

الإسهام النسبي لكل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل لدى طلاب
المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن الكريم في التنبؤ
بالصمود النفسي

د. الحميدي محمد الضيدان
قسم العلوم التربوية – كلية التربية
جامعة المجمعة



الإسهام النسبي لكل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن الكريم في التنبؤ بالصمود النفسي

د. الحميدي محمد الضيدان

قسم العلوم التربوية – كلية التربية
جامعة المجمعة

تاريخ تقديم البحث: ٢٠ / ٨ / ١٤٤١ هـ تاريخ قبول البحث: ١٢ / ٣ / ١٤٤٢ هـ

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التحقق من درجة الإسهام النسبي لكل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل في التنبؤ بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن الكريم بمدينة الرياض، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لتحديد العلاقة بين الصمود النفسي وكل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل، وتم تطبيق الدراسة على عدد (٢٦٥) طالباً من طلاب الصف الثالث الثانوي، تتراوح أعمارهم ما بين ١٦-١٨ عاماً، وطبقت الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٤١ هـ، على خمس مدارس ثانوية من مدارس تحفيظ القرآن الكريم، وقد اشتملت الدراسة على المقاييس الآتية: مقياس الطمأنينة، مقياس التفاؤل، ومقياس الصمود النفسي. وفي التحليل الإحصائي للبيانات اعتمد الباحث على معامل ارتباط بيرسون، وأسلوب تحليل الانحدار المتعدد. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن الآتي: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إتقان حفظ القرآن الكريم والطمأنينة الانفعالية لدى الطلاب عينة الدراسة عند مستوى دلالة (٠،٠١)، وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إتقان حفظ القرآن الكريم والتفاؤل لدى الطلاب عينة الدراسة عند مستوى دلالة (٠،٠١)، وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والطمأنينة الانفعالية لدى الطلاب عينة الدراسة عند مستوى دلالة (٠،٠١)، وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والتفاؤل لدى الطلاب عينة الدراسة عند مستوى دلالة (٠،٠١)، كما تبين أن الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل يسهمان إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالصمود النفسي لدى الطلاب عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية: الطمأنينة الانفعالية، التفاؤل، الصمود النفسي، مدارس تحفيظ القرآن

الكريم الثانوية

The relative contribution of emotional reassurance and optimism in predicting psychological among secondary students of Quranic Memorization Schools

Dr.ALHEMAIDI MOHAMMED ALDHAIIDAN

DEPARTMENT OF EDUCATIONAL SCIENCES - COLLEGE OF EDUCATION
MAJMAAH UNIVERSITY

Abstract:

The present study aims to investigate the relative contribution of emotional reassurance and optimism in predicting psychological resilience in secondary school students. A total of (265) senior secondary students male participated in this study. Participants' ages ranged from 16 to 18. Instruments measuring emotional reassurance, optimism, and psychological resilience, were administered to senior secondary students in Quranic Memorization Schools (QMSs). The researcher used the Pearson correlation coefficient and multiple regression analysis techniques. The findings indicated that there is a positive correlation between psychological resilience and emotional reassurance among the students on the level of (0.01). Furthermore, the findings indicated that there is a positive correlation between psychological resilience and optimism among the sample on the level of (0.01). Finally, the findings also showed that emotional reassurance and optimism contributed statistically significant to the prediction of psychological resilience among secondary school students.

key words: Emotional reassurance; optimism; psychological resilience; Quranic School

المقدمة:

تُعد الطمأنينة الانفعالية (Emotional Reassurance) من المتغيرات النفسية والمهمة التي نالت اهتمام العديد من الباحثين في مجالي: علم النفس، والصحة النفسية؛ حيث إنها تُعد من أبرز المقومات والمتطلبات الرئيسة للصحة النفسية لكل من الفرد والمجتمع ككل، كما يحتاج إليها الفرد كي يتمتع بشخصية إيجابية ومرتزة.

ولعل أحد أهم الدوافع وراء اهتمام العديد من الباحثين بموضوع دراسة الطمأنينة - بصفة عامة - هو أنها تُعد من أبرز الحاجات التي تقف وراء السلوك البشري، فهي تُعد محركاً للسلوك وتوجهه الوجهة السليمة، أما فقدان الشعور بالطمأنينة الانفعالية فمن شأنه أن يسبب عدداً من الاضطرابات النفسية والسلوكية، ومن ثم تؤثر على سيرة حياة الفرد ونشاطاته في شتى المجالات (Mulyadi)، (2010:72).

كما أكد ذلك (الدليم، ٢٠٠٥) حيث يرى أن الشعور بالطمأنينة الانفعالية يُعد أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية، كشعور الفرد بالأمن النفسي، والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين، وتحقيق التوافق النفسي والأكاديمي، والانفتاح على الآخرين.

ويُعد التفاؤل من المفاهيم النفسية المهمة التي تؤثر على حياة الفرد (Kes and Riziq)، (2017:12) فهو يُعد متغير فروق فردية، ويعكس قدرة الفرد على امتلاك توقعات متصلة نحو المستقبل.

كما أشارت دراسة (الأنصاري، ٢٠٠٣، ٥٥) إلى أن التفاؤل يرتبط إيجابياً بعدد من المتغيرات السوية مثل: الصحة النفسية، والصحة الجسمية، والرضاء عن الحياة، والسعادة، والمواجهة الفعالة للضغوط، وحل المشكلات بنجاح، والأداء الوظيفي، والأداء الأكاديمي الجيد، والانساقية، والدافعية للعمل، وجودة الإنتاج، وضبط النفس، وقلة الألم والتعب.

ويُعد الصمود النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً في مجال علم النفس الإيجابي؛ لذا اهتم الباحثون بدراسته والبحث عن علاقته بالمتغيرات التي قد تؤثر فيه وتُسهّم في التنبؤ به، ومن الناحية الأخرى تحديد مخرجات ونواتج الصمود والمتغيرات التي قد تُسهّم في التنبؤ بها.

وانطلاقاً من توجه الدراسات والبحوث النفسية والتربوية في مجال الصمود النفسي، الذي يسعى إلى الكشف عن العوامل المؤثرة في الصمود النفسي؛ تسعى الدراسة الحالية للكشف عن الإسهام النسبي لكل من الطمأنينة النفسية والتفاؤل على الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن، خاصة حيث إنهم أكثر طمأنينة وتفاؤل؛ نظراً لدراساتهم للقرآن الكريم.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

يواجه الطلاب في مرحلة الثانوية تحديات كبيرة؛ حيث إنها مفترق طرق، وعلى كل طالب أن يجتهد للوصول إلى طموحاته المطلوبة التي طالما كان يحلم بها طوال الفترة السابقة من عمره، ويختلف الأمر لدى طلاب مدارس تحفيظ القرآن؛ حيث إن لديهم مقررات الثانوي العام بالإضافة إلى مقرر القرآن

وحفظه، ومن هنا يشيع الجدل: هل القرآن والمقررات الدينية الإضافية في مدارس تحفيظ القرآن عبء على الطلاب؟ أم يكون حفظ القرآن واقياً لهم من التأثيرات السلبية؟ مما ساعد في وجود الطمأنينة الانفعالية سلاحاً لهم في تلك الفترة الحرجة من حياتهم، ومنهم من اتخذ التفاؤل سلاحاً له في التطور الأكاديمي المستمر، فكان واقياً أيضاً لهم من تأثير تلك الضغوط السلبية.

ويقول الحق - سبحانه وتعالى - في سورة الرعد آية "٢٨": "قَالَ تَقَالَى الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾" الرعد: ٢٨

فالنفس تضطرب إذا هي دانت الشر وقاربتة، وتهدأ وتستقر إذا لازمت

الإيمان (نظمي، ٢٠٠٦)

وفي الحديث الشريف يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا عدوى ولا طيرة، ويعجبني الفأل الصالح: الكلمة الطيبة" متفق عليه.

ومن خلال الاستنباط من نصوص القرآن الكريم أثبت (العفيصان، ٢٠١٨، ٤٩) أن القرآن الكريم مفتاح لكل خير وسعادة في الدنيا والآخرة، وهو أعظم مصدر للتفاؤل وانسراح الصدر وطمأنينته، ومن أقبل عليه تلاوة وتدبراً وعملاً مخلصاً لله نال تلکم البركات.

ومن هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية بالتعرف على الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن بمدينة الرياض، وإسهام كل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل في التنبؤ بالصمود النفسي لديهم. وتكمن مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب متقني حفظ القرآن والطلاب غير المتقنين لحفظ القرآن بالمرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن في الطمأنينة الانفعالية ؟

٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب متقني حفظ القرآن والطلاب غير المتقنين لحفظ القرآن بالمرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن في التفاؤل؟

٣. هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن على مقياس الطمأنينة الانفعالية ودرجاتهم على مقياس الصمود النفسي؟

٤. هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن على مقياس التفاؤل ودرجاتهم على مقياس الصمود النفسي؟

٥. هل يسهم كل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل في التنبؤ بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن ؟

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

١. الكشف عن الفروق بين الطلاب متقني حفظ القرآن والطلاب غير المتقنين لحفظ القرآن بالمرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن في الطمأنينة الانفعالية.

٢. الكشف عن الفروق بين الطلاب متقني حفظ القرآن والطلاب غير المتقنين لحفظ القرآن بالمرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن في التفاؤل.
٣. الكشف عن العلاقات الارتباطية بين كل من: (الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل) والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن.
٤. الكشف عن درجة إسهام كل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل في التنبؤ بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن.
٥. التوصل إلى مجموعة من التوصيات التربوية والبحثية في مجال الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل والصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن.

أهمية الدراسة:

١. تبتق أهمية الدراسة الحالية من أهمية المتغيرات التي تتناولها (الصمود النفسي، التفاؤل، والطمأنينة الانفعالية) تلك المتغيرات التي تمثل جوهر علم النفس الإيجابي، وتُعد قوى يحتاج إليها الطالب في الوقت الحاضر حتى يستطيع أن يعيش متمتعاً بصحة نفسية، ومُحققاً إمكانياته وذاته إلى أقصى درجة.
٢. ترجع أهمية الدراسة إلى الوصول لقيمة تعليم أبنائنا الطلاب للقرآن الكريم، وأنه خير معين لإضفاء الاطمئنان والتفاؤل الذي يساعدهم لزيادة الصمود النفسي لديهم.

٣. ترجع أهمية الدراسة الحالية لندرة دراسة أثر القرآن الكريم على مستمعيه وحفظته تجريبياً، مع وجود الكثير من الدراسات التي تثبت -من خلال الاستنباط من القرآن الكريم- أن القرآن يساعد على الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل.

٤. الإفادة بما تسفر عنه نتائج الدراسة الحالية في توجيه القائمين على العملية التعليمية في: بناء البرامج، ووضع الخطط، وتوجيه الجهود لمساعدة طلاب المرحلة الثانوية؛ مما يسهم في تنمية وتحقيق توافقهم الدراسي، وتحسين نظرهم إلى حياتهم، وتزيد من رغبتهم في استشراف مستقبل مزدهر لحياتهم؛ وذلك لتحقيق عائد جيد في العملية التربوية والتعليمية.

مصطلحات الدراسة:

: Emotional Reassurance الطمأنينة الانفعالية

تُعرف بأنها الحالة النفسية التي يدرك فيها الفرد قدرته على أخذ فرصة دون تهديد، وييدي الرأي، ويرتكب الأخطاء، ويقدم النقد دون الخوف من الإقصاء أو فقدان المكتسبات أو التعرض للضغوط (البدراي، ٢٠٠٤، ٤٣).

وتُعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الطمأنينة الانفعالية المطبق في الدراسة الحالية.

: Optimism التفاؤل

هو توقع الفرد للنواتج الإيجابية المرغوبة في المستقبل أكثر من توقع النواتج السيئة غير المرغوبة (الخيكاكي وسلومي، ٢٠١٤، ٦).

وهو ميل الفرد نحو التوقعات أو التوقع الموجب للمستقبل (Kes and Riziq, 2017:12).

ويُعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التفاؤل المطبق في الدراسة الحالية.

الصمود النفسي Psychological resilience:

يُعرف بأنه عملية التغلب على التأثيرات السلبية من التعرض للمخاطرة، والمواجهة بنجاح مع الخبرات الصادمة، وتجنب الآثار السلبية المرتبطة بالمخاطر (Mathur & Sharma, 2015:130).

ويُعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصمود النفسي المطبق في الدراسة الحالية.

حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة فيما يأتي:

الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٤١هـ.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة الحالية على طلاب الصف الثالث الثانوي الذكور بمدارس تحفيظ القرآن.

الحدود المكانية: اقتصرت الدراسة الحالية على خمسة مدارس ثانوية لتحفيظ القرآن تشمل مناطق الشمال والجنوب والشرق والغرب والوسط - بمدينة الرياض.

الحدود الموضوعية: تتناول الدراسة الحالية متغيري الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل كمنبئات بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن.

الإطار النظري :

يتضمن هذا الجزء الإطار النظريّ المتعلق بموضوع الدّراسة الحالية، والدّراسات السابقة ذات العلاقة، وذلك على النحو التالي:

الطمأنينة الانفعالية:

إن الإنسان منذ أن وجد على الأرض يبحث عن الأمن لنفسه، من خلال سعيه إلى: تحقيق الحاجة إلى الأمن، وتقدير الذات، والاحترام، والقبول، والتعاون، وغير ذلك؛ ومن ثم كان لابد من البحث والتعرف على الوسائل التي تعين الشخص ليشعر بالطمأنينة الانفعالية ومواجهة الصعوبات (الشافعي، ٢٠١٠، ٤٤٠).

وهناك مصطلحات متعددة لمصطلح الطمأنينة الانفعالية، فقد أطلق البعض عليها مفهوم الأمن النفسي أو الحرية النفسية، وسوف يتبنى الباحث مصطلح الطمأنينة الانفعالية في الدراسة الحالية.

ويُعرف (عودة، ٢٠٠٢، ١٠) الطمأنينة الانفعالية بأنها شعور نسبي بالراحة والسكينة، يختلف من شخص لآخر، ويشعر به الفرد إذا تحرر من التوتر والصراع والآلام النفسية، وكان خالياً من الانفعالات الحادة، واثقاً بنفسه، راضياً عنها، قادراً على إشباع حاجاته العضوية وغير العضوية، كالحاجة إلى التقدير الاجتماعي، والانتماء، وتقدير الذات، وتحقيق الذات،

متفائلاً في الحياة، محباً للخير، واثقاً بالله سبحانه وتعالى، ويحسن الظن به ويثق بالآخرين، ولديه شعور أنه محبوب منهم.

كما يُعرف "ماك كوي وآخرون (McCoy et al.)، 2009، (27) الطمأنينة الانفعالية بأنها قدرة الفرد على مواجهة صعوبات الحياة والأهداف الزائفة، وكذلك قدرة الفرد على التحكم في المواقف الحياتية.

وتُعرف الطمأنينة الانفعالية بأنها: شعور الطالب بالإيجابية تجاه ذاته وتجاه حياته اليومية، وهدفه منها، وتحقيقها، وتقبله لنتائجها، وكفاءته في إدارة البيئة (Rubin)، Weiss and Coll، 2013، (420).

وقد اتفق معهم (Khalili et al.)، 2014، (128) بأن الطمأنينة الانفعالية هي شعور الفرد وقدرته على الحصول على رغباته وتحقيق أهدافه.

ويشير (جبر، ٢٠١٥) إلى أن الطمأنينة الانفعالية هي شعور الفرد بالأمن النفسي، يميل إلى تعميم هذا الشعور على من حوله، ويرى في الناس الخير والحب فيتعاون معهم ويشعر بالارتياح لهم.

كما عرفتها (عبد الهادي، ٢٠١٨، ٤٥) بأنها: التحرر من الانفعالات الحادة، والثقة بالنفس، وإقامة العلاقة الطيبة مع الآخرين، والقدرة على إشباع الحاجات الاجتماعية.

ومن خلال العرض السابق نجد أن الطمأنينة الانفعالية مصطلح متعدد الجوانب، فهي تتضمن جوانب نفسية، وهي التي تتضمن مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية، وجوانب فلسفية، وهي التي تشتمل على فلسفة وتوجهات الفرد في حياته، وجوانب إنسانية حيث إنها تعتبر سمة إنسانية لها تأثيرها

الإيجابي في حياة الفرد، وجوانب اجتماعية، وهي التي تتمثل في العلاقة المتوازنة بين الفرد نفسه والمجتمع الذي يعيش فيه (Cummings et al.، 2006، 135).

ويختلف مستوى الشعور بالطمأنينة بحسب: فلسفة الفرد في الحياة، والدين الذي يتمسك به، وشخصية الفرد ككل متكامل؛ ومن هنا تنشأ الفروق، وتباين مشاعر الأفراد من حيث الطمأنينة بين الشرق والغرب، بين الإناث والذكور، بين المسلم وغير المسلم (عودة، ٢٠٠٢).

كما يتضح أن الشعور بالطمأنينة الانفعالية يُعد من أهم الركائز والمقومات الأساسية التي تركز عليها الصحة النفسية، كما أنه من السمات المميزة للسلوك الإنساني الذي لا ينفي شعور الفرد بالخوف والقلق، وإنما الطمأنينة تميل إلى الثبات النسبي حسب ظروف البيئة المحيطة بالفرد (صالح؛ وعلي، ٢٠١١، ٦٥٠).

ويرى (ماسلو) أن الطمأنينة شعور مركب يتضمن ثلاثة أبعاد، هي:

- شعور الفرد بتقبل الآخرين له وحبهم إياه.
- شعور الفرد بالانتماء وإحساسه بأن له مكانه في الجماعة.
- شعور الفرد بالسلامة والاطمئنان وندرة الشعور بالخطر والتهديد والقلق (إسماعيل، ١٩٩٨، ١١١).

وبالتالي فإن متغير الطمأنينة الانفعالية يُعد متغيراً مهماً للغاية؛ حيث إن تمتع الفرد بالطمأنينة يكشف عن شخصية سليمة تتسم بالاستقرار والأمن

والتفاعل مع الآخرين بسلام ومودة، وعليه فيجب أن تتوافر مقومات الطمأنينة الانفعالية لدى أفراد مجتمع ككل، ولطلبة الجامعة بصفة خاصة.

التفاؤل:

يواجه الإنسان عديدا من الميسرات أو العقبات خلال حياته، وقد تلعب العقبات التي تقابله دوراً في تثبيط دافعيته، وتقلل من نشاطه، وتغير من نظرتة الإيجابية للمستقبل إلى النظرة السلبية، وهو ما يعرف بالتشاؤم، أما الميسرات فقد تحفزه على العمل، وتجعله يتطلع نحو مستقبل مشرق، ويعد هذا التطلع الإيجابي للمستقبل هو المحفز والمنشِّط للإنسان لتحقيق أهدافه، وهو ما يعرف بالتفاؤل.

ويعرف كل من (Scheir & Carver)، (1985) التفاؤل بأنه النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير من الأشياء بدلاً من حدوث الشر والجانب السيئ.

أما (الأنصاري، ٢٠٠١، ٣) فيرى أن التفاؤل نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، ومنتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما عدا ذلك.

ويرى (Shorey)، (Yang، Snyder، Lewin، 2003، 686) أن التفاؤل هو الاعتقاد في المستقبل الإيجابي والذي يظهر في المستويات المنخفضة التي تقلل من الضغوط والمحن النفسية والاكنتاب والقلق، ومستويات مرتفعة من الهناء النفسي في شكل الرضا عن الحياة والوجدان الموجب العام.

والتفاؤل هو ميل وراثي لتوقع نواتج مستقبلية مرغوبة ومفضلة، ويرتبط بالتقييمات الإيجابية للظروف، واتخاذ الوقت للاندماج في إستراتيجيات المواجهة في التعامل مع الضغوط (Sabouripour and Roslan، 2015، ص161). ويرى (Mathur and Sharma، 2015، ص130) أن التفاؤل يُعد خاصية شخصية، وهو الذي يعمل على تقليل المحن والضغوط والشدائد. والتفاؤل هو عملية التفكير حول أهداف الفرد متماشياً مع الدافعية للتحرك تجاه الطاقة الموجهة نحو الهدف، والطرق لتحقيق هذه الأهداف التي تتمثل في مسارات التخطيط لتحقيق هذه الأهداف (Saricam، 2015، ص686).

ويعرف التفاؤل على أنه مفهوم أو مكون نفسي يركز على توقعات وآمال وطموح الفرد في المستقبل (Kes and Riziq، 2017، ص13). ويعرفه (حميدة؛ والخطيب، ٢٠١٩، ص٣٤٧) بأنه الاعتقاد الإيجابي في المستقبل، والذي يعكس توقع الفرد للنواتج المستقبلية الإيجابية، معتقداً في قدرته على اتخاذ وتنفيذ الأنشطة التي تضمن له تحقيق هذه الأهداف. ويعرف التفاؤل بأنه: اتجاه الفرد وتوقعه بأن كل الأمور سوف تسير على يرام رغم كل الضغوط والإحباطات، والنظر بصفة عامة إلى الجوانب الإيجابية في الحياة (عبدة، ٢٠١٩، ص٥).

العوامل المؤثرة في التفاؤل:

- الصحة النفسية : تعزز نتائج الفرد في النجاح والفشل من الفاعلية الذاتية التي تمكنه من السيطرة على مجريات حياته.

– العوامل الوراثية والبيئية: يؤدي العامل الوراثي دوراً هاماً في التفاؤل، كذلك البيئة المحيطة المستقرة من الناحية الاقتصادية والسياسية والأمنية تسهم في التأثير على التفاؤل (حسن، ٢٠١٥).

وأجمع علماء النفس على أن الفرد المتفائل يتصف بالآتي:

– الصفات الوجدانية : حيث يتميز بالاتزان الانفعالي، واعتدال المزاج، والتوقع الإيجابي.

– الصفات الجسدية : ويتسم بالاسترخاء النسبي، والاتزان في مشيته، والانبساطية الدائمة (حسن، ٢٠١٥).

– القدرة الذهنية : وهي قدرة الفرد على اكتساب الأنماط الذهنية الصحيحة والصائبة (نصرالله، ٢٠٠٨).

– الصفات اللفظية : إذ يتسم الفرد المتفائل بقدرته على تذكر الأحداث والوقائع، كما يتمتع بالطلاقة اللغوية.

– الصفات الاجتماعية : يتسم ببناء العلاقات الاجتماعية المبنية على تبادل الثقة (المشعان، ١٩٩٩).

وتعد دراسة التفاؤل ذات أهمية كبيرة في المجال النفسي، وجاء الاهتمام بهذا المفهوم نظراً لعلاقته الوطيدة بالصحة النفسية للفرد، ولدوره المهم في الارتقاء بحياة الإنسان، وسعادته والرضا عنه (Carver، Scheier، and Segerstrom، Hutz et al.، 2010؛ 2014) حيث أثبتت عديد من الدراسات والأبحاث أن للتفاؤل دوراً مهماً في صحة الفرد النفسية والجسمية كدراسة (Ruthig، Haynes، Stupinsky، Perry، and 2009) التي أوضحت أن

التفاؤل والدعم الاجتماعي يزيدان من الوقاية الإضافية للصحة النفسية للطلاب، وأن التفاؤل مفيد للصحة الجسمية والنفسية، وأن المتفائلين أكثر تكيفاً للأمور الحياتية ذات الأهمية من غيرهم.

ويرتبط التفاؤل بسلوكيات الطلاب للاستدكار والنجاح الأكاديمي، حيث أسفرت دراسة (شعبان، 2001) عن وجود ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الإنجاز الأكاديمي، والتفاؤل، والدافعية، والمواجهة الإقدامية، وارتباط سلبي بين الإنجاز الأكاديمي، والتشاؤم، والمواجهة الإحجامية.

ويشير كل من (Jackson et al.، 2000، 203- 204) إلى أن المتفائلين يظهرون تكيفاً أفضل، وضغوطاً أقل؛ لأنهم يرون الخبرات بمنظور أكثر إيجابية، ويمكن لتوقعات المتفائلين أن تنمي من المثابرة في مواجهة التحديات، وهم أكثر ثقة فيما يتعلق بالمستقبل، ويستفيدون بعدد من طرائق المواءمة النشطة عند مواجهة المصائب، وعلى النقيض فإن المتشائمين يكونون أكثر تشككاً فيما يتعلق بمستقبلهم، ويعتمدون على إستراتيجيات مرتبطة بالتجنب : كالأحجام المعرفي أو السلوكي، والإنكار، والهروب من خلال عدم الاندماج السلوكي، وسوء الاستخدام أو إدمان العقاقير.

ويرى (Puskar et al.، 2010) أن المتفائلين يميلون إلى الاستفادة من حياتهم إلى أبعد حد ممكن، من خلال اتجاهاتهم الإيجابية فيما يتعلق بمستقبلهم، والتكيف مع مشاكلهم بطرائق مختلفة، كحل المشكلة بشكل نشط أو إيجابي، واستخدامهم للاستراتيجيات الوجدانية البناءة، كاستخدامهم المرح.

- وأشار (بسيوني، ٢٠١٢) إلى وجود ثلاثة أنواع من التفاوض، هي:
- التفاوض الدفاعي : وهو الذي يستخدمه الفرد للتكيف مع المواقف والمشكلات التي يواجهها.
 - التفاوض الواقعي: ويشير إلى نظرة الفرد من خلال قراءته للواقع والقدرة على استشراق المستقبل.
 - التفاوض الفعال: ويشير إلى مستوى تفاعل الفرد مع الأحداث التي تواجهه، فالفرد المتفائل لديه الدافعية للتفكير بطرائق إيجابية في سلوكه، وشعوره بالسعادة عما تم إنجازه.

الصمود النفسي:

يُعد مفهوم الصمود النفسي مفهوماً حديثاً نسبياً، حظي باهتمام الباحثين كتطور لدراسات علم النفس في الجوانب الإيجابية، والتي تركز على دور عوامل الوقاية والحماية في إدارة المحن والأزمات، فقد احتل مركز الصدارة في مجال ما يسمى ببحوث المخاطرة، وتؤكد الشواهد على أنه دينامي وقابل للإثراء والإثراء.

فقد عرفه هاريس (Harris)،(2007) بأنه: الأساليب التي يتبعها الفرد للبقاء على قيد الحياة أثناء الأزمات، والاعتقاد في قدرته على التغلب على الشدائد.

وتُعرفه ماري (Green)،(2010) بأنه: القدرة على التعافي من الشعور السلبي، والقدرة على المرونة الإيجابية أمام تحديات الصدمة.

وقد عُرف الصمود على أنه قدرة الفرد على النهوض عندما يواجه بنواتج محبطة، وفشل (Luthans et al.، 2012، 255).

ويشير الصمود النفسي إلى ميل الفرد إلى مواجهة الضغوط والحن، وهذه المواجهة تظهر في رجوع الفرد إلى الحالة السابقة للفاعلية، واستخدام الخبرة للتعرض للمحن (Oluwle & Oyedun، 2014، 217).

ويشار إلى الصمود النفسي على أنه العملية التي تمكن الفرد من منع أو كف العوامل المسببة للضغوط في الحياة (Riahi et al.، 2015، 59).

ويرى (Kirmani et al.، 2015، 264) الصمود النفسي على أنه أحد العوامل الوقائية للصحة، وهو التكيف الإيجابي رغم وجود المحن.

وتُعرفه كل من (عبد الفتاح؛ وحليم، 2015: 98) بأنه: قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية، والرد عليها بشكل عقلائي.

وقد أدرك الصمود النفسي على أنه سمة من سمات الشخصية، ويستخدم ليشير إلى التكيف الناجح والمناسب والمتسق مع الظروف المتحدية (Roy، 2017، 127).

ويرى (Kes and Riziq، 2017، 13) أن الصمود النفسي هو قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والحن كحالة عادية دون أي مشاعر سلبية مدركة من الفرد.

ويشير (Shin and Kim، 2017، 71) إلى أن الصمود النفسي مفهوم مرتبط بعلم النفس ونظرية النمو الإنساني، ويُعرف على أنه عملية دينامية

تشمل التكيف الناجح الإيجابي مع السياق والظروف الصعبة والمحن، وهو عملية تفاعل معقدة بين البيئة والخصائص الشخصية.

وتُعرفه (الجلبة؛ ويوسف؛ وسليمان، ٢٠١٨، ٢١٨) بأنه: قدرة الفرد على مواجهة المحن والصدمات، والتغلب عليها بالتحدي، والمثابرة، وقوة التحمل، والصبر، والإيمان بالله، والصلابة النفسية، والمرونة الإيجابية، وطلب المساعدة والمساندة؛ وذلك للعودة للالتزان والتوافق الذي كان عليه قبل الصدمة، أي التعافي بالقدر الذي لا يترك بداخله مشاعر سلبية في حدوث خلل وعجز في بنيته النفسية.

ويعرفه (حميدة؛ والخطيب، ٢٠١٩، ٢٣٩) على أنه عملية دينامية تعكس قدرة الفرد على التعامل بطريقة ناجحة وفعالة ومتكيفة ومناسبة مع المواقف والمحن والأزمات الصعبة والمتحدية.

وللصمود النفسي مكونات أساسية، هي :

التعاطف : الذي يمثل قدرة الفرد على التفاعل مع مشاعر واتجاهات وأفكار الآخرين.

التواصل : حيث يتواصل الفرد مع تلك المشاعر ويحدد أهدافه ويحل ما يواجهه من مشكلات.

التقبل : تقبل الفرد لذاته، وتحديد جوانب قوته لاستخدامها الاستخدام

الأمثل (زهران و زهران، ٢٠١٣، ٣٤٦ - ٣٤٧)

واستخلص بولك (Polk) أربعة أنماط من الصمود :

- النمط التنظيمي : ويتضمن الجوانب الفردية التي ترتقي بتنظيم الصمود مثل: الإحساس بالسيطرة، وقيمة الذات، والصحة الجسمية.
- النمط الارتباطي: وهو المتعلق بأدوار الفرد في المجتمع وعلاقاته بالآخرين.
- النمط الموقفي : وهو قدرة الفرد على حل المشكلات، والقدرة على تقييم المواقف والاستجابات.
- النمط الفلسفي: ويتضمن معتقدات الفرد عن الحياة (عاشور، ٢٠١٧، ١٨)

وهناك عوامل تؤثر على الصمود، هي :

- ١- عوامل داخلية : وتتمثل في سمات الشخصية كالانبساط، والتوافق، والانفتاح على الخبرة، واليقظة، كما تتضمن تقدير الذات، والثقة بالنفس، وفاعلية الذات، والقدرة على حل المشكلات.
- ٢- عوامل خارجية: وتتمثل في الدعم الاجتماعي والأسري، من خلال تقديم البرامج والدورات التعليمية والتدريبية التي تساعد الفرد على تجاوز محنته (عبد الجواد وعبد الفتاح، ٢٠١٣، ٢٨٢).

الدراسات السابقة:

سوف يقوم الباحث بعرض الدراسات التي لها علاقة بالدراسة الحالية، ويلاحظ أن بعض هذه الدراسات اختلفت في أهدافها، وإجراءاتها المستخدمة، والنتائج التي توصلت إليها، ومنها ما هو ذو صلة مباشرة بموضوع الدراسة الحالية، وبعضها الآخر يتصل بها بشكل غير مباشر، عموماً فقد أثرت هذه الدراسات - في مجملها - في تكوين إطار نظري ومنهجي ساعد

الباحث على تكوين توجه محدد فيما يتعلق بمتغيرات الدراسة وطرائق المعالجة، وما توصلت إليه من نتائج، وما استخدمته من أدوات ومن ثم التعقيب عليها، وأخيراً صياغة الفروض.

فقد أجرى (عبد الله، ١٩٩٦) دراسة عن أثر سماع القرآن الكريم علي مستوى الأمن النفسي، وتكونت العينة من ١٣٠ طالبة موزعة على مجموعتين: الأولى تجريبية ٧٣ طالبة، والثانية ضابطة ٥٧ طالبة، استمرت المجموعة التجريبية في سماع القرآن على مدى ١٢ جلسة، وبعد انتهاء الجلسات تم قياس مستوى الأمن النفسي لدي المجموعتين، وتبين أثر القرآن الكريم على مستوى الأمن النفسي والطمأنينة.

وقام نيلسون (Nelson)، (2013) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي وكل من: الطمأنينة الانفعالية، وتقدير الذات لدى المراهقين والشباب، والتعرف على الفروق بين المراهقين (الذكور/ الإناث)، والشباب (الذكور/ الإناث) على مقياس الصمود النفسي، والطمأنينة الانفعالية، وتقدير الذات، وتكونت عينة الدراسة من المراهقين، وبلغ عددهم (٤٣٥) من المراهقين، وتراوح أعمارهم ما بين (١٤ - ١٧) سنة، بمتوسط عمر قدره (١٥،٧) سنة، بينما شملت عينة الشباب (١٧٥) من الشباب، وتراوح أعمارهم ما بين (١٩ - ٢٢) سنة، بمتوسط عمر قدره (٢١،١) سنة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الصمود النفسي، ومقياس الطمأنينة الانفعالية، ومقياس تقدير الذات، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية

موجبة بين الصمود النفسي وكل من: الطمأنينة الانفعالية، وتقدير الذات لدى عينة المراهقين والشباب، كما أشارت النتائج إلى فاعلية كل من: الطمأنينة الانفعالية، وتقدير الذات في التنبؤ بالصمود النفسي، كما بينت النتائج أن مرتفعي الطمأنينة الانفعالية أكثر صموداً نفسياً مقارنةً بمنخفضي الطمأنينة.

كما قدّم كولينز (Collins)، (2014) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والتفاؤل لدى عينة الدراسة، والتعرف على الفروق بين الذكور والإناث على مقياس الصمود النفسي والتفاؤل، وتكونت عينة الدراسة من (٣١٦) من المراهقين، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٤-١٨) سنة بولاية كاليفورنيا، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الصمود النفسي، ومقياس التفاؤل، وتم استخدام المنهج الوصفي (المقارن والارتباطي)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الصمود والتفاؤل لدى المراهقين، ووجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس الصمود النفسي في اتجاه الذكور، وتوصلت الدراسة إلى أن مرتفعي التفاؤل كانوا أكثر صموداً نفسياً مقارنةً بمنخفضي التفاؤل.

وعمل كل من بومان وكوهل (Baumann and Kuhl)، (2015) دراسة هدفت إلى تنمية الصمود النفسي لدى عينة قوامها (٦٥٤) من طلاب وطالبات كليات الطب في بجامعة تكساس، وذلك من خلال تنمية الأمل والتفاؤل، وكشفت النتائج إيجابية البرنامج الإنمائي لتنمية الأمل والتفاؤل والصمود لدى العينة التجريبية، كما كشفت الدراسة عن إمكانية التنبؤ

بالصمود النفسي من خلال متغيري الأمل والتفاؤل، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس الصمود النفسي، كما أشارت الدراسة إلى أن مرتفعي التفاؤل كانوا أكثر صموداً نفسياً مقارنة بمنخفضي التفاؤل.

وقدمت ودجر وكوستا (Widiger & Costa، 2016) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة سيدني بأستراليا، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٥) طالباً وطالبة من الفرقة الثانية بكليات الهندسة والعلوم، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة بين الصمود النفسي والمتغيرات النفسية (الطمأنينة الانفعالية، المساندة الاجتماعية، جودة الحياة الجامعية)، كما كشفت النتائج عن أنه يمكن التنبؤ بالصمود من خلال تلك المتغيرات، ولم تظهر الدراسة أية فروق في الصمود النفسي تبعاً لمتغير جنس الطالب.

وفي دراسة قام بها جريشام وآخرون (Grisham et al، 2017) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي وكل من: التفاؤل، وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلبة أربع مدارس ثانوية بولاية بنسلفانيا بالولايات المتحدة، بلغ عددهم (٤٧٥) طالبا وطالبة، حيث طبق عليهم مقياس الصمود النفسي، ومقياس تقدير الذات، ومقياس التفاؤل، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الصمود النفسي وكل من: التفاؤل، وتقدير الذات، وكشفت الدراسة أيضاً عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الصمود النفسي والمساندة

الاجتماعية من قبل الأهل والأصدقاء، وأشارت نتائج الدراسة -من خلال تحليل الانحدار المتعدد- إلى أن تقدير الذات له الصدارة في التنبؤ بالصمود النفسي، يليه التفاؤل في التنبؤ بالصمود النفسي لدى أفراد العينة، كما توصلت الدراسة إلى أن مرتفعي التفاؤل كانوا أكثر صموداً نفسياً مقارنة بمنخفضي التفاؤل.

كما تناولت دراسة لتايا وآخرين (Taya et al.)، (2017) العلاقة بين الصمود النفسي والطمأنينة الانفعالية لدى عينة من الإناث الخريجات من الجامعة، تتراوح أعمارهن من (٣٠ - ٣٢) عاماً، اعتمدت الدراسة على البيانات من سجلات الجامعة إلى جانب مقياس الصمود النفسي والطمأنينة الانفعالية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أهمية الطمأنينة الانفعالية في التنبؤ بالصمود النفسي، كما أن مرتفعي الطمأنينة الانفعالية كانوا أكثر صموداً نفسياً مقارنة بمنخفضي الطمأنينة.

حيث قدم ماثيوس وجرين (Mathews and Green)، (2018) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الطمأنينة والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة بولاية جورجينا، والفرق في درجة الطمأنينة الانفعالية والصمود النفسي تبعاً للمتغيرات (الجنس، التخصص، المستوى الدراسي)، وقد أسفرت النتائج عن أن طلبة الجامعة بولاية جورجينا لديهم درجة مرتفعة الطمأنينة الانفعالية والصمود النفسي، كما وجدت علاقة طردية بين الطمأنينة والصمود النفسي لديهم، وأن مرتفعي الطمأنينة الانفعالية أكثر صموداً نفسياً

مقارنة بمنخفضي الطمأنينة، كما أشارت النتائج إلى فاعلية الطمأنينة الانفعالية في التنبؤ بالصمود النفسي.

كما أجرى كل من (حميدة؛ والخطيب، ٢٠١٩) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة السببية بين بعض متغيرات الشخصية (التفاؤل، والرجاء، وفاعلية الذات الأكاديمية) (كمتغيرات مستقلة)، والصمود الأكاديمي (كمتغير وسيط) ودافعية المثابرة (كمتغير تابع)، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٨) طالباً من كلية التربية بجامعة عين شمس (٢١ ذكراً، ١٢٧ أنثى) من تخصصي (علم النفس، واللغة العربية)، وطبق عليهم الباحثان مقياس الصمود الأكاديمي، ومقياس التفاؤل، ومقياس فاعلية الذات الأكاديمية، ومقياس الرجاء الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج، أهمها: وجود تأثير موجب دال إحصائياً للتفاؤل في دافعية المثابرة.

وقد قام كل من ماك-كيننا وآخرين (McKenna)، et al. (2019) في دراستهم بتطبيق مقياس: رينولدس لاكتئاب المراهقين RADS، وأربعة مقياس فرعية من مقياس استجابات التوافق للشباب على عينة قوامها (٢٥٠) من المراهقين ممن تتراوح أعمارهم بين ١٤ - ١٨ عاماً، وأسفرت النتائج عن أنه يمكن التنبؤ بمستوى الصمود النفسي لدى المراهقين عن طريق التفاؤل، والمساندة الأسرية المدركة، والنوع (حيث كان الذكور أكثر صموداً من الإناث) وأن كلاً من التفاؤل والمساندة المدركة من قبل الأصدقاء بإمكانهما تغيير مستوى الصمود النفسي، وتؤكد النتائج أن التفاؤل كان

العامل الأقوى تأثيراً في الصمود، كما أشارت الدراسة إلى أن مرتفعي التفاؤل كانوا أكثر صموداً نفسياً مقارنةً بمنخفضي التفاؤل.

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي، وتحديدًا الأسلوب الارتباطي التنبئي، والذي يعنى بدراسة وتحليل الارتباط بين المتغيرات، أي العلاقة القائمة بينها، ويصفها وصفاً كمياً باستخدام مقاييس كمية، وهذا ما تهدف إليه الدراسة الحالية.

مجتمع الدراسة وعينتها:

يمثل مجتمع الدراسة جميع طلاب الصف الثالث الثانوي بمدارس تحفيظ القرآن الكريم، بخمس مدارس من المدارس الحكومية في المرحلة الثانوية، بشمال وجنوب وغرب وشرق ووسط مدينة الرياض، من إجمالي عدد كلي بلغ (١٠٥٧) طالبا للعام الدراسي ١٤٤١هـ، أما عينة الدراسة فقام الباحث بتقسيمها إلى:

- **عينة استطلاعية:** الهدف منها التحقق من الكفاءة السيكو مترية لمقاييس الدراسة الحالية، وتضمنت (٦٠) طالبا من طلاب الصف الثالث الثانوي بمدارس تحفيظ القرآن، تتوفر فيهم نفس مواصفات العينة الفعلية، والوقوف على بعض الصعوبات التي يمكن أن تظهر عند التطبيق النهائي للتغلب عليها.

- **عينة التطبيق الفعلية:** أخذت العينة بطريقة عشوائية، من المجتمع الأصلي للدراسة، حيث تألفت العينة الإجمالية من (٢٦٥) طالبا من طلاب الصف الثالث الثانوي بمدارس تحفيظ القرآن، وُرُوعي عند اختيار هذه العينة تجنب اختيار الطلاب الذين تم اختيارهم في العينة الاستطلاعية للدراسة.

أدوات الدراسة:

مقياس الطمأنينة الانفعالية: (شقير، ٢٠١٤).

هدف المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى تشخيص الطمأنينة الانفعالية لدى العديد من الفئات المتنوعة، سواء في مجال الصحة أو البحوث النفسية والاجتماعية، وذلك في جميع المراحل العمرية للفرد، ابتداء من مرحلة الطفولة المتأخرة وحتى الشيخوخة.

ويتكون المقياس من (٥٤) عبارة تندرج تحت أربعة أبعاد على النحو

الآتي:

البعد الأول: الطمأنينة الانفعالية المرتبطة بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل،

ويتضمن (١٤) عبارة.

البعد الثاني: الطمأنينة الانفعالية المرتبطة بالحياة العامة والعملية للفرد،

ويتضمن (١٨) عبارة.

البُعد الثالث: الطمأنينة الانفعالية المرتبطة بالحالة المزاجية للفرد، ويتضمن (١٠) عبارات.

البُعد الرابع: الطمأنينة الانفعالية المرتبطة بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي، ويتضمن (١٢) عبارة.

ويقوم المفحوص بالإجابة عنها، وذلك على مقياس يتدرج من موافق بشدة (كثير جداً)، موافق (كثير)، وغير موافق (أحياناً)، وغير موافق بشدة (لا)، وموضوع أهم هذه التقديرات أربع درجات، هي (٠، ١، ٢، ٣)، ولقد بلغ معامل الصدق في هذا المقياس (٠،٨٠)، ومعامل الثبات (٠،٧٤٤)، وهما معاملان صدق وثبات مرتفعان.

أما في الدراسة الحالية، وللتحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس الطمأنينة الانفعالية، فقد قام الباحث بتطبيقه على عينة استطلاعية، قوامها (٦٠) طالباً من طلاب الصف الثالث الثانوي بمدارس تحفيظ القرآن بمدينة الرياض، وفيما يلي عرض للطرق التي اعتمدها الباحث للتأكد من صدق وثبات المقياس.

أولاً: صدق المقياس:

حيث تم استخراج أنواع الصدق الآتية:

الصدق البنائي: تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية المكونة من (٦٠) طالباً، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على العبارة والدرجة على البُعد الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين درجة العبارة والمجموع الكلي للمقياس (العام) من ناحية، ومعامل الارتباط بين درجة البُعد

والمجموع الكلي للمقياس، وجود ارتباط ذي دلالة إحصائية بين العبارة والمجموع الكلي للمقياس، حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين (٠,٧٥ - ٠,٩٠) مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠٥.

كذلك وجود ارتباط ذي دلالة بين مجموع المحور وبين المجموع الكلي لمقياس الطمأنينة الانفعالية، حيث تراوحت قيمة (R) المحسوبة ما بين (٠,٧٨ - ٠,٩٠)، وذلك عند مستوى دلالة ٠,٠٥.

ثانياً: ثبات المقياس:

قام الباحث بالتحقق من ثبات أداة الدراسة باستخدام طريقتين، طريقة ألفا-كرونباخ، وكذلك طريقة جتمان للتجزئة النصفية، وذلك على العينة الاستطلاعية (ن = ٦٠) من غير عينة الدراسة الأساسية، وقد بلغت القيم التي تم التوصل إليها وفق تطبيق المعادلتين على بيانات العينة الاستطلاعية للمقياس القيم (٠,٨١)، (٠,٨٣) على التوالي، وهي قيم مرتفعة، وتحقق الثبات للمقياس، وبالتالي فهي تصلح لتحقيق أغراض الدراسة الحالية، باستخدام المقياس.

مقياس التفاؤل إعداد (عبد الخالق، ٢٠٠٥):

تم الاعتماد على فرع من فرعي المقياس العربي للتفاؤل والتشاؤم (عبد الخالق، ٢٠٠٥)، وهو مقياس التفاؤل، ويتكوّن من (١٥) عبارة تعكس التفاؤل لدى الفرد، ووضعت في صيغة عبارات يُجاب عنها على أساس مقياس " ليكرت" الخماسي هي: (عالية جداً ٥ درجات، عالية ٤ درجات،

متوسطة، ٣ درجات، منخفضة درجتان، منخفضة جداً درجة واحدة)، وتتراوح الدرجة في هذا المقياس بين (١٥ و ٧٥)، وتُشير الدرجة العليا إلى ارتفاع مستوى التفاؤل، وقام مُعد المقياس بتقنيه على عينة مكونة من (٢٧٧) طالباً وطالبة من جامعة الكويت، ووصل الصدق التلازمي للمقياس مع اختبار التوجه إلى الحياة (٠،٧٣)، ووصل معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرو نباخ إلى (٠،٩٣).

أما في الدراسة الحالية للتأكد من مدى ملاءمة المقياس، فقد قام الباحث بتطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية، ولبالغ قوامها (٦٠) طالباً، وللتأكد من صدق وثبات المقياس على عينة الدراسة الحالية قام الباحث بما يأتي:

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

الصدق البنائي: لأجل استخراج صدق البناء للمقياس الحالي تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، حيث تم حساب معامل الارتباط بين متوسط أداء أفراد العينة على كل عبارة من العبارات، ومع متوسط الأداء الكلي على المقياس، كانت جميع العبارات عالية ودالة عند مستوى دلالة (٠،٠٥)، حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين (٠،٤٥ - ٠،٨٨)، مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك عند مستوى دلالة (٠،٠١).

ثانياً: ثبات المقياس:

قام الباحث بالتحقق من ثبات أداة الدراسة باستخدام طريقتين، طريقة ألفا-كرو نباخ، وكذلك طريقة جتمان للتجزئة النصفية، وقد بلغت القيم التي تم التوصل إليها وفق تطبيق المعادلتين على بيانات العينة الاستطلاعية للمقياس القيم (٠,٨٨)، (٠,٨٥) على التوالي، وهي قيم مرتفعة، وتحقق الثبات للمقياس، وبالتالي فهي تصلح لتحقيق أغراض الدراسة الحالية، باستخدام المقياس.

مقياس الصمود النفسي:

أعدّه (Hjmedal)، et al. (2006) لقياس الصمود النفسي لدى المراهقين والبالغين، حيث يقيس (٥) أبعاد هي: (الكفاءة الشخصية- الكفاءة الاجتماعية- الدعم الاجتماعي- التماسك الأسري- البنية الشخصية) ليشمل (٣٧) عبارة، تقيس العوامل الوقائية المهمة كمؤشر هام للصحة الجيدة. 0000

أبعاد المقياس:

التماسك الأسري: يقيس المستوى الذي تتم فيه مشاركة القيم، والدعم الاجتماعي، كما يقيس قدرة الأسرة على الحفاظ على منظور إيجابي، ويشمل الأبعاد (١-٦).

الكفاءة الاجتماعية: حيث تشير إلى الانبساط، والمهارات الاجتماعية، وروح الدعابة، والقدرة على بدء المحادثات، والمرونة في البيئات الاجتماعية، ويشمل الأبعاد (٧-١١).

الكفاءة الشخصية: حيث تقيس المستويات الفردية لتقدير الذات، والفعالية الذاتية، وقبول الذات، والأمل، والتصميم، والتوجه الواقعي للحياة، والقدرة على اتباع الروتين اليومي كما هو مخطط له. (١٢ - ١٥).

الموارد الاجتماعية: يقيس تقييم الإدراك بشأن الوصول إلى الدعم الخارجي وتوافره مثل: وجود الأصدقاء والأقارب، ويشمل الأبعاد (١٦ - ١٩).

النمط المنظم: يقيس مستوى التفضيل الذي يخطط فيه الفرد لحاجاته اليومية، ويشمل الأبعاد (٢٠ - ٢٢) (Romero et al., 2014: 25).

وقد قام الباحث في الدراسة الحالية بتعريب وتقنين المقياس ليلائم البيئة العربية والثقافية السعودية؛ رغبةً في الإسهام في إثراء مكتبة القياس النفسي بمقاييس جديدة للصمود النفسي، وعرض هذه الترجمة على ثلاثة من المحكمين في اللغة الإنجليزية لإبداء آرائهم بصدق وصحة ودقة الترجمة، ومطابقة المعنى للأصل الأجنبي. وتم اختيار هذا المقياس تحديداً لاعتبارات عدة، منها: أنه يلائم عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية، كما أنه أُجريت عليه عدة دراسات للتحقق من صدقه وثباته.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

الصدق البنائي: تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية المكونة من (٦٠) طالباً، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم العبارات بين (٠,٤٦ - ٠,٧١) عند مستوى دلالة (٠,٠١)، كما تم التأكد بحساب معاملات الارتباط بين درجة

كل عبارة ودرجة المحور الذي تنتمي إليه العبارة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وتراوحت القيم بين (٠,٦٣ - ٠,٦٣) مما يدل على قوة العلاقة بين درجة العبارة ودرجة المحور الذي تنتمي إليه العبارة.

ثانياً: ثبات المقياس:

ولأجل استخراج الثبات قام الباحث بالتحقق من ثبات أداة الدراسة باستخدام طريقتين، طريقة ألفا-كرو نباخ، وكذلك طريقة جتمان للتجزئة النصفية، وذلك على العينة الاستطلاعية (ن = ٦٠) - من غير عينة الدراسة الأساسية-، وقد بلغت القيم التي تم التوصل إليها وفق تطبيق المعادلتين على بيانات العينة الاستطلاعية للمقياس القيم (٠,٨١)، (٠,٨٣) على التوالي، وهي قيم مرتفعة، وتحقق الثبات للمقياس، وبالتالي فهي تصلح لتحقيق أغراض الدراسة الحالية، باستخدام المقياس.

كما سبق يتضح أن مقياس الصمود النفسي يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات تبرر استخدامه في الدراسة الحالية.

عرض وتفسير النتائج:

عرض وتفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب متقني حفظ القرآن والطلاب غير المتقنين لحفظ القرآن بالمرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن في الطمأنينة الانفعالية؟".

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الدرجات العليا والدرجات الدنيا للطلاب في (حفظ القرآن الكريم

من الصف الثالث الثانوي) في الشعور بالطمأنينة الانفعالية، وجاءت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (١): قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المتقنين وغير المتقنين لحفظ

القرآن في الطمأنينة الانفعالية

الدلالة	قيمة (ت)	غير متقني الحفظ ن=٦٨		متقنو الحفظ ن=٦٥		مستويات إتقان حفظ القرآن
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٥,٥٨	١٤٠٦٨	٨٧,٥٦	١٤,٤٢	١٠٢,١٣	الطمأنينة الانفعالية

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب المتقنين وغير المتقنين لحفظ القرآن في الشعور بالطمأنينة الانفعالية، والفروق في اتجاه إتقان حفظ القرآن، حيث بلغت قيمة (ت) (٥,٥٨)، ودالة عند مستوى (٠,٠٠١)، أي أن متقني حفظ القرآن أكثر طمأنينة مقارنة بغير المتقنين، وأكدت على ذلك دراسة (عبد الله، ١٩٩٦) التي أثبتت أن حفظ القرآن يساعد على الطمأنينة، ودراسة (المغامسي، ١٤٢٨هـ) التي أثبتت -من خلال نصوص من القرآن الكريم والسنة النبوية- التأثير الإيجابي في النفس الإنسانية والطمأنينة، عند حفظه أو تلاوته أو سماعه.

أي أنه كلما ارتفعت درجة الإتقان والحفظ لدى الطالب ارتفعت الطمأنينة، ومعنى ذلك أن الطالب المتقن لحفظ القرآن أكثر طمأنينة، وقادر على مواجهة المشكلات اليومية والحياتية باتزان انفعالي أكثر من غير المتقنين لحفظ القرآن الكريم.

عرض وتفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب متقني حفظ القرآن والطلاب غير المتقنين لحفظ القرآن بالمرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن في التفاؤل؟".

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الدرجات العليا والدرجات الدنيا للطلاب في (حفظ القرآن الكريم من الصف الثالث الثانوي) في الشعور بالتفاؤل، وجاءت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (٢): قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات متقني حفظ القرآن الكريم

وغير متقني حفظ القرآن الكريم في التفاؤل

الدلالة	قيمة (ت)	غير متقني الحفظ ٦٨ = ن		متقنو الحفظ ٧٢ = ن		مستويات حفظ القرآن الكريم
		ع	م	ع	م	
٠،٠٠١	٦،٦٠	١٣،٩٥	٨٥،٠١	١٦،٢٦	١٠،١٣٦	التفاؤل

يتضح من جدول (٢) وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب متقني الحفظ والطلاب غير متقني الحفظ في الشعور بالتفاؤل، والفروق في اتجاه متقني الحفظ، حيث بلغت قيمة (ت) (٦،٦٠) ودالة عند مستوى (٠،٠٠١)، أي أن متقني الحفظ أكثر تفاؤلاً مقارنة بغير المتقنين، وفيما يتعلق بمدى اتساق نتائج هذا الفرض مع ما انتهت إليه الدراسات والبحوث السابقة، فقد وُجد قدر من الاتساق والاتفاق مع نتائج دراسة (العفيصان، ٢٠١٨) التي أثبتت -من خلال مفسري القرآن والاستنباط- أن القرآن هو الكتاب الأول الداعي للتفاؤل، ودراسة (حرب، ٢٠٠١) التي

أثبتت -من خلال المقاييس ودراسة شخصية الدعاة- أن الذين يبلغون ٣٠ سنة فما فوق يتفوقون في الاتزان الانفعالي، التفاؤل، الثقة بالنفس على الأصغر سناً؛ مما يؤكد نتائج التساؤل الثاني بوجود فروق دالة إحصائياً بين الطلاب متقني حفظ القرآن الكريم والطلاب غير المتقنين في الشعور بالتفاؤل، وجاءت الفروق لصالح الطلاب متقني الحفظ.

عرض وتفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

"هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن على مقياس الطمأنينة الانفعالية ودرجاتهم على مقياس الصمود النفسي؟".

للإجابة عن هذا التساؤل تم حساب قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجات عينة الدراسة الكلية على مقياسي: الطمأنينة الانفعالية، والصمود النفسي، وجاءت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (٣): معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في الصمود النفسي

و درجاتهم في الطمأنينة الانفعالية (ن = ٢٦٥)

الصمود النفسي		المتغيرات
دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١	**٠,٩٧١	الطمأنينة الانفعالية

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب الصف الثالث الثانوي على مقياس الصمود النفسي، ومتوسط درجاتهم على مقياس الطمأنينة الانفعالية، حيث كانت

قيمة معامل الارتباط (0,971)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01).

أي أنه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الصمود النفسي، ومتوسط درجاتهم على مقياس الطمأنينة الانفعالية، وهذه النتيجة تعني أن الأفراد الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الطمأنينة الانفعالية يسجلون مستويات عالية على مقياس الصمود النفسي.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية والصمود النفسي (Mathews and Green، Widiger and Costa (2018; Nelson، 2016؛ (2013) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والطمأنينة الانفعالية. وجاءت هذه النتيجة منطقية، ويرى الباحث أنه يمكن تفسير النتيجة على ضوء أن طبيعة حفظ القرآن الكريم تعمل على تحسين المزاج، وتعديل الحالة النفسية والاجتماعية، فحفظ القرآن الكريم له علاقة وثيقة بتحسين الصحة النفسية، وظهور المشاعر الإيجابية، وفي ضوء ذلك يتم أولاً: تعزيز إيمان الطالب من حفظه القرآن الكريم بقدراته لإنجاز الخطوات الإيجابية، وثانياً: تخفيف الإرهاق العقلي، والضغط النفسي الذي ينتج أساساً عند عدم قدرة الطالب على تثبيت ما قد حفظه من أجزاء القرآن الكريم، أو متابعة دراسة علوم القرآن والعلوم الشرعية بالمدرسة، وبالتالي يرى الباحث أن الطمأنينة الانفعالية والصمود النفسي يؤثر كل منهما في الآخر.

عرض وتفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

" هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن على مقياس التفاؤل ودرجاتهم على مقياس الصمود النفسي؟ "

وللإجابة عن هذا التساؤل تم حساب قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجات عينة الدراسة الكلية على مقياسي: التفاؤل والصمود النفسي، وجاءت النتيجة كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (٤) : معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في الصمود النفسي ودرجاتهم في التفاؤل

الصمود النفسي		المتغيرات
دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١	**٠,٩٩٧	التفاؤل

يتضح من جدول (٤) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلاب الصف الثالث الثانوي على مقياس الصمود النفسي، ومتوسط درجاتهم على مقياس التفاؤل، حيث كانت قيمة معامل الارتباط (٠,٩٩٧)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).

وتتسق هذه النتيجة وما أورده كل من (Grisham et al, 2017; Collins, Baumann and Kuhl, 2015; 2014)، حيث أشارت إلى التفاؤل باعتباره أحد المكونات الجوهرية للصمود النفسي، كما أنها أشارت إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب عينة الدراسة على مقياس الصمود النفسي، ومتوسط درجاتهم على مقياس التفاؤل،

فالارتفاع في مستوى الصمود النفسي يقابله ارتفاع في مستوى التفاؤل لدى الطلاب أفراد عينة الدراسة، وفي هذا يذكر

"لاند مان" (Lund Man)، (2007) أن التفاؤل والصمود النفسي يؤثر كل منهما في الآخر، فالأفراد الصامدون يُوصفون بأنهم يمتلكون العديد من الصفات والموارد الشخصية؛ حيث يمتلكون تقدير الذات، الثقة بالنفس، ضبط الذات، التفاؤل في مواجهة المحن والصعاب، الأمل.

ويشير (جعفر، ٢٠٠٦) إلى أن التفاؤل له تأثير كبير ودور مهم في الطريقة التي يتكيف بها الأفراد مع المواقف اليومية الضاغطة؛ حيث يواصل المتفائلون الكفاح والعمل الجاد والتكيف الفعّال مع المشكلات التي تواجههم، كما أنهم ينخرطون في سلوكيات صحية أكثر.

ولتوضيح علاقة التفاؤل بالصمود يشير "سيمنز" (Siemens)، (2008) إلى أن التفاؤل يرتبط بالصمود طويل المدى؛ فإذا استجاب الشخص بتفاؤل فإنه بذلك يكون قد أعد نفسه جيداً للتعامل بفاعلية مع المحن التي قد تؤثر في حياته.

وبناء عليه يمكن القول: إنه كلما ارتفعت درجات أفراد العينة على مقياس التفاؤل ارتفعت درجاتهم على مقياس الصمود النفسي.

عرض وتفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

"هل يسهم كل من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل في التنبؤ بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن؟".

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد التدريجي بطريقة إضافة وحذف المتغيرات تدريجياً (Stepwise Regression Analysis Multiple)

وقد أسفرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للتعرف على المتغيرات التي تتنبأ بدرجة الصمود النفسي عن التالي:

جدول (٥) : نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للتعرف على المتغيرات التي تسهم في التنبؤ بدرجة الصمود النفسي حيث (ن = ٢٦٥)

معامل التحديد (مربع الانحدار) (R^2)	الدلالة الإحصائية	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
٠,٤٤٥	٠,٠١	٤١,٥٥٣	٢٨٤٨١,٧٥٣	١	٢٨٤٨١,٧٥٣	الانحدار
			٦٨,٥٥٧	٢٦٤	٧٥٤١,٣٠٩	الوفاي
				٢٦٥	١٠٣٩,٠٠٦٣	الكلية

يتضح من جدول (٥) أن قيمة (ف) دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وأن قيمة معامل التحديد (٠,٤٤٥) أي أن المتغيرات المستقلة (الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل) أسهمت بنسبة (٤٤,٥٪) من تباين قيمة المتغير التابع (الصمود النفسي)؛ مما يشير إلى وجود تأثير ذي دلالة إحصائية لكل من الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل في التنبؤ بالدرجة الكلية للصمود النفسي، ولتحديد الآثار النسبية للمتغيرات المستقلة في قدرتها على التنبؤ بالصمود النفسي؛ قام الباحث بحساب قيمة (بيتا) لاختبار مدى الدلالة الإحصائية لمعاملات الانحدار، والحصول على معادلة الانحدار التي يمكن من خلالها التنبؤ بدرجة التوكيدية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٦) : نتائج تحليل الانحدار المتعدد الخاص بمربع معامل الارتباط الدال على العلاقة بين المتغيرات المستقلة والصمود النفسي

الدلالة الإحصائية	قيمة "ت"	معامل بيتا	الخطأ المعياري	معامل الانحدار غير المعياري	مصدر الانحدار
٠,٠٠٠	**٩,٩٣٩	٠,٦٥٤	٢,٧٥٧	٧١,٥٠٣	ثابت الانحدار
٠,٠٠٠	**٨,٧٥٨	٠,٥٧٤	٠,٠٩٥	٠,٧٨٨	التفاؤل
٠,٠٠٠	**٨,٠٥٢	٠,٤٥٦	٠,١٠٥	٠,٨٣٥	الطمأنينة الانفعالية

** دال عند مستوى ٠,٠١

ويتضح من الجدول أنه يوجد تأثير موجب دال عند مستوى (٠,٠١) لكل من الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل، أي أنه كلما ارتفعت درجة الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل ارتفعت طبقاً لها درجة الصمود النفسي لدى الفرد والعكس، وهذا يدل على أنه يمكن لدرجات (الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل) التنبؤ بمستوى الصمود النفسي، وتكون طبيعة معادلة الانحدار الدالة على التنبؤ كما يلي:

المتغير التابع = قيمة الثابت + معامل الانحدار × المتغير المستقل.

صمود نفسي مرتفع = (ثابت الانحدار) ٧٢ + ٥٧٤،٠ التفاؤل + ٤٥٦،٠ الطمأنينة الانفعالية

فمن كانت لديه درجة مرتفعة من التفاؤل، ومستوى مرتفع من الطمأنينة الانفعالية، أي كلما ارتفعت هذه المهارات وسادت لدى الفرد نستطيع أن نتنبأ بأن لديه درجة مرتفعة من الصمود النفسي.

وهذا تأكيد مرة أخرى على مدى الارتباط بين كل من الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل من جهة، والصمود النفسي من جهة أخرى كما أشارت

إليه نتائج التساؤلات الأربعة الأولى من الدراسة، كما يُعدان منبعين قويين لمستوى الصمود النفسي، فالتفاؤل والطمأنينة الانفعالية يُعدان عاملين من العوامل المعرفية المهمة في زيادة قدرة الأفراد على مواجهة الضغوط، فالصمود انعكاس للتفاؤل والطمأنينة في مواجهة التحديات، وبالتالي يرى الباحث أن قدرة الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل كمحددتين للصمود النفسي تأتي متسقة مع نتائج الدراسات، كدراسة McKenna (2019; Mathews and ، et al.، 2017; Widiger and ، et al.، 2017; Taya، 2018; Grisham et al.، Green ، 2015; Sabouripour and Roslan، 2016; Baumann and Kuhl، Costa Nelson، 2015; Nelson، 2013)، التي أجمعت على أن كلاً من الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل يُعدان منبعين قويين للصمود الأكاديمي، وأنه يمكن التنبؤ بمستوى الصمود عن طريق التفاؤل، وأن التفاؤل والطمأنينة بإمكانهما تغيير مستوى الصمود النفسي. يُضاف إلى ما سبق أن عدداً من الدراسات توصلت إلى أن الصمود يمكن بناؤه وتدعيمه عن طريق التفاؤل، وأن التفاؤل يرتبط بالصمود النفسي ويسهم في نموه، كما توصل البعض الآخر إلى أن الطمأنينة الانفعالية والصمود مفاتيح تُسهم في نمو الصمود، وأن الأشخاص الأكثر تفاؤلاً أكثر قابلية لأن يصمدوا للصعاب والمحن، كما ذكرت أن هناك مجموعة من العوامل الوقائية التي تعمل على تدعيم الصمود، وقد حدد التفاؤل عاملاً بينها. وأن الفرد الذي يتمتع بالطمأنينة الانفعالية والتفاؤل أقل تعرضاً للإصابة بالأمراض النفسية والجسدية نتيجة للأحداث الضاغطة، كما توصلت الدراسة إلى أن الصمود يُعد بعداً مهماً من أبعاد القدرة على التكيف النفسي، وأنه يساعد

الأفراد على مواجهة الأوضاع الصعبة، وفي الوقت نفسه تصونهم من الأمراض النفسية.

خاتمة الدراسة :

إن كل ما سبق يفسر بعمق ما آلت إليه هذه الدراسة من نتائج تؤكد أن هناك علاقة قوية بين الصمود النفسي وكل من الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل، وبمعنى آخر كلما كانت المتغيرات المستقلة إيجابية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن، زادت معها درجة التنبؤ بالصمود النفسي، ومن إجمالي نتائج السؤال الخامس يتضح أنه قد تحقق، حيث أشارت نتائج السؤال الخامس أنه يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من المتغيرات المستقلة لدى طلاب الصف الثالث الثانوي بمدارس تحفيظ القرآن.

توصيات الدراسة:

أوضحت الدراسة الأثر الإيجابي لكل من الطمأنينة الانفعالية، والتفاؤل - كمتغيرات إيجابية - على الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن الكريم، وهذا يدعو إلى:

- ضرورة توفير البيئة المدرسية الملائمة القادرة على إتاحة أحسن الفرص للنمو المتكامل للطلاب، والوصول بقدراتهم إلى أقصى حد، وتوجيههم إلى ما يكفل لهم استثمار كل طاقاتهم، وتوفير الجو المعرفي والعلمي الملائم لتنمية الصمود النفسي والتفاؤل، ورفع مستوى الطمأنينة الانفعالية لديهم.

- الاهتمام بأساليب التربية الإيجابية التي تنمي الصمود النفسي والتفاؤل، وترفع مستوى الطمأنينة الانفعالية.
- تقديم البرامج الإرشادية لآباء وأمهات الطلاب لتبصيرهم بأفضل الأساليب للتعامل مع أبنائهم؛ من أجل تخفيف الشعور بالضغط لديهم، ومساعدتهم على تحقيق التوافق، وإعطائهم نظرة تفاؤلية للحياة.
- ضرورة تدريب المعلمين على تطبيق آليات علم النفس الإيجابي مع الطلاب بمدارس تحفيظ القرآن الكريم ضمن المنهج التعليمي داخل الفصل الدراسي.
- ضرورة إعداد برامج إرشادية لتنمية درجة الصمود النفسي لدى طلاب مدارس تحفيظ القرآن بجميع المراحل التعليمية.
- ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية الإيجابية لدى طلاب مدارس تحفيظ القرآن؛ لما لهذه الجوانب من دور مهم في رفع مستوى الصمود النفسي هؤلاء الطلاب.
- تعزيز الشعور بالطمأنينة الانفعالية التي يتمتع بها طلبة المرحلة الثانوية، وذلك من خلال التعرف على احتياجاتهم، والعمل على إشباعها.
- ينبغي عقد ندوات تربوية لغرس التفاؤل في نفوس طلاب المرحلة الثانوية بمدارس تحفيظ القرآن الكريم؛ لما له من آثار بعيدة المدى تؤثر عليهم دراسياً في حل المشكلات التعليمية، وخفض القلق، ومواجهة تحديات الحياة الدراسية.

البحوث المقترحة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية وتفسيرها يمكن اقتراح مجموعة من البحوث والدراسات المستقبلية كما يلي:

- أثر برنامج تدريبي قائم على جودة الحياة لتحسين مستوى الصمود النفسي لدى عينة من طلبة مدراس تحفيظ القرآن الكريم.
- الصمود النفسي كدالة للتفاعل بين الجنس، وتقدير الذات، والذكاء الانفعالي، ودافعية الإنجاز لدى عينة من طلبة مدراس تحفيظ القرآن الكريم.
- نمذجة العلاقة السببية بين كل من الطمأنينة الانفعالية، والتفأؤل، والصمود النفسي لدى طلبة مدراس تحفيظ القرآن الكريم.

* * *

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية

- الأنصاري، بدر (٢٠٠٣). *التفاؤل والتشاؤم، قياسهما وعلاقتهما ببعض متغيرات الشخصية*، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت. الكويت.
- البدراني، جلال (٢٠٠٤). *الأمن النفسي وعلاقته بالتوجه الزمني لدى طلبة جامعة الموصل*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، العراق.
- بسيوني، سوزان (٢٠١٢). *الدكاء الانفعالي وبعض المتغيرات النفسية لدى طالبات جامعة أم القرى*، مجلة التربية النوعية، (٢٤)، ١٤٠ - ١٤٨.
- إسماعيل، نبيه (١٩٨٠). *دراسة لبعض العوامل النفسية المرتبطة بالصحة النفسية السليمة لدى طلاب الجامعة*، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- جبر، حسين عبيد (٢٠١٥). *الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية الفنون الجميلة*. *مجلة جامعة بابل، العلوم الإنسانية*، ٢٣ (٣)، ١٢٧٥ - ١٢٩٤.
- جعفر، هدى حسن (٢٠٠٦). *التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغوط العمل والرضا عن العمل*. *دراسات نفسية*، ١٦ (١)، ٨٣ - ١١١.
- الجلبة، ورد محمد؛ وسليمان، سناء محمد؛ ويوسف، ماجي وليم. (٢٠١٨). *فاعلية برنامج لتنمية الصمود النفسي لدى الطالبة الجامعية لتحسين أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة*. *مجلة البحث العلمي في التربية*، كلية البنات للآداب والعلوم التربوية. جامعة عين شمس. ١٩ (١٠)، ٢١٣ - ٢٥٣.
- حرب، انتصار مصطفى أحمد (٢٠٠١). *السمات المميزة لشخصية الداعية المسلم*، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
- حسن، محمد عثمان (٢٠١٥). *التفاؤل وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب علم النفس بجامعة النيلين*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النيلين، السودان.

حميدة، محمد إسماعيل؛ الخطيب، وليد حسن (٢٠١٩). الصمود الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والرجاء وفعالية الذات الأكاديمية ودافعية المثابرة لدى طلاب الجامعة: دراسة في نمذجة العلاقات. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٠٢ (٢٩)*، يناير. ٣١٥-٣٨١.

الخيكاني، عامر سعيد جاسم و سلومي، أمل علي و محسن، حيدر صباح (٢٠١٤). مقارنة في التفاؤل وعلاقته بالاتزان الانفعالي لطلاب وطالبات التربية الرياضية، *مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٦ (٢)*، ٣٥-٤٧.

الدليم، فهد عبد الله (٢٠٠٥). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة جامعة الملك سعود: مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، ١٨ (١)*، ٣٢-٣٦.

زهران، محمد و زهران، سناء (٢٠١٣). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بكل من الصمود الأكاديمي والاستغراق الوظيفي لدى طلاب الدراسات العليا العاملين بالتدريس، *مجلة الإرشاد النفسي، القاهرة، ١ (٣٦)*، ٣٣٣-٤٢٠.

الشافعي، إبراهيم (٢٠١٠). إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة الملك خالد بالسعودية على ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، *مجلة دراسات نفسية، القاهرة، ٢٠ (٣)*، ٤٣٧-٤٦٤.

شعبان، رجب علي (٢٠٠١). الإنجاز الأكاديمي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم والدافعية وأساليب مواجهة المشكلات لدى طالبات الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١١ (٣٢)*، ١٦٥-٢٠٣.

شقيير، زينب محمود (٢٠١٤). *مقياس الأمن النفسي - كراسة التعليمات - القاهرة* : مكتبة النهضة المصرية.

صالح، هدى؛ وعلي، أسيا (٢٠١١). مستوى الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)، لدى الطالبة الجامعية في ضوء الحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى العلمي، المؤتمر السنوي السادس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (مصر) المجلد (٢). ص ٦٤٥-٧٢١.

عاشور، باسل محمد عبد الله (٢٠١٧). الصمود النفسي وعلاقته بالانتران الانفعالي لدى ممرضى العناية الفائقة فى المستشفيات الحكومية فى قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة

عبد الجواد، وفاء محمد و عبدالفتاح، غزة خليل (٢٠١٣). الصمود النفسي وعلاقته بطيب الحال لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مجلة الإرشاد النفسي، جمهورية مصر العربية، ١(٣٦)، ٢٧٣-٣٣٢.

عبد الخالق، أحمد محمد (٢٠٠٥). المقياس العربي للتفاؤل والتشاؤم: نتائج مصرية، دراسات نفسية، ١٥(٢)، ٣٠٧-٣١٨.

عبد الفتاح، فاتن فاروق؛ حليم، شرين مسعد (٢٠١٥). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، ٩٠-١٤٣.

عبد الله، عندليب أحمد (١٩٩٦). أثر سماع القرآن على مستوى الأمن النفسي لطلبات المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك.

عبد الهادي، داليا خيرى (٢٠١٨). الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالتوافق الدراسي والتحصيل الأكاديمي فى ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب جامعة الأزهر. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٩٨(٢٨)، يناير، ٣٩-١٠٤.

عبد، إبراهيم محمد سعد (٢٠١٩). التفاؤل ومستوى الطموح وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلاب الدراسات العليا بالجامعة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٠٤(٢٩)، يوليو، ١-٥٠.

العفيضان، سامي بن عبد العزيز (٢٠١٨). التفاؤل فى القرآن الكريم دراسة تطبيقية، مجلة جامعة المدينة العالمية (مجمع)، ٢٣، ٤٩-٩٧.

عودة، فاطمة يوسف إبراهيم (٢٠٠٢). المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

المشعان، عويد (١٩٩٩). التفاوض والتشاؤم وعلاقتهما بالاضطرابات في القطاع الحكومي لدى دولة الكويت، بحوث المؤتمر الدولي السادس للإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة.

المغامسي، سعيد بن فالح (١٤٢٨هـ). أثر القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود، ٥٤. نصر الله. نوال خالد حسن (٢٠٠٨). أنماط التفكير السائدة وعلاقتها ببيكولوجية التفاوض والتشاؤم لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية.

نظمي، رانيا محمد عزيز (٢٠٠٦). النفس وحقيقتها في القرآن الكريم، مجلة شبة النشر والخدمات المعلوماتية، مركز الخدمة للاستشارات البحثية واللغات، كلية الآداب، جامعة المنوفية.

* * *

ثانياً المصادر الإنجليزية:

- Baumann, E. & Kuhl, Y. (2015). Development of psychological resilience among a sample of students of the College of Medicine at the University of Texas. *Psychological Reports*, 98, 927-930.
- Collins, B. (2014). The correlation between psychological resilience and optimism among a sample of adolescents in California. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17(4), 323-334.
- Cummings, E. M. & Davies, P. (1996). Emotional security as a regulatory process in normal development and the development of psychopathology. *Development and psychopathology*, 8(1), 123-139.
- Green, M. B. (2010). *Evacuation Status, Age, Income, and Psychological Resilience as Predictors of Stress among Hurricane Katrina Survivors* [Unpublished doctoral dissertation]. Southern University and A & M College.
- Grisham, U., Sabel, P. & Schoon, K. (2017). The relationship between psychological resilience, optimism, self-esteem, and social support among a sample of high school students in Pennsylvania, USA. *Journal of Nursing Scholarship*, 39(1), 54-60.
- Harris S. M. (2004). The effect of health value and ethnicity on the relationship between hardiness and health behaviors. *Journal of personality*, 72(2), 379-412.
- Hjmedal, O., Friborg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H. and Martinussen, M. (2006). Resilience predicting Psychiatry symptoms: A Prospective study of Protective Factors and their role in Adjustment to stressful life events. *Journal of Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 194-201.

- Hutz, C. S., Midgett, A., Pacico, J. C., Bastianello, M. R., & Zanon, C. (2014). The relationship of hope, optimism, self-esteem, subjective well-being, and personality in Brazilians and Americans. *Psychology* 5, 514-522
- Jackson, T., Weiss, K., & Lundquist, J. (2000). Does procrastination mediate the relationship between optimism and subsequent stress? *Journal of Social Behavior & Personality*, 15(5), 203-212.
- Kes, D. & Rziq, F. (2017). Optimism as psychological predictor among women. *International Conference on Special Science Research*, 5, 11-20.
- Khalili, M., Hashemi, L. & Ghasemi, B. (2014). Comparison of the dimensions of emotional security in adolescents based on family type using the family process and content model. *Journal of Educational and managements studies*, 4(1), 128-134.
- Kirmani, M., Sharma, P., Anas, M., and Sanam, R. (2015). Hope resilience, and Subjective well-being among college going adolescent girls. *International Journal of Humanities & Social Science Studies*, 11(1), 262-270.
- Lund Man, B. (2007). Psychometric properties of Swedish version of the resilience scale. *Scandinavian Journal of Caring Science*, 21(2), 229-237.
- Luthans, B. C., Luthans, K. W., & Jensen, S. M. (2012). The impact of business school students' psychological capital on academic performance. *Journal of Education for Business*, 87(5), 253-259.
- Mathews, F., Green, N. (2018). The level of reassurance and psychological resilience of university students in the state of Georgina. *Journal of Family Psychology*, 15(1), 69-81

- Mathur, R., & Sharma, R. (2015). Academic stress in relation with optimism and resilience. *International Research Journal of Interdisciplinary and Multidisciplinary Studies*, 1(7), 129-134.
- McCoy, K., Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2009). Constructive and destructive marital conflict, emotional security and children's prosocial behavior. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 50(3), 270-279.
- McKenna, D., Snyder, L., & Wells, M. (2019). A predictive & moderating model of psychological resilience in adolescents. *Educational Psychology in Practice*, 19(1), 3-19.
- Mulyadi, S. (2010). Effect of the psychological security and psychological freedom on verbal creativity of Indonesia home schooling students. *International Journal of Business and Social Science*, 1(2), 72-79.
- Nelson, K. (2013). The correlation between psychological resilience and both emotional reassurance and self-esteem for adolescents and young adults. *Dissertation Abstracts International*, 63(2), 1087.
- Oyedun, A. & Oluwole, O. (2014). Psychological predictors of post examination failure depression among preclinical medical and dental students Ibadan Nigeria. *American Journal of Medicine and Medical Sciences*, 4(6), 216-222.
- Puskar, K. R., Bernardo, L. M., Ren, D., Haley, T. M., Tark, K. H., Switala, J., & Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: Gender differences. *Contemporary Nurse: A Journal for the Australian Nursing Profess*, 34, (2)190-198.

- Riahi M., Mohammadi, N., Norozi, R., and Malekitabar, M. (2015). The study of the relationship between Academic self-efficacy and resilience in high school students. *Academic Journal of Psychological studies*, 4(3), 59-65
- Romero, N. A. R., Guajardo, J. G. & Guinea, D. V. (2014). Validation of the Resilience scale for adolescents READ in Mexico. *Journal of Behavior, Health and Social Issues*, 6(2), 21-34.
- Roy, R. (2017). Efficacy of motivational interviewing on improving resilience among students with below average academic performance: A case study. *The international journal of Indian Psychology*, 4(92), 126-135.
- Rubin, A., Weiss, E. L., and Coll, J.E. (eds.) (2013). *Handbook of military social work*. New Jersey, USA: John Wiley and Sons, Inc.
- Ruthig, J.C., Haynes, T.L., Stupinsky, R.H. & Perry, R.P. (2009). Perceived academic control: Mediating the effects of optimism and social support on college students' psychological health. *Social Psychology of Education: An International Journal*, 12(2), 233-249.
- Sabouripour, F. & Roslan, S. (2015). Resilience, optimism, and social support among international students. *Asian Social Science*, 11(15), 159-170.
- Saricam, H. (2015). Subjective happiness and hope. *Universitas Psychologica*, 14(2), 685-694
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219-247.
- Shin, J. & Kim, T. (2017). South Korean elementary school students English learning resilience, motivation, and demotivation. *Linguistic Research* 34, 69-96.

- Shorey, H., Snyder, C., Yang, X., & Lewin, M. (2003). The role of hope as a mediator in recollected parenting, adult attachment, and mental health. *Journal of Social and Clinical Psychology, 22*(6) 685-715.
- Siemens, A. (2008). *Stories of resilience of young adults*. [Unpublished master's thesis]. University of Manitoba.
- Taya, D., Parvizian, S. & Pearson, B. (2017). The relationship between psychological resilience and emotional reassurance among a sample of female graduates from the university, *Journal of adolescence, 26*(1), 1-11.
- Widiger, H., Costa, N. (2016). The relationship between psychological resilience and some psychological variables among a sample of Sydney University students in Australia, *Journal of Counseling Psychology, 26*(5), 462-464.

* * *