

الصلابة النفسية وعلاقتها بنمط الاستجابة للضغوط النفسية لدى مرضى القلب
Psychological hardiness and its relationship to the
response style to psychological stress at heart patients.

د. كرمين محمد سويلم

Dr. Carmen Mohammed Hassan Swelim

أستاذ علم النفس الاكلينيكي المساعد كلية التربية - جامعة الملك خالد

ملخص الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وأنماط الاستجابة للضغوط لدى مرضى القلب، وتحديد أبعاد الصلابة النفسية المنبئة بنمط الاستجابة للضغوط، ووضع نموذج سببي يوضح أبعاد الصلابة النفسية المؤثرة في نمط الاستجابة للضغوط، وتكونت عينة الدراسة من ٦٠ مريض من مرضى القلب تتراوح أعمارهم بين ١٨-٢٥ سنة طبق عليهم مقياسي الصلابة النفسية، ونمط الاستجابة للضغوط، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغوط كما تنبئ جميع أبعاد الصلابة بنمط الاستجابة للضغوط، وشكلت أبعاد الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغوط نموذجاً سببياً يفسر العلاقة بينهما، وتم تفسير النتائج في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية- نمط الاستجابة للضغوط- مرضى القلب.

The Summary

The aim of this study was to identify the relationship between psychological hardiness and the response types to stress for heart patients, to determine the dimensions of psychological hardiness that predict the stress response pattern, and to develop a causal model showing the dimensions of psychological rigidity affecting the stress response pattern. The sample consisted of 60 heart patients (18-25years), The results of the study reached a number of results, the most important being the negative correlation between the psychological hardiness and the pattern of response to pressure. All dimensions of hardiness predict the pattern of response to pressures. Psychological and Pattern Response to Stress shape a causal model interprets the relationship between them, and the results were interpreted in light of previous studies and the theoretical framework.

ويواجه الإنسان في حياته العديد من الأزمات والمواقف الضاغطة التي قد تكون عاملاً أساسياً في أن تصيبه بعض الاضطرابات النفسية والتي تهز كيانه البشري ، وتحد من إمكانياته وقدراته الإنتاجية بشكل ملحوظ ، إلا أن الإنسان لا يستطيع تجنب هذه الضغوط أو الهروب منها ، لأن ذلك يعني نقص في كفاءته وفعاليتها، وكما قال سميث: بأنه لا حياة بدون ضغوط وحيث توجد الحياة توجد الضغوط، وأضاف هنري سيلاي بأن "الضغوط عي الحياة وغياها يعني الموت" لذلك فعلاج الضغوط ليس في التخلص منها أو تجنبها ولكن مقاومتها و التعامل معها بفاعلية . (عبد الستار إبراهيم، ٢٠٠٠، ٩٨).

إن زيادة الضغط النفسي تلعب دوراً ملموساً في دفع مرضى القلب إلى حتفهم، ولاحظ العلماء أن معدل الوفيات بين مرضى القلب الذين يعانون من ضغوط نفسية تزداد بثلاث أضعاف عن أقرانهم من نفس المرضى ممن لا يعانون من ضغوط متشابهة.

ومن المعروف على نطاق واسع أن الحالة النفسية المتردية تلعب دوراً واضحاً في التأثير على الحالة الصحية للأبدان ولها واقعها القوي عليها، ومن شأن الضغط النفسي التسبب في تقليص الأوعية الدموية ورفع ضغط الدم وزيادة عدد ضربات القلب، وبالتالي ارتفاع حاجة القلب للأكسجين، ومن نتيجة هذا تعرض عضلة القلب إلى نقص في الدم المتدفق إليها، وهي حالة طبية تعرف باسم " احتباس عضلة القلب " (ديفيد شيبس، ٢٠٠٢)

ويشير (Holahan & amp, 1990) إلى أن مسار البحث في مجال الضغوط يجب أن يتحول إلى التركيز على متغيرات المقاومة التي تجعل الأشخاص يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغوط؛ فمجال الدراسة يجب أن يتحول إلى دراسة المصادر النفسية (كالصلابة النفسية، والضغط الداخلي، وتقدير الذات) والمصادر الاجتماعية (المساندة الاجتماعية) التي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقييماً واقعياً، كما أنها تجعله أكثر نجاحاً وفعالية في مواجهتها.

ذكر لوكنير أن الصلابة النفسية عامل هام وحيوي في الشخصية يجب التأكيد عليه في البحوث المستقبلية حتى يتضح أكثر ويتطور من مستوى الأشخاص إلى مستوى استخدامه بالمؤسسات والمراكز العلاجية والإرشادية حتى يستخدم على نطاق واسع في التطوير، واختيار الأشخاص ذوي الصلابة النفسية في مهمات خاصة في شتى المجالات؛ فالصلابة النفسية أصبحت من المفاهيم الهامة في أوقات الخطر وتحدي المصاعب وضغوط العمل والإنجاز، كما أن لها تأثيرات إيجابية على الأنظمة العائلية والنزاعات الزوجية والسلوك المرضي والضغوط، كما يجب بحث تطور الصلابة عبر فترات الحياة وربطها بتحقيق الأهداف (Lockner, 1998).

أن تأثير الصلابة يتمثل في دور الوسيط بين التقييم المعرفي للفرد للتجارب الضاغطة وبين الاستعداد والتجهيز باستراتيجيات المواجهة، فتلك الآلية يفترض أنها تخفض كمية الضغوط النفسية للتجارب التي يمر بها الفرد، كما تساعد الصلابة النفسية الفرد على التعامل مع الضغوط بفاعلية

وقد أشار هانتون Hanton إلى أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم التقييم وإستراتيجيات المواجهة بفاعلية، وهذا يشير أن لدى ذلك الفرد مستوى عاليًا من الثقة النفسية، وهكذا فإنه يقدر الموقف الضاغط بأنه أقل تهديدًا، ثم يعيد بناءه إلى شيء أكثر إيجابية (مدحت عباس، ٢٠١٠، ١٧٥).

مشكلة الدراسة:

تتلخص المشكلة في التساؤل العام التالي:

ما طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغوط لدى مرضى القلب؟

ويتفرع منه التساؤلات الآتية:

١- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغوط لدى مرضى القلب؟

٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية من مرضى القلب في نمط الاستجابة للضغوط.

٣. هل تنبئ بعض أبعاد الصلابة النفسية دون غيرها بالدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغوط لدى مرضى القلب؟

٤. هل تكون أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغوط فيما بينها نموذجًا سببيًا يوضح العلاقة بينهما؟

أهداف البحث: (في ضوء مشكلة البحث وتساؤلاته يسعى البحث الحالي إلى):

- التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغوط لدى مرضى القلب.
- التعرف على العلاقة بين الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في نمط الاستجابة للضغوط.
- تحديد أبعاد الصلابة النفسية التي تنبئ بنمط الاستجابة للضغوط.
- وضع نموذج سببي يوضح أبعاد الصلابة النفسية المؤثرة في نمط الاستجابة للضغوط.

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

- يقدم البحث الحالي إطاراً نظرياً حول علاقة الصلابة النفسية بنمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب، حيث تعتبر الصلابة النفسية عامل من عوامل المقاومة الهامة التي تساعد الأفراد على مواجهة الضغوط النفسية بوجه عام وفئة المرضى بوجه خاص.

- تتبع الأهمية النظرية من أهمية الفئة العمرية التي يتعامل معها وهي فئة المراهقين؛ فهي فئة هامة من فئات المجتمع من الضروري أن تلقى هذه الفئة عناية نفسية واجتماعية خاصة تلك الفئة من مرضى القلب.

الأهمية التطبيقية:

- الاستفادة من نتائج البحث الحالي في إعداد برامج إرشادية مستقبلية لتحسين الصلابة النفسية لدى مرضى القلب.

- تفيد نتائج البحث الحالي المتخصصين النفسيين من الدارسين والباحثين وتفتح لهم المجال للقيام بدراسات نفسية وعلاجية تواجه مراهقين مرضى القلب.

- يفيد مرضى القلب من خلال مجموعة من التوصيات والبحوث المقترحة المقدمة من قبل الباحث.

مصطلحات الدراسة

الصلابة النفسية:

تعرف كوبازا الصلابة النفسية على أنها اعتقاد عام لدى الفرد بكفاءته وقدرته على استغلال كافة مصادره وإمكاناته النفسية والبيئية المتاحة، لكي يدرك ويفسر بواقعية وموضوعية أحداث الحياة الضاغطة والتعايش معها على نحو إيجابي (Kobasa, 1979, 9). ويعرفها (البهاص، ٢٠٠٢) بأنها إدراك الفرد أو تقبله للمتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الجسمية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقات الوترية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالفهم النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط (سيد البهاص، ٢٠٠٢، ٣٩١).

نمط الاستجابة للضغط:

يتحدد إجرائياً من خلال نوع الاستجابة التي تصدر عن الفرد عند التعرض للضغوط وتتمثل في الغضب، القلق، الإحباط، الاكتئاب، الانسحاب، العدوان، والأمراض السيكوسوماتية وغيرها من الاضطرابات الانفعالية كما توضحها الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس نمط الاستجابة للضغط.

أمراض القلب:

مجموعة من الأمراض التي تصيب عضلة القلب وتؤثر فيها، وتشمل أمراض الشرايين القلبية والأوعية الدموية، واضطرابات دقات القلب، واعتلال القلب، والعدوى القلبية، والعيوب الخلقية في القلب، وأمراض الصمامات القلبية. (موسوعة الجزيرة، القلب والأوعية الدموية، ٢٠١٣).

محددات الدراسة:

- المحددات البشرية: تتكون عينة البحث من (٦٠) مريض من المراهقين والراشدين من مرضى القلب، تتراوح أعمارهم بين (١٥ - ٢٥) سنة.

- المحددات المكانية: يتم التطبيق في مستشفى عين شمس الجامعي.

- المحددات الزمانية: تم التطبيق خلال عام ٢٠١٨م.

دراسات سابقة:

(١) دراسة محمد منور الشمري (٢٠١٤): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغط النفسي والصلابة النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية الذي تتعرض له عينة المبحوثين. والتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية و الصلابة النفسية لدى المرضى السيكوسوماتية ، تكون مجتمع الدراسة من مجموعة المرضى المراجعين و المقيمين لعيادة الباطنية (أقسام ضغط الدم ، السكري ، القولون العصبي) في مستشفى الملك خالد العام في مدينة حفر الباطن ، وبلغ حجم العينة (١٨٦) مقسمة على النحو التالي: السكري (٧٢) ضغط الدم (٦٧) القولون العصبي (٤٧). استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي في دراسته ، كما استخدم الاستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات. وأشارت أهم النتائج الى وجود علاقة طرد بين الضغوط النفسية و الصلابة النفسية (التحدي ، الالتزام ، التحكم) حيث يتضح انه كلما زادت الضغوط النفسية زادت الحاجة الصلابة النفسية بأبعادها، عدم وجود فروق في اتجاهات أفراد الدراسة باختلاف متغير العمر، والمستوى التعليمي، والدخل الشهري، والحالة الاجتماعية.

(٢) دراسة هبة محمد حسن (٢٠١٣): وتهدف الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية التي تعاني منها المرأة العاملة ومدى ارتباط تلك الضغوط بدرجة الصلابة النفسية لديها، و الكشف عن ما إذا كان هناك تأثير لعوامل خارجية كالمستوى الاقتصادي و الاجتماعي وعدد الأبناء ومدة الخبرة والزواج على الضغوط لدى المعلمات، بلغ عدد العينة (٢١٣) معلمة وتراوح أعمارهم من (٢٦ - ٦٠) سنة، واستخدمت الباحثة أدوات دراسة سيكومترية (مقياس الصلابة النفسية "إعداد الباحثة"- مقياس أحداث الحياة الضاغطة لدى المعلمات "إعداد الباحثة"- مقياس المستوى الاجتماعي و الاقتصادي للأسرة ٢٠٠٦ " إعداد عبد العزيز الشخص" وأدوات دراسة اكلينيكية) المقابلة الحرة- المقابلة نصف المقننة تمثل في الاختبارات التالية:

اختبار ساكس لتكملة الجملة- اختبار تفهم الموضوع للراشدين TAT -استمارة دراسة الحالة "إعداد الباحثة"، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين درجات المعلمات على كل من: الأحداث الأسرية الضاغطة- الأحداث المهنية الضاغطة- الأحداث البيئية الضاغطة- الأحداث الاجتماعية الضاغطة وجميع أبعاد مقياس الصلابة النفسية و الدرجة الكلية للمقياس، وجود فروق في الصلابة النفسية بين الحالات الطرفية الأكثر ارتفاعا على مقياس الصلابة النفسية لدى المعلمات في أسلوب التوافق النفسي و القدرة على المواجهة الفعالة تجاه الضغوط و الصلابة النفسية لصالح الحالات الطرفية التي حصلت على درجة ضغوط منخفضة

٣) دراسة خالد محمد العبدلي (٢٠١٢): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين و العاديين وكذلك التعرف على ترتيب استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط، وتكونت أدوات الدراسة من: مقياس الصلابة النفسي (إعداد عماد مخيمر ٢٠٠٦) - ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية (إعداد الهلالي ٢٠٠١)، وتكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالباً من طلاب التعليم الثانوي تم اختيارهم عشوائياً، وأظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى الطلاب العاديين ، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها من جهة أخرى.

٤) دراسة هاسيل (2011) Hasel: وهدفت الدراسة إلى استخدام برنامج تدريبي لتنمية الصلابة النفسية لتحديد إمكانية خفض التوتر الناتج عن الضغوط بين طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين (٢٧) طالباً مجموعة تجريبية، و(٢٩) طالباً مجموعة ضابطة، واستخدمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية لبشارت (Besharat, 2007)، ومقياس الضغط المحتمل (Perceived Stress Scale)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن استخدام برنامج للتدريب على تنمية الصلابة النفسية يؤدي إلى ارتفاع معدلات الصلابة النفسية وانخفاض التوتر الناتج عن الضغوط لدى طلاب الجامعة، كما أن استخدام مثل هذا البرنامج له أثر إيجابي على هؤلاء الطلاب في تنمية جوانب أخرى من جوانب الشخصية.

٥) دراسة عادل الهلالي (٢٠٠٩): تهدف الدراسة لمعرفة أساليب مواجهة الضغوط لدى الطلاب الإيجابية منها والسلبية وترتيبها على مدرج أساليب المواجهة، وأيضاً التعرف على الاختلافات في متوسط درجة الطلاب على مقياس مواجهة الضغوط باختلاف الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم، وتكونت عينة البحث من (٥٤٧) طالبا (٢٥٩) طالباً من التعليم المتوسط (٢٨٨) طالباً من التعليم الثانوي ، تتراوح أعمارهم بين ١٣ - ١٨، واستخدم الباحث المنهج الوصفي في دراسته، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط

لمنى عبد الله (٢٠٠٢)، سنة، وأسفرت النتائج عن: وقوع أساليب المواجهة الإيجابية في المراتب الأولى على مدرج أساليب الضغوط بشكل عام، حيث جاء أسلوب اللجوء إلى الله أولاً، وأسلوب تحمل المسؤولية ثانياً، وأسلوب المواجهة وتأكيد الذات ثالثاً، وأسلوب التحليل المنطقي رابعاً، وأسلوب ضبط الذات خامساً. عدم تأثير أساليب مواجهة الضغوط مرحلي تعليم المتوسط والثانوي إلا على أربعة أساليب فقط، وهي ضبط الذات ولوم الذات والانعزال والاسترخاء والانفصال الذهني مقابل أربعة عشر أسلوباً غير دالة. ضعف تأثير الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم على أساليب مواجهة الضغوط.

٦) دراسة الحجاز ودخان (٢٠٠٦): هدفت إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها، وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى الطلبة. تكونت العينة من (٥٤١) طالباً وطالبة، واستخدم الباحثان استبيان لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، واستبيان الصلابة النفسية لديهم. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية، وقد أشارت إلى أن مستوى الضغوط النفسية كانت (٠٥,٦٢ %) وأن معدل الصلابة النفسية (٧٧,٣٣ %)، وقد بينت الدراسة أن هناك فروقاً بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا ضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور وبينت وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط.

٧) دراسة عزة الرفاعي (٢٠٠٣): هدفت الدراسة إلى بحث الصلابة النفسية متغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، وتكونت العينة من (٣٢١) طالباً وطالبة: (١٩١) من الذكور و(١٦٠) من الإناث تراوحت أعمارهم بين (١٦ - ٢٦) سنة من طلبة جامعة حلوان، من المستويين الثالث والرابع من ذوي التخصصات النظرية، استخدم مقياس الصلابة النفسية إعداد كوباز وترجمة عماد مخيمر ١٩٩٦، ومقياس إدراك أحداث الحياة الضاغطة إعداد الباحثة، ومقياس أساليب المواجهة إعداد الباحثة. أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية، وكان الذكور أقل معاناة من الإناث في الضغوط، كما وجدت فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية، كما أنه لم يكن للصلابة دوراً بارزاً في تعديل العلاقة بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأقل فاعلية.

٨) دراسة توماس (2000) Thomas: هدفت إلى معرفة مدى تأثير المرونة الإيجابية والسعادة الانفعالية في التغلب على الضغوط النفسية لدى الأفراد ذوي المستوى الاجتماعي والاقتصادي المنخفض، وأجريت الدراسة على عينة من الرجال والنساء الأمريكيين بلغ عددهم (٣٠٠) رجل وامرأة من أصل أفريقي،

واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: - استبيان ظروف الحياة - قائمة القدرة على الاحتمال الأسري-مقياس الأحداث الأسرية-استبيان الصحة العامة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الأنماط السلوكية المرنة الإيجابية كما توضح النتائج فعالية استراتيجيات معالجة المشكلات ومواجهة الضغوط.

٩) **دراسة ويب (1991) Wiebe:** هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي في التقليل من أثر الضغوط والاستجابة لها، وتكونت عينة الدراسة من (٨٢٠) طالباً جامعياً من كلا من الجنسين بمتوسط عمري ٢١,٤، وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية الخمسة، مقياس تحمل الإحباط، مقياس المشاعر الإيجابية والسلبية. وأظهرت النتائج أن الأشخاص الأكثر صلابة أكثر تحملاً للضغوط، كما أثبتت الدراسة أنه لم يكن للتقييمات المعرفية أي أثر لدى عينة الإناث.

١٠) **وتناولت دراسة ستفنسون (1990) Stephenson:** وقد هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة، تكونت عينة الدراسة من (١٤٧) فرداً من الذكور العاملين في البنوك والحمامة، طبق عليهم مقياس الصلابة النفسية، وقائمة طرق المواجهة للباحث، وقد أشارت النتائج إلى أن الإناث أكثر صلابة من الذكور، وأن هناك علاقة ارتباطية بين طرق المواجهة والصلابة، وقد كان المحامون أكثر صلابة وأكثر استخداماً لأسلوب التصدي للمشكلة مقارنة بالعاملين في البنوك.

التعقيب على الدراسات السابقة:

أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى: وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط كما في دراسة خالد العبدلي (٢٠١٢)، كما أوضحت النتائج الدراسات السابقة بأن هناك فروق في متوسطات درجات الصلابة النفسية بين الذكور والإناث لصالح الذكور تارة، وأخرى للإناث، وثالثة يتشاركون فيها، عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في متوسطات درجات الصلابة النفسية، كما أشارت دراسة Stephenson, 1990 إلى أن الإناث أكثر صلابة من الذكور، كما أشارت دراسة عزه الرفاعي (٢٠٠٣) إلى وجود فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية، كما أظهرت دراسة (Wiebe 1999) أن الأشخاص الأكثر صلابة أكثر تحملاً للضغوط، كما أشارت الدراسات السابقة بأن للصلابة النفسية علاقة (إيجابية - سلبية) ببعض المتغيرات الأخرى، ففي دراسة (Kristopher, 1996) دلت النتائج على إيجابية العلاقة بين الصلابة النفسية والدافعية تجاه العمل، أما في دراسة (Hull, et al, 1987) فقد دلت على العلاقة السلبية بين الصلابة النفسية ومتغيرات أخرى، فالأشخاص ذوو الصلابة المرتفعة حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الخجل والقلق الاجتماعي والوعي بالذات والوعي بالآخرين.

فروض الدراسة:

١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب.

٥. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعى ومنخفضى الصلابة النفسية من مرضى القلب في نمط الاستجابة للضغط.

٦. تنبأ بعض أبعاد الصلابة النفسية دون غيرها بالدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب.

٧. تكون أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغط فيما بينها نموذجاً سببياً يوضح العلاقة بينهما.

إجراءات الدراسة:

- ١- منهج الدراسة: استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن وهو المنهج الأنسب للدراسة.
- ٢- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من ٦٠ مراهق من مرضى القلب تتراوح أعمارهم بين ١٥ - ٢١ سنة الذين أجروا قسرة علاجية خلال الشهور الستة الأخيرة، بمتوسط ١٨,٥٠ وانحراف معياري ٢,٠٦٨ من مستشفى عين شمس التخصصي.

٣- أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة في الدراسة الأدوات التالية:

أ- مقياس الصلابة النفسية: (إعداد: أ. د/فوقية حسن رضوان، ٢٠١٥م):

تعرف الصلابة النفسية إجرائياً في هذا المقياس بأنها هي ما يجب على النفس أي إلزامها وضبطها والثقة بها والفاعلية الذاتية المرتفعة، ومن ثم تتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد:

- ١- الواجب على النفس: أي أتباع الفرد القواعد والقوانين والعادات وفق أسس الضبط الاجتماعي في المجتمع الذي يعيش فيه والوفاء بالوعد وتحمل المسؤولية والقدرة على اتخاذ القرار وتحقيق مطالب الآخرين.
- ٢- ضبط النفس: أي القدرة على التعايش مع المواقف الضاغطة والأزمات والمخاطر والأحداث بتحكم، بالإضافة إلى إدراك مردود الأزمات والتفكير بالمنطق السليم الإيجابي أثناء التعامل مع الحدث.
- ٣- الفاعلية الذاتية المرتفعة: وهي القدرة على التصدي والتحدي والإرادة والمقاومة بكفاءة أثناء الأزمات الحياتية، بالإضافة إلى السعي لتعديل الذات بما يتناسب مع الموقف والعمل على تغيير البيئة من أجل الحصول على الهدف المحدد واستخدام معلومات كافية من أجل التعامل مع الضغط بأسلوب سليم.

ويتكون المقياس من (٤١) عبارة تركز على جوانب الصلابة لنفسية للفرد، وتقع الإجابة على المقياس في ثلاث مستويات (تنطبق - تنطبق إلى حد ما - لا تنطبق) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة أي (تنطبق = ٣ - تنطبق إلى حد ما = ٢ - لا تنطبق = ١)، وبذلك تتراوح درجة المقياس من (٤١ - ١٢٠) درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق المقياس: يتمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق التمييزي بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية. **ثبات المقياس:** تم استخدام طريقة الفا كرونباخ لحساب معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد الصلابة النفسية. وكانت قيمة الفا للبعد الأول = ٠,٧٠١ وقيمة الفا للبعد الثاني = ٠,٨٢١ وقيمة الفا للبعد الثالث = ٠,٧٩٤، والدرجة الكلية للمقياس ٠,٨٣.

٢- مقياس نمط الاستجابة (إعداد لي وآخرون ترجمة وتعريب أ-د/محمد السيد عبد الرحمن)

يتكون المقياس من (٣٩) عبارة تتوزع على سبعة أبعاد هي: التوتر، والعدوان، والجسدنة، والغضب، والاكنتاب، والإجهاد، والإحباط. ويتم الإجابة على المقياس في خمس مستويات بطريقة ليكرت هي (دائماً - كثيراً - أحياناً - نادراً - إطلاقاً) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين خمس درجات، ودرجة واحدة (دائماً = ٥، كثيراً = ٤، أحياناً = ٣، نادراً = ٢، إطلاقاً = ١)، وتتراوح درجات المقياس (٣٩ - ١٩٠) درجة.

الاتساق الداخلي للمقياس: تتمتع أبعاد المقياس بدرجة جيدة من الارتباط والاتساق الداخلي، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين درجة المفردة ودرجة البعد الذي تنتمي له بين (٠,٤٩ - ٠,٧٩) وكلها دالة إحصائياً عند (٠,٠١)، كما ارتبطت الأبعاد بعضها ببعض ارتباطاً موجباً ودالاً إحصائياً، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد السبعة بين (٠,٤٤ - ٠,٩١) وكلها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وتراوحت معاملات ارتباط درجات الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٦٦ - ٠,٩١) وكلها دالة إحصائياً عند (٠,٠١)، وتشير هذه النتائج إلى تمتع المقياس بدرجة ممتازة من التجانس والاتساق الداخلي والترايبط داخل البعد الواحد وبين الأبعاد السبعة للمقياس.

ثبات الصورة الأصلية للمقياس:

أ- بطريقة إعادة التطبيق: تم حساب مؤشرات ثبات المقياس للأبعاد السبعة والدرجة الكلية للمقياس بطريقة إعادة التطبيق، حيث كانت مرتفعة، وتراوحت بين (٠,٦٩ - ٠,٩٣) بينما بلغت الدرجة (٠,٩٦) للدرجة الكلية.

ب- بطريقة الفا كرونباخ: حساب معامل ثبات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بطريقة الفا كرونباخ، وأوضحت النتائج تمتع الأبعاد والدرجة الكلية بمستوى جيد من الاتساق الداخلي، حيث تراوحت قيم الفا كرونباخ بين (٠,٧٦ - ٠,٩٧) للدرجة الكلية للمقياس.

تقنين المقياس في البيئة المصرية: لتقنين المقياس في البيئة المصرية تم تطبيقه على عينة قوامها (٣٦٧) طالباً من طلاب الدبلوم العام بكلية التربية جامعة الزقازيق خلال العام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥، تتراوح أعمارهم بين (٢٢ - ٥٥) سنة، بمتوسط (٢٦,٢٠ + ٥,٧٦) سنة وتنقسم حسب النوع إلى ١٥٨ (٤٣,١%) ذكور، ٢٠٩ (٥٦,٩%) إناث، كما طبق كذلك مقياس جامعة بنسلفانيا للقلق، وثبت تمتعه بدرجة جيدة من الثبات في البيئة المصرية، حيث بلغ معامل ثباته بطريقة ألفا كرونباخ (٠,٨٦).

أولاً - الاتساق الداخلي للمقياس: لحساب الاتساق الداخلي للمقياس تم -حساب معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له بعد حذف درجة المفردة وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين ٠,٢٦ - ٠,٥٥، وكلها دالة عند ٠,٠١. مما يؤكد تمتع أبعاد المقياس بدرجة جيدة من التماسك الداخلي.

ثانياً: صدق المقياس: يتم حساب الصدق التلازمي أو التقاربي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات أبعاد المقياس ومقياس آخر (أو أكثر من مقياس) يقيس سمات وخصائص مشابهة، وحيث أنه من المتوقع أن يحصل الأشخاص الذين يتسم نمط استجاباتهم للضغوط بالسلبية وعدم القدرة على حفظ اتزانهم الانفعالي نتيجة الضغوط والصدمات على درجة مرتفعة من القلق أيضاً، ومن هنا وقع الاختيار على استخدام مقياس جامعة بنسلفانيا للقلق كمحك للصدق التقاربي.

وبحساب معامل الارتباط بين درجات أبعاد مقياس نمط الاستجابة للضغوط والدرجة الكلية له مع مقياس بنسلفانيا للقلق كانت معاملات الارتباط موجبة ودالة إحصائياً عند (٠,٠١) مما يدل على تمتع أبعاد المقياس والدرجة الكلية له بدرجة جيدة من الصدق التقاربي الذي يعد أحد أهم أنواع الصدق.

ثالثاً: ثبات المقياس: تعد طريقة الفا كرونباخ من أكثر الطرق شيوعاً في حساب ثبات المقياس، وتعتمد على الاتساق الداخلي للمقياس، وقد تم حساب مؤشرات ثبات المقياس الحالي بطريقة الفا كرونباخ لكل بعد مع استبعاد المفردة، وأسفر التحليل عن وجود درجة مناسبة من الثبات تراوحت بين (٠,٦٨ - ٠,٨٨) للأبعاد (٠,٨٠) للدرجة الكلية، مما يدل على صلاحية المقياس في البيئة المصرية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- تحليل الانحدار الخطي المتدرج. Stepwise reg. - اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات.
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون. - تحليل المسار Path analysis باستخدام برنامج أموس.

نتائج البحث

نتائج الفرض الاول، وينص هذا الفرض على " توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب "

جدول ()

قيم معاملات الارتباط بين ابعاد الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغط

الدرجة الكلية لنمط الاستجابة	الإحباط	الإجهاد/ التعب	الاكتئاب	الغضب	الجسدية	العدوان	التوتر	الأبعاد
**،٧٢-	**،٦٨-	**،٦٦-	**،٧٨-	**،٧٣-	**،٦٦-	**٥٨. -	**،٦٦-	الواجب على النفس
**،٩٠-	**،٨٤-	**،٩٢-	**،٩٠-	**،٨٠-	**،٨١-	**،٧٣-	**،٨٢-	التحكم في النفس
**،٨٢-	**،٨٣-	**،٨٢-	**،٨٠-	**،٧٥-	**،٨٠-	**،٧٠-	**،٣٦-	الفاعلية الذاتية
**،٩٥-	**،٩٤-	**،٩٤-	**،٩٥-	**،٩٢-	**،٩٠-	**،٨٢-	**،٩٤-	الدرجة الكلية للصلابة النفسية

يتضح من الجدول () وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠,٠١ بين جميع ابعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لها، وجميع ابعاد نمط الاستجابة للضغط والدرجة الكلية لها لدى مرضى القلب. تشير هذه النتائج إلى العلاقة العكسية بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب؛ فكلما ارتفعت الصلابة النفسية انخفض كل من: التوتر، والعدوان، والجسدية، والغضب، والاكتئاب، والاجهاد/التعب، والإحباط، وهذا الانخفاض يكون له تأثير إيجابي على مرضى القلب. وتتفق نتائج العديد من الدراسات السابقة مع نتائج الفرض هذا الفرض في أنه كلما ارتفع الصلابة النفسية انخفض التوتر والاكتئاب كدراسة خالد محمد العبدلي (٢٠١٢)، ودراسة (Gilboy, Sean, 2005). ويفسر الباحث نتيجة هذا الفرض إلى ما أكده (Delahaij, 2010) من أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يستجيبون بشكل فعال للظروف الضاغطة، وذلك لان لديهم نمو من حيث التركيز على المشكلة أكثر من التركيز على المشاعر في المواجهة وبالتالي نجد أن الصلابة النفسية ترتبط إيجابياً بنمط المواجهة النشطة وترتبط سلباً مع الانسحاب والإنكار. كما يرجع الباحث نتيجة الفرض إلى أهمية الصلابة النفسية في

خفض الاستجابات النفسية التي يتعرض لها مرضى القلب كالتوتر والقلق والاكتئاب والغضب فانخفاض هذه الاستجابات النفسية يؤثر على سرعة الاستجابة الصحية في مقاومة المرض.

نتائج الفرض الثاني: وينص هذا الفرض على: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين منخفضي ومرتفعي الصلابة النفسية من مرض القلب في نمط الاستجابة للضغوط لصالح مرتفعي الصلابة.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتقسيم عينة الدراسة في ضوء درجة الصلابة النفسية بناء على درجة الوسيط (٧٠ درجة) الى مجموعتين: منخفضي الصلابة وعددهم ٢٨ مريض، ومرتفعي الصلابة وعددهم ٣٢ مريض، وحساب قيم ت لدلالة الفروق بين المجموعتين في نمط الاستجابة للضغوط.

جدول ()

قيم ت لدلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة في نمط الاستجابة للضغوط

مستوى الدلالة	قيمة ت	مرتفعي الضغوط ن = ٣٢		منخفضي الضغوط ن = ٢٨		الابعاد
		ع	م	ع	م	
٠,٠١	٢,٩٥	٤,٤٢	٢١,٧٥	٣,٨٦	٢٤,٩٣	التوتر
غير دالة	١,٨١	٢,٥١	١٣,٦٢	٣,٠٧	١٤,٩٢	العدوان
٠,٠١	٤,٤٤	٢,٤٤	١٠,٠٠	٢,١٣	١٢,٦٤	الجدونة
٠,٠١	٣,٦٦	٥,١٩	٢١,١٣	٣,٨٦	٢٥,٥٠	الغضب
٠,٠١	٤,٥٩	٥,٩٧	٢٨,١٩	٥,١٩	٣٤,٨٦	الاكتئاب
٠,٠١	٣,٩٦	٣,٥٥	١٣,٩٤	٢,٧٥	١٧,٢١	الإجهاد/ التعب
٠,٠١	٤,٦٦	٥,١٠	٢٤,٥٦	٤,٥٨	٣٠,٤٣	الإحباط
٠,٠١	٤,٠٣	٢٨,٠٢	١٣٣,١٩	٢٣,٩٩	١٦٠,٥٠	الدرجة الكلية لنمط الاستجابة

يتضح من الجدول () وجود فروق ذات دلالة احصائية عند ٠,٠١ بين منخفضي ومرتفعي الصلابة النفسية في نمط الاستجابة للضغوط في كل جميع ابعاد مقياس نمط الاستجابة للضغوط والدرجة الكلية له باستثناء بعد العدوان حيث كانت الفروق بين المجموعتين غير دالة احصائيا.

وتشير هذه النتيجة الى أن الاشخاص ذوى الدرجة المرتفعة من الصلابة يتميزون بالقدرة على الاستجابة للضغوط بدرجة افضل من ذوى الدرجة المنخفضة من الصلابة، فهم أكثر قدرة على التعامل مع الموقف الصادم بدرجة اقل من التوتر والغضب والحزن والاكتئاب والاحباط ، ولا يؤثر الحدث الصادم على الجانب العضوي فيهم بنفس الدرجة التي يحدثها لدى الاشخاص الاقل صلابة، ويرجع ذلك الى أن الصلابة النفسية

بمكوناتها: الالتزام والتحكم والتحدي طبقاً لتصور كوبازا تعد جوهر السواء النفسي الذي يزرع في الفرد روح التحدي والمقاومة والتغلب على كل ما يواجهه من صعاب.

كما أن الصلابة النفسية تساعد على التكيف السليم والجيد في أوقات الشدة والضغط والصدمات مع بقاء الأمل، والثقة بالنفس، والقدرة على التحكم بالمشاعر (التنظيم العاطفي)، والقدرة على حل المشكلات، وفهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم، وهي امتلاك الفرد لمجموعة من السمات التي تساعد على مواجهة مصادر الضغط، منها القدرة على الالتزام، والقدرة على التحدي، والقدرة على التحكم في الأمور الحياتية. ولذلك ترتبط الصلابة بعدة أمور أهمها: إمكانيات الفرد الشخصية، وقدرته على التعلم من الخبرة الصادمة، نظرة الفرد إلى الوضع القائم على أنه تحد وفرصة للنمو والتطور، ونظرة الفرد إلى الوضع القائم على أنه أزمة وشيء مزعج.

نتائج الفرض الثالث، وينص هذا الفرض على "تنبئ بعض ابعاد الصلابة النفسية دون غيرها بنمط الاستجابة للضغط"

جدول ()

نتائج تحليل التباين لأبعاد الصلابة النفسية عن الدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الانحدار	٤٨٩٥٧,٧٠	٣	١٦٣١٩,٢٣	٤٤٣,١٩	دالة عند ٠,٠١
البواقي	٢٠٦٢,٠٣	٥٦	٣٦,٨٢		
المجموع	٥١٠١٩,٧٣	٥٩			

جدول ()

نتائج تحليل انحدار ابعاد الصلابة النفسية المنبئة بالدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغط لدى مرضى القلب

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	R الارتباط المتعدد	نسبة المساهمة R2	قيمة B	قيمة Beta	قيمة ت	مستوى الدلالة
نمط الاستجابة للضغط	التحكم في النفس	٠,٩٤	٠,٨٧	٣,٥٧-	٠,٥٩-	١٣,٩٢	٠,٠١
	الفاعلية الذاتية	٠,٩٦	٠,٩٣	١,٧٥-	٠,٢٨-	٦,٩٣	٠,٠١
	الواجب على النفس	٩٨	٠,٩٦	١,٤٨-	٠,٢٣-	٦,٦٤	٠,٠١
قيمة الثابت العام = ٣٢٠,٤٧							

يتضح من الجدول السابق أن جميع ابعاد الصلابة النفسية تنبأ بالدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغط بنسبة مساهمة إجمالية مقدارها ٩٦% (٨٧% للتحكم بالنفس - ٦% للفاعلية الذاتية - ٣% للواجب على النفس)، ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية للعلاقة بينهم:

نمط الاستجابة للضغوط = -0,09 × التحكم في النفس - 0,28 × الفاعلية الذاتية - 0,23 × الواجب على النفس + 0,47. 320.

وفسر الباحث نتيجة هذا الفرض بأن أبعاد الصلابة النفسية لها دور هام في التأثير على نمط الاستجابة للضغوط، حيث كان لبعده التحكم في النفس النسبة الأكبر في التأثير على ابعاد نمط الاستجابة حيث يتضمن التحكم قدرة الفرد على اتخاذ القرارات وتفسير الأحداث بطرق ايجابية، كما يتضمن قدرة الفرد على السيطرة و التحكم في أحداث الحياة المتغيرة و المثيرة للمشقة النفسية، ويبي ذلك بعد الفاعلية الذاتية حيث ان أهمية هذا البعد ترجع الى قدرة الفرد على اكتشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية و الاجتماعية التي تساعد على مواجهة الضغوط بكفاءة ، كما انها تجعل الفرد أكثر تحدياً لمواجهة الضغوط، كما ترجع أهمية بعد الواجب على النفس إلى تحديد الفرد لقيمه وأهدافه نحو مجالات الحياة المختلفة، وانه يؤدي إلى اتجاه الفرد إلى التعامل الايجابي مع الأحداث الضاغطة.

- أكدت كوبازا على دور الصلابة النفسية في التعامل مع ضغوط الحياة وأن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة أظهروا مجموعة متميزة من السلوك والمعتقدات والاتجاهات السلوكية التي تجعلهم أكثر مقاومة وفعالية في الاستجابات المختلفة نتيجة للضغوط التي يتعرضون لها، كما أنهم أكثر قدرة على إعادة صياغة وتفسير الخبرات السلبية لذا ينخفض مستوى التوتر النفسي لديهم.

- أكدت العديد من الدراسات أهمية دور الصلابة النفسية كدراسة محمد منور الشمري (2014) - دراسة خالد العبدلي (2012) - دراسة (Stephenson,1990)

- اتفقت دراسة محمد الشمري (2014) مع نتائج الفرض الحالي حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة طرد بين أبعاد الصلابة النفسية (التحكم - الالتزام - التحدي) وبين الضغوط النفسية، كما اتفقت دراسة كوبازا (Kobasa,1982) مع نتائج الفرض الخامس حيث أظهرت نتائج الدراسة أن ابعاد الصلابة النفسية تمثل مصدراً للمقاومة و الصمود و الوقاية من الأثر الذي تحدثه الأحداث الضاغطة، فبعد التحكم يقلل من الشعور بالضعف، و التحدي يقلل من الشعور بالتهديد، كما أظهرت الدراسة وجود ارتباط دال بين بعدي الالتزام و التحكم والإدراك الواقعي للأحداث الضاغطة.

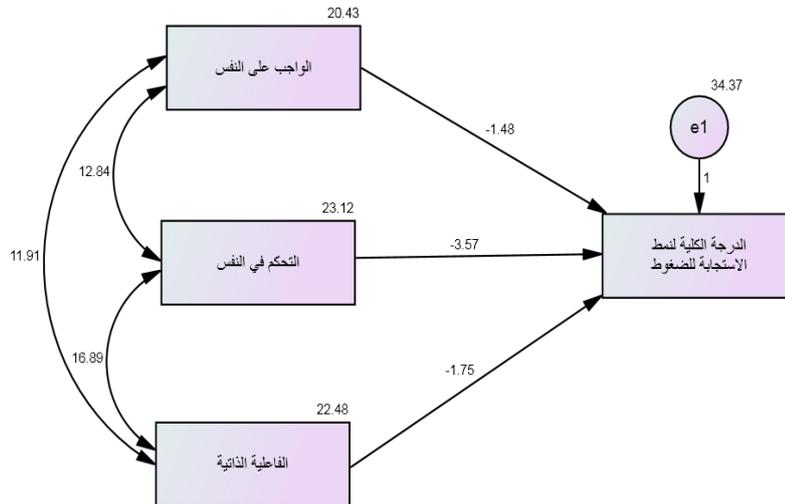
- اختلفت نتائج دراسة عزة الرفاعي (2003) ودراسة ميتشل (1989) مع نتائج الفرض الخامس حيث أشارت نتائج الدراسات إلى وجود ارتباط عكسي بين الصلابة النفسية وتقييم الأحداث المثير للتهديد.

- ويرى الباحث أن ابعاد الصلابة النفسية وهي الالتزام والتحكم والتحمدي لها دوراً هاماً في مساعدة الفرد على تحديد أهداف ايجابية في الحياة والتحكم في الانفعالات بشكل جيد وتمتع الفرد بالثبات الانفعالي

والإدراك الجيد للأحداث المزمنا وبالتالي يتحقق مستوى مرتفع من الصلابة النفسية التي تسهم في الوصول إلى مستوى جيد من الصحة النفسية والجسدية وتساعد مرضى القلب على تحطى الازمات النفسية ومواجهة ضغوط المرض بتحدي.

نتائج الفرض الرابع: ينص هذا الفرض على: تكون أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغوط فيما بينها نموذجاً سببياً يوضح العلاقة بينهما.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بإجراء تحليل المسار باستخدام برنامج AMOS باعتبار أبعاد الصلابة النفسية متغيرات مستقلة والدرجة الكلية لنمط الاستجابة للضغوط كمتغير تابع، وأسفر التحليل عن النموذج الموضح بالشكل التالي:



➤ مؤشرات جودة النموذج:

تشير نتائج تحليل المسار التي تم الحصول عليها عن وجود قيمة دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ لمعامل ٢ كما بلغ الجذر التربيعي لمتوسط الاقتراب RMSEA ٠,٣١٨ وهي قيمة كبيرة (إذ أن المدى المقبول يتراوح بين ٠,٠٥ — ٠,٠٨) وهذه النتيجة لا تخدم صحة النموذج، ونظراً لأن اختبار كاس ٢ حساس للغاية لدرجة أن الفروق البسيطة بين النموذج المختبر والأصلي تعطي دلالة إحصائية لمعامل ٢ فإنه من المفيد الاستدلال ببعض المؤشرات الأخرى لجودة النموذج

ومن المؤشرات الجيدة التي ظهرت في النموذج الحالي ما يأتي:

- القيمة الصغرى LO90: وتساوى ٠ صفر (جيد)، والقيمة المقبولة له يجب ألا تتعدى ٠,٠٥.
 - القيمة الكبرى HI90: تساوى صفر (جيد)، والقيمة المقبولة يجب ألا تتعدى ٠,٠٨.
 - مؤشر الصدق التقاطعي المتوقع ECVI: يساوى ٠,٣٣٩ (جيد)، إذ يجب أن يكون أقل من قيمة النموذج المستقل الذي يساوى ٠,٨٤٢.
 - محك المعلومات لأيكيك AIC: ويساوى ٢٠,٠٠ (جيد)، إذ يجب أن يكون أقل من قيمة النموذج المستقل الذي يساوى ٤٩,٧١.
 - مؤشر المطابقة المعياري NFI: يساوي واحد صحيح (جيد)، إذ يجب أن يزيد عن ٠,٥٠.
 - مؤشر جذر متوسطات مربعات البواقي RMR: يساوي صفر (جيد)، إذ يجب أن يتراوح بين صفر، ١.
- وإن كان معامل كا^٢ يشير إلى أن النموذج ليس مثالياً، إلا أن المؤشرات الأخرى تشير إلى أن النموذج مقبول نسبياً على الأقل

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الفرضين الأول والثاني التي توضح وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية ونمط الاستجابة للضغوط لدى مرضى القلب، حيث تعد الصلابة النفسية عامل مؤثر وقوي في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المولدة للأزمات الشديدة مثل (حالات الوفاة - الأمراض المزمنة - الحوادث.... وغيرها) التي تؤثر على حياة الأفراد وتمثل عائق في مواصلة الحياة بشكل طبيعي، وقد أشارت كوبازا إلى أن الصلابة النفسية لها دور في مقاومة الأحداث الشاقة، وتجعل الفرد أكثر قدرة على تحمل الإحباطات والضغوط، كما أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية الجيدة يستجيبون بشكل فعال للظروف الضاغطة حيث أكد (Delahaij,2010) أن لديهم قدرة على التركيز على المشكلة أكثر من التركيز على المشاعر في عملية المواجهة، كما أكدت نظرية كوبازا إلى عملية التقييم المعرفي لخصائص الفرد النفسية كالصلابة النفسية التي تؤثر على تقييم الفرد للحدث الضاغط وأيضاً في تقييمه لأساليب مواجهة الضغوط ممثلة في (مواجهة المشكلات - الهروب - التجنب - تحمل المسؤولية - البحث عن المساندة الاجتماعية)، وترى الباحثة أن الصلابة النفسية مصدر دعم نفسي قوي ومؤثر في مواجهة الضغوط النفسية والأزمات بوجه عام والضغوط النفسية التي يتعرض لها مرضى القلب بشكل خاص، حيث تعتبر صدمة التعرض لمرض مزمن كأعراض القلب مصدر ضغط نفسي شديد، لذلك كلما زادت الصلابة النفسية لدى مرضى القلب زادت أساليب مواجهتهم لضغوط المرض.

توصيات الدراسة:

- الاهتمام بدور العوامل النفسية لمرضى القلب والاهتمام بهم من الناحية السيكولوجية..

- تزويد المستشفيات والأقسام الخاصة بالعناية بمرضى القلب بالأخصائين النفسيين لدراساتهم وتوجيههم لزيادة قدرتهم على التعامل مع الضغوط وتحسين نمط الاستجابة لها.
- ضرورة الاهتمام بالبرامج الإرشادية التي تقدم المساندة الاجتماعية والنفسية لمساعدة مرضى القلب على مواجهة ضغوطهم
- اقامة دورات تدريبية للأباء والأمهات للتوعية بضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية للأبناء وخصوصاً المرضى منهم.
- الاهتمام بتدريب الأطباء على مراعاة الاحتياجات النفسية لمرضى القلب لما له أثر فعال في تحسن الحالة الصحية لديهم.

المراجع:

- اعتدال معروف (٢٠٠١). مهارات مواجهة الضغوط، مكتبة الشقري للنشر والتوزيع، الرياض.
- بشرى إسماعيل (٢٠٠٤). ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- تغريد حسنين حنفي (٢٠٠٧). المناخ الاسري وعلاقته بالصلاية النفسية لدى المرهقين من الجنسين. رسالة ماجستير، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- حسن مصطفى عبد المعطي (١٩٩٤). ضغوط الحياة واساليب مواجهتها: دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والاندونيسي، بحوث المؤتمر العاشر لعلم النفس في مصر، كلية التربية، جامعة المنيا.
- حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٦). ضغوط الحياة واساليب مواجهتها، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- رشا راغب ابراهيم (١٩٩٨). الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- زيدان السرطاوي، عبد العزيز الشخص (١٩٩٨). بطارية قياس الضغوط النفسية وأساليب المواجهة والاحتياجات لأولياء أمور المعوقين، دار الكتاب الجامعي، العين.
- زينب نوفل راضي (٢٠٠٨). الصلاية النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية- غزة.
- سيد أحمد البهاس (٢٠٠٢). النهك النفسي وعلاقته بالصلاية النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. مجلة كلية التربية جامعة طنطا، المجلد الاول، العدد ٣١، ص ٣٩٠ - ٣٩١.

- طه عبد العظيم حسين؛ وسلامة عبد العظيم حسين (٢٠٠٦). استراتيجيات مواجهة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر، الاردن.
- عادل عبد الرحمن الهلالي (٢٠٠٩). بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتى التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة دراسة مقارنة، رسالة ماجستير، كلية التربية- جامعة ام القرى.
- عبد الستار إبراهيم (٢٠١١): العلاج النفسي السلوكي الحديث، أساليبه ومبادئ تطبيقه، دار البحر للنشر والتوزيع، القاهرة.
- علي إسماعيل علي (١٩٩٩). استراتيجيات الخدمة الاجتماعية المدرسية للتدخل في مواقف الضغوط والأزمات، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- علي عسكر (٢٠٠٢). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق. دار الكتاب الحديث، الكويت.
- عماد مخيمر (٢٠١٢). استبيان الصلابة النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- فوفية حسن رضوان (٢٠١٥). مقياس الصلابة النفسية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمود شوقي حسين (١٩٩٧). ضغوط الحياة وعلاقتها بوجهة الضبط في المجتمع الريفي، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- مدحت عباس (٢٠١٠). الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية، مجلد (٢٦)، ص ١٨٦ - ٢٣٣.
- مديحة عبد العزيز محمد الجمل (٢٠٠٤). فعالية برنامج إرشادي في تخفيض مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- مروة السيد (٢٠٠٩). الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
- نيفين السيد حسين (٢٠٠٩). فعالية برنامج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية لدى تلميذات المرحلة الإعدادية المساء إليهن والدياً. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المنصورة.

-هارون توفيق الرشيدى (١٩٩٩). الضغوط النفسية - طبيعتها ونظريتها - برنامج لمساعدة الذات في علاجها، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.

- Derubies, C.D. et. al (2002) **Comparison Between Treatment And cognitive Behavioral Therapy In The Treatment of Depression In cardiac patients.**
- Fisher,J (1984).Environment Psychology . New York ,Holt , Rine Hart and Winston.
- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1990). Life Stressors, Resistance Factors, and Improved Psychological Functioning: An Extension of the Stress Resistance Paradigm. **Journal of personality and social psychology, 58(5), 909-917**
- Huffman, K. Vernoy, M. & Vernoy, J. (1997). **Psychology in Action.** John Viley & Sons, Inc,420.
 - Kobasa, S. & Puccetti,M. (1983). Personality and social Resources in stress resistance, **Journal of personality and social Psychology, Vol. 45, No.(4), pp.839-850.**
 - Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality and health An inquiry into hardiness, **Journal of personality and social Psychology, Vol. 37, No.(1),** The American Psychological Association, pp.1-11.
 - Kobasa, S.C.& Maddi,S.R., Kahn,S. (1982). Hardiness and Health A prospective study, **Journal of personality and social Psychology, Vol. 42, No.(1), pp.168-177.**
 - Lockner D. A., (1998). **A generalized law for brittle deformation of Westerly granite,** J. Geophys. Res., 103, 5,107-5,123.
 - Moos, R.H. & Puccetti,M. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the solution of life events, **Journal of Behavioral Medicine, No.(4), pp.181-189.**
 - Myers , D.(1996). **Exploring Psychology ,3rd edition.** New York: Worth Publishers.
 - Sarson ,L (1984) . Stress . Anxiety and Cognitive Interference .Reaction to Test:II. Press .Sac . **Journal of Psychology .Vol 46.**
 - Selye,H.(1976). **The stress of life,** New York: McGraw-Hil
 - Smith ,A (1993) . The Effects of Noise and Memory Load on a Running Memory Task. **British Journal of Paschology .Vol 74.**
 - Stephenson, L.(1990). **Relation Between Coping Style and Hardiness Between Male and Female Employed As Attorneys and Bankers DAL-B,50/09,4262**
 - Wiebe, D. J. (1991). Hardiness and stress moderation: A test of proposed mechanisms. **Journal of Personality and Social Psychology, 60(1), 89-99.**