The level of Psychological Hardiness for a sample of Syrian Refugees in Jordan

Abstract:

The study aimed to identify the level of psychological hardiness among a sample of Syrian refugees in Jordan. The study followed the descriptive approach. The study sample consisted of (518) Syrian refugees in the Emirate Jordanian camp in Jordan. To achieve the objectives of the study, a psychological hardiness scale consisting of 20 items was used. The results of the study concluded that the level of psychological hardiness was moderate, as it came in first place after the commitment dimension and in last place after the challenge and control dimensions. The results indicated that there were no statistically significant differences in the level of psychological hardiness due to the variables of gender, level of education, and age, and the presence of significant differences in the level of psychological hardiness due to the variable of marital status and the number of years of asylum. Considering the results, the study recommended designing guidance programs to improve the level of psychological resilience among Syrian refugees in refugee camps in Jordan.

Keywords: Psychological hardiness. Syrian refugees.

مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن

علاء عبد الرحمن خليل سلمي
aselmeeaselmee@gmail.com

أ.د إبراهيم باجس احمد معالي
ibraheem.maale@wise.edu.jo

جامعة العلوم الإسلامية العالمية_ كلية العلوم التربوية_ قسم الارشاد

تاريخ القبول : 6/8/2024

تاريخ اللإستلام 1/5/2024

ملخص

هدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي. وتكونت عينة الدراسة من (518) لاجئًا ولاجئة من السوريين في المخيم الاماراتي الاردني في الأردن، ولتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام مقياس الصلابة النفسية المُكون من 20 فقرة. وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن مستوى الصلابة النفسية كان متوسطًا، حيث جاء في المرتبة الأولى بُعد الالتزام وفي المرتبة الأخيرة بُعدي التحدي والتحكم، وأشارت النتائج الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس ومستوى التعليم والعمر، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء. وفي ضوء النتائج أوصت الدراسة بتصميم برامج إرشادية لتحسين مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين السوريين في مخيمات اللجوء في الأردن.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية. اللاجئون السوريون.

(130 كلمة)

المقدمة

يتعرض الإنسان خلال مراحل حياته إلى العديد من الصدمات النفسية والخبرات المؤلمة، والتي قد تترك آثاراً نفسية وجسدية ذات تأثير سلبي عليه، حيث يمكن أن يتعرض للإصابة بمرض خطير أو حدوث حرب أو تهجير، فيترتب على ذلك ألم نفسي كبير لديه، لذلك لابد من امتلاكه لبعض المهارات للتعامل مع الآثار النفسية غير السارة؛ مثل مهارة إدارة الذات والتفاؤل، والتكيف والوعي بالأسباب والعوامل وكيفية التعامل معها.

إن حدوث الحروب والصراعات والعنف وأشكال القمع السياسي والديني والتمييز العنصري، موجود في مختلف أنحاء دول العالم، وأجبر هذا الأمر الملايين من الأشخاص على الفرار من بلدانهم الأصلية وطلب اللجوء في دول أخرى؛ لضمان حياة أكثر أمناً. ففي آخر خمسة وعشرين عامًا غادر ما يقارب من عشرين مليون شخص بلدانهم الأصلية بحثاً عن اللجوء (Gladden, 2012).

ويرى بردكو وشابوز ودانيلوك (Predko, Schabus & Danyliuk, 2023) يُعتبر الإجهاد والتوتر الناجم وضعف الصلابة النفسية عن الحروب والصراعات من أقوى العوامل المسببة للأمراض النفسية والجسدية والسلوكية. وللحروب والنزاعات آثار نفسية سلبية، تكمن في ردود الفعل السلبية للفرد التي تُسهم في ظهور الاضطرابات والأمراض النفسية والجسدية وتفاقم الأعراض؛ مثل الإدراك المشوه للواقع، وردود الفعل العاطفية السلبية، واضطرابات النوم والأكل. كما تؤثر خبرة الحروب بشكل غير مباشر على الفرد في التغيرات التي قد تحدث في بُنية الشخصية من معتقدات واتجاهات وقيم حول الذات والعالم والآخرين، وأنماط الصلابة والتكيف.

وتُعد الحروب من الأحداث التي تترك آثارًا نفسية كبيرة على الأفراد؛ وذلك نتيجة تعرض الأفراد لظروف قاهرة كالفرار خوفاً على سلامتهم أو احتمالية تعرضهم للعنف أو القتل؛ فتعتبر بذلك من أكثر العوامل التي تقود إلى شعور الفرد بالقلق على حياته وحياة أسرته، فالحروب والنزاعات في سوريا أدت إلى تشريد الآلاف من المدنيين إلى بلدان أخرى للجوء والبحث عن ملاذ آمن؛ وذلك أدى إلى انعكاسات سلبية على الصحة النفسية للأفراد كالشعور بالاغتراب والخوف والقلق والشعور بالعجز وضعف الانتماء (ربابعة والصمادي، 2020). وتشير دراسة ولتين (Woltin، 2018) إلى مجموعة أعراض للمشكلات النفسية التي تعرض لها اللاجئون السوريون بعد تركهم بلدهم منها: أعراض اضطراب القلق العام، وأعراض اضطراب ما بعد الصدمة، والخوف من المستقبل، وضعف الصلابة النفسية بسبب تراجع الثقة بالنفس وغموض المستقبل.

إن الحرب السورية واحدة من أكبر الأزمات الإنسانية في عصرنا الحالي، حيث تم تسجيل أكثر من 5.5 مليون شخص من سوريا كلاجئين في جميع أنحاء العالم حتى عام 2020. والأردن من أكثر الدول التي استضافت اللاجئين السوريين منذ اندلاع النزاع فيها؛ حيث تم تسجيل أكثر من 650 ألف لاجئ سوري مسجل بشكل قانوني، حتى تشرين الأول

لعام (2023) وذلك بحسب موقع المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، ناهيك عن الأعداد غير المقيدة بشكل قانوني (UNHCR,2023). ويرى ايساري وكريستبولو وجاليكا (Issari, Christopoulou & Galika, 2021) أنه في السنوات الأخيرة، أدى زعزعة الاستقرار السياسي والاجتماعي في المناطق المتضررة في الشرق الأوسط إلى تحركات جماعية للسوريين بحثاً عن مأوى وخوفاً من الصراع والفقر والعنف والاضطهاد وانتهاكات حقوق الإنسان من أجل التماس اللجوء لأنفسهم ولعائلاتهم في دول أخرى. حيث أصبحت أزمة اللاجئين السوريين موضوعًا رئيسيًا للنقاش والقلق على المستويات الإنسانية والسياسية والاقتصادية والاجتماعية والمؤسسية في جميع أنحاء العالم.

وتُعتبر الباحثة الأمريكية كوباسا (Kobasa) أول من قدم مفهوم الصلابة النفسية باعتباره عامل مقاومة يساعد الفرد على الاحتفاظ بتوازنه النفسي وصحته الجسدية عند تعرضه لضغوط الحياة المختلفة. وقد أثبتت أن الصلابة النفسية تظهر في سلوكيات الأفراد، وتُحول التهديدات المحتملة في المواقف العصيبة إلى فرص للتنمية للفرد، من خلال تفسير وإدراك الفرد للأحداث الضاغطة بشكل إيجابي وليس عبارة عن تهديد لسلامته وأمنه النفسي (Narad, 2018).

واعتبرت كوباسا أن الصلابة النفسية خاصية من خصائص الشخصية لدى الفرد تعمل على تخفيف الآثار السلبية النفسية والبدنية عند تعرضه للمواقف الضغطة، هي عبارة عن مزيج من المواقف والسلوكيات المعرفية والعاطفية الضرورية للبقاء وإثراء الحياة أثناء النمو، وبالنظر إلى التعريف، فإن الفرد الذي يتمتع بصلابة نفسية عالية يجد في الحياة أو العمل معنى كبير، ولديه القدرة على ضبط الأحداث، والتأثير على النتائج، ويكون منفتحًا على التغيير في الحياة، فينظر إلى المواقف والأحداث الضاغطة على أنها فرص للنمو الشخصي، وأشارت كوباسا أن الصلابة النفسية ثلاثة أبعاد هي: الالتزام ، والتحدي، والتحكم (Eroz & Onat, 2018).

وأشار زانج وونج (Zhang&Wong,2011) إلى أن الصلابة النفسية ترتبط إيجابيًا بالتفكير الإبداعي للفرد والنمط التعاوني لديه مع الأخرين، كما وترتبط أيضا بمستوى تقدير الذات للفرد، والتفاؤل والكفاءة الذاتية لديه. كما وأشارت الدراسات على الصعيد المهني أن الصلابة النفسية مرتبطة إيجابيًا بالرضا الوظيفي والالتزام والتطور المهني (Eroz & Onat, 2018). كما تؤثر الصلابة النفسية إيجابًا على المزاج للفرد، والإنجاز، وتعزز من الصحة النفسية والجسدية (Maddi, 2016).

وبحسب بارتون وفالديز وساندفك (Bartone, Valdes & Sandvik, 2016) أن الفرد يسعى في حياته لتحقيق هدف معين، وهو بذلك يتحمل مسؤولية تحقيق هذا الهدف بإرادة قوية وتحدي لظروف الحياة ويتحكم ويسيطر على كل ما حوله من متغيرات؛ فالعالم الذي يعيش فيه ذو معنى تحكمه معايير ومبادئ، فيحاول بذلك الفرد ان يستخلص المعنى لعالمه الخاص من خلال اعتقاده أن لديه القدرة على التحكم والسيطرة عليه. ويستنتج الباحث مما سبق أن الصلابة النفسية ذات أبعاد ثابتة نسبياً؛ أي أنها في حالة تغير ونمو مستمر

مع تقدم الإنسان بالعمر، فمع تقدم الإنسان بالعمر تزداد صلابته النفسية من خلال ما يكتسبه من خبرات وأنماط سلوكية في كيفية التعامل مع مختلف الأحداث والظروف في الحياة؛ ولأن خبرات اللاجئين السوريين باتت سلبية، فمن المتوقع أن تتأثر صلابتهم النفسية وبخاصة أنهم قضوا سنوات طويلة في مخيمات اللجوء، وهذا الأمر يستحق الدراسة والبحث؛ من أجل الوصول لحلول مناسبة ووضع برامج إرشادية تساهم في زيادة صلابتهم النفسية وقدرتهم على التحمل.

مشكلة الدراسة

أشارت تقارير المنظمات الدولية ومنها الأمم المتحدة إلى أن الأزمة السورية تُعد أسوأ أزمة لاجئين يمر بها العالم منذ الحرب العالمية الثانية، حيث إن خمسة مليون لاجئ سوري هربوا إلى عدة دول وعلى رأسها الأردن، حيث يعاني عدد كبير منهم من مشكلات وأزمات نفسية ناتجة عن الحرب، وعن مشاهد القتل والدمار في مناطقهم Al-rousan, Schwabkey, Jirmanus Nelson, 2018، هذا علاوة على ضعف الصلابة النفسية والقدرة على مواجهة المشكلات الحياتية المختلفة (WHO, 2023))، علمًا أن عدد اللاجئين السورين المسجلين لدى المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين في الأردن حتى تشرين الأول من العام الحالي (2023) يتجاوز (652 ألف) لاجئ، لكن العدد الحقيقي للاجئين السورين يتجاوز (1.3) مليون فرد يحمل صفة لاجئ سوري مسجل لدى المفوضية وغير مسجل، منذ اندلاع الحرب السورية في العام 2011 (UNHCR,2023). وقد تبلورت مشكلة الدراسة من خلال العودة إلى الأدب النظري والدراسات التي تناولت الصلابة النفسية والصحة النفسية والمشكلات النفسية لدى عينات من اللاجئين السوريين (عبد الحافظ، 2017 ؛ المومني والفريحات،2018؛ Caman, Kilic, Kaya & Uner, 2020؛ الحمد،2023؛ WHO, 2023)، حيث بينت غالبية الدراسات أن خبرة الفرد اللاجئ بعد اندلاع النزاعات والحروب في موطنه الأصلي والفرار بحثاً عن مأوى في بلد آخر لحماية النفس من التهديد هو أمر له تبعاته وآثاره النفسية السلبية ، حيث تتمثل هذه التبعات النفسية بشعور الفرد بالقلق والتوتر والخوف على سلامته وسلامة عائلته والشعور بالاغتراب النفسي والاجتماعي في البلد المضيف، بالإضافة إلى تشويش التفكير وضعف وضوح الأهداف لديه ، الأمر الذي قد يقود إلى الضعف في إدارة الذات لمجابهة ظروف الحياه؛ وبالتالي التعرض للاضطرابات النفسية والبعد عن تحقيق التوازن والتوافق الشخصي والاجتماعي وعدم القدرة على الإحساس بالصحة النفسية، وضعف في الصلابة النفسية في التعامل مع المواقف.

ونتيجة لانتشار اللاجئين السوريين في عدد من المخيمات في الأردن، هناك حاجة واضحة لدراسة مستويات الصلابة النفسية لديهم، للتعرف إلى المشكلات التي يعانون منها، من اجل العمل على مواجهة هذه المشكلات من خلال زيادة الصلابة النفسية لديهم، وبالتالي تتمثل مشكلة الدراسة الحالية في الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في المخيم الإماراتي الأردني، ويأمل الباحث للتوصل الى نتائج وتوصيات تُسهم في تحسين الصلابة النفسية لديهم، وتمكينهم من مواجهة ضغوطات الحياة والتعامل مع المواقف المختلفة.

أسئلة الدراسة

تسعى الدراسة الحالية إلى الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1 - ما مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن؟

2 - هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (الدلالة $\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين تُعزى لمتغير (الجنس، ومستوى التعليم، والحالة الاجتماعية، وعدد سنوات اللجوء، والعمر)؟

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى:

الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن.

الكشف عما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)) في مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين تعزى لمتغير (الجنس، ومستوى التعليم، والحالة الاجتماعية، وعدد سنوات اللجوء، والعمر).

أهمية الدراسة

لقد جاءت أهمية الدراسة كونها تركز على فئة مهمة من الأفراد الذين عانوا من ويلات الحرب، والتي اضطروا بسببها لترك بلادهم واللجوء للأردن، ويمكن بيان الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة الحالية على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

- قد تسهم الدراسة الحالية في التعرف على الظروف النفسية التي يعيشها اللاجئ السوري، ومدى قدرته على الصمود والتحمل؛ من اجل تحقيق الأمن النفسي لهؤلاء اللاجئين.

- توفر الدراسة الحالية أداة لقياس مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين بعد التأكد من صدقها وثباتها

- إثراء المكتبة العربية بأدبيات حديثة حول الآثار النفسية للجوء وبخاصة الصلابة النفسية لدى اللاجئين.

الأهمية التطبيقية:

- توظيف نتائج الدراسة كمؤشر لعمل برامج إرشادية لتعزيز الحالة النفسية لدى اللاجئين السوريين في الأردن.

- قد تسهم نتائج الدراسة المرشدين النفسيين في اختيار أفضل الطرق الإرشادية لمساعدة اللاجئين السوريين، وتقديم الدعم والرعاية النفسية لهم.

- من المؤمل أن توفر نتائج الدراسة الحالية معلومات للجهات الحكومية وغير الحكومية والمنظمات الدولية في نوعية المساعدة النفسية والاجتماعية المرجوة التي يمكن تقديمها للاجئين السوريين في الأردن.

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية

الصلابة النفسية: هي « قدرة الأفراد الفعلية على البقاء والاستمرار نفسيًا واجتماعيًا، واستخدام كل ما يتوفر من إمكانيات للحياة والقدرات النفسية، بالرغم من الأحداث الضاغطة، والمواقف السلبية التي يمرون بها، وهي سمة من سمات الشخصية التي تشير للقوة والقدرة على مواجهة الضغوط المختلفة» (Predko, Schabus & Danyliuk, 2023: 3)). وتُعرف إجرائيًا بأنها «الدرجة التي حصل عليها اللاجئ المستجيب على مقياس الصلابة النفسية المُستخدم في الدراسة الحالية»

- اللاجئ: يُعرف اللاجئ بأنه: «كل شخص يتواجد خارج بلده الأصلي، نتيجة أحداث قاسية وقعت في بلده مثل الحروب، أو الكوارث، أو النزاعات، أو بسبب تعرضه لخوف ما، يعرضه للاضطهاد بسبب عرقه، أو دينه، أو جنسيته، أو انتماءه إلى فئة اجتماعية معينة أو بسبب مواقفه السياسية، ولا يستطيع البقاء في بلده؛ خوفاً على سلامته او سلامة عائلته» (الشميري، 2024).

ويعرف إجرائيًا: « الأفراد الذين هم خارج بلدهم الأصلي (سوريا)، من الموجودين في المملكة الأردنية الهاشمية، والمسجلين لدى المفوضية السامية لشؤون اللاجئين السوريين، ويحتاجون إلى الحماية الدولية بسبب الخوف من الاضطهاد، أو تهديد خطير لحياتهم ويقيمون في المخيم الإماراتي الأردني للاجئين في مدينة الزرقاء» (UNHCR, 2023).

حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل في الحدود الزمانية والمكانية والبشرية، على النحو التالي:

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على عينة من اللاجئين السوريين، من المتواجدين في المملكة الأردنية الهاشمية، والمسجلين لدى المفوضية السامية لشؤون اللاجئين السوريين من سن (18-59 عام) من الذكور والإناث.

الحدود المكانية: اقتصرت الدراسة على اللاجئين السوريين في المخيم الإماراتي الأردني في مدينة الزرقاء في الأردن.

الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2023-2024.

محددات الدراسة: حُددت فيما آلت إليه النتائج، وطريقة اختيار العينة، والخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة والمنهجية المستخدمة.

الإطار النظري

الصلابة النفسية:

تم تقديم مفهوم الصلابة النفسية لأول مرة من قبل كوباسا (Kobasa, 1979)، كنمط شخصية مرتبط باستمرار الصحة الجيدة والأداء تحت تأثير الضغوط الحياتية. حيثُ يتم تجاوز مواقف الحياة المُجهدة من قبَل الأشخاص الأقوياء لأن لديهم استجابات عاطفية ومعرفية وسلوكية معينة. وقد اقترحت أن مفهوم الصلابة النفسية تخفف من العلاقة بين أحداث الحياة المجهدة والمرض. وقد وصفت كوباسا الصلابة النفسية بأنها تتكون من ثلاث مكونات أو كما يُرمز لها (3C): الالتزام Commitment، والسيطرة، Control، والتحدي Challenge. وقامت بتسليط الضوء على الصلابة النفسية مع الإشارة إلى المكونات الأساسية التي تشكل قدرة الفرد على مقاومة المواقف المُجهدة والظروف الضاغطة، بحيث أن الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع في مستوى التوتر دون الإصابة بالأمراض النفسية والجسدية لديهم شخصية مختلفة عن أولئك الذين يصابون بالمرض في حالة التوتر. وقد وصفت نمطًا من الخصائص والسمات الشخصية التي ميزت الأفراد الذين قاوموا تبعات التوتر بأنهم يتمتعون بصحة جيدة مقارنة بأولئك الذين أصيبوا بمشاكل صحية في ظل مواقف الحياة الضاغطة (Mund, 2016).

وبحسب كوباسا فان مكونات الصلابة النفسية الرئيسية الثلاث: الالتزام والسيطرة والتحدي، تكون مترابطة وتُسهم معاً في بناء الصلابة النفسية لدى الفرد، فكل عنصر منها يركز بشكل واضح على جوانب معينة من البناء النفسي للفرد (Yousefian, 2023). وبالإضافة إلى العناصر الثلاثة (C3) الخاصة بكوباسا (Kobasa)- التحدي والالتزام والسيطرة - تمت إضافة حرف «C» رابع بواسطة (Maddi, 2005) وهو العنصر (Connection) أي الاتصال، ويعتبر باحث معروف في هذا المجال من الدراسة، اقترح أن «الاتصال» هو «عامل حاسم» في الأفراد الذين يستعيدون عافيتهم ويقاومون التوتر.

وتُعتبر الصلابة النفسية من مصادر المقاومة الهامة، حيث تعمل كواقي للأفراد في حال التعرض لآثار الضغوط النفسية السلبية؛ فهي مصدر نفسي لا تختلف عن المساندة والدعم الاجتماعي والنمط الصحي في الحياة وعن التكوين الجسمي للفرد. وتتضمن الصلابة النفسية خصائص مثل: اعتقاد الفرد بالقدرة على التحكم والضبط للأحداث من حوله، وشعوره بالالتزام بما يقوم به من مهام او أنشطة، وإدراكه أن التغيرات في البيئة المحيطة به تمثل تحدي وليست عبارة عن تهديد له (Kaddeur,2003). فالصلابة النفسية تتحكم في القلق والأفكار اللاعقلانية لدى الفرد، فالأشخاص من ذوي الصلابة النفسية القوية لديهم التزام عالٍ؛ لأنهم يعتقدون أنه يجب عليهم دائمًا التحكم بشكل أفضل في مجريات حياتهم، ويعتقدون كذلك أنهم يستطيعون التأثير في الأحداث من حولهم. فهذا النوع من الأشخاص يأتون دائمًا بمبادرات خلاقة مما قد يساعدهم على إيجاد حلول لمشاكلهم أو اكتشاف الذات (Buheji, 2020). فالصلابة النفسية ترتبط بشكل كبير بنوع الشخصية التي تتمتع بالكفاءة الذاتية، والشعور بالتماسك. فقد وُجد ان الأفراد الذين

يُنظر إليهم على أنهم يتمتعون بالصلابة لديهم هدفًا للحياة له معنى، فعادةً ما ترتبط سمة الشخصية الصلبة بقدرة الشخص على إدارة أحداث الحياة الضاغطة والاستجابة لها من خلال استراتيجيات التكيف التي تحول الظروف الضاغطة إلى فرص للتعلم، فيتميز الفرد بالميل إلى المشاركة العميقة، والحاجة إلى السيطرة، والرغبة في التعلم من أحداث الحياة بغض النظر عن النتائج. فالمواقف العصيبة هي التي تميز الصلابة النفسية عن باقي المواقف؛ فالفرد صاحب السلوك الصلب لا يرى في الاستقرار مكاناً للراحة، بل مكاناً للاستعداد للتغييرات والتحديات القادمة. حيث يُنظر إلى موقف الصلابة على أنه مرتبط «بالسلوك الموجه نحو الهدف» المتمثل في التفاؤل (Funk, 1992).

وقد عرفت كوباسا (Kobasa, 1979) الصلابة النفسية على أنها: مجموعة من السمات الشخصية للفرد تتمثل في اعتقاده بان لديه القدرة على استغلال جميع إمكانياته ومصادره النفسية والبيئية في إدراك بفاعلية، الأحداث والمواقف الضاغطة في حياته إدراكاً سليما غير مشوه، ويقوم على تفسير تلك المواقف والأحداث تفسيراً منطقياً وبشكل موضوعي، وان يتعايش معها بشكل إيجابي دون التأثير عليه بشكل سلبي. وتتكون أبعاد الصلابة النفسية من ثلاث أبعاد هي الالتزام، والتحدي، والتحكم.

وعرف فنك (Funk, 1992) الصلابة النفسية على أنها سمة من سمات الشخصية، يتم تطورها وتنميتها من خلال مجموعة الخبرات البيئية التي يخبرها الفرد منذ الطفولة. أما حمادة (2002) فيرى أنها الكفاءة الذاتية للفرد في مواجهة الضغوط المختلفة في حياته، حيث يميل من خلال تمتعه بمستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية بالقيام بسلوكيات ناجحة، مع ادراكه بقدرته على عمل ذلك.

وعرف ايروز وإينوات (Eroz & Onat, 2018) الصلابة النفسية على انها مجموعة من السلوكيات التي تحول التهديدات المحتملة للظروف الضاغطة إلى فرص للنمو الشخصي والتنمية للفرد.

من خلال مجموعة التعريفات السابقة يمكن القول إن الدراسات والأبحاث تعتبر الصلابة النفسية من مصادر شخصية الفرد والتي تتمحور حول إدراكه وتقبله للظروف الضاغطة في حياته، فهي تعمل كواقي مهم مع مواجهة ما يتعرض له من تغيرات وضغوط حياتية مختلفة، لصد او للتقليل من الآثار النفسية والجسدية السلبية عليه.

وتتكون الصلابة النفسية من مجموعة من الأبعاد ذكرها ماند (Mund, 2016) على النحو التالي:

أولاً: - الالتزام (Commitment): هو عبارة عن الانخراط بعمق في جميع جوانب الحياة.

ثانياً: - التحكم (Control): القدرة على التأثير في نتائج الحياة.

ثالثاً: - التحدي (Challenge): قبول إدارة التغيير والتعلم من التجارب الإيجابية والسلبية.

وفيما يختص بالعلاقة بين الصلابة النفسية والمرونة النفسية، عرفت جمعية علم

النفس الأمريكية (APA, 2014) المرونة: على أنها ممارسة التكيف والتأقلم بشكل جيد خلال فترة صعبة مليئة بالصدمات والضغوط. ويمكن وصف المرونة كإجراء ديناميكي يتكون من التكيف الصحي والتوازن بعد التعرض لتحدٍ أو محنة كبيرة (Sherry, 2019).

وعرف (Bonanno, 2007) المرونة بأنها قدرة الفرد على التكيف بشكل مناسب أو «الارتداد» من الشدائد المفرطة أو الصدمات أو الضغوطات الأخرى مع أداء كفؤ، فالأفراد المرنون لديهم صلابة نفسية؛ حيث إنهم قادرون على إدارة عدد من التجارب المُجهدة عاطفيًا بشكل يؤمن السلامة النفسية لهم. وبحسب الدراسات فان هناك علاقة بين المرونة والصلابة النفسية، حيث إن الأشخاص المرنين لديهم مستوى مرتفع من الصلابة النفسية، وان الشخص المرن لديه القدرة على إدارة ضغوط الحياة بشكل أفضل، فعندما تتواجد المرونة لدى الأفراد، فإن الصلابة ستكون هي السمة الرئيسية التي يمكن أن تساعد في الحماية من العواقب السلبية للضغوطات.

وقد أظهرت الأدبيات والأبحاث ذات الصلة الحاجة إلى فهم بنيات الشخصية بشكل أفضل التي تعتبر جزءًا لا يتجزأ من التأثير على الأداء البشري والتنبؤ، حيث وجدت الدراسات وجود علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والمرونة النفسية، بمعنى أن وجود المرونة النفسية يشير إلى وجود مؤشرات لصلابة الشخصية والعكس صحيح (Sherry, 2019). وهذا ما أكدته دراسة يوسفيان (Yousefian, 2023) التي وجدت أن هناك علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والصلابة النفسية والكفاءة الذاتية للفرد.

وتشير الدراسات أن المواقف المتعلقة بـ «الالتزام» والمواجهة «التحدي» مهمة جدًا في بناء الصلابة النفسية والمرونة النفسية على حد السواء، ومثال ذلك: لتحقيق مرونة في اتخاذ القرارات يجب العمل على تعزيز عناصر «الالتزام» و«التحدي» لدعم الصلابة في اتخاذ قرارات سليمة مع توافر الكفاءة (Buheji, 2020).

الدراسات السابقة

يتناول هذا الجزء الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الصلابة النفسية مرتبة من الأقدم إلى الأحدث يلي ذلك تعقيب الباحث على هذه الدراسات، وهي على النحو الآتي:

في دراسة أجرتها عبد الحافظ (2017) هدفت إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن وعلاقته بظهور أعراض الاكتئاب والقلق والضغط النفسي. حيث تكونت عينة الدراسة من (200) لاجئ ولاجئة تراوحت أعمارهم بين (18-60) عام. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. بينت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية لدى العينة كان متوسطًا، حيث جاء بُعد التحكم في المرتبة الأخيرة. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير مستوى التعليم ولصالح التعليم الجامعي. ووجود فروق دالة إحصائياً على مقياس القلق تبعا لمتغير مستوى التعليم ولصالح المستوى التعليمي (اقل من توجيهي) حيث كانوا الأكثر قلقاً.

وهدفت دراسة الطعيمة (2018) إلى الكشف عن الصلابة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى اللاجئين السوريين في مخيم الزعتري، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي من خلال عينة مكونة من (300) لاجئة ولاجئ سوري. وقد أظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية والاكتئاب لدى اللاجئين السوريين جاء متوسطًا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لديهم يعزى لمتغيري العمر والجنس لصالح كبار السن والإناث، ووجود علاقة ارتباطية دالة بين الصلابة النفسية والاكتئاب، فكلما زادت الصلابة النفسية لدى اللاجئ السوري قلت لديه مستويات الاكتئاب.

أما دراسة المومني والفريحات (2018) فتناولت مستوى الضغوط النفسية لدى اللاجئين السوريين، وقد تم اتباع المنهج الوصفي الارتباطي من خلال استخدام مقياس الضغوط النفسية، حيث طبق على عينة مكونة من (600) لاجئ ولاجئة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الضغط النفسي الكلي جاء متوسطًا، كما بينت الدراسة أن المتغيرات المتنبئة بالضغط النفسي هي العمر ومدة الإقامة والمؤهل العلمي والعزلة، وعدم القدرة على تحمل الضغوط الحياتية في مخيمات اللجوء.

وأجرى العزام والطلافحة (2019) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والمهارات الاجتماعية لدى عينة من اللاجئين السورين من طلاب المرحلة الثانوية كدراسة ارتباطية، حيث تكونت العينة لهذه الدراسة من عدد (218) طالبًا من طلاب المرحلة الثانوية من تربية مدينة اربد في المملكة الأردنية الهاشمية. والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود درجة عالية من الصلابة النفسية ودرجة عالية من المهارات الاجتماعية لدى أفراد العينة، وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية يعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور على مقياس المهارات الاجتماعية، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لتقدير الطلاب على مقياس الصلابة النفسية ومقياس المهارات الاجتماعية مجتمعة.

وسعت دراسة كوكون (Kokun, 2023) إلى تحديد الاختلافات في نتائج الصحة النفسية للسكان البالغين في أوكرانيا اعتمادًا على تجربتهم الشخصية خلال الأشهر الأولى من الحرب. حيث شملت الدراسة (1,257) مشاركًا من الأوكرانيين الذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي. وقد قام الباحث بتطبيق أدوات الدراسة لتحديد الاختلافات في مستوى الصحة النفسية للمشاركين؛ حيث استخدم (مقياس للمرونة، ومقياس الصلابة النفسية، ومقياس الكفاءة الذاتية العام، ومقياس اضطراب ما بعد الصدمة). وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الأوكرانيين البالغين يعانون من ارتفاع الضغوط النفسية ومستوى مرتفع من اضطراب ما بعد الصدمة. وقد بينت الدراسة أن الصحة النفسية الإيجابية كانت أعلى بشكل ملحوظ لدى المشاركين من ذوي مؤشرات الصحة الإيجابية المرتفعة (الصلابة والمرونة النفسية، والكفاءة الذاتية، والتغير الفعال ما بعد الخبرة).

وهدفت دراسة بردكو وآخرون (Predko et al., 2023) إلى التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والصلابة النفسية وتحديد الاختلافات في خصائص الصحة النفسية للأشخاص الذين يملكون مستويات مختلفة من الصلابة لدى عينة من الأوكرانيين خلال

الحرب ومعرفة متنبئات الصلابة النفسية. حيث تكونت عينة الدراسة من (608) من الذكور والإناث الأوكرانيين الذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بين عمر (18-59) عام، من اللاجئين الأوكرانيين في بلدان مختلفة أو من الأوكرانيين النازحين. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الصلابة النفسية مرتبطة بمظاهر محددة للصحة النفسية لدى السكان الأوكرانيين. حيث تم الكشف عن ارتباطات قوية للصلابة مع التكيف، والراحة العاطفية، والإدراك الذاتي، والصحة النفسية، وتقبل الأخرين، والهروب. وقد حددت الدراسة العوامل المتنبئة للصلابة النفسية وهي الصحة النفسية للفرد المشارك، والراحة العاطفية، والهروب من الواقع. كما توصلت نتائج الدراسة إلى أن 40.1% من الأوكرانيين لديهم درجة منخفضة من الصلابة النفسية، و54.6% لديهم درجة متوسطة، و5.3% كان لديهم درجة مرتفعة من الصلابة النفسية. كما أن واحد من كل أربعة مشاركين تقريبًا لديه مستوىً منخفضًا من الصلابة النفسية، والذي يصاحبه عدم الراحة العاطفية ونقص السيطرة والتحكم الذاتي، مما يجعلهم أكثر عرضة للتوتر والمرض. وأشارت الدراسة إلى أن الأوكرانيين ذوي المستويات المنخفضة من الصلابة النفسية يُظهرون الهروب (مع تحويل نشاط العقل الواعي إلى النشاط الخيالي)، وتعتبر آلية دفاع مُدمرة لا تعزز أسلوب حل المشكلات بشكل فعال، ولها آثار سلبية طويلة المدى على صحتهم النفسية والجسدية.

التعقيب على الدراسات السابقة

تم الاطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت الصلابة النفسية لدى اللاجئين ومنها (Samadzadeh,2011؛ الطعيمة، 2018؛ المومني والفريحات، 2018؛ Kokoun, 2023) ، حيث أكدت أهمية الصلابة والصحة النفسية لدى اللاجئ لتمكنه من اتخاذ القرارات ومجابهة الضغوط. وتتفق الدراسة الحالية مع هذه الدراسات في تناولها للصلابة النفسية وفي استخدامها للاستبانة كأداة لجمع البيانات إلا أنها تتميز عنها في عينتها و منهجيتها، حيث تتناول فئة كبيرة من اللاجئين السوريين في المخيم الإماراتي الأردني الذي أقيم منذ بداية الأحداث في سوريا

تتفق الدراسة الحالية مع دراسة (عبد الحافظ، 2017) التي أجريت في البيئة الأردنية حول الصلابة النفسية لدى اللاجئين، لكنها تتميز عن هذه الدراسة في تناولها لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية ومدة اللجوء وهو ما لم تتناوله هذه الدراسة. كما تتميز الدراسة الحالية عن دراسة المومني والفريحات (2018) في أن هذه الدراسة تناولت الضغوط النفسية لدى اللاجئين فقط، وتتميز عن دراسة العزام والطلافحة، 2019) التي اقتصرت على عينة من طلبة المدارس. وتتميز الدراسة الحالية عن هذه الدراسات في أنها تسهم في التعرف على الظروف النفسية للاجئين السوريين في الأردن، وقد يسهم ذلك في مساعدة المختصين في الإرشاد النفسي في اختيار برامج إرشادية مناسبة للاجئين السوريين، واختيار أفضل الطرق الإرشادية لمساعدتهم. وأخيرًا، تمت الاستفادة من هذه الدراسات في تعميق الفهم بمشكلة الدراسة الحالية، وفي الاستفادة من المنهجيات والأدوات، وكذلك الاستفادة منها في مناقشة نتائج الدراسة الحالية.

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الجزء وصفا لمنهجية الدراسة، ومجتمع الدراسة وعينتها التي تم تطبيق أداة الدراسة عليها، وكذلك المعالجة الإحصائية التي تم استخدامها للحصول على النتائج

منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي وذلك لمناسبته وطبيعة هذه الدراسة وأهدافها.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع اللاجئين السوريين في المخيم الإماراتي الأردني في الأردن، بعدد إجمالي (2900) لاجئًا ولاجئة من المسجلين بشكل قانوني لدى المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين في الأردن.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية؛ ليتوزعوا إلى (518) لاجئًا ولاجئة من السوريين في مخيم (مريجيب الفهود) من سن (18-59 عام)، بنسبة (17%) من المجتمع الأصلي، ويبين الجدول رقم (1) توزع أفراد عينة الدراسة

الجدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس، ومستوى التعليم، والحالة الاجتماعية، وعدد سنوات اللجوء، والعمر

المتغير	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
الجنس	ذكر	211	40.7
	أنثى	307	59.3
مستوى التعليم	ثانوية فما دون	268	51.7
	بكالوريوس	192	37.1
	دراسات عليا	58	11.2
الحالة الاجتماعية	أعزب	160	30.9
	متزوج	202	39.0
	أرمل	108	20.8
	مطلق	48	9.3
عدد سنوات اللجوء	أقل من 5 سنوات	93	18.0
	6 -10	201	38.8
	أكثر من 10 سنوات	224	43.2
العمر	سنة 30 -18	164	31.7
	سنة 43 - 31	236	45.6
	سنة59 - 44	118	22.8
المجموع		**518**	**100**

أداة الدراسة

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة؛ تم تطوير مقياس خاص بالدراسة، حيث تمت كتابة فقرات المقياس اعتمادًا على خبرة المتخصصين والأدب النظري مثل (Al-Smith, 2018; Shatnawi et al., 2023)، كما تم تبني بعض مضامين الفقرات الواردة في صورة المقياس الأوَّلية من بعض الدراسات السابقة ذوات الصلة بموضوع الدراسة بعد الرجوع إليها؛ منها (شند وإبراهيم والسعدي، 2015؛ الكيلاني والحسيني وزيدان، 2015؛ Loche, 2017)؛ حيث تكوَّن المقياس في صورته الأوَّلية من (20) فقرةٍ موَّزعة على (3) أبعاد؛ هي: بُعد الالتزام وله (7) فقرات، و بُعد التحدي وله (7)، و بُعد التحكم وله (6) فقرات.

دلالات صدق وثبات أداة الدراسة

أ. صدق المحتوى لأداة الدراسة

تم التحقق من الصدق الظاهري لمقياس الصلابة النفسية؛ بعرضه على لجنة من المُحكِّمين مؤلفة من (11)عضوًا من أعضاء هيئة التدريس من ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات (علم النفس التربوي، الإرشاد النفسي، والقياس والتقويم) في الجامعات الأردنية، وذلك بهدف إبداء آرائهم حول دقة وصحة محتوى المقياس من حيث: وضوح الفقرات، والصياغة اللغوية، ومناسبتها لقياس ما وضعت لأجله، وانتماءها للمجال الذي تتبع له، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يرونه مناسبًا على الفقرات، وتم الأخذ بكافة ملاحظات المحكمين، حيث تكونت الأداة بصورتها النهائية من (20) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد.

ب. صدق البناء لأداة الدراسة

تم استخراج معاملات ارتباط الفقرة مع البعد والمقياس ككلّ عن طريق تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) لاجئ ولاجئة من خارج عينة الدّراسة وداخل المجتمع، كما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2) معامل ارتباط الفقرة مع البعد والدرجة الكلّية لمقياس الصلابة النفسية

الالتزام			التحدي		
رقم	البعد	المقياس ككلّ	رقم	البعد	المقياس ككلّ
1	.549	.326	2	.643	.312
4	.584	.381	6	.705	.463
5	.580	.378	8	.704	.340
9	.389	.479	11	.711	.553
13	.591	.339	14	.549	.502
16	.440	.346	17	.459	.531

18	.727	.393	20	.454	.636
ارتباط البعد بالمقياس ككل		.680	ارتباط البعد بالمقياس ككل		.786
التحكم					
3	.462	.365			
7	.504	.346			
9	.741	.351			
12	.661	.418			
15	.793	.310			
19	.611	.340			
ارتباط البعد بالمقياس ككل		.670			

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2) أن قيم معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلّية للمقياس تراوحت بين (0.310-0.636)، وأن قيم معاملات ارتباط الفقرات بالأبعاد تراوحت بين (-0.389 0.793)، وأن قيم الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.670-0.786)، وقد تم اعتماد معيار قبول الفقرة أن يكون معامل ارتباط الفقرة بالبعد أعلى من (0.30)، فبقي المقياس مكونًا من (20) فقرة.

ج. ثبات مقياس الصلابة النفسية

للتأكد من ثبات مقياس الصلابة النفسية، تم حساب معامل الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده من خلال معادلة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي، حيث طبّق على عينة استطلاعية تكونت من (30) لاجئ ولاجئة، من خارج عينة الدّراسة وداخل المجتمع، والجدول (3) يبين معاملات ثبات أبعاد المقياس والمقياس ككلّ.

الجدول (3) معاملات ثبات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمقياس ككلّ

البعد	معامل الاتساق الداخلي
الصلابة النفسية ككل	0.928
الالتزام	0.807
التحدي	0.785
التحكم	0.787

يبين الجدول (3) أن معاملات ثبات أبعاد المقياس جيدة؛ حيث تراوحت معاملات ثبات الاتساق الداخلي بين (0.785-0.928)، وهي معاملات ثبات أعلى من (0.60)، وبذلك تم اعتماد المقياس بصورته النّهائيّة حيث تكون من (20) فقرة..

تصحيح المقياس

بهدف تصحيح المقياس تم اعتماد التدريج الرباعي لقياس مستوى الصلابة النفسية، حيث تم إعطاء الإجابة دائمًا (4 درجات)، وغالبًا (3 درجات)، وأحيانًا (درجتان)، ونادرًا (درجة واحدة)، وكانت جميع الفقرات إيجابية عدا الفقرات ()، كما تم تقسيم متوسطات الصلابة النفسية باستخدام المعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى - الحد الأدنى}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \frac{4-1}{3} = \frac{3}{3} = 1$$

وتم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو التالي:

من (1.00- 1.99) مستوى منخفض.

من (2.00- 2.99) مستوى متوسط.

من (3.00- 4.00) مستوى مرتفع.

المعالجات الإحصائية: تمت المعالجات الإحصائية لبيانات الدراسة باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك على النحو الآتي:

للإجابة عن سؤال الدراسة الأوَّل؛ فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياري لمستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن ، مع مراعاة ترتيب المجالات ثم الفقرات في ضوء المجالات التي تتبع لها وفقًا لأوساطها الحسابية تنازليًا.

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني؛ فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية تبعًا للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر، وتحليل التباين الخماسي (5 Way ANOVA) للفروق في المتوسطات الحسابية لمستوى الصلابة النفسية تبعا للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر، نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية للفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعًا للحالة الاجتماعية، وعدد سنوات اللجوء.

عرض النتائج

يتناول هذا الجزء عرضًا لنتائج الدراسة وفقًا لأسئلتها.

عرض نتائج السؤال الأول: ما مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياري لمستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن، والجدول (4) يبين النتائج:

جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياري لمستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن

الرقم	الأبعاد	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	الالتزام	1	2.59	.329	متوسط
2	التحدي	2	2.55	.412	متوسط
3	التحكم	2	2.55	.380	متوسط
مستوى الصلابة النفسية			2.57	.270	متوسط

يتضح من الجدول (4) أن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن كان متوسطًا إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.57) بانحراف معياري (0.270)، وتراوحت المتوسطات الحسابية لأبعاد الصلابة النفسية بين (2.55-2.59)، وجاء في المرتبة الأولى بعد الالتزام بمتوسط حسابي (2.59)، وجاء في المرتبة الأخيرة يعدي التحدي والتحكم بمتوسط حسابي (2.55). والجداول الآتية تبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وفقاً للأبعاد.

أولًا: بعد الالتزام

الجدول (5)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات بعد الالتزام

الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
1	أشعر أن الالتزام الشخصي والاجتماعي مهم لي وللآخرين	1	3.03	.856	مرتفع
5	أعتقد أن لحياتي هدف رغم تركي لبلدي ولجوئي	2	2.72	.938	متوسط
16	أهتم بنفسي في مخيم اللجوء فقط	3	2.72	.958	متوسط
4	أشعر أن حياتي لا تستحق مني المثابرة والالتزام	4	2.52	.987	متوسط
9	يقودني التفكير بحياتي ومستقبلي للإحباط	5	2.51	.949	متوسط
13	أدى اللجوء لجعل حياتي غير منظمة	6	2.43	.942	متوسط
18	أعتقد أني بحاجة لخطة لمواجهة الواقع الذي أعيشه	7	2.25	.935	متوسط
بعد الالتزام ككل			2.59	.329	**متوسط**

يتضح من الجدول (5) أن مستوى بعد الالتزام كان متوسطًا حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.59)، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات بعد الالتزام تراوحت ما بين (2.25-3.03)، وكانت الفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي هي الفقرة (1) « أشعر أن الالتزام الشخصي والاجتماعي مهم لي وللآخرين « بمتوسط حسابي (3.03)، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة (18) « أعتقد أني بحاجة لخطة لمواجهة الواقع الذي أعيشه « بمتوسط حسابي (2.25).

ثانيًا: البعد التحدي

الجدول (6)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات البعد التحدي

الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
17	أشعر بالسعادة عندما أعمل على تغيير حياة الآخرين	1	2.80	.913	متوسط
6	أثق بقدرتي على حل كافة المشكلات التي تواجهني	2	2.78	.894	متوسط
14	تزيد قدرتي على الحكم على الحياة من خلال خبرة اللجوء	3	2.73	.897	متوسط
8	أشعر أن متعتي تزداد عند مواجهة المشكلات	4	2.42	.906	متوسط
11	أعتقد أن كل ما يجري في حياتي ممل	5	2.42	.933	متوسط
2	أدى اللجوء إلى فقداني لشغف الإنجاز	6	2.40	.918	متوسط
20	قلل اللجوء من مثابرتي في عملي	7	2.32	.982	متوسط
البعد التحدي ككل			2.55	.412	**متوسط**

يتضح من الجدول (6) أن مستوى البعد التحدي كان متوسطًا حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.55)، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات البعد التحدي تراوحت ما بين (2.32-2.80)، وكانت الفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي هي الفقرة (17) « أشعر بالسعادة عندما أعمل على تغيير حياة الآخرين» بمتوسط حسابي (2.80)، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة (20) « قلل اللجوء من مثابرتي في عملي» بمتوسط حسابي (2.32).

ثالثًا: بعد التحكم

الجدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة على بعد التحكم

الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
3	أتخذ قراراتي بنفسي	1	2.80	.934	متوسط
19	يزعجني كثيرًا تغير نظام حياتي اليومي الحالي	2	2.76	.929	متوسط
9	يقودني التفكير بحياتي ومستقبلي للإحباط	3	2.48	.920	متوسط
7	لا أستطيع السيطرة على مجريات حياتي الحالبة بسبب اللجوء	4	2.46	.940	متوسط
15	أعتقد أن الفشل سببه الإنسان وليس عامل خارجي	5	2.41	.911	متوسط
12	أفقدني اللجوء القدرة على التخطيط لمستقبلي	6	2.37	.901	متوسط
بعد التحكم ككل			2.55	.380	**متوسط**

يتضح من الجدول (7) أن مستوى بعد التحكم كان متوسطًا حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.55)، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات بعد التحكم تراوحت ما بين (2.80-2.37)، وكانت الفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي هي الفقرة (3) « أتخذ قراراتي بنفسي « بمتوسط حسابي (2.80)، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة (12) « أفقدني اللجوء القدرة على التخطيط لمستقبلي « بمتوسط حسابي (2.37).

عرض نتائج السؤال الثاني: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية تعزى للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية تبعاً للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر، والجدول (8) يبين النتائج.

الجدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الصلابة النفسية تبعاً للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر

المتغير	مستويات المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكر	2.53	0.227
	أنثى	2.59	0.291
المستوى التعليمي	ثانوية فما دون	2.56	0.288
	بكالوريوس	2.57	0.248
	دراسات عليا	2.58	0.234
الحالة الاجتماعية	أعزب	2.54	0.244
	متزوج	2.57	0.271
	أرمل	2.63	0.286
	مطلق	2.47	0.257
عدد سنوات اللجوء	أقل من 5 سنوات	2.53	0.184
	6 -10	2.51	0.249
	أكثر من 10 سنوات	2.63	0.300
العمر	سنة 30 -18	2.57	0.256
	سنة 43 - 31	2.55	0.273
	سنة59 - 44	2.60	0.274

يبين الجدول (8) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى الصلابة النفسية تعزى للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية تم استخدام تحليل التباين الخماسي (5 Way ANOVA)، والجدول (9) يبين النتائج.

الجدول (9) تحليل التباين الخماسي (5 Way ANOVA) للفروق في المتوسطات الحسابية لمستوى الصلابة النفسية تبعا للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	.103	1	.103	1.528	.217
مستوى التعليم	.064	2	.032	.470	.625
الحالة الاجتماعية	.854	3	.285	4.202	.006
عدد سنوات اللجوء	1.280	2	.640	9.451	.000
العمر	.173	2	.086	1.276	.280

الخطأ	34.336	507	.068		
الكلي	37.120	517			

يبين الجدول (9) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) في مستوى الصلابة النفسية تعزى للجنس ومستوى التعليم والعمر، حيث بلغت قيم ف بالترتيب (1.528، 0.470، 1.276) وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05). ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) في مستوى الصلابة النفسية تعزى للحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء، حيث بلغت قيمتي ف (4.202، 9.451) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، ولتحديد لصالح من كانت هذه الفروق تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية والجدول (10) و(11) يبين النتائج.

الجدول (10)نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية للفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعًا للحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	أعزب	متزوج	أرمل
متزوج	-.0267	-	-
أرمل	-.0914*	-.0647	-
مطلق	.0751	.1018	.1666*

يبين الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) في مستوى الصلابة النفسية تعزى للحالة الاجتماعية، حيث كانت الفروق لصالح الأرمل مقارنة بالأعزب، وعدم وجود فروق بين باقي الحالات الاجتماعية.

الجدول (11) نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية للفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعًا لعدد سنوات اللجوء

الحالة الاجتماعية	أقل من 5 سنوات	6 -10
6 -10	.0211	-
أكثر من 10 سنوات	-.0942*	-.1153*

يبين الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) في مستوى الصلابة النفسية تعزى لعدد سنوات اللجوء، حيث كانت الفروق لصالح أكثر من 10 سنوات مقارنة بـ أقل من 5 سنوات و5-10 سنوات، وعدم وجود فروق بين باقي سنوات اللجوء.

مناقشة النتائج

مناقشة نتائج السؤال الأول الذي ينص على: ما مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن؟

بينت نتائج السؤال الأول أن مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين السوريين في الأردن جاء متوسطًا، حيث احتل بُعد الالتزام في المرتبة الأولى، تلاه بُعد التحدي، وأخيرًا جاء بُعد التحكم. وقد تعزى هذه النتيجة إلى وجود علاقات اجتماعية والتزامات ما بين السوريين في المخيم تزيد من صلابتهم النفسية، كونهم ينتمون إلى منطقة جغرافية واحدة، وتسكن العائلات إلى جانب بعضها البعض، مما يزيد من التكافل الاجتماعي والالتزام بينهم، وبالتالي جاء مستوى صلابتهم النفسية متوسطًا، فضلًا عن أن تجسن مستوى الخدمات والإعاشة في المخيم مع مرور السنوات مكنهم من مواجهة التحديات المحيطة بهم، وبالتالي فإن مستوى التحدي لديهم جاء متوسطًا، ويبقى أنهم غير قادرين على التحكم بالظروف العامة المحيطة بهم مثل البعد عن الوطن وقلة فرص العمل، وهذا الأمر كان له تأثيره على صلابتهم النفسية، ورغم ذلك بقيت صلابتهم متوسطة المستوى؛ بسبب تحسن وضعهم العام في المخيم ووجود شبكات الدعم النفسي والاجتماعي لهم. وفيما يتعلق ببعد الالتزام فقد حصلت الفقرة رقم (1) التي تنص على « أشعر أن الالتزام الشخصي والاجتماعي مهم لي وللآخرين « على أعلى متوسط حسابي، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة (18) التي تنص على « أعتقد أني بحاجة لخطة لمواجهة الواقع الذي أعيشه «، وتبدو النتيجة مبررة فوجود الأهل والأقارب، وتجانس المجتمع الذي يحيط باللاجئ داخل المخيم يزيد من التزامه الشخصي مع محيطه، ولكن رغم ذلك لا يتوفر للاجئين خطط مستقبلية بسبب عدم وجود أفق واضح أو تاريخ محدد لانتهاء اللجوء. أما في مستوى التحدي فحصلت الفقرة (17) التي تنص على « أشعر بالسعادة عندما أعمل على تغيير حياة الآخرين» على أعلى متوسط حسابي، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة (20) وتنص على « قلل اللجوء من مثابرتي في عملي». إن الحياة الجيدة ومستوى الخدمات الذي تحسن في المخيم مع مرور الوقت زاد من قدرات اللاجئ على التحدي والمثابرة والعمل، وبالتالي زاد من صلابته النفسية.

وبينت نتائج السؤال الأول أن بعد التحكم جاء أخيرًا، وكانت الفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي هي الفقرة (3) وتنص على « أتخذ قراراتي بنفسي «، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة (12) وتنص على « أفقدني اللجوء القدرة على التخطيط لمستقبلي «، وتبدو هذه النتيجة مبررة فوجود اللاجئ داخل المخيم لا يترك له المجال كثيرًا لاتخاذ قرارات حول السكن أو طبيعة الحياة، أو التفاعلات الاجتماعية، ورغم ذلك يستمر اللاجئون بالتخطيط لحياتهم ولأسرهم ويتلقون الدعم النفسي والاجتماعي من السلطات المعنية ومن محيطهم الاجتماعي.

اتفقت نتيجة السؤال الأول مع نتيجة دراسة الطعيمة (2018) التي بينت أن مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة جاء متوسطًا. كما اتفقت نتيجة السؤال الأول مع نتيجة دراسة عبد الحافظ (2017) التي بينت أن مستوى الصلابة النفسية لدى العينة كان متوسطًا، حيث جاء بعد التحكم في المرتبة الأخيرة. واتفقت مع نتيجة دراسة بردكو (Predko, 2023) التي بينت أن معظم اللاجئين الأوكرانيين لديهم مستوى متوسط في الصلابة النفسية

وبخاصة من جانب الالتزام، في حين اختلفت نتيجة السؤال الأول مع نتيجة دراسة العزام والطلافحة (2019) التي بينت أن مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين جاء مرتفعًا وربما يعود الاختلاف هنا لاختلاف طبيعة عينة هذه الدراسة التي تكوت من طلاب المرحلة الثانوية.

مناقشة نتائج السؤال الثاني: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الصلابة النفسية تعزى للجنس ومستوى التعليم والحالة الاجتماعية وعدد سنوات اللجوء والعمر؟

بينت نتائج السؤال الثاني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين السوريين تعزى للجنس ومستوى التعليم والعمر، وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن اللاجئين في هذا المخيم ينتمون لطبقة واحدة وبيئة جغرافية واحدة وبالتالي هناك تجانس كبير بينهم، بالإضافة الى أنهم ينتمون لنفس العائلات وبالتالي فإن طبيعة الدعم الاجتماعي والنفسي واحدة كونهم يعيشون نفس البيئة والظروف، وكذلك فإن الخدمات المقدمة لهم واحدة، ولذلك لم تظهر فروق في مستوى الصلابة النفسية لديهم. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العزام والطلافحة (2019) التي بينت وجود فروقات في مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين تعزى لمتغير الجنس، كما اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بردكو (Predko, 2023) التي بينت وجود فروقات دالة في مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين الأوكرانيين.

كما بينت نتائج السؤال الثاني وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى للحالة الاجتماعية، حيث كانت الفروق لصالح الأرمل مقارنة بالأعزب ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى اللاجئين السوريين تُعزى لعدد سنوات اللجوء، حيث كان الفروق لصالح أكثر من 10 سنوات مقارنة بـ أقل من 5 سنوات و5-10 سنوات. وقد تعزى هذه النتيجة لمستوى التعاطف الذي يحصل عليه الأرمل وتوفر الدعم الاجتماعي الأسري والنفسي له مما يجعل مستوى صلابته النفسية أعلى من الأعزب، فضلًا عن أن من قضوا وقتًا أطول في اللجوء داخل المخيم قد حصلوا على تأهيل وخدمات أكبر مكنتهُم من تجاوز الظروف التي مروا بها وزادت من صلابتهم النفسية، أكثر من اللاجئين الجدد الذين هم بحاجة لمزيد من الرعاية والدعم والتأهيل. واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة المومني والفريحات (2018) التي بينت أن مستوى الضغط النفسي والصحي النفسية يرتبط بالفروقات في العمر ومدة الإقامة والمؤهل العلمي، وربما يعود سبب الاختلاف هنا لاختلاف هدف كل دراسة والأداة المستخدمة بها.

التوصيات: في ضوء النتائج توصي الدراسة بالآتي:

تصميم برامج إرشادية لتحسين الصلابة النفسية لمواجهة الضغوط لدى اللاجئين السوريين.

تأهيل ودعم اللاجئين الذين قضوا سنوات أقل في المخيم من خلال برامج دعم اجتماعية ونفسية؛ من أجل تحسين مستوى الصلابة النفسية لديهم.

تقديم برامج إرشادية مهنية للاجئين غير المتزوجين (اللاجئ الأعزب) من أجل تمكينهم من العمل داخل المخيم؛ وتدريبهم على اتخاذ القرار ومواجهة ضغوط الحياة.

المراجع:

أ. المراجع العربية

حمادة، لولوة (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة. دراسات نفسية، 12(2)، 229-272.

الحمد، حنين (2023). فاعلية برنامج توجيه جمعي مستند إلى النظرية الانتقائية في خفض الحزن المطول وتحسين مستوى تقدير الذات لدى اللاجئات السوريات في الأردن. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

ربابعة، إلهام، والصمادي، أحمد (2020). مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة من الطالبات اللاجئات السوريات للمرحلة الثانوية في الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية، 34(12)، 2213-2240.

الشميري، عبد الرقيب (2024). الصمود النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من الأطفال اليمنيين اللاجئين في مصر. المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، 6(1)، 19-68.

شند، سميرة وإبراهيم، هبة والسعدي، أمل (2015). الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، 1(44)، 445-462.

الطعيمة، إيمان (2018). الصلابة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من اللاجئين السورين في مخيم الزعتري. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، اربد.

عبد الحافظ، أروى (2017). مستوى الصلابة النفسية وعلاقته بأعراض الاكتئاب والقلق والضغط النفسي عند عينة من اللاجئين السوريين في الأردن. (رسالة دكتوراه غير منشورة). الجامعة الأردنية، عمان.

العزام، عبد الناصر والطلافحة، مصعب (2019). الصلابة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية من اللاجئين السوريين في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية27 (2)، 557-572.

الكيلاني، خلود والحسيني، حسين وزيدان، أكرم (2015). الصلابة النفسية. المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، جامعة المنصورة، 1(3)، 298-318.

المومني، فواز والفريحات، إسراء (2016). القدرة التنبؤية لبعض العوامل الاجتماعية والديموغرافية بحدوث الاضطرابات السيكوسوماتية لدى اللاجئين السوريين. المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية، 9(3)، -82 88.

ب. المراجع الأجنبية

Al-rousan, T., Schwabkey, Z., Jirmanus, L., & Nelson, B. (2018). Health needs and priorities of Syrian refugees in camps and urban settings in Jordan: perspectives of refugees and health care providers. EMHJ Journal, 24(3), 243253-.

Bartone P., Valdes J. Sandvik A. (2016) Psychological hardiness predicts cardiovascular health. Psychology, health & medicine, 21(6), 743 -749.

Bonanno, G. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? American Psychologist, 59(1), 2028-.

Buheji, M. (2020). Analyzing hardiness resilience in covid-19 pandemic - using factor analysis. International Journal of Management. 11(10), 802815-.

Caman, O., Kilic, H., Kaya, E., Uner, S. (2020). Mental Health Research Among Refugees: A Community-based Study in Turkey. Research Square, 1(1), 115-.

Eroz, S., & Onat, E. (2018). Psychological hardiness: A survey in hospitality management. Research Journal of Business and Management (RJBM), 5(1), 81-89.

Funk, S. (1992). Hardiness - A review of theory and research. Health Psychology, 11 (5), 335-345.

Gladden, J. (2012). The coping skills of East African refugees: A literature review. Refugee Survey Quarterly Journal, 31(1),177196-.

Issari, P. Christopoulou, A. Galika, A. (2021). Life Stories of Syrian Refugees: A Qualitative Study. Psychology. 12(10), 2147-.

Kaddeur, J. (2003). psychologique hardinesse - Aspects définition, nomologique, European review of applied psychology. centre de psychologie appliqué, paris, Vol 53, N 3.

Kobasa, S. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37(1), 111-.

Kobasa, S. (1982). Commitment and coping in stress resistance among lawyers". Journal of Personality and Social Psychology. 42 (4), 707-717.

Kokun, O. (2023). Differences in mental health outcomes for the adult population depending on their personal experience during the first months of the war in Ukraine: A cross-sectional study. Polish Psychological Bulletin, 54(2), 116123-.

Loche, R. (2017). Psychological Hardiness, Big Five Personality, And Demographic Factors As Predictors Of College Enrollment Among Military Veterans. PhD Dissertation. Northwestern State University

Maddi, S. (2016). Hardiness Is Negatively Related to Gambling. Open Access Library Journal, 3(1),18-.

Mund, P. (2016). Kobasa Concept of Hardiness (A Study with Reference to the 3Cs). International Research Journal of Engineering, IT & Scientific Research, 2(1), 3440-.

Narad, A. (2018). Psychological hardiness among senior secondary school students: influence of home environment, Man in India, 97 (23),441453-.

Predko, V., Schabus, M., & Danyliuk, I. (2023). Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardiness of Ukrainians during the war. Frontiers in psychology, 14(12), 716-.

Samadzadeh, M. 2011). Survey of Relationship between psychological hardiness, thinking styles and social skills with high school student's academic progress in Arak city. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 28 (2), 116-.

Sherry, V. (2019). Resilience, Grit, and Hardiness: Determining the Relationships amongst these Constructs through Structural Equation Modeling Techniques. Journal of Positive Psychology & Wellbeing, 3(2), 165178-.

UNHCR (2023, Oct 31). Jordan, from Syria Regional Refugee Response: Inter-agency Information Sharing Portal:https://data2.unhcr.org/ar/situations/syria/location/36

WHO. (2023). Mental health of refugees and migrants: risk and protective factors and access to care. NY: UN Publications.

Woltin, N (2018). Regulatory focus, coping strategies and symptoms of anxiety and depression: A comparison between Syrian refugees in Turkey and Germany. PLoS ONE ,13(10), 2240-.

Yousefian, F. (2023). The Relationship of Self-Efficacy and Resilience with Academic Engagement: The Mediating Role of Psychological Hardiness. Iranian Journal of Educational Research, 2 (2), 52 -63.

Zhang, L., Wong, Y. (2011). Hardiness and Thinking Styles: Implications for Higher Education. Journal of Cognitive Education and Psychology ,10(3), 294307-.