢٠١٩/٤/٢٢	١٧
الخاتمية تقويمية (الاختبار البعدي)	٢٠١٩/٤/٢٨	١٨

فرضيات البحث:

ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة بصياغة الفرضيات
الآتية:

١- الفرضية الاولى : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في
متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في الاختبارين
القبلي والبعدي للصمود النفسي بشكل عام .

ولتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام الاختبار التائي
T.est لعينتين مستقلتين مترابطتين بمستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة
حرية (٢٩) لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي للاختبار القبلي
للعينة البالغ (١٢١,٥٣٣) درجة والمتوسط الحسابي للاختبار
البعدي البالغ (١٤٧,٤٣٣) درجة، والجدول (٥) يوضح ذلك:

بدأ التطبيق بتاريخ ٢٠١٩/٣/٣ وانتهى بتاريخ ٢٠١٩/٤/٢٨

الوسائل الاحصائية: استعملت الباحثة الوسائل الاحصائية
المناسبة لتحقيق اهداف البحث الحالي وذلك بالاستعانة بالبرنامج
الاحصائي SPSS الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية.

اولاً: نتائج البحث وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة الحالية وفقاً
للاهداف الرئيسة والفرضيات المشتقة منها وكذلك تفسير النتائج
التي وصل اليها الدراسة وكالاتي :

١- الهدف الرئيسي :

(فاعلية برنامج تربوي في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات
المرحلة الاعدادية اللاتي تعرضن للخبرات الصادمة):

الجدول (٥) نتائج الاختبار التائي Test الفرضية الاولى

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي			الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدالة
		قبلي	بعدي	الفرق		الحسوبة	الجدولية	
الصمود النفسي	٣٠	١٢١.٥٣٣	١٤٧.٤٣٣	٢٥.٩٠٠	١٠.١٧٨	١٣.٩٣٧	٢.٠٥	دالة إحصائية

حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٩٣٧،١٣) درجة وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢،٠٥) وتعد هذه النتيجة دالة إحصائية مما يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة وهي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي للصمود النفسي بشكل عام، وهذا يعني ان سلوك الصمود النفسي قابل للتعديل او التنمية لدى افراد المجموعة التجريبية من الطالبات اللاتي تعرضن للخبرات الصادمة ، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من دراسة (عبدالله واخرون ٢٠١٧، دراسة شيفارد وويلد 1978, Shephard & Weld)

٢- الفرضية الثانية : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي للصمود النفسي بشكل عام ، وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام الاختبار التائي T.test لعينتين مستقلتين غير مترابطتين بمستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٥٨) لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية البالغ (١٤٧.٤٣٣) درجة مع للمجموعة الضابطة البالغ (١١٤،٧) درجة ، والجدول (٦) يبين ذلك:

الجدول (٦) يبين نتائج الاختبار التائي للفرضية الثالثة

الدلالة الاحصائي عند مستوى ٠.٥	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة				
دال	٢.٠٠	١٥.٢٨٩	٧.٢٥٢	١٤٧.٤٣٣	٣٠	التجريبية
			٩.٢١٤	١١٤.٧٠٠	٣٠	الضابطة

ثانياً: الاستنتاجات :

من خلال نتائج البحث الحالي خرجت الباحثة بعدد من الاستنتاجات الآتية :-

- ١- فاعلية البرنامج التربوي الذي اعدته الباحثة في الدراسة الحالية في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الاعدادية اللاتي تعرضن الى خبرات صادمة .
- ٢- وجود تجاوب وتفاعل ايجابي لافراد العينة التجريبية من الطالبات التي تعرضن الى خبرات صادمة اثناء الجلسات المخصصة لهن طوال فترة تطبيق البرنامج التربوي الخاص بتنمية حالة الصمود النفسي لديهن .

حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٥،٢٨٩) درجة وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢،٠٠) وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة وهي توجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات طالبات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي للصمود النفسي بشكل عام، وتفسر هذه النتيجة على الاستفادة الواضحة لأفراد المجموعة التجريبية من عينة الطالبات من البرنامج التربوي الخاص بتنمية الصمود النفسي لديهم مقارنة بافراد المجموعة الضابطة، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من (مصطفى ٢٠١٧، عبدالله وآخرون ٢٠١٧، مقران ٢٠١٤) .

التوصيات :

المصادر

-القران الكريم

المصادر العربية

١ . البجراح، نوهه علي محمد عبدو، (٢٠١٨)، تنمية الصمود

النفسي لدى طالبات الجامعة باستخدام استراتيجيات التعلم

المنظم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنات،

جامعة عين شمس، القاهرة، مصر .

٢ . البدران، عبد السجاد عبد، (٢٠١٧)، الصدمة النفسية

واضطراباتها بعد الحرب وعلاقتها بالتفكير التجريدي، دار

الفيحاء للنشر ، بيروت ، لبنان .

٣ . البياتي، عبد الجبار توفيق، وزكريا زكي اثينا سيوس،

(١٩٧٧)، الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية علم

النفس، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة بغداد .

٤ . الزوبعي، عبد الجليل ابراهيم واخرون، (١٩٨١)،

الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل .

١- ضرورة الاستفادة من البرنامج في المدارس الثانوية بشكل

عام للمساعدة في التغلب على مشكلات او اضطرابات

مابعد الصدمة النفسية .

٢- اقامة دورات تدريبية للادارات والهيئات التعليمية حول

اهمية حل مشكلات الطالبات اللاتي يعانين من حالات

ومواقف نفسية صادمة بعد احداث الموصل الاخيرة .

٣- التأثير على دور الارشاد التربوي والنفسي في المدارس

الثانوية في تقديم الرعاية النفسية والاجتماعية المطلوبة في

مواجهة مشكلات الطلبة وخاصة من الذين يعانون من

صددمات واضطرابات نفسية .

ثالثاً: المقترحات

١- دراسة مقارنة في الصمود النفسي بين طلبة المرحلة

الثانوية النازحين وغير النازحين .

٢- دراسة فاعلية برنامج تربوي في تنمية الصمود النفسي

لمتغيرات الجنس (ذكور، اناث) و الحالة الاجتماعية (

متزوج ، غير متزوج) وموقع السكن (ريف ، مدينة) .

ريم اياد محمد وم.د.د. علي سليمان حسين: فاعلية برنامج تربوي في...

دكتوراه (غير منشورة)، جامعة الموصل، كلية التربية للعلوم
الانسانية، جامعة الموصل، العراق.

١٠. فان دالين، ديولود ، (١٩٨٥)، **مناهج البحث في التربية
وعلم النفس ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون**، مراجعة سيد
احمد سلمان، اطبعة الثالثة، القاهرة ، مكتبة الانكلو المصرية،
مصر.

١١. فنك، دافيد ، هارولد (١٩٧٧)، **الاسترخاء النفسي
والعصبي**، ترجمة يوسف ميخائيل اسعد، دار نهضة للطباعة
والنشر، القاهرة، مصر.

١٢. الكبيسي، عبد الواحد حميد، (٢٠٠٧)، **القياس
والتقييم**، ط١، دار جرير للطباعة والنشر، العراق.

١٣. المزروع، ليلي بنت عبدالله، (٢٠٠٧)، **فعالية الذات
وعلاقتها بكل من الدافعية للانجاز والذكاء الوجداني لدى عينة
من طالبات جامعة ام القرى**، مجلة العلوم النفسية والتربوية،
المجلد ٨، العدد ٤.

١٤. مصطفى، ايمان محمد، (٢٠١٧)، **تنمية الصمود النفسي
لدى عينة من امهات الاطفال المعاقين عقليا**، مجلة البحث

٥. الساوي، اسيل محمود جرجيس محمد (٢٠١١)، **أثر
برنامج تربوي في تغيير الاتجاه المضاد للمجتمع لدى طلاب
المرحلة الاعدادية**، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية
التربية، جامعة الموصل، العراق.

٦. زهران، حامد عبد السلام، (٢٠٠٥)، **الصحة النفسية،
دار المعرفة، القاهرة.**

٧. عبدالله وآخرون، (٢٠١٧)، **فاعلية برنامج ارشادي
لتنمية الصمود النفسي لدى اطفال الروضة في اليمن**، المجلة
العلمية، المجلد الثاني، العدد الثاني، دار البحوث والنشر، جامعة
اسيوط، مصر.

٨. العزاوي، وسام كردي غضب، (٢٠١٨)، **الصمود
النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة والطموح الاكاديمي لدى طلبة
الجامعة**، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للعلوم
الانسانية، جامعة تكريت، العراق.

٩. العكيدي، رنا كمال جياذ (٢٠١٧)، **تصميم برنامج تربوي
وفقا لنظرية بياجيه لتنمية كفاءة التمثيل المعرفي للمعلومات لدى
تلاميذ صفوف التربية الخاصة في مركز محافظة نينوى**، اطروحة

20. Encyclopedias English (2004), **psychological mechanisms of resilience and vulnerability, implications, for successful adaption to extense stress.** U.K.

21. Mollica R.F. caspi Yavin, Bollini p. Truong (2015) **T. The Harvard Trauma Questionnaire: validating a cross cultural instrument for measuring torture. Trauma and posttraumatic stress Disorder in Indochinese refugees.** J

22. Mohammed .t. Amer (2014) **the role creativity in enforcement psychological resilience** thesis master unpublished university of adeet qwan, Australia.

23. Ness, M, (2013), **happiness, daily stress and resilience in adolescents,** (Master thesis) Norwegian un. Narwar.

24. Nunnley, c, (1978) **psychometric to psychology measurement** , Mc Graw Hill book, u.s.a, new York.

25. Richardson, G, E, (1990), **The metatheory of resilience and resiliency,** journal of clinical psychology.

26. Rolf Johnson, 1990, **youth resilience framework for reducing**

العلمي في التربية ، العدد (١٨) لسنة (٢٠١٧)، جامعة عين الشمس معهد الدراسات العليا للطفولة ، قسم الدراسات النفسية، مصر .

١٥. مطهري ، مرتضى (٢٠٠٩): **التوحيد** ، ترجمة : ابراهيم الخزرجي ، الطبعة الثانية ، بيروت

١٦. مقران، معاذ احمد ، (٢٠١٤)، **فاعلية برنامج معرفي سلوكي في الصمود النفسي لتخفيف الاكتاب لدى المراهقين اليمنيين** ، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة المنوفية، مصر .

١٧. التابلسي، وآخرون، (١٩٩١) ، **الصدمة النفسية (علم النفس ، الحروب والكوارث)** ، دار النهضة العربية للنشر، بيروت، لبنان .

المصادر الأجنبية:

18. Connor ,k,m and Davidson ,(2003) **development of anew resilience scale, depression and anxiety** , uk.

19. Coutu, D.L. (2002) **How Resilience Works. Harvard Business Review**, 80, 46-56.

- trauma- expsed individual, journal of Behavior the ropy and and experimental psychiatry, U.k.
- 29.Tatalelez.st, (2014), **the role of psychological resilience in treatment of the chronic psychological deseases** , welgong university , college education.u.s.a.
- 30.Ungar, M (2008), **resilience across cultures, British journal of social work.**
- health risk behaviors in adolescence** , J.of.R nursing.
- 27.Saakviten, k, Tennen, H, & Affleck,G,(1998), **exploring thriving in the context of clinical trauma theory constructivist self-development theory**, Journal of Social Issues, 54
- 28.Shepherd ,L,E & wild,j.p(2014), **emotional regulation, physiological arousal and PTSD symptoms in**