

مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالهناء الشخصي لدى عينة من الباحثين النفسيين بدولة الكويت

The level of psychological Hardiness and its relationship to personal well-being among a sample of psychological researchers in the State of Kuwait

خليفة مشعل حمد الشمري (1) Khalifa Mishal Hamad Al-Shammari (1)

[10.15849/ZJJES.260330.06](https://doi.org/10.15849/ZJJES.260330.06)

المخلص:

هدفت الدراسة الحالية تعرف مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالهناء الشخصي لدى عينة من الباحثين النفسيين بدولة الكويت. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لأغراض هذه الدراسة، ولغايات تحقيق هدف الدراسة تم إعداد مقياسين، الأول بهدف تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين وبلغ عدد فقراته (22) فقرة. أما المقياس الثاني وبلغ عدد فقراته (21) فقرة، فهذه إلى تعرف مستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين. جرى توزيع المقياسين على عينة الدراسة المكونة من (299) باحثاً نفسياً ممن يعملون بوزارة التربية بدولة الكويت. وكشف التحليل الإحصائي للبيانات عن مجموعة من النتائج أهمها: وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية والهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين بدولة الكويت، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة إحصائياً، حيث إن ارتفاع مستوى الصلابة النفسية يؤدي لرفع مستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت. وخلص البحث إلى عدد من التوصيات، من أبرزها: اهتمام وزارة التربية بدولة الكويت بتعزيز مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين باعتبارها أهم مؤشرات الصحة النفسية.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، الهناء الشخصي، الباحثين النفسيين، المرشدين النفسيين والتربويين، دولة الكويت.

Abstract :

The current study aimed to identify the level of psychological resilience and its relationship to personal well-being among a sample of psychological researchers in the State of Kuwait. The study followed a descriptive correlational approach, as it is suitable for the study's objectives. To achieve this objective, two scales were developed. The first, consisting of 22 items, aimed to assess the level of psychological resilience among the researchers. The second, comprising 21 items, aimed to determine their level of personal well-being. These scales were administered to a sample of 299 psychological researchers working at the Kuwaiti Ministry of Education. Statistical analysis of the data revealed several key findings, most notably a high level of both psychological resilience and personal well-being among the Kuwaiti psychological researchers. A statistically significant correlation was also found, indicating that higher levels of psychological resilience lead to higher levels of personal well-being. The research concluded with several recommendations, the most prominent being the Kuwaiti Ministry of Education's should focus on enhancing psychological resilience among its researchers, recognizing it as a crucial indicator of mental health.

Keywords: Psychological resilience, personal well-being, psychological researchers, Counselor Educational Psychology, State of Kuwait.

(1) Ministry of Education

* Corresponding author Massaf2@yahoo.com

Received: 30/09/2025

Accepted: 11/01/2026

(1) وزارة التربية

* للمراسلة: Massaf2@yahoo.com.

تاريخ استلام البحث: 2025/09/30

تاريخ قبول البحث: 2026/01/11

المقدمة:

إن علم النفس يمكن أن يضطلع بدور هام في القرن الحالي وذلك بمساعدة الأفراد الإقبال على الحياة والمشاركة الفاعلة في الحياة المدنية، خاصة بعد أن أحدث (سليجمان) ثورة في علم النفس المعاصر؛ إذ وجه الأنظار إلى ضرورة الاهتمام بدراسة الجوانب الإيجابية للشخصية الإنسانية، وأن تصبح بموازاة الاهتمام بالجوانب السلبية.

ويرى هذا الاتجاه أن الكشف عن هذه العوامل والمتغيرات وتعهدها بالرعاية والتنمية، يؤدي إلى فهم الفرد لذاته وحثه على تغيير طرق تفكيره السلبية في نفسه وفيمن حوله. وقد يساعد الباحثون وجود منهجية أكثر شمولية حول السمات النفسية الإيجابية في إيجاد متغيرات أكثر حيوية ومحورية في تفسير الأداء الناجح للطالب، وتعد الصلابة العقلية عاملاً هاماً في فهم وتطور المعرفة في هذا الجانب (حسين، 2017).

ويساعد متغير الصلابة على الإدراك المعرفي للأحداث اليومية إذا ما تمت رؤيته على نحو واقعي؛ فيعتقد الأفراد ذوو الصلابة في كفاءتهم في تناول الأحداث الحياتية، ومن ثم فهم يرون الأحداث اليومية الشاقة بصورة واقعية وتفاعلية (راضي، 2012). وضمن هذا السياق فقد أكد علوي (2014) أن الصلابة النفسية تكمن أهميتها في كونها تعمل على مقاومة الضغوط والشدائد التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية.

ولقد تناول الباحثون تعريفات وخصائص الصلابة العقلية الأمر الذي أدى إلى وجود العديد من الخصائص النفسية الإيجابية المرتبطة بالصلابة العقلية (Jones, Hanton, & Connaughton, 2015). وعلى الرغم من مساهمة هؤلاء الباحثين في بناء الفهم العام للصلابة العقلية، إلا أن هذا المجال لا يزال في مراحله المبكرة من البحث. وأشار جكسياردي (Gucciardi, 2015) إلى أن الصلابة العقلية من المفاهيم الهامة والمفيدة وذات المعنى للإنجاز، وفي حياة الأفراد.

وتشير الصلابة العقلية إلى مستوى التزام الفرد وتحكمه وتحديه وثقته بنفسه أثناء تحقيقه لأهدافه (Crust & Azadi, 2009) ومرتفعي الصلابة العقلية يكونون أكثر مرونة في المواقف الضاغطة. ويرى ديورست (Dewhurst, 2012) أن مرتفعي الصلابة العقلية يكونون أقل تشتتاً أثناء التعامل مع المعلومات غير ذات الصلة في مهام الذاكرة.. كما وجد هاردي (Hardy, 2014) أن الصلابة العقلية ترتبط بمهام التعلم المعقدة، كما تؤثر بصورة موجبة في الأداء المعرفي والنجاح الأكاديمي.

وأشار كولتر (Coulter, 2010) إلى أن الصلابة العقلية هي الأساس الذي يستند عليه الفرد في تحقيق أهدافه. كما بين كرسست (Crust, 2014) أن مكونات الصلابة العقلية ترتبط مع متغيرات أخرى كالصحة النفسية والتحصيل الدراسي.

ويعد الهناء الشخصي أو النفسي من المتطلبات الأساسية لتحقيق الصحة والسعادة النفسية، حيث تتيح للفرد الاستمتاع بالحياة وإشباع حاجاته الأساسية التي تتفق مع القيم المجتمعية. ويؤكد خرنوب (2016) أن خلو الفرد من المرض لا يعني انه يتمتع بصحة نفسية، فالاصل هو الصحة وليس المرض وإذا ما تم التركيز على إشاعة الهناء والأمل والرضا والاستمتاع بالعلاقات مع الآخرين استطاع الفرد أن يتكيف مع مجتمعه. فالسلامة النفسية أمر حاسم

لتكوين علاقات ذات قيمة وتحقيق إمكانات الفرد.

ويعد الهناء الشخصي مؤشراً عاماً ودليلاً على الصحة النفسية والاجتماعية السليمة للفرد، وتقييم الفرد لنفسه وحياته بشكل عام من خلال مجموعة من المؤشرات السلوكية والانفعالية التي تدل على ارتفاع المستويات الإيجابية والرضا عن الحياة والهناء الشخصي، ويستدل عليه من خلال خبرة الفرد في التحكم بانفعالاته والدرجة المرتفعة من الرضا عن الحياة والمستويات الإيجابية، والمستوى المنخفض من المزاج السلبي، وتناول الدسوقي (2023) مفهوم الهناء الشخصي باعتباره تقييمات الأفراد لحياتهم، بما في ذلك الأحكام المعرفية مثل الرضا عن الحياة، والتقييمات الوجدانية كالمشاعر الإيجابية والسلبية.

عرفت ريف (Ryff, 2015) بأنه السعي لتحقيق الكمال الذي يمثل تحقيق الإمكانيات الحقيقية للفرد. كما عرفه العدوانى والظفيري (2022) بأنه: نوعية الحياة المستمدة من تطوير أفضل إمكانات الفرد، وتطبيقها في ملء التعبيرات الشخصية. وعرفه بيريز (Perez, 2020) بأنه الرضا المقترن بالسرور عبر حياة الفرد، والذي يرجع لتقييم الفرد الإيجابي لنوعية حياته وذلك من خلال خبرات انفعالية في الماضي والحاضر، ويتضمن التقييم المعرفي أي رضا الفرد عن حياته، والتقييم الوجداني وهو ما مر به الفرد من خبرات انفعالية.

ويرى الباحث أن الهناء الشخصي هو سعي الفرد من أجل تحقيق الرضا عن نفسه وعن حياته التي يعيشها في مختلف جوانبها.

وأكد بوجنار (Bognar, 2023) وجود عدد من ابعاد الهناء ومستوياته ومنها: الرضا عن الحياة وقابل بينه وبين نوعية الحياة أو جودة الحياة، والوجدان الإيجابي وهو المكون الانفعالي للهناء بوصفه حالة انفعالية سارة، والوجدان السلبية للمعاناة النفسية ذات العلاقة العكسية بالشعور بالرضا الشامل.

ويرى كار (Carr, 2014) أن أبعاد الهناء الشخصي يتم تقسيمها إلى مكونين أساسيين هما: المكون المعرفي وهو الرضا عن الحياة وهو أحكام الفرد المعرفية العامة على حياته ككل بإعتبارها إيجابية ومرضية والمكون الوجداني: ويشمل جانبين هما: جانب الوجداني الإيجابي: وهو الجانب الذي يتضمن مستويات متباينة الدرجة من الانفعالات السارة، والجانب الوجداني السالب وهو الجانب الذي يتضمن مستويات متباينة من الانفعالات غير السارة.

إن مزج هذه المكونات وعلاقتها بالصلابة النفسية يعكس درجة ارتفاع مستوى الصلابة والهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين بدولة الكويت؛ باعتبارهم أحد أهم ركائز العملية التعليمية في المؤسسات التربوية، فالباحث النفسي يعتبر ذو مهنة فنية يقوم عليها باختصاص وذو مهارات معينة، وتستند في ممارستها على أسس وأساليب وأدوات خاصة بها، ولها مبادئ محددة، وتلزم المتخصصين فيها بضرورة الإلمام بسمات واحتياجات المرحلة العمرية للمستفيدين من خدماتها، وهي تسعى إلى جعل الطالب منتجا مع نفسه بحيث يؤدي ذلك به إلى الرضا والسعادة ومن ثم النمو الإيجابي المتكامل لشخصيته. ونظراً لأهمية امتلاك الباحثين النفسيين للصلابة النفسية لدورها في تعزيز الشخصية وعلاقة ذلك بالهناء الشخصي لهم وانعكاساتها على مستوى الأداء العملي في الميدان التربوي؛ فقد جاءت هذه الدراسة بهدف الكشف عن مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالهناء الشخصي لدى عينة من الباحثين النفسيين بدولة الكويت.

مشكلة الدراسة:

يُعدُّ الباحث النفسي اصطلاحاً تعتمده وزارة التربية بدولة الكويت للدلالة على عمل المرشد التربوي والنفسى، اذ يعد الباحث النفسي عرضة للكثير من العوامل التي تؤثر عليه، والتي تنعكس سلباً أو إيجاباً على حياته، إذ أنَّ تلك العوامل

الناجمة عن ظروف البيئة والعمل، والمواقف والأحداث التي تتعلق بوظيفته المتمثلة بالتعامل مع مشكلات الطلاب النفسية والشخصية والاجتماعية والتحصيلية، كما أن العوامل الاجتماعية والضغط النفسية لها أيضاً تأثيراً واضحاً على حياة الباحث النفسي، مما يستلزم وجود الصلابة النفسية لديهم. وبما أن الباحثين النفسيين بدولة الكويت من أهم عناصر النظام التربوي التعليمي لما لهم من أهمية بالغة في النهوض بالمجتمع وتحقيق أهدافه وغاياته، أصبح من الضروري توحيد كل الجهود والمسااعي للاهتمام بهذه الفئة وتوفير كل الظروف الملائمة لضمان نجاح العاملين بهذه المهنة من الباحثين النفسيين، ومحاولة حمايتهم من المشاكل والضغوطات التي قد تواجههم خلال ذلك، والتي قد تنعكس سلباً على أدائهم الوظيفي، وقد تكون حاجزاً وعائقاً كبيراً أمام الكثيرين تمنعهم حتى من مواصلة عملهم بشكلٍ فعال. ومما يعزز أهمية هذا الموضوع نتائج عدد من الدراسات السابقة ومنها دراسة الشمري (2024) التي أكدت أن مستوى الصلابة النفسية لدى المعلمين جاءت بدرجة متوسطة. كما جاءت نتائج دراسة ابراهيم وحسين (2019) لتؤكد أن مستوى الصلابة النفسية كانت متدنية لدى الطلبة والمعلمين. كما أكدت بعض الدراسات السابقة التي تناولت الهناء الشخصي أو النفسي كدراسة محمد (2020) وجود مستوى متوسط من الهناء الشخصي لدى المعلمين. ومن خلال خبرة الباحث الشخصية فقد لاحظ ان الباحثين النفسيين يعانون من ضغوط في مختلف الجوانب المهنية والاجتماعية مما ينعكس سلباً على مستوى الهناء الشخصي لديهم؛ الأمر الذي استدعى إجراء هذه الدراسة كمحاولة للكشف عن مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالهناء الشخصي لدى عينة من الباحثين النفسيين بدولة الكويت. وتحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1- ما مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت من وجهة نظرهم؟.

2- ما مستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت من وجهة نظرهم؟.

3- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين ومستوى الهناء الشخصي لديهم؟.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في جانبين هما:

1- الأهمية النظرية: وتتمثل بالآتي: تتناول هذه الدراسة فئة من الباحثين النفسيين في دولة الكويت وتحتاج إلى الكثير من الدراسة للتعرف عليها بشكل واضح. وتستمد الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تتناوله وهو الصلابة النفسية والهناء الشخصي ودورهما في تحقيق العديد من الأهداف للفرد.

2- الأهمية التطبيقية: يمكن أن تُسهم هذه الدراسة مستقبلاً في وضع تصور لبرامج إرشادية لمواجهة المشكلات التي يعاني منها الباحثين النفسيين العاملين بدولة الكويت. وقد تُسفر نتائج الدراسة عن إعداد برامج تدريبية لتنمية الصلابة النفسية والهناء الشخصي لدى العاملين في مؤسسات الدولة. وإفادة الباحثين في إجراء بحوث مستقبلية في هذا المجال من خلال الاطلاع على أدب النظري للدراسة، وما ستتوصل إليه من نتائج وتوصيات.

مصطلحات الدراسة والتعريفات الإجرائية:

تناولت الدراسة المصطلحات والتعريفات الاجرائية الآتية:

- **الصلابة النفسية:** "إدراك الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط، وتسهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالنهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط" (البهاص، 2015: 391). ويعرفها الباحث إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الباحثون

- النفسيون الذين فحصوا على فقرات مقياس الصلابة النفسية المستخدم لغايات هذه الدراسة.
- **الهناء الشخصي:** هو " تقويم الشخص لردود أفعاله تجاه الحياة ومدى رضاه عنها تبعاً لمدى توافر فرص اشباع وتحقيق احتياجاته" (الشريفين، 2023، 14). ويعرفها الباحث إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الباحثون النفسيون الذين فحصوا على فقرات مقياس الهناء الشخصي المستخدم لغايات هذه الدراسة.
 - **الباحثون النفسيون:** أكد العدره (2025، 4) أن الباحث النفسي هو: الشخص المعد علمياً وعملياً (مهنيًا) للعمل في ميادين العمل الاجتماعي بمختلف مجالاته ومستوياته". أما زهران (2020، 5) فأكد أن الباحثين النفسيين هم " الذين يتخرجوا من أحد الأقسام الجامعية المختلفة في مجال التشخيص والعلاج النفسي، ويختص بالقياس النفسي وإجراء الاختبارات النفسية ودراسة سلوك الطالب واتجاهاته ومساعدة المعالج النفسي".
- حدود الدراسة ومحدداتها:**

أجريت الدراسة ضمن الحدود والمحددات الآتية:

- الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام 2025/2024.
 - الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على عينة من الباحثين النفسيين العاملين في مدارس دولة الكويت.
 - الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة في دولة الكويت:
 - الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على قياس مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بالهناء الشخصي لدى عينة من الباحثين النفسيين بدولة الكويت.
- محددات الدراسة:** تتحدد نتائج هذه الدراسة من خلال الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات).
- الدراسات السابقة:**

استعرض الباحث عدداً من الدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية والهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين، وتم استعراضها متسلسلة من الاحدث للأقدم.

هدفت دراسة **الشمري (2024)** التعرف على مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الاساسية في دولة الكويت، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت العينة من (324) طالبا وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس للصلابة النفسية وجودة الحياة. أظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية (الالتزام والتحكم والتحدي) وجودة الحياة لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة، ووجود علاقة ارتباطية متوسطة دالة إحصائياً بين مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة.

بينما هدفت دراسة **العدواني والظفيري (2022)** تعرف مستوى الهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الاساسية بدولة الكويت. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، تكونت العينة من (289) طالباً وطالبة، ولغايات الدراسة تم إعداد مقياس للهناء النفسي مكون من (23) فقرة. وأظهرت النتائج أن مستوى الهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت مرتفعاً في جميع المجالات (العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الاستقلالية، تقبل الذات، التمكين البيئي).

وأجرت **القماطي (2022)** دراسة هدفت إلى تعرف مستوى الهناء النفسي لدى طلبة جامعة طرابلس في ليبيا. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، وتكونت العينة من (120) طالباً وطالبة، ولغايات الدراسة تم إعداد مقياس للهناء النفسي مكون من (20) فقرة. وتوصلت الدراسة إلى أن تقديرات الطلبة لمستوى الهناء النفسي لديهم كان بدرجة مرتفعة في مجالات العلاقات وتقبل الذات والاستقلالية والحياة الهادفة.

وأجرت **الرئيسي (2020)** دراسة بهدف تعرف الصلابة النفسية لدى عينة من الأخصائيين النفسيين في سلطنة عُمان. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (100) أخصائي وأخصائية نفسيين من مدارس سلطنة عمان، استخدمت الباحثة مقياس الصلابة النفسية. أوضحت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى الأخصائيين النفسيين في سلطنة عمان جاءت بدرجة متوسطة في المجالات الالتزام والتحكم والتحدي. وأن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث من الأخصائيين النفسيين في الصلابة النفسية، وذلك في اتجاه الذكور. أجرى **كريستوفر (2019, Kristopher)** دراسة تهدف إلى التعرف على الصلابة النفسية والفاعلية الذاتية ووجهة الضبط وعلاقتهم بدافعية العمل لدى المعلم، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت العينة من (149) معلماً ومعلمة في الولايات المتحدة الأمريكية. استخدم الباحث استبيان دافعية العمل، واستبيان الصلابة النفسية، ومقياس فاعلية المعلم، ومقياس للضبط الداخلي. أوضحت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى المعلم كانت عالية. وجود علاقة موجبة بين وجهة الضبط الداخلي وبين دافعية العمل وكذلك ارتبطت الصلابة السلبية بعزم أفرادها على تبني وجهة الضبط الخارجية، كما أوضحت نتائج الدراسة أهمية وجهة الضبط كمفهوم مهم لزيادة الدافعية تجاه العمل، وأن الافراد ذوي الضبط الداخلي يعتقدون أن ضبطهم الشخصي يزيد من فعالية سلوكياتهم.

أما دراسة **ابراهيم وحسين (2019)** فقد هدفت إلى تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل بالعراق. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، تكونت العينة من (125) طالباً وطالبة، استخدمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية. وظهرت النتائج ان مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل بالعراق جاء بدرجة متدنية في جميع المجالات الالتزام والتحكم والتحدي.

وجاءت دراسة **محمد (2019)** بهدف تعرف مستوى الهناء النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية والأهلية في مدينة الموصل بالعراق. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، تكونت العينة من (291) معلماً ومعلمة، تم إعداد مقياس للهناء النفسي مكون من (20) فقرة لغايات الدراسة. وأظهرت النتائج أن تقديرات معلمي المدارس الحكومية والأهلية لمستوى الهناء النفسي لديهم جاءت بدرجة متوسطة في مجالات (تقبل الذات، التمكين، الاستقلالية، إقامة العلاقات، والنمو الشخصي).

التعقيب على الدراسات السابقة:

يتبين للباحث من خلال استعراض الدراسات السابقة، ومن خلال استقراء بعض المناهج المستخدمة في هذه الدراسات وبعض أهدافها ونتائجها ما يلي: فيما يتعلق بالمنهج المستخدم فتتفق هذه الدراسة مع بعض الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي الارتباطي كما في دراسة **الشمري (2024)**، ودراسة **كريستوفر (2019, Kristopher)**. في حين ركزت بقية الدراسات السابقة على استخدام المنهج الوصفي كما في دراسة **العدواني والظفيري (2022)**، ودراسة **القماطي (2022)** وغيرها. واستهدفت بعض الدراسات الكشف عن مستوى الصلابة النفسية كما في دراسة **الشمري (2024)**، ودراسة **الرئيسي (2020)** وغيرها، في حين تناولت دراسات أخرى مستوى الهناء الشخصي أو النفسي كما في دراسة **العدواني والظفيري (2022)**، ودراسة **القماطي (2022)**، ودراسة **محمد (2019)**. بينما جمعت بعض الدراسات السابقة بين قياس متغير الصلابة النفسية بمتغيرات أخرى كما في دراسة **كريستوفر (2019, Kristopher)** التي تناولت الصلابة النفسية والفاعلية الذاتية ووجهة الضبط وعلاقتهم بدافعية العمل لدى المعلم. وتتشابه هذه الدراسة مع بعض الدراسات التي درست الصلابة النفسية، إلا أن هذه الدراسة تتميز عن الدراسات السابقة بدراسة مستوى الصلابة

النفسية وعلاقتها بالهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين بدولة الكويت، وتم استخدام المقياس في جمع البيانات. وساعدت الدراسات السابقة الباحث في وضع تصور شامل لمشكلة الدراسة وموضوعها من حيث المفهوم والميزات والخصائص وغيرها. واستفاد الباحث من الدراسات السابقة في توجيه الدراسة الحالية والتعرف على أهمية الخصائص المنهجية والطرق اللازمة لدراسة هذا الموضوع.

منهجية الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبتها لأغراض الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع الباحثين النفسيين العاملين في وزارة التربية بدولة الكويت البالغ عددهم (1210) باحثاً وباحثة، وذلك حسب إحصائيات وزارة التربية.

عينة الدراسة:

تم تحديد حجم العينة الممثلة لمجتمع الدراسة في ضوء المعادلات الإحصائية المحددة للحد الأدنى المناسب لحجم العينة التي تمثل مجتمع الدراسة، ومن الجداول الإحصائية فإن العينة المناسبة لحجم المجتمع البالغ عدده (1210) لا تقل عن (235) مفردة حسب مدخل رابطة التربية الأمريكية. وللحصول على العينة المطلوبة قام الباحث بتوزيع أداتي الدراسة إلكترونياً من خلال الاستعانة بموقع (www.google.com) وقد بلغ عدد الردود الإلكترونية (308) استجابة، وتم استبعاد (9) استجابات لعدم اكتمالها وصلاحياتها للتحليل، ليصبح العدد الإجمالي للردود الإلكترونية الصالحة للتحليل (299) استجابة، بنسبة مئوية بلغت (25%) من مجتمع الدراسة.

أداتي الدراسة:

لغايات هذه الدراسة قام الباحث ببناء مقياسين من أجل قياس مستوى الصلابة النفسية والهناء الشخصي لدى الباحثين بدولة الكويت وذلك بالاعتماد على مراجعة الأدب التربوي ذي العلاقة، والاستفادة من آراء المختصين في الاجتماع وعلم النفس والقياس والتقويم، وبعض الدراسات التي اطلع عليها الباحث في أثناء مراجعته للأدب النظري كدر الشمري (2024)، ودراسة محمد (2019)، وخبرة الباحث الشخصية. وتكوّن مقياس الصلابة النفسية من (25) فقرة مقياس الهناء الشخصي فبلغ عدد فقراته (28) فقرة.

وصف أداتي الدراسة:

استخدم الباحث مقياس ليكرت ذا التدرج الخماسي للتعبير عن درجة موافقة أفراد عينة الدراسة على فقرات أداة الدراسة ويتكون من: (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، بحيث يتم إعطاء القيمة الوزنية (5) إلى موافق بشدة، (4) إلى موافق، (3) إلى محايد، (2) إلى غير موافق، والقيمة الوزنية (1) إلى غير موافق بشدة. وفي سبيل وضع معيار لمفتاح التصحيح للحكم على درجة استجابة أفراد عينة الدراسة على أداتي الدراسة، جرى تقسيم درجة الاستجابة إلى ثلاثة مستويات: مرتفعة، متوسطة، منخفضة؛ وذلك بتقسيم مدى الأعداد من 5-1 في ثلاث فئات للحصول على مدى كل مستوى أي $1.33 = 5 - 1$ وعليه تكون المستويات كالاتي: مستوى منخفض (1-2.33)، ومستوى متوسط (2.34-3.67)، ومستوى مرتفع (3.68-5).

صدق أدوات الدراسة:

تم التحقق من الصدق الظاهري لأداتي الدراسة من خلال عرضها بصورتها الأولية على (10) محكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم الاجتماع وعلم النفس، يعملون في مؤسسات دولة الكويت التعليمية. وذلك للحكم على درجة ملاءمة الفقرة من حيث الصياغة اللغوية وانتمائها للمجال المراد قياسه. وبعد استرجاع الاستبيانات ومراجعة آراء المحكمين، تم اختيار الفقرات التي أجمع المحكمون على مناسبتها بنسبة (80%)، وتم تعديل بعضها من حيث الصياغة اللغوية وحذف الآخر، وأصبح مقياس الصلابة النفسية بصورته النهائية مكوناً من (22) فقرة. ومقياس الهناء الشخصي مكوناً بصورته النهائية من (21) فقرة.

المعالجة الإحصائية: تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية للإجابة عن أسئلة الدراسة: للتحقق من ثبات الأداة استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون. والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للسؤالين (الأول والثاني). أما فيما يتعلق بالسؤال الثالث فتم استخدام معامل ارتباط بيرسون.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

فيما يلي استعراض لنتائج الدراسة ومناقشتها حسب تسلسل أسئلتها.

نتائج السؤال الأول ومناقشته: ما مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت من وجهة نظرهم؟.

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين بشكل عام ولكل مجال من مجالات الدراسة. كما هي موضحة في الجدول (1).

جدول: (1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين مرتبة تنازلياً

حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	1	الالتزام	4.36	0.39	مرتفع
2	3	التحدي	4.34	0.29	مرتفع
3	2	التحكم	4.31	0.29	مرتفع
		الأداة ككل	4.33	0.28	مرتفع

تشير نتائج الجدول (1) بأن المتوسط الحسابي للمقياس ككل هو (4.33)، وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة من مستوى الصلابة النفسية، وقد بلغ أعلى متوسط حسابي لمجال الالتزام حيث بلغ المتوسط الحسابي له (4.36)، وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة من الصلابة النفسية، وفي المرتبة الثانية جاء مجال التحدي بمتوسط حسابي (4.34) وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة من الصلابة النفسية، وفي المرتبة الثالثة جاء مجال التحكم بمتوسط حسابي بلغ (4.31) وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة من الصلابة النفسية. وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة من الباحثين النفسيين لديهم مستوى مرتفع إلى حد ما

من القدرة على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية، ولديهم المقدرة على تحمل الضغوط الصعبة والشدائد التي تواجههم في مختلف جوانب الحياة لتحويلها إلى مواقف وخبرات مفيدة ليكونوا أكثر قدرة وسيطرة لتفادي آثارها السلبية. ويرى الباحث أن الصلابة النفسية تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالانهك النفسي على اعتبار أنه مرحلة متقدمة من الضغوط. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشمري (2024) التي أظهرت أن مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة. كما اختلفت مع نتائج دراسة الرئيسي (2020) التي أوضحت أن مستوى الصلابة النفسية لدى الإخصائين النفسيين في سلطنة عمان جاءت بدرجة متوسطة. وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت على فقرات كل مجال على حدة، حيث كانت على النحو التالي:

أولاً: مجال الالتزام:

جدول: 2 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الالتزام مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	8	أستمتع بالحياة من خلال مواجهتي للتحديات	4.40	0.49	مرتفع
2	7	التزامي بالقيم والمبادئ يعيد قيمة الحياة لدي	4.38	0.60	مرتفع
3	5	أصر على اكتساب المعرفة	4.35	0.49	مرتفع
4	6	أشارك بالدورات التدريبية التربوية التي تخدم عملي	4.30	0.58	مرتفع
5	1	أتمسك بأهدافي وادافع عنها	4.27	0.88	مرتفع
6	2	أحرص على المشاركة في المناسبات الاجتماعية	4.10	0.81	مرتفع
7	3	أشارك في الأنشطة الترفيهية	3.81	0.76	مرتفع
8	4	أسعى لإقامة صداقات جديدة	3.75	0.68	مرتفع
		الدرجة الكلية	4.36	0.39	مرتفع

ويبين الجدول (2) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال الالتزام قد تراوحت ما بين (3.75-4.40)، حيث جاءت جميع استجابات الباحثين النفسيين لمستوى الصلابة النفسية في مجال الالتزام مرتفعة، وجاءت الفقرة رقم (8) ونصها "أستمتع بالحياة من خلال مواجهتي للتحديات" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.40)، بينما جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة

(4) ونصها " أسعى لإقامة صداقات جديدة " وبمتوسط حسابي بلغ (3.75). وقد يعزى السبب في ذلك لاعتقاد الباحث بأن الباحثين النفسيين ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط حيث تقيدهم في تخفيض تهديد الأحداث الضاغطة مما يزيد من مستوى الالتزام لديهم. كما يمكن أن يعزى السبب في ذلك إلى أن الباحثين النفسيين يتعرضون لضغوط وإنهاك أثناء التعامل مع الطلبة، وأيضاً يوكل إليهم العديد من المهام التي ينفذونها في وقت واحد، والتي يمكن أن يخططوا لها بشكل جيد، لذا يحتاج الباحثون النفسيون أن يتمتعوا بصلابة نفسية عالية، خاصة وأنهم قاموا بدراسة خصائص الطلبة التي تحتاج إلى قدرة عالية ممن يتعاملون مع تلك الفئة، لذا جاء الالتزام في المرتبة الأولى لأنه يعد تعاقداً نفسي يلتزم به الباحث النفسي تجاه نفسه وقيمه والآخرين من حوله، فهو يمثل إخلاص الباحث النفسي فيما يلتزمون به خاصة أثناء التعامل مع الطلبة، والالتزام بالقيم والمثل العليا، والمحاولة قدر المستطاع أن يحسنوا علاقاتهم بالطلبة يراها الباحثون النفسيون أنها من أجل الصفات التي يتصف بها الباحث النفسي مع الطلبة بشكل عام. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشمري (2024) التي أظهرت ان مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة في مجال الالتزام. كما اختلفت مع نتائج دراسة الرئيسي (2020) التي أوضحت أن مستوى الصلابة النفسية لدى الإخصائيين النفسيين في سلطنة عمان جاءت بدرجة متوسطة في مجال الالتزام.

ثانياً: مجال التحكم:

جدول: 3 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات التحكم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	5	أؤثر بقوة على الآخرين من حولي	4.37	0.49	مرتفع
2	6	أتحكم بعواطفني في مختلف الظروف	4.36	0.49	مرتفع
3	7	أواجه مصاعب الحياة بحكمة واتزان	4.33	0.47	مرتفع
4	1	أبذل قصارى جهدي لاحقق النجاح لحياتي	4.32	0.55	مرتفع
5	3	أتحكم في المشكلات التي تحيط بي	4.30	0.50	مرتفع
6	2	أخطط لمستقبلي بشكل حكيم	4.21	0.65	مرتفع
7	4	أوزع جهدي على مختلف المسؤوليات الموكلة لدي	4.16	0.71	مرتفع
الدرجة الكلية					
			4.31	0.29	مرتفع

ويبين الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال التحكم قد تراوحت ما بين (4.16-4.37)، حيث جاءت جميع استجابات الباحثين النفسيين لمستوى الصلابة النفسية في مجال التحكم مرتفعة، وجاءت الفقرة رقم (5) ونصها " أؤثر بقوة على الآخرين من حولي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.37)، بينما جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (4) ونصها " أوزع جهدي على مختلف المسؤوليات الموكلة لدي" وبمتوسط حسابي بلغ (4.16). وقد يعزى السبب في ذلك بحسب الباحث لقدرة الباحثين النفسيين بدولة الكويت على الالتزام بالمبادئ والقواعد والقوانين والنظم الاجتماعية والتحكم بالانفعالات الناجمة عن الضغوطات التي يواجهونها في الحياة اليومية وصولاً لتحدي اي ضغوطات ومؤثرات خارجية قد

تؤثر على الحياة اليومية لهم. وقد تعزى هذه النتيجة لطبيعة عمل أفراد عينة الدراسة من الباحثين النفسيين، ويبدو أنهم كباحثين نفسيين، أن العمل في مهنة التعليم أدى إلى صقل شخصياتهم بصورة جيدة، وأكسبهم الوعي الجيد، وبأهمية التحلي بضبط النفس والتحكم بها والثقة والقدرة على التكيف الناجح مع الأحداث الضاغطة ومشكلات الحياة، ليتمكنهم الاستمرار في تأدية عملهم بكفاءة، وليقوا أنفسهم من التعرض للأمراض النفسية والجسدية. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشمري (2024) التي اظهرت أن مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة في مجال التحكم. كما اختلفت مع نتائج دراسة الرئيسي (2020) التي أوضحت أن مستوى الصلابة النفسية لدى الأخصائيين النفسيين في سلطنة عمان جاءت بدرجة متوسطة في مجال التحكم.

ثالثاً: مجال التحدي:

جدول: 4 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات التحدي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	5	أسعى إلى تحقيق أهدافي دوماً	4.41	0.56	مرتفع
2	6	أثق في قدراتي على حل المشكلات العملية	4.36	0.50	مرتفع
2	7	أتحدى الظروف والأزمات التي تواجهني	4.36	0.66	مرتفع
4	1	أواجه المواقف الحرجة والصعبة بكل قوة	4.31	0.49	مرتفع
5	4	أواجه التغيير بكل نجاح	4.26	0.48	مرتفع
6	3	أستمتع في مواجهة الأزمات والتحديات	4.24	0.53	مرتفع
7	2	أستمتع بالتواصل مع المحيطين بي	4.23	0.52	مرتفع
		الدرجة الكلية	4.34	0.29	مرتفع

ويبين الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال التحدي قد تراوحت ما بين (4.23-4.41)، حيث جاءت جميع استجابات الباحثين النفسيين لمستوى الصلابة النفسية في مجال التحدي مرتفعة، وجاءت الفقرة رقم (5) ونصها " أسعى إلى تحقيق أهدافي دوماً " في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.41)، بينما جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (2) ونصها " أستمتع بالتواصل مع المحيطين بي " وبمتوسط حسابي بلغ (4.23). وقد يعزى السبب في ذلك إلى عدة عوامل منها: دور وزارة التربية بدولة الكويت في عقد الدورات التدريبية للباحثين النفسيين في مجالات عديدة التي تعزز مستوى الصلابة النفسية لهم، إضافة للوزع الديني لأفراد العينة سيما وأنهم يعيشون بدولة الكويت التي تتسم بالمحافظة والالتزام القيمي مما يعزز لديهم الصلابة النفسية بكافة مجالاتها. كما يمكن ان يعزى السبب في ذلك إلى أن الباحثين النفسيين ولتحدي ظروفهم الصعبة، قاموا بتبني الاعتقاد بان التغيير بدلاً من الاستقرار امر طبيعي في الحياة، فالشخص الصلب يحاول دائماً ان يتطور ويتغير نحو الافضل. ويرى الباحث أنه مع ازدياد مسؤوليات الشخص، وتعدد الأدوار التي يمارسها في حياته وزيادة الضغوط عليه،

فإن ذلك يؤدي إلى تطوير مستوى صلابة أعلى وآثار إيجابية أفضل للصلابة النفسية في مواجهة أعباء الحياة وأحداثها الضاغطة لدى الأفراد. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشمري (2024) التي أظهرت أن مستوى الصلابة النفسية لدى الطلبة جاء بدرجة متوسطة في مجال التحدي.

نتائج السؤال الثاني ومناقشته: ما مستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت من وجهة نظرهم؟.

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين بشكل عام ولكل مجال من مجالات الدراسة. كما هي موضحة في الجدول (5).

جدول: 5 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين مرتبة تنازلياً

حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	3	الاستقلالية	4.40	0.71	مرتفع
2	1	العلاقات الإيجابية مع الآخرين	4.31	0.85	مرتفع
3	2	تقبل الذات	3.85	0.74	مرتفع
		الأداة ككل	4.18	0.76	مرتفع

تشير نتائج الجدول (5) بأن المتوسط الحسابي للمقياس ككل هو (4.18)، وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة من مستوى الهناء الشخصي، وقد بلغ أعلى متوسط حسابي لمجال الاستقلالية حيث بلغ المتوسط الحسابي له (4.40)، وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة، وفي المرتبة الثانية جاء مجال العلاقات الإيجابية مع الآخرين بمتوسط حسابي (4.31) وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة، وفي المرتبة الثالثة جاء مجال تقبل الذات بمتوسط حسابي بلغ (3.85) وهو يعتبر ذو درجة مرتفعة. وتعد هذه النتيجة منطقية حيث يسعى الفرد باستمرار للاستقلالية وإقامة العلاقات الإيجابية مع الآخرين وتقبل الذات؛ فالرضا عن الحياة بمختلف جوانبها هو أحكام الفرد المعرفية العامة على حياته ككل باعتبارها إيجابية ومرضية. ويرى الباحث أن الأفراد الذين يتميزون بالهناء الشخصي يحققون عديد من الإنجازات الملموسة في كثير من المجالات نتيجة لتمتعهم بالتفكير الإيجابي عند أداء أعمالهم. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة العدوان والظفيري (2022) التي أظهرت أن مستوى الهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت مرتفعاً. وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت على فقرات كل مجال على حدة، حيث كانت على النحو التالي:

أولاً: مجال الاستقلالية:

جدول: 6 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الاستقلالية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	4	أعبر عن آرائي دون خوف، حتى لو كانت تتعارض مع آراء الآخرين	4.47	0.60	مرتفع
2	1	قراراتي لا تتأثر بما يفعله الآخرون	4.41	3.31	مرتفع
3	5	لا أشعر بالقلق بخصوص رأي الآخرين عني	4.39	0.78	مرتفع
4	6	لا أتأثر بالأشخاص ذوي الآراء القوية	4.35	0.94	مرتفع
5	7	أثق بآرائي، حتى لو كانت مخالفة لرأي الأغلبية من الناس	4.32	0.81	مرتفع
6	3	أعبر عن آرائي حول الموضوعات المثيرة للجدل	4.30	0.81	مرتفع
7	2	أحكم بنفسني وفق ما أرى أنه مهم، وليس وفق ما يتفق عليه الآخرين أنه مهم	4.28	0.76	مرتفع
		الدرجة الكلية	4.40	0.71	مرتفع

ويبين الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال الاستقلالية قد تراوحت ما بين (4.28-4.47)، حيث جاءت جميع استجابات الباحثين النفسيين لمستوى الهناء الشخصي في مجال الاستقلالية مرتفعة، وجاءت الفقرة رقم (4) ونصها " أعبر عن آرائي دون خوف، حتى لو كانت تتعارض مع آراء الآخرين" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.47)، بينما جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (2) ونصها " أحكم بنفسني وفق ما أرى أنه مهم، وليس وفق ما يتفق عليه الآخرين أنه مهم " وبمتوسط حسابي بلغ (4.28). وقد يعزى السبب في ذلك إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار، ومقاومة الإجهاد، وضبط وتنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين. إضافة لما يتميز به الباحثين النفسيين بدولة الكويت من الاعتماد على نفسه، واعتباره مستقل وقادر على تقدير شخصيته، وكذلك قادر على مقاومة المواقف الاجتماعية المجهدة للتفكير والتصرف بطرق معينة، ينظم السلوك من الداخل، ويقوم ذاته تبعا لمعايير الشخصية. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة العدوانية والظفيري (2022) التي أظهرت أن مستوى الهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت مرتفعاً في مجال الاستقلالية.

ثانياً: مجال العلاقات الإيجابية مع الآخرين:

جدول: 7 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مجال العلاقات الإيجابية مع الآخرين مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	7	يراني معظم الناس على أنني شخص محب وعطوف	4.40	0.50	مرتفع
2	6	المحافظة على علاقات وثيقة مع الآخرين، امر جيد ويجعلني أشعر بالسعادة	4.38	0.48	مرتفع
3	5	لدي الكثير من الأصدقاء المقربين الذين أشاركهم مخاوفي	4.37	0.46	مرتفع
4	4	أستمتع بالحوار وتبادل الحديث مع أفراد العائلة والأصدقاء	4.36	0.49	مرتفع
5	3	يصفني الناس بأنني شخص يحب العطاء، وعلى استعداد لمشاركة وقته مع الآخرين	4.01	0.50	مرتفع
6	2	لدي علاقات تتصف بالمودة والثقة مع الآخرين	3.94	0.65	مرتفع
7	1	أشعر بالثقة المتبادلة بيني وبين أصدقائي	3.91	0.71	مرتفع
الدرجة الكلية					
			4.31	0.85	مرتفع

ويبين الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال العلاقات الإيجابية مع الآخرين قد تراوحت ما بين (3.91-4.40)، حيث جاءت جميع استجابات الباحثين النفسيين لمستوى الهناء الشخصي في مجال العلاقات الإيجابية مع الآخرين مرتفعة، وجاءت الفقرة رقم (7) ونصها " يراني معظم الناس على أنني شخص محب وعطوف" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.40)، بينما جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (1) ونصها " أشعر بالثقة المتبادلة بيني وبين أصدقائي" وبمتوسط حسابي بلغ (3.91). وقد يعزى السبب في ذلك إلى قدرة الباحث النفسي بدولة الكويت على تكوين وإقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من الود، والتعاطف، والثقة المتبادلة، والتفهم، والتأثير، والصدقة، والأخذ والعطاء. مستمداً ذلك من القيم المجتمعية ومبادئها القائمة على الاسلام. إضافة لما يتمتع به الفرد من صفات فلهذه علاقات دافئة ومرضية وثقة مع الآخرين؛ يشعر بالقلق إزاء رفاهية الآخرين؛ وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة العدوان والظفيري (2022) التي أظهرت ان مستوى الهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الاساسية بدولة الكويت مرتفعاً في مجال اقامة العلاقات مع الآخرين.

ثالثاً: مجال تقبل الذات:

جدول: 8 المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات تقبل الذات مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	3	أشعر بالسرور تجاه الكيفية التي سارت بها حياتي	3.95	0.71	مرتفع
2	4	أنا إيجابي وأشعر بالثقة بوجه عام	3.91	0.82	مرتفع
2	7	أشعر بأن الكثير من الناس الذين أعرفهم، استفادوا من الحياة بقدر ما استفدت أنا	3.88	0.66	مرتفع
4	6	أحب شخصيتي بجميع جوانبها	3.84	0.59	مرتفع
5	1	في العديد من الجوانب أشعر بسعادة من إنجازاتي في الحياة	3.80	0.48	مرتفع
6	2	تقديري لذاتي إيجابية، كشعور معظم الناس تجاه أنفسهم	3.77	0.62	مرتفع
7	5	عندما أقارن نفسي بأصدقائي ومعارفي، أشعر بالرضا عن نفسي وعن حياتي	3.73	0.88	مرتفع
		الدرجة الكلية	3.85	0.74	مرتفع

ويبين الجدول (8) أن المتوسطات الحسابية لفقرات مجال تقبل الذات قد تراوحت ما بين (3.73-3.95)، حيث جاءت جميع استجابات الباحثين النفسيين لمستوى الهناء الشخصي في مجال تقبل الذات مرتفعة، وجاءت الفقرة رقم (3) ونصها " أشعر بالسرور تجاه الكيفية التي سارت بها حياتي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.95)، بينما جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة (5) ونصها " عندما أقارن نفسي بأصدقائي ومعارفي، أشعر بالرضا عن نفسي وعن حياتي" وبمتوسط حسابي بلغ (3.73). ويعود السبب في ذلك إلى قدرة الباحث النفسي بدولة الكويت على تحقيق الذات والاتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة الماضية، وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب إيجابية وأخرى سلبية. إضافة لوجود وعي لدى أفراد عينة الدراسة بأهمية المشاعر الإيجابية وتقبل الذات في تخفيف الضغوطات والمعاناة، كما يمكن أن يكون للدعم والمساندة الذان يقدمهما المجتمع ووزارة التربية بدولة الكويت للباحثين النفسيين في التخفيف من الآثار السلبية للعمل التربوي. واختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة محمد (2019) التي أظهرت أن تقديرات معلمي المدارس الحكومية والأهلية لمستوى الهناء النفسي لديهم جاءت بدرجة متوسطة في مجال تقبل الذات.

نتائج السؤال الثالث: هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين

ومستوى الهناء الشخصي لديهم؟.

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين (الصلابة النفسية) و(الهناء الشخصي) وكانت النتائج كما في الجدول رقم (9).

جدول: 9 معامل ارتباط بيرسون بين الصلابة النفسية والهناء الشخصي

الهناء الشخصي		المتغير
0.069	معامل ارتباط بيرسون	الصلابة النفسية
0.378	مستوى الدلالة	
160	عدد الاستجابات	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل الارتباط بلغت (0.069) وبلغت قيمة مستوى الدلالة المحسوبة (0.378) وبالتالي نستنتج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً، بحيث إن ارتفاع مستوى الصلابة النفسية يؤدي لرفع مستوى الهناء الشخصي لدى الباحثين النفسيين في دولة الكويت. وتعد هذه النتيجة منطقية فكلما كانت الصلابة النفسية للباحثين النفسيين بدولة الكويت بأفضل حالاتها ومستوياتها كلما ارتفع مستوى الهناء الشخصي لديهم. وقد يعود السبب في ذلك للجهود التي تبذلها وزارة التربية بدولة الكويت في تخفيف المعاناة والضغوطات عن الباحثين النفسيين من أجل الوصول لأقصى درجات الاداء في الميدان التعليمي.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء نتائج الدراسة، يوصي الباحث بالآتي:

- 1- اهتمام وزارة التربية بدولة الكويت بتعزيز مستوى الصلابة النفسية لدى الباحثين النفسيين باعتبارها أهم مؤشرات الصحة النفسية.
- 2- استمرار الاهتمام بالباحثين النفسيين ودعمهم بكل الجوانب بما يضمن له العيش الكريم.
- 3- إجراء مزيد من الدراسات تتناول الصلابة النفسية لدى عينات أخرى غير الباحثين النفسيين.
- 4- إجراء مزيد من الدراسات تتناول الهناء الشخصي وعلاقته بمتغيرات أخرى غير الصلابة النفسية.

المراجع:

المراجع العربية:

إبراهيم، باسل وحسين، قاسم. (2019). مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الموصل بالعراق. مجلة الدراسات والبحوث التربوية، 2(8)، 69-102.

- البهاص، سيد. (2015). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، 31(1)، 384 - 414.
- حسين، محمد. (2017). برنامج تدريبي لتنمية الصلابة العقلية وأثره في الإنجاز الأكاديمي والحد من بعض المشكلات الصفية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسياً. مجلة كلية التربية بجامعة الزقازيق، 14(4)، 38-71.
- خرنوب، محمد. (2016). فاعلية تدريبات الصلابة العقلية على مستوى أداء الجملة الإجبارية على جهاز العقلة لناشئي الجمباز. بحوث التربية الرياضية، 40(74)، 44-66.
- الدسوقي، محمد. (2023). الخصائص السيكومترية لمقياس الهناء الشخصي لدى معلمات المرحلة الابتدائية بمطروح. مجلة كلية التربية بجامعة اسيوط، 4(2)، 201-247.
- راضي، زينب. (2012). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الرئيسي، نورة. (2020). الصلابة النفسية لدى عينة من الإخصائيين النفسيين في سلطنة عُمان. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بنها، مصر.
- زهران، محمد. (2020). العمليات الإرشادية والنفسية وسبل تطويرها. القاهرة، دار المعارف.
- الشريفين، نضال. (2023). مستوى الهناء النفسي وعلاقته بالمناعة النفسية لدى عينة من الفاصرات المتزوجات في محافظات إقليم الشمال. المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية. 2(2)، 210-241.
- الشمري، طلال. (2024). مستوى الصلابة النفسية وجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت. مجلة الدراسات والبحوث التربوية، 4(10)، 111-147.
- العدرة، إبراهيم. (2025). الدور الإرشادي للأخصائي النفسي والاجتماعي في الواقع الرقمي الإلكتروني للامن السيبراني. مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية، 53(3)، 1-14.
- العدواني، حمدان والظفيري، سلوى. (2022). مستوى الهناء النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت. مجلة كلية التربية بجامعة الازهر، 200(3)، 626-647.
- علوي، محمد. (2014). الصلابة العقلية وعلاقتها بمركز التحكم ومستوى أداء الطلبة. مجلة بحوث التربية الشاملة، 2، 101-132.
- القماطي، خديجة. (2022). مستوى الهناء النفسي لدى طلبة جامعة طرابلس في ليبيا. الجمعية الليبية لعلوم التربية، 6(2)، 261-289.

محمد، عبير. (2019). مستوى الهناء النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية والأهلية في مدينة الموصل بالعراق. مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية، 15 (4)، 101-59.

المراجع العربية المترجمة:

- Al-Adra, E. (2025). The guiding role of the psychological and social specialist in the digital reality of cybersecurity. *Journal of Human and Social Sciences Studies*, 53(3), 1-14.
- Al-Adwani, H. and Al-Dhafiri, S. (2022). Level of psychological well-being among students of the College of Basic Education in the State of Kuwait. *Journal of the College of Education at Al-Azhar University*, 200(3), 626-647.
- Alawi, M. (2014). Mental toughness and its relationship to the locus of control and the level of students' performance. *Journal of Comprehensive Education Research*, 2, 101-132.
- Al-Bahas, S. (2015). Psychological exhaustion and its relationship to psychological resilience among male and female special education teachers, *Journal of the Faculty of Education, Tanta University*, 31(1), 384-414.
- Al-Desouki, M. (2023). Psychometric Properties of the Personal Well-Being Scale for Primary School Teachers in Matrouh. *Journal of the Faculty of Education, Assiut University*, 4(2), 201-247.
- Al-Qamati, K. (2022). Level of psychological well-being among students of the University of Tripoli in Libya. *Libyan Society for Educational Sciences*, 6(2), 261-289.
- Al-Raisi, N. (2020). *Psychological resilience among a sample of psychologists in the Sultanate of Oman*. Unpublished master's thesis, Benha University, Egypt.
- Al-Shammari, J. (2024). The level of psychological resilience and quality of life among students of the College of Basic Education in the State of Kuwait. *Journal of Educational Studies and Research*, 4(10), 111-147.
- Al-Sharifian, N. (2023). The level of psychological well-being and its relationship to psychological immunity among a sample of married minors in the governorates of the northern region. *International Journal of Psychological and Educational Research*. 2(2), 210-241.
- Hussein, M. (2017). A training program to develop mental resilience and its impact on academic achievement and reducing some classroom problems among academically backward middle school students. *Journal of the Faculty of Education, Zagazig University*, 4(14), 38-71.
- Ibrahim, B. & Hussein, Q. (2019). The level of psychological resilience among students of the University of Mosul in Iraq. *Journal of Educational Studies and Research*, 2(8), 69-102.
- Kharnob, M. (2016). The effectiveness of mental resilience training on the level of compulsory sentence performance on the horizontal bar for gymnastics juniors. *Physical Education Research*, 40(74), 44-66.

- Muhammad, A. (2019). Level of psychological well-being among teachers of public and private schools in the city of Mosul, Iraq. *Journal of Basic Education College Research*, 15(4), 59-101.
- Radi, Z. (2012). *Psychological resilience among mothers of martyrs of the Al-Aqsa Intifada and its relationship to some variables*, unpublished master's thesis, Islamic University, Gaza, Palestine.
- Zahran, M. (2020). *Counseling and psychological processes and ways to develop them*. Cairo, Dar Al-Maaref.

المراجع الاجنبية:

- Bognar, G. (2023). The concept of quality of life, *Journal social theory and practice*, 3, 556-580.
- Carr, M. (2014). Tracking the development of learning dispositions. *Assessment in Education*, 9, 9-37.
- Coulter, T. (2010). Understanding mental toughness in Australian soccer: Perceptions of players, parents, and coaches. *Journal of Sports Sciences*, 28, 699–716.
- Crust, L. & Azadi, K. (2009). Leadership preferences of mentally tough athletes. *Personality and Individual Differences*, 47(4), 326-330.
- Crust, L. (2014). Mental toughness in higher education: Relationships with achievement and progression in first-year university sport students. *Personality and Individual Differences*, 69, 87–91.
- Dewhurst, S. (2012). Identifying the cognitive basis of mental toughness: Evidence from the directed forgetting paradigm. *Personality and Individual Differences*, 53, 587–590.
- Gucciardi, D. (2015). The concept of mental toughness: tests of dimensionality, nomological network and traitness. *Journal of Personality*, 83(1), 26-44.
- Hardy, J. (2014) Relating trait and domain Mental Toughness to complex task learning. *Personality and Individual Differences*, 68, 59-64.
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2015). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 205-218.
- Kristopher, F. (2019). Psychological resilience, self-efficacy, locus of control, and their relationship to teacher work motivation. *Personality and Individual Differences*, 2(4), 112-138.
- kristopher, A. (2019). *the pleasers of psychology icalhavidness*: new American library, newyork.
- Perez, J. (2020). Gender difference in psychological well-being among Filipino college student samples. *International journal of humanities and social science*, 2(13), 84-93.
- Ryff, C. (2015). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 83(1),10-28.