سفر الأبناء وعلاقته بالصلابة النفسية والقلق والاكتئاب على أمهاتهم

Psychological stress and its relationship to psychological rigidity of the mothers of scholarship students for the study

الباحثة عبير حمد علي المقبل

جامعة الملك سعود

المملكة العربية السعودية

المستخلص

تناولت الدراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لأمهات المبتعثين للدراسة تمثلت مشكلة الدراسة فيما يواجها الفرد في حياته العديد من المواقف النفسية، التي تتضمن خيارات غير مرغوب فيها، وأحداث قد تحوي الكثير من مصادر التوتر والقلق والاكتئاب وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات حياته، وهذا من شأنه يجعل أحداث الحياة المثيرة للضغوط تلعب دوراً بارزاً في نشأة أعراض القلق العام والاكتئاب، ومن ثم فأحداث الحياة المثيرة للخوف والاكتئاب والقلق هي بمثابة متغيرات نفسية اجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد. نبعت أهمية الدراسة من أهمية موضوعها الهادف إلى معرفة العلاقة بين سفر الأبناء المبتعثين وعلاقته بالصلابة النفسية والاكتئاب والقلق العام، باعتبارها من عوامل المقاومة التي تعين الفرد على مواجهة المواقف الصعبة وضغوط الحياة وتأمل الباحثة أن تكون هذه الدراسة بمثابة إضافة إلى التراث السيكولوجي الذي ربما يسهم في إثراء المكتبات النفسية السعودية والعربية.كما كمنت أهمية الدراسة في أهمية الفئة المستهدفة، وهن أمهات الأبناء المبتعثين، لتعرضهن لقدر هائل من القلق والاكتئاب وخوفهم على أبنائهم المبتعثين، علماً بأن هذه الفئة بالرغم من أهميتها إلا أنها لم تحظ بنصيب وافر من الدراسة والبحث من قبل الباحثين. هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين والتعرف على درجة مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين والتعرف على درجة مستوى القلق تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة. اختبرت الدراسة الفروض

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، وجود أثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مسافر ، غير مسافر) ومستوى القلق (عالي ، منخفض) والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة، يوجد أثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مسافر ، غير مسافر) في مستوى الاكتئاب والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة. خرجت الدراسة بعدد من النتائج منها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين أمهات الأبناء المبتعثين وأمهات الأبناء غير المبتعثين بمدينة الرياض، وأن الفروق جاءت لصالح أمهات الأبناء المبتعثين. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب بين أمهات الأبناء المبتعثين وأمهات الأبناء غير المبتعثين بمدينة الرياض، وأن الفروق جاءت لصالح أمهات الأبناء المبتعثين. معنوية التأثير المتبادل بين المتغيرين المستقلين (وضع الأبناء ومستوى الصلابة النفسية) وبين المتغير التابع (مستوى القلق). كما قدمت الدراسة عدد من التوصيات والمقترحات أهمها تصميم برامج لزيادة الخبرات التي من شأنها أن تزيد من شعور الأمهات بالصلابة النفسية و التي تمكنهم من المثابرة والتحمل. تطبيق مثل هذه الدراسة على مناطق أخرى في المملكة العربية السعودية وعمل مقارنة بينها. إجراء دراسة مماثلة لهذه الدراسة على متغيرات أخرى كالتوافق النفسي.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية (التوتر، القلق، الخوف، الحرمان)الصلابة النفسية

Abstract

The study dealt with psychological stress and its relationship to psychological rigidity of the mothers of scholarship students for the study. The problem of the study was that when the individual faces in his life many psychological situations, which include unwanted options, and events that may contain many sources of stress, anxiety, depression, risk factors and threats in all areas of his life, and this would It makes stressful life events play a prominent role in the emergence of symptoms of general anxiety and depression, and then fearful life events, depression and anxiety are psychosocial variables that contribute to the impairment of mental health in the individual. The importance of the study stems from the importance of its topic, which aims to know the relationship between the travel of scholarship children and its relationship to psychological hardness, depression and general anxiety, as it is one of the factors of resistance that helps the individual to face difficult situations and life pressures. The researcher hopes that this study will be an addition to the psychological heritage that may contribute to enriching Saudi and Arab psychological libraries. The importance of the study also lies in the importance of the target group, who are the mothers of the scholarship children, because they are exposed to a tremendous amount of anxiety and depression and their fear for their children on scholarship, noting that this group, despite its importance, did not receive a large share of study and research by researchers. The study aimed to identify the degree of anxiety level of the study sample according to the variable of the status of the scholarship and non-scholarship children, to identify the degree of the level of depression in the study sample according to the variable of the status of the scholarship and non-scholarship children, and to identify the degree of anxiety level according to the different level of psychological hardness of the study sample. The study tested the hypotheses that there were statistically significant differences in the level of anxiety in the study sample according to the variable of the status of the scholarship and non-scholarship children, the presence of statistically significant differences in the level of depression in the study sample according to the difference in the status variable of the scholarship and non-

scholarship children, and the presence of statistically significant differences in the level of anxiety according to Due to the difference in the level of psychological hardness of the study sample, the presence of statistically significant differences in the level of depression according to the difference in the level of psychological hardness of the study sample, and the presence of an effect of the interaction between the status of the children (traveling, not traveling) and the level of anxiety (high, low) and psychological hardness of the study sample, There is an effect of the interaction between the children's status (traveling, not traveling) on the level of depression and mental toughness of the study sample. The study came out with a number of results, including: The presence of statistically significant differences in the level of anxiety between mothers of students on scholarship and mothers of non-scholarship children in Riyadh, and that the differences came in favor of mothers of students on scholarship. There were statistically significant differences in the level of depression between mothers of students on scholarship and mothers of non-scholarship children in Riyadh, and that the differences came in favor of mothers of students on scholarship. The significance of the mutual influence between the two independent variables (status of children and level of psychological rigidity) and the dependent variable (level of anxiety). The study also presented a number of recommendations and proposals, the most important of which is designing programs to increase experiences that will increase mothers' sense of psychological toughness, which enables them to persevere and endure. Applying such a study to other regions in the Kingdom of Saudi Arabia and making a comparison between them. Conducting a study similar to this study on other variables such as psychological compatibility.

Keywords: psychological stress (tension, anxiety, fear, deprivation) psychological hardness

1-1 المقدمة

كانت الرحالات العلمية وطلب العلم عبر الدول والأقطار المحلية والعالمية من أهم أسباب تطور ونمو الحضارات وتناقلها عبر الأزمان المختلفة كما تعد من أهم أسباب حفظ الحضارات والثقافات وكانت البعثات الدراسية بين العرب والغرب من أهم روافد الاتصال الحضاري لذا نجد أن البعثات الدراسية إلى الدول الغربية ودول أوربا وخاصة الدول ذات الحضارات القديمة ليس بالأمر الجديد بل بدأ منذ مطلع القرن الثالث عشر الهجري (القرن التاسع عشر الميلادي)، وكانت مصر أول دولة عربية قامت بإرسال بعثات تعلمية وذلك في عهد محمد علي باشا والي مصر. تلتها فيما بعد العديد من الدول.

ومع التطور والتقدم في مجال التعليم والاتصالات وبروز إدارات خاصة بالتعليم وفتح مجالات التبادل الأكاديمي بين مختلف الدول كان للتعليم العالي دور بارز في إعداد الفرد وجعله قادراً على مواكبة التقدم التكنولوجي للقيام بدور إيجابي في الخطط التنموية التي يسعى المجتمع إلى تحقيقها، وتسعى دول العالم عامة والمملكة العربية السعودية على وجه الخصوص للاستفادة من مخرجات التعليم العالي لتنفيذ خططها التنموية، وتحقيق أهدافها الاقتصادية والاجتماعية في الحاضر والمستقبل، فالتعليم العالي في المملكة العربية السعودية مرّ بعدة مراحل أدت إلى تطوره ففي المرحلة الأولى تم إنشاء مدرسة تحضير البعثات إلى مصر في العام 1346هـ. تم بعدها إنشاء كلية الشريعة في مكة وذلك عام 1369هـ، لإعداد معلمين وقضاة وموظفي الدولة وكانت تابعة لمديرية المعارف، ثم إلى وزارة المعارف ثم لجامعة الملك عبد العزيز ثم انفصلت عنها إلى جامعة أم القرى عام 1401هـ. تم بعد هذه الخطوة تأسيس كلية المعلمين في مكة عام 1372هـ، بهدف توفير المدرسين للمرحلة الثانوية. وفي نهاية المرحلة الأولى تم افتتاح كلية الشريعة واللغة العربية في الرياض 1373هـ، وتعدّ نواة لجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، التي تأسست في عام 1394هـ. أما في المرحلة الثانية حيث تعد هذه المرحلة هي البداية الحقيقية للتعليم العالي في المملكة، وذلك لأنها شهدت بداية إنشاء الجامعات السعودية. كما تمّ ابتعاث أكثر من (25) ألف طالب وطالبة خارجيا بتكلفة قدرها (10) مليارات ريال، وتمّ إنشاء (8) مراكز تميّز بحثية، بتكلفة بلغت (491) مليون ريال (الغامدي،1422هـ، ص63).

1-2 مشكلة الدراسة:

يواجه الفرد في حياته العديد من المواقف النفسية، التي تتضمن خيارات غير مرغوب فيها، وأحداث قد تحوي الكثير من مصادر التوتر والقلق والاكتئاب وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات حياته، وهذا من شأنه يجعل أحداث الحياة المثيرة للضغوط تلعب دوراً بارزاً في نشأة أعراض القلق العام والاكتئاب، ومن ثم فأحداث الحياة المثيرة للخوف والاكتئاب والقلق هي بمثابة متغيرات نفسية اجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد (عكاشة,2010م، ص45).

1-3 أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية الدراسة في أهمية موضوعها الهادف إلى معرفة العلاقة بين سفر الأبناء المبتعثين وعلاقته بالصلابة النفسية والاكتئاب والقلق العام، باعتبارها من عوامل المقاومة التي تعين الفرد على مواجهة المواقف الصعبة وضغوط الحياة وتأمل الباحثة أن تكون هذه الدراسة بمثابة إضافة إلى التراث السيكولوجي الذي ربما يسهم في إثراء المكتبات النفسية السعودية والعربية.
- كما تكمن أهمية الدراسة في أهمية الفئة المستهدفة، وهن أمهات الأبناء المبتعثين، لتعرضهن لقدر هائل من القلق والاكتئاب وخوفهم على أبنائهم المبتعثين، علماً بأن هذه الفئة بالرغم من أهميتها إلا أنها لم تحظ بنصيب وافر من الدراسة والبحث من قبل الباحثين.

1-4 أهداف الدراسة:

- التعرف على درجة مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين
- التعرف على درجة مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين
- التعرف على درجة مستوى القلق تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة
- التعرف على درجة مستوى الاكتئاب تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة؟

- التعرف على أثر التفاعل بين وضع الأبناء (مسافر، غير مسافر) ومستوى القلق (عالي ، منخفض) والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة؟
- التعرف على أثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مسافر ، غير مسافر) في مستوى الاكتئاب (شديد ، خفيف) والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة؟

1-5 فروض الدراسة:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة؟
- هل يوجد أثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مسافر ، غير مسافر) ومستوى القلق (عالي ، منخفض) والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة؟
- هل يوجد أثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مسافر ، غير مسافر) في مستوى الاكتئاب والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة؟

1-6 حدود الدراسة:

1-6-1 الحدود الموضوعية:

تقتصر الدراسة على سفر الأبناء المبتعثين وعلاقته بالصلابة النفسية وبكل من القلق العام والاكتئاب على أمهاتهم بالمملكة العربية السعودية.

1-6-2 الحدود المكانية:

تقتصر الدراسة على أمهات المبتعثين بمدينة الرياض.

1-6-3 الحدود الزمانية:

تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الأول للعام (1434هـ - 1435هـ).

1-7 مصطلحات الدراسة:

1-7-1 مفهوم الأبناء المبتعثين:

هم مجموعة من الطلاب يتم ابتعاثهم – أي سفرهم لتكملة دراستهم – إلى إحدى الدول الأخرى.

1-7-2 مفهوم الصلابة النفسية: psychological Hardiness

للصلابة النفسية تعريفات شتى أذكر منها على سبيل المثال لا الحصر ما يلي:

الصلابة النفسية لغوياً: "صلب أي شديد صَلُبَ الشيء صلابة فهو صَلباً وصُلباً أي شديد" (ابن منظور، 1999م، 297).

الإطار النظري والدراسات السابقة

1-2 الإطار النظري

1-1-2 الصلابة النفسية :

إن الضغوط النفسية ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية ، يمر بها الإنسان في أوقات ومواقف مختلفة، تتطلب منه توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة. وهذه الظاهرة شأنها شأن معظم الظواهر النفسية كالقلق والإحباط والعدوان وغيرها، وبالتالي لا نستطيع تجاهلها أو الهرب منها أو أن نكون بمعزل عنها، لأن ذلك يعني نقص فعاليات الفرد وقصور دوره، ومن ثم الإخفاق في الحياة فلا حياة بدون ضغوط وحيث توجد الحياة توجد الضغوط (سلامة، 1991، :475).

وقد أشارت كوبازا (Kobasa,1982:707) إلى أن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه، فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل والنكسات والظروف غير المواتية، ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالاغتراب، ولا يمكننا الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل حياتنا المعاصرة، أي لا حياة بدون ضغوط وحيث توجد الحياة توجد الضغوط.

لقد بدأت الدراسات في السنوات القليلة الماضية تتجاوز مجرد دراسة العلاقة بين إدراك الأحداث الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية، إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة أو عوامل المقاومة أي " المتغيرات النفسية أو

البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها " . (مخيمر، 1996: 275).

2-1-1-2 مفهوم الصلابة النفسية Hardiness

أولاً: الصلابة النفسية لغة :

صلب أي شديد صلب الشيء صلابة فهو صَلب أي شديد (بن منظور، 1999: 297).

ثانياً: التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية :

يعود هذا المفهوم إلى كوبازا (Kobasa) حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط.

وتعرف كوبازا (Kobasa): الصلابة النفسية بأنها " مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ويتعايش معها على نحو ايجابي،وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي " الالتزام، التحكم والتحدي " .

3-1-1-2 أبعاد الصلابة النفسية :

توصلت كوبازا (Kobasa) إلى ثلاثة أبعاد تتكون منها الصلابة النفسية وهي : الالتزام، التحدي والتحكم.

أولاً: الالتزام :

يعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة،وقد أشار (جونسون وسارسون، 1978) إلى هذه النتيجة حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب كما أشار هينك إلى أهمية هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة والتمريض وطب الأسنان.(Hydon,1986:112-114).

ثانياً : التحكم :

أشارت إليه كوبازا (Kobasa,1983:849) " بوصفه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها ".

كما يعرفه (Wiebe,1991:89)بأنه" اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول والتحكم فيها أو إمكانية التحكم الفعال فيها"

ويعني الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار ومواجهة الأزمات (عثمان،2001:210).

ويتضمن التحكم وفقاً لـ (رفاعي، 2003، 31) أربع صور رئيسية هي :

1- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة .

2- التحكم المعرفي

3- التحكم السلوكي

4- التحكم الاسترجاعي

ثالثاً : التحدي :

تعرف (كوبازا ، 1983) مفهوم التحدي بأنه: " اعتقاد الفرد بأن التغيير المتحدد في أحداث الحياة، هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه ، وسلامته النفسية (Funk,1993,336).

كما يعرف (توماكا وآخرون ، 1996) التحدي بأنه تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ رداً على المتطلبات البيئية وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع معاً وتوصف بأنها استجابات فعالة " (محمد ، 2000، 41).

وترى الباحثة بأن متغيراً كالصلابة النفسية يسهم وبشكل ملحوظ في قدرة أمهات المبتعثين على مواجهة الاكتئاب والقلق على ابتعاث أبنائهم وخوفهم عليم.

2-1-2 الاكتئاب

قد عرف الإنسان الاكتئاب أو الانقباض منذ أقدم العصور، وربما يكون أقدم اضطراب طبي مسجل. وعبر التاريخ نُظر إلى الاكتئاب غالباً على أنه أكثر الاضطرابات أو

الأمراض النفسية شيوعاً في كل الحضارات (عبد الخالق، 1991م: 2). ويعود تاريخ الاكتئاب إلى القرن الرابع عندما أطلق الطبيب اليوناني أبو قراط Hippocrates على السوداوية أو الكآبة بالميلانكوليا (وهو الاسم القديم للاكتئاب) (Robbins, 1993).

2-1-2-1 تعريف الاكتئاب.

الاكتئاب من الاضطرابات الحياتية والنفسية المعروفة من زمن بعيد. فقد وجد في ورق البردي المصرية القديمة (حوالي 1500 قبل الميلاد) بعض الملاحظات عن التغيرات التي تنتج عن الاضطرابات التي تصاحب الشيخوخة، وكان الاكتئاب من أبرز تلك التغيرات (عكاشة، 1988م).

2-1-2-2 أعراض الاكتئاب:

أ -الأعراض المزاجية.

ب - الأعراض الدافعية.

جـ - الأعراض البدنية.

د – الأعراض المعرفية.

ويلاحظ من عرض الفئات الأربع السابقة لأعراض الاكتئاب أنها أغفلت جانب العلاقات الاجتماعية في حياة الفرد المكتئب. وهذا ما تم معالجته بواسطة سترونجمانStrongman عام 1996م الذي نظر إلى الاكتئاب على أنه متضمن خمس مجموعات من السمات، هي: مزاج حزين وفتور الشعور، مفهوم سلبي عن الذات يتضمن تأنيب الذات ولومها، رغبة في تجنب الأشخاص الآخرين، فقدان الشهية العصبي والرغبة الجنسية، تغير في مستوى النشاط عادة في اتجاه الكسل، وأحيانا في شكل استثارة (فايد، 2001م).

والأعراض السابقة لا تظهر كلها في آن واحد على شخص واحد، فليس هناك ما تبدو عليه كل المظاهر السابقة للاكتئاب. كما أنها قد تختلف من فرد إلى آخر، فالبعض قد يتخذ لديهم الاكتئاب شكل أحاسيس قاسية من اللوم وتأنيب الذات، ويجيء عند البعض الأخر مختلطاً مع شكاوى جسمانية وأعراض بدنية بصورة قد لا تعرف الحدود بينها، ويعبر عنه في شكل مشاعر باليأس والتشاؤم، والملل السريع من الحياة والناس (سلامة وعسكر، 1992م؛ إبراهيم، 1998م).

2-1-2-3 أنواع الاكتئاب:

تتعدد أنواع وصور الاكتئاب كل على حسب السبب وراء الاكتئاب وقد بين كريبلين- ويعد أول من ميز الاكتئاب كمرض مستقل، ووصف أعراضه- بأن الاكتئاب يوجد على نوعين، أو نمطين هما: الاكتئاب الدوري (النواب)، والاكتئاب النفسي الوراثي. ويعزى النوع الأول لأسباب وراثية، وجسيمة داخلية. أما النوع الثاني ، فهو عبارة عن استجابة قوية، ومستمرة لفترة من الزمن (وتكون عادة على المستوى العصابي). وقد ظهر بعد ذلك نوع ثالث، عرف باسم الميلانخوليا الارتدادية. والمقصود بالارتدادية، أي ما يصيب الجسم نتيجة لتقدم السن (مثل ما يحدث لدى النساء من انقطاع للطمث بعد سن 45-50عام) (ليفيت ولوبين، 1958م).

يقسم الاكتئاب إلى ثلاثة أقسام هي:

1/ الاكتئاب الخفيف

2/ الاكتئاب البسيط (المتوسط الشدة):

3/ الاكتئاب الشديد:

2-1-3 القلــق:

تقول العرب : أقلق الشيء أي حرّكه ، وأقلق القوم السيوف حرّكوها في غمدها .القلق إذن هو الحركة أو الاضطراب وهو عكس الطمأنينة . (السباعي ، 1986م)

فيعرّف ماسرمانMasserman القلق : " بأنه حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد وراء التكيف ".(الكحيمي وآخرون ،2007م)

والقلق هو :" حالة نفسية تتصف بالتوتر والخوف والتوقع ، سواء كان ذلك حيال أمور محددة أو غامضة ، قد يكون هذا الانفعال عارضاً وهو ما يعرفه كل الناس كما يعرفون لحظات الحزن والألم والأسى ، ثم ينقضي هذا الإحساس بانقضاء أسبابه وقد يكون مزمناً ". (السباعي وعبدالرحيم ،1991م)

2-1-3-1 أعراض القلق :

يمكن تقسيم أعراض القلق إلى :

1/ أعراض نفسية : التوتر – الشعور بالخفقان – صعوبة في التركيز – الخوف الغير مبرر.

2/ أعراض جسمية : الخفقان – سرعة التنفس– رعشة " خاصةً في أصابع الأيدي" – عرق " خاصة في راحة اليد " – الشعور بالتعب والإنهاك لأي مجهود ولو كان بسيطاً – اضطرابات النوم.

3/ الجهاز الهضمي: ازدياد الحموضة – سوء الهضم – نوبات من الإسهال – القولون العصبي – مغص – الرغبة في القيء – القيء العصبي .(البنا ، 1983م)

– أما الأعراض العامة للقلق فهي: الإحساس بالانقباض وعدم الطمأنينة والتفكير المُلح واضطراب النوم ، وقد ينعكس هذا الاضطراب النفسي على الجسم فتبرد الأطراف و يتصبب العرق ويخفق القلب وتتقلص المعدة ويفتر الجسم وتعطل القدرة على الإنتاج،وقد يهرب الإنسان إلى أحلام اليقظة كعلاج مؤقت. (السباعي، عبدالرحيم، 1991م)

ويمكن أن يأخذ القلق شكلاً من الأشكال التالية :-

اضطرابات عامة : خوف وتوتر وسرعة الغضب ، إلى جانب الأعراض الجسمية السابق ذكرها . وعادة يستجيب للعلاج الطبي بمركبات البنزوديزبامBenzodiazpams.

اضطرابات تثير الهلع والفزع : ممكن أن نجد أكثر من فرد في نفس العائلة يشكو من نفس الحالة – تستمر فترة قصيرة ولكنها تعود مرة أخرى وتتكون من " قلق شديد – نهجان – خفقان – صداع شديد .

رغبة في القيء – شعور بدنو الأجل "(البنا ،1983م) وقد يتعرض مريض القلق لأزمات حادة Acute Anxiety Attacks قد تستمر دقائق أو ساعات وتنعكس أكثر ما تنعكس على الجهاز الدوري الدموي فيشعر المريض بألم في الصدر ويتهدج التنفس وتضطرب نبضات القلب . وإذا أزمن القلق وأشتد قد يؤدي إلى بعض الأمراض النفسية الجسدية مثل أمراض القلب أو قرحة المعدة وارتفاع ضغط الدم والبول السكري والربو و إكزيما الجلد . (السباعي ، عبدالرحيم ، 1991م)

الخوف المرضي : وهذا النوع من " الإزاحة" ، يحاول المريض نقل مشاعر القلق من شيء غير محدود إلى شيء يستطيع تجنبه حتى يستريح من القلق ، وبما أنها وسيلة غير مجدية فدائرة الأشياء المخيفة تتسع . ومن أشهر أنواع الخوف المرضي ، الخوف من

الأماكن الطليقة والأماكن العامة وما ينتاب المريض من شعور بالرعب عند وجوده في هذه الأماكن والبعض يرجع ذلك إلى خلل في التفكير سببه اختلال عصبي أو كيميائي في المخ .

الاستحواذ الملزم العصبي : هنا تسيطر فكرة غير معقولة على الوعي مثل ضرورة غسل اليد عدد من المرات قبل تقشير البطاطس مثلاً ، أو الذهاب إلى باب المنزل للتأكد من إغلاقه قبل النوم أكثر من مرة . وبالرغم من شعور الإنسان بتفاهة الخاطر أو سخافته إلاّ أن القلق لا ينتهي بتأدية هذا الشيء . وعادة ما يصاب بذلك شخص منظم وذكي وعاقل وقلق بالطبع.

التجاوب مع القلق : يحاول الإنسان التجاوب مع القلق بإحدى الطرق التالية :

أ. الهروب : مثل ركوب السيارة والسير بها بسرعة – السير بسرعة إلى صديق له أو إلى ملتقى يناسب ثقافته – الهروب إلى العمل والاندماج فيه – الأكل بكثرة.

ب. تناول المهدئات : وبلا شك فإن ذلك تفاعل خاطئ وعدم العلاج سيدفع ذلك الشخص إلى الإدمان.

ج. حماية داخلية وخاصة في حالات الشعور بالذنب والشعور بالنقص ، ولنا أن نتعلم أن العدوانية ليست مظهر قوة بقدر ما هي مظهر ضعف .(البنا ، 1983م)

2-1-3-2 أنواع القلق :-

1- قلق الهلع Panic anxiety : يظهر بوصفه إحساساً بالرعب أو الفزع من موضوعات محددة كما في حالة المخاوف المرضية (الخوف من الأماكن المفتوحة ، الخوف من الزحام).

2- القلق العام Generalized anxiety : ويعتبر الشخص مصاباً بالقلق إذا عانى من ستة أعراض أو أكثر من هذه الأعراض مرة كل شهر وعلى نحو دوري :-

- التوتر الحركي Motor tension : الرعشة ، التنميل ، الشعور بالاهتزاز ، التوتر العضلي ، عدم الارتياح ، القابلية للتعب .
- زيادة النشاط للجهاز العصبي اللاإرادي Automatic hyperactivity :وتتمثل في صعوبة التنفس ، برودة الأطراف ، جفاف الحلق والفم ، الإسهال المتكرر ، الغثيان ، الاحمرار خجلاً ، التبول المتكرر .

- الحرص والتيقظ Vigilance &Seanning: حيث صعوبة التركيز والأرق واضطرابات النوم وسرعة التهيج.

3- الرهاب Phobias : وتُحدد في ثلاثة أنواع من رهاب الأماكن العامة وهي الخوف من الأماكن العامة Agora phobia ، الرهاب الاجتماعي Social phobia مثل الخوف من مواقف يجد فيها الشخص أو يتصور أنه أصبح محاصراً بنظرة الآخرين وهذا الاضطراب غالباً ما يبدأ في الطفولة المتأخرة أو المراهقة ، وعادةً ما يكون مزمناً ،والرهاب البسيط Simple phobia (الخوف من الأماكن العالية – الخوف من الأماكن المغلقة – الخوف الأحادي البعد كالخوف من الكلاب والثعابين والحشرات ...الخ).

4- اضطراب الوسواس القهري : وينقسم إلى وساوس Obsession وأفعال قهرية Compulsive

5- اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة : وهي نتاج موقف صدمي ، من شأنه أن يولد أعراض القلق على النحو السابق الإشارة إليه .(عيد ، 2000م)

2-2 الدراسات السابقة:

2-2-1 دراسات تناولت الصلابة النفسية بمتغيرات اخرى

1/ دراسة (البهاص، 2002):

عنوان الدراسة " النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة". هدفت الدراسة إلى معرفة ما إذا كان هناك ارتباط بين درجة النهك النفسي ودرجة الصلابة النفسية، لدى عينة من المعلمين والمعلمات بمدارس التربية الخاصة، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق بين المعلمين والمعلمات في أبعاد كل من النهك النفسي والصلابة النفسية، والتحقق من وجود تأثير للتفاعل بين جنس المعلم وسنوات الخبرة التي قضاها في التدريس، على درجة كل من النهك النفسي والصلابة النفسية، وقد أجريت الدراسة على عينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة للأطفال المعاقين (عقلياً – سمعياً – بصرياً – جسمياً). بمدارس التربية الفكرية، ومعاهد الأمل ، ومعاهد النور، مركز تأهيل الأطفال المعاقين، وجميعهم بالمرحلة الابتدائية بمدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية، بلغ العدد الكلي للعينة 144 منهم 76 معلماً و 68 معلمة، طبقت عليهم

أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس النهك النفسي لمعلمي التربية الخاصة إعداد الباحث واستبانة الصلابة النفسية من إعداد (عماد مخيمر، 2002)، وتقنين الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين أبعاد النهك النفسي وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة، كما أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النهك النفسي في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية، باستثناء بعد الضغوط المهنية تعزى لمتغير الجنس حيث كانت الفروق لصالح المعلمات، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أبعاد الصلابة النفسية لصالح الذكور، كما أشارت إلى عدم وجود أثر دال للتفاعل بين الجنس ومدة الخبرة في الدرجة الكلية للنهك النفسي.

2/دراسة (حمادة وعبد اللطيف ، 2002):

عنوان الدراسة "الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة". هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت، والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وتكونت عينة الدراسة من 282 طالباً وطالبة ، منهم 70 من الذكور و 212 من الإناث، وطبق على العينة مقياسان هما : مقياس الصلابة النفسية من تصميم (Younkin& Betz,1996) ،ومقياس الرغبة في التحكم من تصميم (Burger &Cooper,1976)، والمقياسان من تعريب الباحثين، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه ايجابية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العينة الكلية، وداخل عينتي الذكور والإناث كل على حدة، وأنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية على المقياسين تبعاً لمتغيرات الدراسة الأخرى، وهي : الحالة الاجتماعية ومعدل الدرجات والعمر.

3/ دراسة (Abu Rukba,2005) :

عنوان الدراسة الصلابة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون" هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون، كما هدفت إلى تحديد مستوى الصلابة النفسية والصحية النفسية، والكشف عن أثر بعض المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية، مثل :

المستوى التعليمي للأم، والعمر الزمني للأم والعمر الزمني للأطفال، وجنس الطفل ، على مستوى الصلابة النفسية عند الأمهات.

واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية، ومقياس الأعراض السيكوباثولوجية (SCL-90-R) لقياس الصحة النفسية.

وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى عال من الصلابة النفسية والصحة النفسية ،كما أظهرت وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين مستوى الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون، كما أشارت إلى فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأمهات لصالح الأمهات اللاتي أنهين التعليم الجامعي والثانوي والأساسي، ولكل من عمر الأم، عمر الأطفال، وجنس الطفل.

2-2-2 دراسات تناولت الضغوط النفسية وعلاقاتها بالصلابة النفسية

1/ دراسة (دخان والحجار، 2005) :

عنوان الدراسة " الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم " هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادره، لدى طلبة الجامعة الإسلامية، وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم، إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، والصلابة النفسية لديهم، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة 541 طالباً وطالبة، واستخدم الباحثان استبانتين ، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة ،والثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم .

وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها : وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية، وأشارت إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (62.05%) ، وأن معدل الصلابة النفسية لديهم (77.33%) ، كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا ضغوط بيئة الجامعة – تعزى لمتغيرات الجنس لصالح الذكور، وبينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية – عدا الأسرية والمالية- تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي، كما بينت الدراسة

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية – عد الدراسة وضغوط بيئة الجامعة – تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية- عدا المالية والدرجة لكلية – تعزى لمتغير الدخل الشهري.

2/ دراسة (ياغي ، 2006):

عنوان الدراسة الضغوط النفسية لدى العمل في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية "هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية لعمال محافظات قطاع غزة، وعلاقتها بالصلابة النفسية، في ضوء متغير السن ، مكان الإقامة ، عدد أفراد الأسرة، والحالة الاجتماعية.

تكونت عينة الدراسة من 683 عاملاً من العمال الذين يحملون تصاريح دخول للعمل في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948، وقد طبق الباحث على العينة مقياس الضغوط النفسية، والصلابة النفسية من إعداده ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : يعاني العمال في قطاع غزة من ضغوط نفسية كبيرة بنسبة 74.5%، كما أظهرت الدراسة وجود صلابة عالية لدى العمال بنسبة 74.9%، كما اتضح وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للضغوط النفسية والدرجة الكلية للصلابة النفسية، وأظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط النفسية تعزى إلى عدد أفراد الأسرة لصالح الأسرة التي يبلغ أفرادها (5 – 9 فما فوق) ،ولم تظهر الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط النفسية تعزى لمتغير العمر، والحالة الاجتماعية، مع وجود فروق بين الحالة الاجتماعية ودرجات ضغوط المعابر لصالح المطلقين.

3/ دراسة (أبو ندى ، 2007):

عنوان الدراسة " الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة". هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، والكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وضغوط الحياة ومتغيرات ديموغرافية أخرى هي (الجنس ،النوع ، نوع الكلية ، المستوى الدراسي، دخل الأسرة الشهري) ، وقد تكونت عينة الدراسة نم 549 طالباً وطالبة وهي تمثل حوالي 10% من

مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عددهم 5105 طالباً وطالبة للمستوى الدراسي الثاني والرابع من الكليات المختلفة في جامعة الأزهر.

وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد (مخيمر، 1997) ، وقد قام (الحجار ودخان ، 2005) بتقنينه على البيئة الفلسطينية، وقام الباحث ببناء مقياس لضغوط الحياة وتقنينه على عينة الدراسة، وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية : وجود صلابة نفسية عالية لدى طلبة الجامعة بنسبة 76.02%،وقد شكلت الضغوط السياسية المرتبة الأولى من أبعاد المقياس، وكان في المرتبة الأولى ضغوط التنظيمات الفلسطينية، تلا ذلك ضغوط قمع الاحتلال الإسرائيلي، ثم ضغوط الحصار، كما اتضح من الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة والدرجة الكلية للضغوط لدى عينة الدراسة، وقد أظهرت الدراسة عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الالتزام وبعد ضغوط الرواتب، وضغوط القيم الاجتماعية، والدرجة الكلية للضغوط، وكذلك بين بعد التحكم وبعد ضغوط الحصار وضغوط التنظيمات الفلسطينية، كما اتضح من الدراسة عدم وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للصلابة وبين (ضغوط الرواتب وضغوط التهديد) ، وبينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي الصلابة ومنخفضي الصلابة في درجاتهم على ضغوط الحياة لصالح مرتفعي الصلابة لدى عينة الدراسة ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائي بين مرتفعي الصلابة ومخفضي الصلابة في درجاتهم على ضغوط الحياة فيما عدا ضغوط الرواتب ،وقد كشفت الدراسة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض – مرتفع) ونوع الطالب (ذكور – إناث) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض – مرتفع) ونوع الكلية (علوم – آداب) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض – مرتفع) والمستوى الدراسي (الثاني – الرابع) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للتفاعل بين الصلابة النفسية (منخفض

– مرتفع) ودخل الأسرة الشهري (منخفض – مرتفع) على ضغوط الحياة لدى عينة الدراسة.

3- الإجراءات المنهجية للدراسة

تعد الإجراءات المنهجية محوراً رئيساً في الدراسات العلمية، يتم من خلالها إنجاز الجانب التطبيقي، ويتناول هذا الفصل وصفاً لمنهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة وطريقة اختيارها، وأدوات الدراسة من حيث بنائها وصدقها وثباتها، وخطوات تطبيق الدراسة، ثم أساليب المعالجة الإحصائية في جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، وذلك حسب التفصيل التالي:

3-1 منهج الدراسة:

استخدمت في الدراسة المنهج الوصفي السببي المقارن الذي يصف الظاهرة ويبحث السبب ويقارن بين المتغيرات الثلاثة وهم : الصلابة النفسية ، والقلق العام ، والاكتئاب.

3-2 مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع الدراسة بأنه: "مجموعة من الأفراد أو العناصر التي يريد الباحث تعميم نتائج دراسته عليها ". (الخطيب، 2006م، ص38)، وبناءً على موضوع الدراسة وأهدافها، فقد تحدد المجتمع المستهدف على أن يتكون من(أمهات الأبناء المبتعثين بالخارج في مدينة الرياض).

3-3 عينة الدراسة:

تم اختيار عينة مكونة من (60) عينة من الأمهات، نصفهم من الأمهات اللاتي لديهن أبناء مبتعثين والنصف الآخر من الأمهات اللاتي ليس لديهن أبناء مبتعثين.عن طريق توزيع الاسبتانات على الفئة المستهدفة في البحث (وهن الأمهات لأبناء مبتعثين وأمهات أبنائهم غير مبتعثين) بواسطة الاتصال أولا هاتفيا بالمعارف والأقرباء وأيضا من الأصدقاء لحصر عدد اللاتي يرغبن بالمشاركة ,وتم الاستعانة بصديقة لي للمساعدة بذلك ,وقد روعي أن تكون هذه الفئة متعلمة و شهادتهن لا تقل عن مرحلة الثانوية العامة وحتى الشهادات العليا الجامعية، وبعد حصر العدد تم توزيع الاستبيانات عليهم ,واستلامها منهم ,في غضون أيام قليلة,وقد كانت عملية التوزيع سهلة وميسرة وكانت

الأمهات متعاونات ,ولم أجد صعوبة تذكر إلا عند محاولة حصر العدد بالشروط المطلوبة لتلك الفئة.

جدول رقم (1) يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير العمر

العمر	أمهات لديهن أبناء مبتعثين		أمهات ليس لديهن أبناء مبتعثين	
	التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%
من40إلى 45 سنة	10	%33,34	7	%23,34
من46إلى 50 سنة	12	%40	15	%50
من51إلى 55 سنة	5	%16,66	6	%20
56 سنة فأكثر	3	%10	2	%6,66
المجموع	30	%100	30	%100

جدول رقم (2) يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	أمهات لديهن أبناء مبتعثين		أمهات ليس لديهن أبناء مبتعثين	
	التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%
ثانوي	15	%50	20	%66,66
جامعي	13	%43,34	9	%30
ماجستير	2	%6,66	1	%3,34
المجموع	30	%100	30	%100

جدول رقم (3) يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي

المستوى الاقتصادي	أمهات لديهن أبناء مبتعثين		أمهات ليس لديهن أبناء مبتعثين	
	التكرار	النسبة%	التكرار	النسبة%
مستور	4	%13,34	12	%40
متوسط	12	%40	10	%33,34
عالي	14	%46,66	8	%26,66
المجموع	30	%100	30	%100

3-4 أدوات الدراسة ومراحل تصميمها:

قامت الباحثة بتصميم أداة تشتمل على ثلاثة مقاييس هي (مقياس الصلابة النفسية، مقياس الاكتئاب، مقياس القلق العام)

3-4-1 استبانه الصلابة النفسية:

- **وصف الاستبيان:**

استبانه الصلابة النفسية أداة تعطي تقديراً كمياً لصلابة الفرد النفسية، والأداة مكونة من 41 عبارة، تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد، وتقع الإجابة على المقياس في ثلاثة مستويات (نعم – أحياناً – لا)، وتتراوح الدرجة الكلية لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى أنه يتم إعطاء (ثلاث) درجات للإجابة (نعم) و(درجتان) للإجابة (أحياناً) و (درجة واحدة) للإجابة (لا)، بعد ذلك يتم حساب الدرجة الكلية للمقياس لكل فرد من أفراد العينة، وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين 41 إلى 123 درجة، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية، وللتقليل من الميل لاتخاذ نمط ثابت للاستجابات تم وضع عبارات في عكس اتجاه العبارات الأخرى، أي تشير هذه العبارات المعكوسة إلى الجانب السلبي للصلابة، وبلغ عدد هذه العبارات التي يجب أن توضع لها الدرجة معكوسة 14 عبارة، أي 34% من مجموع عبارات المقياس.

- **صدق الاستبيان:**

جدول رقم (4) عدد فقرات الاستبانة حسب كل مجال من مجالاتها

البعد	عدد الفقرات
الالتزام	14
التحكم	12
التحدي	15
مجموع فقرات الاستبانة ككل	41

جدول رقم (5) نتائج صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الصلابة النفسية

البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد
الالتزام	1	٠٠0,458	التحكم	1	٠0,237	التحدي	1	٠٠0,498
	2	٠٠0,632		2	٠٠0,740		2	٠٠0,526
	3	٠٠0,581		3	٠٠0,687		3	٠٠0,428
	4	٠0,323		4	٠٠0,438		4	٠٠0,548
	5	٠٠0,456		5	٠٠0,468		5	٠٠0,681
	6	٠٠0,592		6	٠٠0,525		6	٠٠0,583

7	0,456**		7	0,710**		7	0,367**	
8	0,647**		8	0,534**		8	0,549**	
9	0,601**		9	0,549**		9	0,516**	
10	0,730**		10	0,451**		10	0,611**	
11	0,606**		11	0,653**		11	0,471**	
12	0,263*		12	0,691**		12	0,622**	
13	0,403**					13	0,679**	
14	0,609**					14	0,723**	
						15	0,510**	

* مستوى الدلالة الإحصائية (0,05) ** مستوى الدلالة الإحصائية(0,01)

يتضح من الجدول رقم (5) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى (0,01) و (0,05) وجميعها قيم موجبة، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط المقياس بعباراته بما يعكس درجة عالية من الصدق لفقرات المقياس.

جدول رقم (6) معاملات ارتباط البعد بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية

الأبعاد	قيمة معامل الارتباط
الالتزام	0,799**
التحكم	0,849**
التحدي	0,911**

يتضح من الجدول رقم (6) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد و الدرجة الكلية للمقياس مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى (0,01) وجميعها قيم موجبة، مما يدل على صدق الأبعاد الفرعية لمقياس الصلابة النفسية.

ومن خلال الإجراءات السابقة تأكدت الباحثة من صدق الأبعاد الفرعية لمقياس الصلابة النفسية.

- ثبات الاستبانة:

الجدول رقم (7) معاملات ثبات العناصر باستخدام طريقة ألفا كرونباخ

البعد	عدد الفقرات	معامل الثبات
الالتزام	14	0,820
التحكم	12	0,851
التحدي	15	0,878
الدرجة الكلية	41	0,936

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل ألفا كرونباخ للبعد الأول " الالتزام " كانت (0,820)، وللبعد الثاني " التحكم " هي (0,851)، وللبعد الثالث " التحدي " كانت (0,878)، أما الثبات العام لأداة الدراسة فبلغ (0,936) الأمر الذي يشير إلى ثبات النتائج التي يمكن أن تسفر عنها أداة الدراسة عند تطبيقها.

ونستخلص من نتائج اختباري الصدق والثبات أن أداة القياس (مقياس الصلابة النفسية) صادقة في قياس ما وضعت لقياسه، كما أنها ثابتة بدرجة جيدة جداً، مما يؤهلها لتكون أداة قياس مناسبة وفاعلة لهذه الدراسة ويمكن تطبيقها بثقة.

3-4-3 إستبانة القلق:

تمت صياغة عبارات المقياس بشكل إيجابي وسلبي حتى لا يدرك المبحوثين طبيعة التسلسل المنطقي للاستجابات، حيث نجد 37 عبارة بصورة إيجابية تعكس مظاهر القلق العام و 10 عبارات بصورة سلبية لا تعكس أي مظهر من مظاهر القلق العام وأرقام هذه العبارات هي: (1-25-30-31-33-35-36-37-40-45) ويتم تصحيح المقياس كما يلي:

أ- العبارات الإيجابية تكون الدرجات كما يلي: دائماً (4)، أحياناً (3)، نادراً (2)، أبداً (1).

ب- العبارات السلبية تكون الدرجات كما يلي: دائماً (1)، أحياناً (2)، نادراً (3)، أبداً (4).

وعلى هذا الأساس فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في هذا المقياس هي 188درجة، في حين أن أقل درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في المقياس هي47 درجة.

- صدق وثبات الاستبيان:

1- صدق الاتساق الداخلي:

جدول رقم (8) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس القلق بالدرجة الكلية

عبارات المقياس	معامل الارتباط	عبارات المقياس	معامل الارتباط	عبارات المقياس	معامل الارتباط
1	0,545❖❖	17	0,472❖❖	33	0,486❖❖
2	0,553❖❖	18	0,521❖❖	34	0,460❖❖
3	0,484❖❖	19	0,559❖❖	35	0,374❖❖
4	0,363❖❖	20	0,576❖❖	36	0,396❖❖
5	0,321❖	21	0,630❖❖	37	0,454❖❖
6	0,433❖❖	22	0,428❖❖	38	0,315❖
7	0,446❖❖	23	0,450❖❖	39	0,330❖
8	0,465❖❖	24	0,341❖	40	0,329❖
9	0,448❖❖	25	0,481❖❖	41	0,366❖❖
10	0,446❖❖	26	0,453❖❖	42	0,508❖❖
11	0,563❖❖	27	0,606❖❖	43	0,429❖❖
12	0,516❖❖	28	0,430❖❖	44	0,458❖❖
13	0,556❖❖	29	0,462❖❖	45	0,453❖❖
14	0,447❖❖	30	0,526❖❖	46	0,486❖❖
15	0,513❖❖	31	0,339❖	47	0,310❖
16	0,537❖❖	32	0,414❖❖	-	-

* مستوى الدلالة الإحصائية (0,05)

❖❖ دالة عند مستوى الدلالة (0,01)

يتضح من الجدول رقم (8) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى (0,01) وجميعها قيم موجبة، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط المقياس بعباراته بما يعكس درجة عالية من الصدق لفقرات المقياس.

2- ثبات الاستبيان:

الجدول رقم (9) معاملات ثبات العناصر باستخدام طريقة ألفا كرونباخ

المقياس	معامل الثبات
مقياس القلق	0,692

يتضح من الجدول السابق رقم (9) أن قيمة معامل ألفا نباخ لمقياس القلق بوجه عام كانت (0,692) وهذه القيمة تُعد مرتفعة لمدى ثبات أداة الدراسة، الأمر الذي يشير إلى ثبات النتائج التي يمكن أن تسفر عنها أداة الدراسة عند تطبيقها.

ونستخلص من نتائج اختباري الصدق والثبات أن أداة القياس (مقياس القلق) صادقة في قياس ما وضعت لقياسه، كما أنها ثابتة بدرجة جيدة جداً، مما يؤهلها لتكون أداة قياس مناسبة وفاعلة لهذه الدراسة ويمكن تطبيقها بثقة.

3-2-4 استبيان الاكتئاب:

- **وصف الإستبيان:**

قائمة بيك للاكتئاب Beck ترجمة وتعريب غريب عبد الفتاح (٢٠٠٠): تتكون القائمة من 21 مجموعة من العبارات، يتعلق كل منها بعرض من أعراض الاكتئاب وتتدرج بحسب الشدة في أربع عبارات بجوار كل عبارة درجة موضوعة، تتراوح بين صفر، ثلاث درجات، ويقوم المبحوث بوضع دائرة حول الدرجة الموضوعة للعبارة التي يرى أنها تنطبق عليه، ويتراوح مجموع الدرجات على هذه الأداة بين صفر، ٦٣ درجة. ملحق (٢) (غريب عبد الفتاح، ٢٠٠٠).

أولا: صدق القائمة:

1- صدق الاتساق الداخلي:

جدول رقم (10) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الاكتئاب بالدرجة الكلية.

عبارات المقياس	معامل الارتباط	عبارات المقياس	معامل الارتباط
1	0,627❖❖	11	0,436❖❖
2	0,659❖❖	12	0,471❖❖
3	0,538❖❖	13	0,569❖❖
4	0,707❖❖	14	0,659❖❖
5	0,561❖❖	15	0,512❖❖
6	0,392❖❖	16	0,360❖
7	0,704❖❖	17	0,686❖❖
8	0,719❖❖	18	0,584❖❖
9	0,601❖❖	19	0,730❖❖
10	0,582❖❖	20	0,464❖❖

*مستوى الدلالة الإحصائية (0,05) ❖❖ دالة عند مستوى الدلالة (0,01)

2- ثبات الاستبيان:

الجدول رقم (11) معاملات ثبات العناصر باستخدام طريقة ألفا كرونباخ

المقياس	معامل الثبات
مقياس الاكتئاب	0,858

يتضح من الجدول السابق رقم (11) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاكتئاب بوجه عام كانت (0,858) وهذه القيمة تُعد مرتفعة لمدى ثبات أداة الدراسة، الأمر الذي يشير إلى ثبات النتائج التي يمكن أن تسفر عنها أداة الدراسة عند تطبيقها.

ونستخلص من نتائج اختباري الصدق والثبات أن أداة القياس (مقياس الاكتئاب) صادقة في قياس ما وضعت لقياسه، كما أنها ثابتة بدرجة جيدة جداً، مما يؤهلها لتكون أداة قياس مناسبة وفاعلة لهذه الدراسة ويمكن تطبيقها بثقة.

3-3 الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم تجميعها، قامت الباحثة بترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية التي يرمز لها بالرمز (SPSS)، كما قامت الباحثة باستخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة والموجودة في هذا البرنامج، وفيما يلي مجموعة الأساليب الإحصائية التي قامت الباحثة باستخدامها:

1-3-3 الأساليب التي استخدمت في تقدير الثبات والصدق:

1- تم استخدام معامل ارتباط بيرسون "ر" في حساب الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وذلك لتقدير صدق عناصر أداة الدراسة.

2-تم استخدام معامل الثبات " ألفا كرونباخ"؛ لقياس ثبات أداة الدراسة.

- الأساليب التي استخدمت في الإجابة على تساؤلات الدراسة:

1- تم استخدام التكرارات والنسب المئوية، للتعرف على البيانات الأولية لمفردات الدراسة.

2- تم استخدام المتوسط الحسابي Mean، للتعرف على مدى ارتفاع أو انخفاض آراء أفراد عينة الدراسة عن كل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة الأساسية إلى جانب المحاور الرئيسية.

3- تم استخدام الانحراف المعياري (Standard Deviation)للتعرف على مدى انحراف آراء (إستجابات) أفراد عينة الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة ويلاحظ أن الانحراف المعياري يوضح التشتت في آراء أفراد عينة الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة إلى جانب المحاور الرئيسية، فكلما اقتربت قيمته من الصفر تركزت الآراء وانخفض تشتها بين المقياس، علماً بأنه يفيد في ترتيب العبارات حسب المتوسط الحسابي لصالح أقل تشتت عند تساوي المتوسط الحسابي.

4- تم استخدام اختبار (ت) أو اختبار المقارنة بين مجموعتين مستقلتين (Independent Samples T test)لبيان الفروق ذات الدلالة الإحصائية في آراء أفراد الدراسة نحو محاورها باختلاف الخصائص الشخصية والوظيفية ذات الوجهين فقط.

5- تم استخدام تحليل التباين (Two – Way ANOVA)، وذلك للتحقق من الفرضيتين الخامسة والسادسة من فرضيات الدراسة.

4- نتائج الدراسة ومناقشتها

4-1 نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه :" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة الحالية باستخدام اختبار (T. Test) لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (12) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين

المقياس	المجموعات	العدد	المتوسط	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	الدلالة
القلق	أمهات لديهن أبناء مبتعثين	30	116,30	12,99	0,000	دالة
	أمهات ليس لديهن أبناء مبتعثين	30	60,72			

- يتبين من خلال الجدول السابق أن قيمة "ت" بلغت (12,99) بمستوى دلالة (0,000) ويعنى ذلك أنها دالة عند مستوى دلالة (0,05)، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين أمهات الأبناء المبتعثين وأمهات الأبناء غير المبتعثين بمدينة الرياض، وأن الفروق جاءت لصالح أمهات الأبناء المبتعثين.

وبذلك نرفض الفرض الذي ينص على أنه: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين".

4-2 نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه :" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة الحالية باستخدام اختبار (T. Test) لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (13) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين

المقياس	المجموعات	العدد	المتوسط	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	الدلالة
الاكتئاب	أمهات لديهن أبناء مبتعثين	30	30,34	7,49	0,000	دالة
	أمهات ليس لديهن أبناء مبتعثين	30	16,82			

- **يتبين من خلال الجدول السابق أن قيمة "ت" بلغت (7,49) بمستوى دلالة (0,000) ويعنى ذلك أنها دالة عند مستوى دلالة (0,05)، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب بين أمهات الأبناء المبتعثين وأمهات الأبناء غير المبتعثين بمدينة الرياض، وأن الفروق جاءت لصالح أمهات الأبناء المبتعثين.**

وبذلك نرفض الفرض الذي ينص على أنه: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة باختلاف متغير وضع الأبناء المبتعثين وغير المبتعثين".

4-3 نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه:" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة الحالية باستخدام اختبار (T. Test) لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (14) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى القلق لدى عينة أمهات الأبناء المبتعثين باختلاف مستوى الصلابة النفسية

المقياس	المجموعات	المتوسط	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	الدلالة
القلق	منخفضات الصلابة النفسية	137,82	3,007	0,015	دالة
	مرتفعات الصلابة النفسية	101,05			

يبين الجدول رقم (14) أن قيمة "ت" بلغت (3,007) بمستوى دلالة (0,015) ويعنى ذلك أنها دالة عند مستوى دلالة (0,05)، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أمهات الأبناء المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية، وأن الفروق جاءت لصالح فئة منخفضات الصلابة النفسية، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (AbuRukba,2005) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين مستوى الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون،كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (البهاص،2002م)والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة بين أبعاد النهك النفسي وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة.

جدول رقم (15) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى القلق لدى عينة أمهات الأبناء غير المبتعثين باختلاف مستوى الصلابة النفسية

المقياس	المجموعات	المتوسط	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	الدلالة
القلق	منخفضات الصلابة النفسية	59,07	-0,063	0,950	غير دالة
	مرتفعات الصلابة النفسية	59,40			

يبين الجدول رقم (15) أن قيمة "ت" بلغت (-0,063) بمستوى دلالة (0,950) ويعنى ذلك أنها غير دالة عند مستوى دلالة (0,05)، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أمهات الأبناء غير المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية،وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (دخان والحجاز، 2005م) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية.

وبذلك نرفض الفرض الثالث جزئياً من حيث أنه:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أمهات الأبناء المبتعثين في الرياض تعزى إلى الصلابة النفسية".

في حين نقبل الفرض الثالث جزئياً حيث لم " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أمهات الأبناء غير المبتعثين في الرياض تعزى إلى الصلابة النفسية".

4-4 نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه :" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب تبعاً لاختلاف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة الحالية باستخدام اختبار ((T. Test لعينتين مستقلتين والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (16) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى الاكتئاب لدى عينة أمهات الأبناء المبتعثين باختلاف مستوى الصلابة النفسية

المقياس	المجموعات	المتوسط	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	الدلالة
الاكتئاب	منخفضات الصلابة النفسية	35,67	2,571	0,030	دالة
	مرتفعات الصلابة النفسية	23,13			

يبين الجدول رقم (16) أن قيمة "ت" بلغت (2,571) بمستوى دلالة (0,030) ويعنى ذلك أنها دالة عند مستوى دلالة (0,05)، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى أمهات الأبناء المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية، وأن الفروق جاءت لصالح فئة منخفضات الصلابة النفسية، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Abu Rukba,2005) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين مستوى الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون،كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (البهاص،2002م) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة بين أبعاد النهك النفسي وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة.

5-4 نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه :" لا يوجد اثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مبتعثون غير مبتعثون) ومستوى الصلابة (عالي- منخفض) في مستوى القلق لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة الحالية باستخدام اختبار (Two – Way ANOVA) والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (17) يوضح قيمة (ف) ومستوى الدلالة لاختبار تحليل التباين

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الدلالة
وضع الأبناء×مستوى الصلابة النفسية	2285,640	1	2285,640	9,792	0,003	دالة

يلاحظ من الجدول السابق معنوية التأثير المتبادل بين المتغيرين المستقلين (وضع الأبناء ومستوى الصلابة النفسية) وبين المتغير التابع (مستوى القلق)، حيث نجد أن قيمة " ف" بلغت (9,792) بمستوى معنوية (0,003) وهو مستوى معنوية أقلمن مستوى المعنوية (0,05).

وبذلك نرفض الفرض الذي ينص على أنه: " لا يوجد اثر للتفاعل بين وضع لأبناء (مبتعثون غير مبتعثون) ومستوى الصلابة (عالي- منخفض) في مستوى القلق لدى عينة الدراسة".

4-6 نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على أنه :" لا يوجد اثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مبتعثون غير مبتعثون) ومستوى الصلابة (عالي- منخفض) في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة الحالية باستخدام اختبار (Two – Way ANOVA) والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (18) يوضح قيمة (ف) ومستوى الدلالة لاختبار تحليل التباين

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة	الدلالة
وضع الأبناء×مستوى الصلابة النفسية	111,11	1	111,11	2,476	0,121	غير دالة

يلاحظ من الجدول السابق عدم معنوية التأثير المتبادل بين المتغيرين المستقلين (وضع الأبناء و مستوى الصلابة النفسية) وبين المتغير التابع (مستوى الاكتئاب)، حيث نجد أن قيمة" ف" بلغت (2,476) بمستوى معنوية (0,121) وهو مستوى معنوية أكبر من مستوى المعنوية (0,05).

وبذلك نقبل الفرض الذي ينص على أنه: " لا يوجد اثر للتفاعل بين وضع الأبناء (مبتعثون غير مبتعثون) ومستوى الصلابة (عالي- منخفض) في مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة".

نتائج الدراسة:

1. **وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين أمهات الأبناء المبتعثين وأمهات الأبناء غير المبتعثين بمدينة الرياض، وأن الفروق جاءت لصالح أمهات الأبناء المبتعثين.**
2. **وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب بين أمهات الأبناء المبتعثين وأمهات الأبناء غير المبتعثين بمدينة الرياض، وأن الفروق جاءت لصالح أمهات الأبناء المبتعثين.**
3. **وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أمهات الأبناء المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية، وأن الفروق جاءت لصالح فئة منخفضات الصلابة النفسية.**
4. **عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أمهات الأبناء غير المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية.**
5. **وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى أمهات الأبناء المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية، وأن الفروق جاءت لصالح فئة منخفضات الصلابة النفسية.**
6. **عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى أمهات الأبناء غير المبتعثين في الرياض تعزى إلى مستوى الصلابة النفسية.**
7. **معنوية التأثير المتبادل بين المتغيرين المستقلين (وضع الأبناء ومستوى الصلابة النفسية) وبين المتغير التابع (مستوى القلق).**
8. **عدم معنوية التأثير المتبادل بين المتغيرين المستقلين (وضع الأبناء ومستوى الصلابة النفسية) وبين المتغير التابع (مستوى الاكتئاب).**

التوصيات والمقترحات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، فإن الباحثة الحالية تتقدم بالتوصيات التالية:

1 -**تصميم برامج لزيادة الخبرات التي من شأنها أن تزيد من شعور الأمهات بالصلابة النفسية و التي تمكنهم من المثابرة والتحمل.**

2- **توصي الباحثة بتطبيق مثل هذه الدراسة على مناطق أخرى في المملكة العربية السعودية وعمل مقارنة بينها.**

3- **إجراء دراسة مماثلة لهذه الدراسة على متغيرات أخرى كالتوافق النفسي.**

4- **القيام بدراسة الصلابة النفسية وذلك مع علاقتها ببعض المتغيرات مثل (الجنس، الحالة الاقتصادية ، والجنسية).**

المراجع

أولاً: المراجع العربية

أبو ندى ، عبد الرحمن (2007م) :" الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر بغزة، كلية التربية، قسم علم النفس.

بركات ، زياد(2006م):" الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة"، مجلة جامعة الخليل للبحوث، المجلد الثاني، العدد الثاني، ص110.

بن منظور ، محمد بن مكرم (1999م) : لسان العرب، الجزء السابع – والجزء الثاني عشر ، دار صادر ، بيروت.

البهاص، سيد أحمد (2002م) : " النهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة"، مجلة كلية التربية جامعة طنطا، العدد الواحد والثلاثون، المجلد الأول،ص384 .

جان ، نادية (2000م). استراتيجيات التعايش مع ضغوط الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طالبات كلية التربية للبنات، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية . جامعة الرياض.

حمادة ، لولوة وعبد اللطيف، حسن(2002م):" الصلابة النفسي في التحكم لدى طلاب الجامعة"، مجلة دراسات نفسية، المجلد الثاني عشر، العدد الثاني ص 229-272.

الخطيب، جمال (2006م). إعداد الرسائل الجامعية وكتابتها. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.

دويدري، رجاء وحيد (2000م)، البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العملية، ط1.بيروت: دار الفكر المعاصر

الرشودي، محمد علي (2007م)، بناء نموذج المنظمة المتعلمة كمدخل لتطوير الأجهزة الأمنية بالمملكة العربية السعودية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

الرشيدي، بشير ومنصور، طلعت والنابلسي ، محمد و الخليفي ، إبراهيم (2000م). سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية ، المجلد (7) . الكويت : مكتب الإنماء الاجتماعي

رفاعي ، عزة (2003م) : " الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها"، رسالة دكتوراه غير منشورة، القاهرة ، كلية الآداب، جامعة حلوان.

سلامة ، ممدوح (1991م): " المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة"، مجلة دراسات فنية، المجلد 4 ، العدد الأول، ص475 – 496.

عبد الخالق ، أحمد والدميح ، مي (2002م) . التمييز بين القلق والاكتئاب باستخدام النموذجين المعرفي والوجداني ، مجلة دراسات نفسية . القاهرة ،رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، المجلد (12) ، العدد (4) ،ص541 – 578.

عبد اللطيف ، حسن (1999م).الاكتئاب النفسي : دراسة مقارنة بين حضارتين وبين جنسين ،مجلة دراسات نفسية. القاهرة، رابطة الأخصائيين المصرية ، المجلد (7)، العدد (1) ، ص39 – 65.

عبيدات، ذوقان، وآخرون (2012م). البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه.ط14.عمان: دار الفكر للنشر.

عثمان ، فاروق السيد(2001م): "القلق وإدارة الضغوط النفسية" ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي، القاهرة .

العساف، صالح بن حمد (2003م). المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية.ط13، الرياض: مكتبة العبيكان.

عطيفة، حمدي أبو الفتوح (1996م). منهجية البحث العلمي وتطبيقاتها في الدراسات التربوية والنفسية. القاهرة: دار النشر للجامعات.

عكاشة، أحمد (1998م) . الطب النفسي المعاصر . القاهرة : الأنجلو المصرية .

فايد, حسين (1998م). الفروق في الاكتئاب واليأس وتصور الانتحار بين طلبة الجامعة وطالباتها ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، القاهرة ، الجمعية المصرية للدراسات المصرية ، المجلد (3) ، العدد (38) ، ص 41 .

القحطاني، سالم وآخرون (2000م). منهج البحث في العلوم السلوكية مع تطبيقات على SPSS. الرياض: المطابع الوطنية الحديثة.

قنديلجي، عامر إبراهيم (2012م). البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات الإلكترونية والتقليدية. ط3. عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.

حمد ، جيهان (2000م) :" دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة ، كلية الآداب، قسم علم النفس.

مخيمر ، عماد (1996م) :" إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة" ، مجلة دراسات فنية، المجلد السادس ، العدد الثاني، ص 275 – 299.

موسى، رشاد (1993م) . دراسات في علم النفس المرضي وأساليب علاجه. الكويت : سلسة عالم المعرفة ، العدد (239). القاهرة : دار المعرفة.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Ainsworth , P. (2000) . **Understanding depression**. Jackson- City : University Press.

- Avison , W . , &Mcalpine , D . (1992) . Gender differences in symptoms of depressionamong adolescents . **Journal of Health andocial Behavior**Vol . 33 , pp. 77- 96 .

Blatt , S . (2004). **Experiences of depression :Theoretical clinical and research perspectives .** Washington: AmericanPsychological Association

- Beck , A .(1977). **Depression causes and treatment**. Philadelphia : University of Pennsylvania Press .

- Beins , B . , & Feldman , A . (1996 **). The Gale encyclopedia of psychology** .New York :Oxford University Press .