

الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية والشفقة بالذات والتفاؤل وجودة

الحياة النفسية لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا: دراسة في

نمذجة العلاقات

إعداد

د/ أحمد عباس منشأوي عباس

مدرس علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة عين شمس

أ.م.د/ أمينة عبد الفتاح عبد الله علي

أستاذ مساعد علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة عين شمس

مستخلص البحث

هدف البحث الحالي إلى تقديم نموذج بنائي لتفسير العلاقات التي تربط الأمن النفسي (متغير وسيط) بالصلابة النفسية، والشفقة بالذات، والتفاؤل (متغيرات مستقلة)، وجودة الحياة النفسية (متغير تابع) لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا، ومقارنة مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا، ومقارنة النموذج المستخرج بين المجموعتين. وتكونت عينة البحث من (٣٥٤) من طلاب الفرقة الرابعة المقيدون بالعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) بكلية التربية جامعة عين شمس، وطُبقت عليهم أدوات البحث، وهي: مقياس الصلابة النفسية، ومقياس التفاؤل، ومقياس الشفقة بالذات، ومقياس الأمن النفسي، ومقياس جودة الحياة النفسية، وأظهرت النتائج وجود مطابقة للنموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة حيث كانت مؤشرات جودة المطابقة كلها في مداها المثالي، ووجود تأثيرات مباشرة موجبة ودالة احصائياً عند مستوى (٠,٠١) لكل من الصلابة النفسية والتفاؤل على الأمن النفسي، ووجود تأثير مباشر موجب ودال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥) للشفقة بالذات على الأمن النفسي، كما كشفت عن وجود تأثير مباشر موجب ودال احصائياً عند مستوى (٠,٠١) للأمن النفسي على جودة الحياة النفسية. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية لصالح منخفضي القلق، وأشارت أيضاً إلى وجود فروق بين

المجموعتين في النموذج المستخرج يتمثل في عدم دلالة تأثير الشفقة بالذات على الأمن النفسي لدى مرتفعي قلق كورونا.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي، جودة الحياة النفسية، الصلابة النفسية، التفاوض، الشفقة بالذات، جائحة كورونا، قلق كورونا.

مقدمة

يواجه الإنسان في حياته كثير من الأحداث التي قد تزعزع استقراره، وتهدد أمنه، وتعكر صفو حياته، ولعل ظهور فيروس كورونا (COVID-2019) Coronavirus disease 2019 في ديسمبر ٢٠١٩ كان من أشد الأحداث التي واجهها الإنسان خلال العقود الأخيرة. تلك الجائحة Pandemic التي ضربت العالم فترنحت لضربات الدول وبدأت تعيش حالة من العزلة الخارجية والداخلية فتوقفت حركة الطيران وأغلقت الشركات والمصانع ودور العبادة والحدائق والمنزهات وعلقت الدراسة بالمدارس والجامعات وألغيت بعض الامتحانات، وعاش الناس في منازلهم محجورين محجوزين لا همّ لهم إلا متابعة الأخبار. وفي ظل الانتشار السريع للفيروس، وتزايد معدلات الوفيات في كافة الدول، وخروج قادتها ليهيؤا الناس لفقد أحبابهم؛ ساد القلق المجتمعات، وتهدد الأمن النفسي Psychological Security للأفراد أيما تهديد.

ويعد الأمن النفسي من المتغيرات النفسية التي تأثرت وبشدة بظهور جائحة كورونا (Cipriana & Roşca, 2021; Gao & Liu, 2022; Le & Nguyen, 2021)، وهو من المتغيرات الإيجابية التي تساعد على تنمية الثقة بالنفس، وتقوية المناعة النفسية والجسمية في مواجهة المواقف والأحداث، والتمتع بالاتزان الانفعالي، وزيادة دافعية الإنجاز لدى الفرد، وخفض الإحساس بالإحباط، وتقليل الصراعات التي قد تتتاب الفرد والحد من آثارها النفسية والاجتماعية (السيد محمد عبدالمجيد، ٢٠١١، ٢٩٢)، ويعد الأمن النفسي محددًا من محددات جودة الحياة Quality of life؛ حيث يؤدي انخفاض الشعور بالأمن النفسي إلى انخفاض مستوى الرضا عن الحياة (Afolabi & Balogun, 2017; LI et al., 2021; Mitwaly, 2018)، فهو ينظر إليه باعتباره من الحاجات الأساسية لبناء الشخصية الإنسانية، وإذا تعرض الفرد لضغوط نفسية أو اجتماعية لا طاقة له بها في أي مرحلة من مراحل عمره ينخفض مستوى الأمن النفسي له ويصبح مهددًا، ويؤثر ذلك بشكل مباشر على الصحة النفسية للفرد؛ والتي تعد الجانب الأساسي لإدراك الفرد لجودة الحياة (محمد بن علي، ٢٠١٨، ٢٣٥).

وفي ظل تلك الظروف العصيبة التي مرت بالعالم أجمع، والتي عصفت بالأمن النفسي للأفراد بصفة عامة وللطلاب بصفة خاصة؛ تتجلى أهمية بعض المتغيرات في بث الطمأنينة في

نفوسهم، وترميم ما تهاوى من بناء الأمن النفسي لديهم، وتعد الصلابة النفسية Psychological Hardiness إحدى هذه المتغيرات، فعندما يتحلى الفرد بالصلابة النفسية يصبح قادرًا على مواجهة أحداث الحياة، والتصدي للضغوط التي يتعرض لها؛ ومن ثم يكون قادرًا على التكيف معها، فيقل شعوره بالقلق والخوف ويترسخ لديه الإحساس بالأمن، وهذا ما أشارت إليه الدراسات من وجود علاقة إيجابية بينهما (مجدي محمد، ٢٠٢٢)، وأن الصلابة النفسية من العوامل المنبئة بالأمن النفسي (مريم عبدالجابر، ٢٠٢١).

ومن المتغيرات التي قد تؤثر في الأمن النفسي للأفراد الشفقة بالذات Self-Compassion، إذ تسبب انتشار الجائحة في خلق مشاعر مؤلمة لدى الكثير لفقد الأحباء والأصدقاء أو عدم رؤيتهم نتيجة الانقطاع عن العمل أو الدراسة، وكلها مشاعر سلبية لا يحتاج الفرد لتجنبها أكثر من حاجته أن يكون واعيًا بها بتفهم وعطف على الذات، وهذا هو مضمون الشفقة بالذات (Namani & Bagherian Kakhki, 2019).

وقد يؤثر التفاؤل Optimism على شعور الفرد بالأمن النفسي (Namani & Bagherian Kakhki, 2019)، فعندما يكون الفرد متفائلًا يتوقع حدوث الأشياء الجيدة في المستقبل الذي يراه يحمل معه الخير دائمًا؛ فنظرته التفاؤلية تهون عليه المصاعب والمتاعب والمصائب التي يمر بها، وتجعله متمسكًا بالحياة لأنه يبصر الخير في انتظاره، فيشتد عزمه وتقوى عزيمته، ويتماسك بناؤه النفسي، ويشعر بالأمن والسكينة.

ويعد القلق Anxiety من أكثر الاضطرابات النفسية المصاحبة لانتشار فيروس كورونا شيوعًا بين الأفراد (Hawes et al., 2022; Khoshaim et al., 2020; Lakhan et al., 2020; Maia & Dias, 2020)، وذلك نتيجة للانتشار السريع للفيروس، والزيادة المتسارعة في معدلات الإصابة والوفيات، وعجز الحكومات في كثير من الدول عن مجابهته، وعدم توفر علاج محدد لهذا المرض. وقد يتسبب ارتفاع مستوى قلق كورونا Corona Anxiety لدى الأفراد في انخفاض مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية لديهم؛ حيث يرتبط الأمن النفسي وجودة الحياة سلبًا بمستوى القلق (بهية جمعة السيد، ٢٠٢١).

لهذا يركز البحث الراهن على دراسة العلاقات السببية بين الأمن النفسي، والصلابة النفسية، والشفقة بالذات، والتفاؤل، وجودة الحياة النفسية من خلال تقديم نموذج بنائي يربط بين هذه المتغيرات؛ حيث يتصور الباحثان أنه عندما يكون الفرد صلبًا في مواجهة المصائب، ومشفقًا بذاته متفائلًا بالمستقبل، يكون جدار الأمن النفسي لديه حصينًا منيعًا، وينعم بحياة نفسية جيدة. ومقارنة هذا النموذج بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا من أفراد العينة.

مشكلة البحث

تعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب، والتي يتعرض خلالها لضغوط كثيرة أكاديمية ونفسية، وفي السنة الأخيرة منها تسيطر على الطالب مشاعر مختلفة من السعادة لاقتربه من انهاء دراسته وتحقيق حلمه إلى القلق بشأن المستقبل والاستعداد للحياة المهنية، وفي هذه الأثناء لاح في الأفق ما لم يتوقعه أحد أو يحسب له حسابًا فظهرت جائحة كورونا بحلول عام ٢٠٢٠ والتي عصفت بآمال الجميع؛ حيث تحولت إلى وباء عالمي له تداعياته وتأثيره على مختلف جوانب الحياة؛ حيث فرضت إجراءات الحجر المنزلي، والتباعد الجسدي والاجتماعي، وعدم مغادرة المنزل إلا في أضيق الحدود، مع إغلاق دور العبادة والمدارس والجامعات والمؤسسات الأخرى. وقد تسببت الجائحة في أكبر اضطراب في أنظمة التعليم في تاريخ البشرية؛ حيث أثرت على ما يقرب من ١,٦ مليار متعلم في أكثر من ٢٠٠ دولة، فقد تسبب فرض سياسات التباعد الاجتماعي في إغلاق المدارس والجامعات وتغيير نظام التدريس بها، وساد الخوف والقلق بين الطلاب من تعرض حياتهم للخطر ومن خسارة أعوام دراسية والمستقبل المجهول الذي ينتظرهم إن استمرت الجائحة ولم يتم التوصل إلى حل نهائي لها (Pokhrel & Chhetri, 2021, p. 133).

وهنا اتجهت أدبيات البحث التربوي والنفسي إلى دراسة الآثار النفسية الناجمة عن تلك الجائحة لدى الأفراد بصفة عامة والطلاب بصفة خاصة (Akat & Karataş, 2020; Deolmi, 2020; Morgul et al., 2021; Pedrosa et al., 2020; Pisani, 2020)، وقد أشارت الدراسات إلى زيادة معدلات القلق والاكتئاب لدى الطلاب في ظل انتشار جائحة كورونا (Faisal et al., 2021; Husky et al., 2020; Lee et al., 2021)؛ مما أثر سلبًا على بعض السمات الإيجابية التي نعدّها من مؤشرات الصحة النفسية للفرد مثل جودة الحياة (Ravens-Sieberer, 2021).

(et al., 2022)، والأمن النفسي (Le, 2022; Gao & Liu, 2022; Cipriana & Roşca, 2021; Nguyen, 2021).

ويعد الأمن النفسي من أهم الاحتياجات النفسية والاجتماعية للفرد بعد احتياجاته الفسيولوجية، كما أنه من أهم دوافع السلوك البشري المصاحب للنمو النفسي الطبيعي (ALharbi, 2017, p. 60)، فهو من الحاجات الأساسية لسواء الشخصية الإنسانية؛ حيث تمتد جذوره إلى مرحلة الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة عبر المراحل العمرية المختلفة، ويصبح أمن الفرد مهدداً إذا تعرض لضغوط وأحداث قاسية في أي مرحلة من تلك المراحل، ولقد برز مفهوم الحاجة إلى الأمن كإحدى الحاجات الإنسانية الرئيسة في النموذج الهرمي لـ Maslow، ولأهميتها جاءت في المرتبة الثانية بعد الحاجات الفسيولوجية، وهذا يؤكد أهمية الأمن النفسي وتأثيره على حياة الأفراد، وبالتالي فانخفاض مستوى الأمن النفسي يؤثر بشكل مباشر على الصحة النفسية للأفراد، والتي تعد الجانب الأساسي لإدراك الفرد لجودة الحياة (محمد بن علي، ٢٠١٨، ٢٣٥). ويعد من أكثر أضرار جائحة كورونا خطورة هو تهديدها المباشر للأمن النفسي للمجتمعات؛ حيث تسببت في انتشار مشاعر الخوف والقلق بين أفرادها، والتي ترتبط سلبياً بشعور الفرد بالأمن النفسي، فالفرد الآمن هو الذي يتمتع بمستويات منخفضة من القلق والخوف والتوتر (Gao & Liu, 2022).

وقد تعاضمت أهمية دراسة الأمن النفسي والعوامل المؤثرة فيه لدى طلاب الجامعة خاصة في ظل انتشار جائحة كورونا، ومن العوامل التي قد تؤثر على الأمن النفسي "الصلابة النفسية"؛ حيث تزود الفرد بالقوة الكافية لمواجهة الضغوط والشدائد، فعندما يدرك الفرد أن لديه صلابة نفسية يخفف ذلك من أثر الضغوط عليه، ويساهم في مساعدته على الاستمرار والتوافق والشعور بالأمن والاطمئنان النفسي؛ فالصلابة النفسية تساعد الأفراد على الاحتفاظ بصحتهم النفسية والجسمية برغم تعرضهم للأحداث الضاغطة، ويتمتع الأشخاص ذوو الصلابة النفسية بخصائص مميزة، فشعورهم بالالتزام والقدرة على ضبط الأمور والاستعداد لقبول التحدي يجعلهم يقيمون أحداث الحياة الضاغطة بطريقة أفضل من غيرهم، ولذلك فهم يتخذون تدابير أكثر كفاءة في مواجهة أحداث ومجريات الحياة. ولهذا فقد أشار مجدي محمد زينة (٢٠٢٢، ٩٧٤) إلى ضرورة إجراء دراسات مستقبلية تتناول متغير الصلابة النفسية، والذي يعد عامل حيوي في الشخصية خاصة في أوقات

الخطر وتحدي الصعاب وضغوط العمل، وبالتالي فهو من عوامل دعم الصحة النفسية والأمن النفسي للفرد.

ويمكن أن يتأثر الأمن النفسي للأفراد خلال جائحة كورونا -باعتبارها من أخطر الأحداث الضاغطة التي تعرض لها العالم في الآونة الأخيرة- بمستوى "التفاؤل" لديهم؛ حيث أشارت الأدبيات إلى أن التفاؤل يرتبط إيجابياً بقدرة الأفراد على إدارة المواقف الضاغطة (Prati & Pietrantoni, 2009)، وأنه يلعب دوراً رئيساً في الطريقة التي يقيم ويتعامل بها الأفراد مع الضغوطات التي يتعرضون لها (Puig-Perez et al., 2015)، ودعمت الدور الوقائي للتفاؤل في مقاومة الضغوط؛ حيث يقوم بدور حاجز صد Buffer للتأثيرات الضارة للأحداث الضاغطة على الأفراد (Nes, 2016)، وأن التفاؤل يعد عاملاً حاسماً في طول بقاء الفرد لأنه يقلل من حدة الأزمات الوجودية التي تعرض بقاءه للخطر (Varki, 2009)، وقد أشارت دراسة (Puig-Perez et al., 2022) إلى أن التفاؤل يقوم بدور وقائي من التأثيرات النفسية لجائحة كورونا من خلال تأثيره على مستوى الضغوط المدركة لدى الأفراد.

وبرغم وجود دراسات كثيرة ركزت على دراسة متغير التفاؤل خلال جائحة كورونا (Biber et al., 2022; Jovančević & Milićević, 2020; Sheetal et al., 2020; Wider et al., 2022) إلا أنه لم يعثر الباحثان إلا على دراسة واحدة -وذلك في حدود اطلاعهما- تناولت تأثير التفاؤل على الشعور بالأمن النفسي (Namani & Bagherian Kakhki, 2019).

وقد يتأثر الأمن النفسي للأفراد بمستوى "الشفقة بالذات" لديهم، فهي تعد عاملاً أساسياً للمساعدة في التعامل مع المشكلات النفسية المتعلقة بالتهديدات المدركة لجائحة كورونا (Kavaklı et al., 2020, p. 22)، فالفرد ذو المستوى المرتفع من الشفقة بالذات لديه القدرة على إدراك المعاناة والخبرات المؤلمة على أنها جزء من خبرته الإنسانية، فيتأثر بها وينفتح عليها ولا يتجنبها أو ينفصل عنها، أي يتعامل معها بوعي تام وتعاطف مع ذاته (Neff, 2003, p. 87)، أي أن الأفراد ذوو المستوى المرتفع من الشفقة بالذات يرون المعاناة والخبرات المؤلمة لم تخلق لهم وحدهم فهي جزء من إنسانيتهم، وعليهم التعامل معها بدرجة عالية من الوعي والعطف على ذواتهم، وهذا يهدأ من روعهم ويخفض مستوى القلق لديهم، وهذا ما أشارت العديد من الدراسات إلى أن

Raes, 2010; Van Dam et al., 2011; Werner et) الشفقة بالذات ترتبط عكسيًا بالقلق (al., 2012)، بل واعتمدت عليها بعض الدراسات في الممارسات الإكلينيكية كإحدى استراتيجيات المواجهة لخفض حدة مستوى القلق (Germer & Neff, 2013)، وهذا له تأثير بالغ في شعورهم بالطمأنينة والأمن النفسي.

ولا تزال علاقة الشفقة بالذات بالأمن النفسي في حاجة لمزيد من البحث والدراسة؛ فهناك ندرة في الدراسات التي فحصت العلاقة بينهما (Namani & Bagherian Kakhki, 2019). ومما يزيد متغير الأمن النفسي أهميةً علاقته بمتغير جودة الحياة، فقد أشارت الدراسات إلى أن المتغيرين تربطهما علاقة طردية قوية (Mitwaly, 2018)؛ حيث يزداد مستوى الشعور بجودة الحياة بزيادة الشعور بالأمن النفسي، وأن الأمن النفسي يؤثر إيجابيًا على شعور الأفراد بجودة الحياة (LI et al., 2021)، ورغم وجود دراسات تناولت متغيري جودة الحياة والأمن النفسي في ظل جائحة كورونا بشكل منفصل؛ إلا إنه لا توجد دراسات -في حدود اطلاع الباحثين- تناولت العلاقة بينهما بصفة عامة، وعلاقة الأمن النفسي بجودة الحياة النفسية في ظل جائحة كورونا. ولقد أوضحت الكثير من الدراسات أن تفشي جائحة كورونا كان له آثارًا نفسية جسيمة، لعل من أبرزها أن سيطر القلق على الأفراد في مختلف الطوائف والطبقات، وحيث أن القلق له تأثير بالغ على مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية لديهم، وبرغم من وجود الكثير من الدراسات -على المستويين المحلي والعالمي- التي تناولت دراسة قلق كورونا وعلاقته بغيره من المتغيرات، وإعداد أدوات لقياسه، إلا أنها لم تستهدف مقارنة مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا، ولهذا فقد سعى الباحثان في بحثهما الحالي إلى مقارنة مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا، ومقارنة النموذج البنائي لعلاقات الأمن النفسي بمتغيرات البحث بينهما.

مما سبق يمكن الإشارة إلى:

- 1- أهمية دراسة مفهومي الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية في ظل انتشار جائحة كورونا؛ حيث تأثر سلبًا بانتشار جائحة كورونا (التأثيرات النفسية للجائحة).

٢- لا توجد دراسات عربية أو أجنبية -في حدود اطلاع الباحثين- تناولت تأثير الأمن النفسي على جودة الحياة النفسية في ظل انتشار جائحة كورونا.

٣- قلة الدراسات العربية أو الأجنبية التي تناولت علاقة متغيرات الصلابة النفسية، والتفاؤل، والشفقة بالذات بمتغير الأمن النفسي.

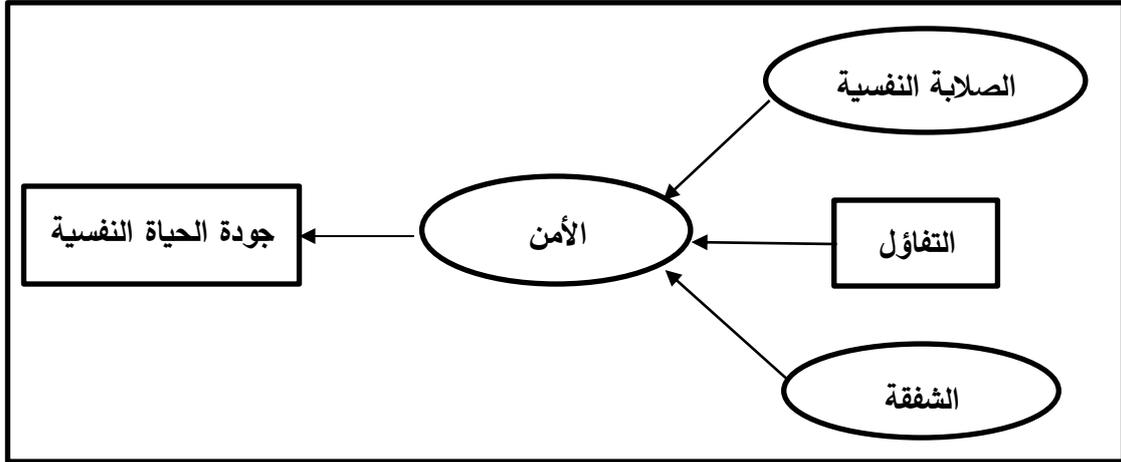
٤- لا توجد دراسات -وذلك في حدود اطلاع الباحثين- تناولت العلاقات السببية بين المتغيرات موضع دراسة البحث الحالي.

٥- لا توجد دراسات -وذلك في حدود اطلاع الباحثين- تناولت المقارنة بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في بعض المتغيرات مثل الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية.

وعليه يهدف البحث الحالي إلى اختبار النموذج البنائي للعلاقات بين الصلابة النفسية، والتفاؤل، والشفقة بالذات كمتغيرات مستقلة، والأمن النفسي كمتغير وسيط، وجودة الحياة النفسية كمتغير تابع لدى طلاب كلية التربية، ومقارنة النموذج المقترح بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا بعد المقارنة بينهما في مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية. ويمكن توضيح النموذج المقترح في الشكل التالي:

شكل ١

النموذج البنائي المقترح لعلاقة الأمن النفسي بالصلابة النفسية والتفاؤل والشفقة بالذات وجودة الحياة النفسية



في ضوء ما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث في الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- ما مدى مطابقة (اتفاق) النموذج المقترح للعلاقات بين الأمن النفسي (متغير وسيط)، والصلابة النفسية والتفاؤل والشفقة بالذات (متغيرات مستقلة)، وجودة الحياة النفسية (متغير تابع) مع بيانات عينة البحث؟
- ٢- هل يوجد تأثير مباشر دال احصائيًا لمتغير الصلابة النفسية على الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية؟
- ٣- هل يوجد تأثير مباشر دال احصائيًا لمتغير التفاؤل على الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية؟
- ٤- هل يوجد تأثير مباشر دال احصائيًا لمتغير الشفقة بالذات على الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية؟
- ٥- هل يوجد تأثير مباشر دال احصائيًا لمتغير الأمن النفسي على جودة الحياة النفسية لدى طلاب كلية التربية؟
- ٦- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا؟
- ٧- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا؟
- ٨- هل يختلف النموذج المقترح أو بعض مساراته باختلاف مستوى قلق كورونا لدى طلاب كلية التربية (مرتفعو القلق/ منخفضو القلق)؟

أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

- ١- تقديم نموذج بنائي مقترح لتفسير العلاقات التي تربط الأمن النفسي (متغير وسيط) بالصلابة النفسية، والشفقة بالذات، والتفاؤل (متغيرات مستقلة)، وجودة الحياة النفسية (متغير تابع) لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا.
- ٢- مقارنة مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا.

٣- مقارنة النموذج المقترح ومساراته التي تربط بين متغيرات البحث بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا من أفراد عينة البحث.

أهمية البحث

الأهمية النظرية للبحث

تتبع أهمية البحث الحالي من تناوله لبعض المتغيرات النفسية التي تأثرت بتفشي فيروس كورونا، ومن أمثلتها متغيري الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية واللذين تأثرا وبشدة بظهور تلك الجائحة، ودراسة علاقاتها بغيرها من المتغيرات، وتفسير مدى تأثيرها وتأثرها بها، وهنا يبرز دور البحوث النفسية والتربوية في تقديم تفسير للعلاقات التي تربط المتغيرات النفسية في ظل الأحداث المحيطة التي نمر بها.

الأهمية التطبيقية للبحث

وتتمثل في:

- ١- تزويد المكتبة النفسية في البيئة العربية بمقاييس حديثة نسبياً في المجال النفسي مثل "مقياس الصلابة النفسية".
- ٢- قد تفيد نتائج البحث الحالي الباحثين والجهات المعنية في إعداد البرامج التي تسهم في التخفيف من الآثار السلبية لفيروس كورونا، والتي تستهدف رفع مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية من خلال رفع مستوى الصلابة النفسية، والشفقة بالذات لدى الأفراد.

مصطلحات البحث

١- الأمن النفسي Psychological Security

يعرفه الباحثان بأنه "الحالة التي يكون فيها الفرد متحرراً من الخوف والقلق نتيجة شعوره بأنه في مأمن من التهديدات والمخاطر والأخطار الخارجية، وتتجلى مشاعر انعدام الأمن المدرك لدى الفرد في صورة مخاوف؛ كخوفه من فقدان السيطرة على حياته، وفقدان الممتلكات، وفقدان العلاقات الاجتماعية، وخسارة الأرواح".

٢- الصلابة النفسية Psychological Hardiness

هي سمة شخصية تجعل الفرد قادرًا على مقاومة الضغوط، والأحداث الصادمة، والصعوبات التي تواجهه؛ حيث تجعله يركز جهوده في التعامل معها بشكل استباقي من خلال استخدام استراتيجيات مواجهة تأهيبية تجعله في حالة استعداد دائم لمواجهة تلك الضغوطات والأحداث الطارئة، ويكون قادرًا على التعامل معها وتحمل تبعاتها.

٣- التفاؤل Optimism

يشير إلى توقع الفرد النتائج الإيجابية لأفعاله، ووقوع الأحداث الإيجابية في المستقبل، وأنه يحمل معه الخير والمفاجآت السارة، وحلول للمشكلات والأزمات الراهنة.

٤- الشفقة بالذات Self-Compassion

يتبنى الباحثان تعريف الشفقة بالذات على أنها انفتاح الفرد على معاناته الذاتية، والشعور بأحاسيس الرعاية والعطف نحو ذاته، والتخلي باتجاه التفاهم وعدم الحكم على فشله وعدم كفاءته، والاعتراف بأن خبرته الذاتية هي جزء من الخبرة الإنسانية المشتركة (Neff, 2003a, p. 224).

٥- جودة الحياة النفسية Psychological Quality of Life

يمكن تعريفها بأنها "تقييمات الفرد لخصائصه النفسية من حيث مدى شعوره بالقلق والاكتئاب أو السعادة، والرضا، والالتزان الانفعالي وقدرته على ضبط انفعالاته حتى في الأوقات الضاغطة.

٦- جائحة كورونا Corona pandemic

هي جائحة اجتاحت العالم في ديسمبر ٢٠١٩ بسبب انتشار فيروس كورونا SARS-Cov-2، ويعاني معظم المصابين به من أمراض تنفسية خفيفة إلى متوسطة ويتعافون دون الحاجة إلى علاجٍ خاص ويمكن لأي شخص أي يصاب بهذا الفيروس ويتعرض للوفاة في أي عمر. وأفضل طريقة لمنع وإبطاء انتقال العدوى هي أن تكون على دراية جيدة بالمرض وكيفية انتشار الفيروس، واتخاذ الإجراءات الاحترازية اللازمة، وبالرغم من كونها ظاهرة صحية إلا أن لها آثار متعددة: اقتصادية، وتعليمية، واجتماعية، ونفسية.

٧- قلق كورونا Corona Anxiety

- يعرفه اسماعيل محمد الفقي، وآخرون (٢٠٢١، ٩) بأنه "حالة انفعالية غير سارة مصحوبة بالتوتر والخوف من الإصابة بفيروس كورونا".
- ويشمل القلق ثلاث مكونات، هي:
- المكون المعرفي: ويشمل انخفاض الانتباه، والتركيز بسبب استمرار حالة القلق، والخوف من توقع حدوث ما هو أسوأ.
 - المكون الجسدي: ويشمل علامات استثارة لا إرادية مثل خفقان القلب، وجفاف الفم، وعدم ارتياح المعدة، والرعدة، والصداع، وآلام العضلات.
 - المكون السلوكي: ويشمل سلوك التجنب، والتهيج، والجزع، وقد تظهر أعراض القلق لأول مرة في أوقات الأزمات، أو أن يكون تفاعلاً لحالة نفسية موجودة مسبقاً (Rajhans et al., 2020, p. 173).

الإطار النظري

أولاً: الأمن النفسي

يعد الأمن النفسي من أهم احتياجات الإنسان؛ فبدونه لا يهنأ الإنسان ولا يشعر بجودة الحياة حتى ولو اجتمعت له كل مصادر المتعة والسعادة، ولقد ظهر هذا جلياً أثناء تفشي جائحة كورونا، والتي حاربت الإنسان ليس في مطعمه ولا مشربه، وإنما حاربت في أمنه ففرضت عليه العزلة وابتعد عن كل مصادر المتعة كي يأمن على حياته. فالأمن النفسي من أعظم النعم التي يمن الله بها على الإنسان، فقد قُدمت نعمة الشعور بالأمن على غيرها من النعم في الحديث الشريف "من أصبح منكم آمناً في سربه، معافى في جسده، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا".

تعريف الأمن النفسي

تعرفه ناهدة عصام (٢٠١٤، ٩٨١) بأنه "إحساس بالسلام الداخلي يشعر فيه الفرد بالاطمئنان والرضا، ويظهره الفرد من خلال تمتعه بالصلاية النفسية، وتقبله لذاته، ومقدرته على التفكير الإبداعي، وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين.

يعرفه (ALharbi (2017, p. 60) بأنه حالة يدرك فيها الفرد بأن البيئة آمنة من حوله، وخالية تمامًا من التهديد والأذى، فهو يمثل مشاعر ضرورية من أجل إنشاء علاقات شخصية ناجحة مع الآخرين.

خصائص الأفراد ذوي الأمن النفسي

- لديهم مستوى عالٍ من الثقة في أنفسهم وفي الآخرين، ويتسمون بانخفاض مستوى القلق، ويميلون إلى تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين (Taormina & Sun, 2015).
- لا يرون العالم والآخرين من حولهم على أنهم مصدر أذى وتهديد بالنسبة لهم، كما يعزز الشعور بالأمن النفسي لديهم شعورهم بالسعادة في العلاقات الشخصية، وقد يرجع هذا إلى أنهم لا يشعرون بالعزلة أو القلق أو العداوة أو التشاؤم، ولا يظهر عليهم علامات التوتر والصراع في العلاقات الشخصية (Afolabi & Balogun, 2017, p. 249).
- لديهم القدرة على مواجهة الصعاب والعوائق الحياتية، ومقاومة الضغوط، وهذا يعزز لديهم الشعور بجودة الحياة (محمد بن علي المعشي، ٢٠١٨، ٢٥٨).
- يستطيعون التعامل بمرونة مع الأحداث المحيطة، ويتسمون بالسواء النفسي؛ فهم أبعد عن الإصابة بالأمراض النفسية والعصبية بمختلف أنواعها من قلق أو توتر أو اكتئاب (سلسبيل ممدوح، ٢٠٢٠، ٧١).

ثانيًا: الصلابة النفسية

تم تقديم مصطلح الصلابة لأول مرة في أعمال Kobasa (1979) باعتبارها سمة شخصية تميز الأفراد الذين يحتفظون بصحة جيدة في ظل الظروف الضاغطة، وتتكون الصلابة النفسية من ثلاثة مكونات: التحكم، والالتزام، والتحدي (Kowalski & Schermer, 2019, p. 2097)، وتوصلت Kobasa (1979) إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر صمودًا، ومقاومةً، وإنجازًا، وضبطًا داخليًا، وقيادة، ومبادأة، ونشاطًا، ودافعية، مما يؤكد صحة فروضها النظرية، والتي أشارت فيها إلى أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسمية للفرد.

وقد أشار (Maddi, 2004, p. 286) إلى أن مصطلح الصلابة يشير إلى اتجاه أو اعتقاد الفرد عن نفسه أثناء تفاعله مع العالم من حوله، والذي يوفر له الشجاعة والدافعية للقيام بالعمل الجاد وتحويل الظروف الضاغطة من كوارث محتملة إلى فرص يمكن استغلالها والاستفادة منها.

وتعرف بأنها "مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية، وهي خصائص مهمة للفرد في التصدي للمواقف الصعبة، وفي التعايش معها بنجاح" (جيهان حمزة، ٢٠٠٢، ٣٥).

وتعرف أيضًا بأنها "مجموعة من الالتزامات التي يضعها الفرد لنفسه، وتعبّر عن إيمانه بإمكاناته وقدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث، وقدرته على إيجاد الآليات التي من شأنها أن تخفض كمية الضغوط النفسية التي يمر بها، وتحدد كيفية التعامل معها بفعالية" (نورا محمود حسين، ٢٠١٨، ٤١٢).

الصلابة النفسية ومواجهة الضغوط

تزيد الصلابة قدرة الشخص على التنظيم الذاتي على المستويين الجسمي والنفسي، وذلك بتحكمه الذاتي في خفض مستوى تأثره بالضغوط باستخدامه استراتيجيات فعالة في مواجهة تلك الضغوط، وعدم التهويل والتضخيم من شأنها. ويتجلى دور الصلابة في تقليل التأثير المدمر للضغوطات على الإنسان من خلال الحفاظ على المستوى المعتاد من تنشيط الفرد، وتوفير المستوى الأمثل للعمليات العصبية النفسية. فالصلابة تساعد الفرد على إدراك ومعالجة تأثيرات تلك الضغوط بتزويده بالقدرة على المقاومة، فهي تعد إحدى استراتيجيات المواجهة التأهيبية Proactive Strategies، والتي تحدد إدراك الفرد للحدث المستقبلي الضاغطة كتحدٍ للفرد يتطلب منه استجابة، وتركز جهوده نحو تحقيق الهدف، فهي بذلك تختلف عن استراتيجيات رد الفعل Reactive Strategies، والتي تساعد الفرد على تقليل الضرر أو الخسائر بعد وقوع الحدث (Totskiy et al., 2021, pp. 3,4).

فالمصلاية تعد مؤشراً للحلول الناجحة للأزمات الوجودية، ليس فقط في الحفاظ على الصحة النفسية والجسمية للفرد، بل أيضاً باكتساب الخبرات التي تساعده على تحسين ذاته وزيادة قدرته على التعامل مع صعوبات الحياة (Totskiy et al., 2021, p. 5).

ثالثاً: التفاؤل

يُنظر للتفاؤل على أنه توقع عام حول الحياة، فالمتفائلون هم أفراد يميلون إلى أن يكون لديهم توقعات إيجابية حول العالم بشكل عام، بينما يميل المتشائمون إلى توقع النتائج السلبية حول حياتهم (Carver & Scheier, 2001, p. 31)، فهو بصفة عامة يمثل ميل لتوقع نتائج إيجابية (Srivastava & Angelo, 2009, p. 1181).

ويعرفه Carver et al. (2010, p. 879) بأنه متغير يعكس إلى أي مدى يحمل الفرد توقعات إيجابية عامة للمستقبل.

ويعرفه Türküm (2011, p. 105) بأنه توقع الفرد لحدوث الأشياء الجيدة له في المستقبل بدلا من الأشياء السلبية.

فالتفاؤل يشير إلى المدى الذي يتوقع عنده الفرد حدوث نتائج إيجابية في المستقبل بدلا من النتائج السلبية، فهو يعد سمة نفسية إيجابية تساعد الفرد على مواجهة المواقف الضاغطة والسلبية (Tan & Tan, 2014, pp. 621,622).

ويعرفه رياض سليمان (٢٠٢٠، ٣١٩) بأنه "اعتقاد الفرد إيجابياً فيما يتعلق بمستقبله، وهو ما يعكس توقعه للنواتج الإيجابية في المستقبل، واعتقاده في قدرته على القيام بالأفعال والأنشطة التي تؤدي إلى تحقيق أهدافه".

ويتصف الأشخاص المتفائلون بمجموعة من الخصائص منها ارتفاع مستوى الانبساط واحترام الذات، وانخفاض مستوى العصابية، والقلق، واليأس. كما أنهم أكثر مثابرة ونجاحاً في تحقيق أهدافهم، وعندما تواجههم تحديات أو عقبات فإنهم من المرجح يستخدمون استراتيجيات مواجهة إقدامية (استراتيجيات نشطة مثل التخطيط، وإعادة التفسير) وليست إجمامية (مثل الإنكار، وعدم الاندماج)، فهم يستخدمون استراتيجيات المواجهة التي تستهدف المشكلة بشكل مباشر عندما يكون القيام بذلك متاحاً وفعالاً، ولكن عندما تكون المشكلة غير قابلة للحل أو لا يمكنهم السيطرة عليها

يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على الانفعالات مثل التقبل والفكاهة وإعادة الصياغة لتقليل تأثير المشكلة. والمتفائلون لا يخبرون انفعالات سلبية (الغضب، والاكتئاب) عندما لا يستطيعون احراز تقدماً تجاه حل المشكلة، ربما لأنهم يعتقدون أن لكل مشكلة حل مهما طال الوقت في الوصول إليه، كما أنهم قادرون على تنظيم سلوكهم أثناء السعي لتحقيق أهدافهم باتخاذهم خطوات استباقية تعزز هئاءهم الذاتي وتقييم الآثار السلبية للضغوط، فهم أكثر تماسكاً وسيطرةً على مشاعرهم ومنعها من التدخل في سلوكهم (Srivastava & Angelo, 2009, p. 1182).

رابعاً: الشفقة بالذات

يرتبط تعريف الشفقة بالذات بالتعريف الأكثر عمومية للشفقة؛ حيث يشتمل تعريف الشفقة على تأثر الفرد بمعاناة الآخرين، وانفتاح وعيه لآلامهم بدلاً من تجنبها، وأن يبدي اهتمامه وعطفه على الآخرين، ورغبته في تخفيف معاناتهم (Neff, 2003b, pp. 86-87). وتشتمل الشفقة بالذات على انفتاح الفرد على معاناته الذاتية، والإحساس بمشاعر الرعاية والعطف نحو ذاته، والتحلي بالفهم وعدم التركيز على فشله وعدم كفاءته، والاعتراف بأن خبراته الذاتية هي جزء من الخبرة الإنسانية المشتركة (Neff, 2003a, p. 224). فالشفقة بالذات تمثل موقفاً إيجابياً من الفرد تجاه ذاته عندما تسير الأمور بشكل سيء، فهي تعد عاملاً حاسماً في حماية الذات وتعزيز الصمود الانفعالي (Hupfeld & Ruffieux, 2011, p. 115)، فهي تمثل انفعال داعم للذات عند مواجهة الصعاب (Yarnell & Neff, 2013, p. 146). وتُعرف بأنها الحساسية تجاه معاناة الذات مع الالتزام بمحاولة التخفيف أو التخلص منها (Gilbert, 2014, p. 19)، فهي تمثل اتجاه صحي إيجابي نحو الذات عند مواجهة الصعوبات (de Souza & Hutz, 2016, p. 159).

أبعاد الشفقة بالذات

تشتمل الشفقة بالذات على ثلاثة أبعاد هي:

أ- العطف على الذات

يشير إلى ميل الفرد لأن يكون مهتمًا ومتفهمًا لذاته بدلًا من الحكم عليها وتوجيه النقد اللاذع لها، وأن يتعامل مع عيوبه الشخصية وعدم كفاءته بلطف وتفهم، وأن تكون نبرته الانفعالية للغة المستخدمة تجاه ذاته ناعمة وداعمة. فبدلًا من انتقاد أنفسنا بلا هوادة لكوننا غير أكفاء، فإن العطف على الذات يعني قبول حقيقة أننا غير كاملين، وعندما تسوء ظروف الحياة وتصعب علينا فإن المشفقين بذواتهم يهتمون بتقديم الدعم والهدوء والطمأنينة لذواتهم بدلًا من اتباع نهج "ابتسم وتحمل" (Neff, 2011, p. 4).

ب- الإنسانية المشتركة

وينطوي هذا البعد على إدراك الفرد بأن جميع البشر معرضون للفشل وارتكاب الأخطاء في كثير من الأحوال، فمن منظور الشفقة بالذات يعد عدم الكمال حالة إنسانية مشتركة، بحيث يُنظر إلى ظروف الحياة الصعبة في ضوء الخبرة الإنسانية المشتركة؛ حيث يشعر المرء بالترابط مع الآخرين بدلًا من الانفصال عنهم عندما يشعر بالمعاناة. ومع ذلك، فغالبًا ما يشعر الناس بالعزلة عن الآخرين عندما يركزون على العيوب الشخصية أو الأوقات العصيبة، وعندما يرون أنه من غير الطبيعي أن يتعرضوا للفشل، وأن لديهم نقاط ضعف، وأنهم يمرون بمحنة، وهذا ليس من التفكير العقلاني أن نردد السؤال "لماذا أنا؟" والذي يسبب مشاعر قوية بالانفصال عن الآخرين (Neff, 2011, p. 4).

ج- اليقظة الذهنية

ويتضمن هذا البعد أن يكون الفرد واعيًا بالخبرة الراهنة بطريقة واضحة ومتوازنة بحيث لا يتجاهل الجوانب غير المحببة له في نفسه أو حياته. ومن الضروري أن ندرك أن الفرد يعاني من أجل أن يتمكن من بسط مشاعر الشفقة تجاه ذاته، وبالرغم من أن تلك المعاناة الشخصية قد تكون واضحة تمامًا إلا أن الكثير من الناس لا يتوقفون للاعتراف بألمهم وذلك لانشغالهم بالحكم على أنفسهم أو بحل مشكلاتهم. واليقظة بشكلها المتوازن تمنع الفرد من الانجراف خلف آلامه حتى

يصل إلى مرحلة "التوحد المفرط" مع تلك الآلام، والتي عندها يميل الناس إلى التركيز المبالغ فيه على الأفكار والانفعالات السلبية المرتبطة بالذات؛ مما يعني أنهم لا يرون محنتهم بوضوح بل يبالغون في تقديرهم لها (Neff, 2011, p. 4).

خامساً: جودة الحياة النفسية

يعد مصطلح جودة الحياة من المفاهيم التي حظيت باهتمام الباحثين في كثير من العلوم، منها: علم البيئة، والطب النفسي، والاقتصاد، والسياسة، وعلم الاجتماع، وعلم النفس، والتربية، وعلوم الإدارة، وغيرها. ولقد كان لعلم النفس السبق في فهم وتحديد العوامل المؤثرة على جودة الحياة.

ويشير مفهوم جودة الحياة بشكل عام إلى جودة ما يتوافر للإنسان من خصائص تشمل تكوينه النفسي، والجسمي، والمعرفي، والاجتماعي، وما يتوافر له من مستوى مادي. ومفهوم الجودة من الناحية اللغوية يرجع أصلها إلى الفعل "جود"، والجيد نقيض الرديء، وجاد بالشيء أي جعله جيداً، وبهذا يرتبط مفهوم الجودة بالتميز، والسعي لتحقيق معايير محددة مسبقاً (شاهر خالد سليمان، ٢٠١٠، ١٢٠).

ويعرفها مجدي عبدالكريم حبيب (٢٠٠٦، ٨٤) بأنها تمثل "درجة شعور الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته في النواحي النفسية، والمعرفية، والإبداعية، والثقافية، والرياضية، والشخصية، والجسمية والتنسيق بينها، مع تهيئة المناخ الانفعالي والمزاجي المناسبين للعمل والإنجاز".

وقد عرفت منظمة الصحة العالمية جودة الحياة على أنها "تصور الأفراد لمكانتهم في الحياة في سياق الثقافة ونسق القيم التي يعيشون فيها، وفيما يتعلق بأهدافهم وتوقعاتهم ومعاييرهم واهتماماتهم" (WHO, 1998, p. 11).

أبعاد جودة الحياة

قدم Fallowfield (1990) مؤشرات قياس جودة الحياة فيما يلي:

١- المؤشرات النفسية: وتبدو في عدم شعور الفرد بالقلق والاكتئاب، أو التوافق مع المرض، أو الشعور بالسعادة والرضا.

- ٢- المؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال القدرة على تكوين علاقات شخصية ونوعيتها، ومن خلال مدى ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.
- ٣- المؤشرات المهنية: وتتمثل في درجة رضا الفرد عن مهنته وحبها، ومدى سهولة تنفيذ مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.
- ٤- المؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية، وقدرته على التعايش مع الآلام، والنوم، والشهية في تناول الغذاء، والقدرة الجنسية (في بشير معمرية، ٢٠٢٠، ٢٢).
- وأشار مجدي عبدالكريم حبيب (٢٠٠٦، ٨٨-٨٧) إلى أن جودة الحياة لها خمسة أبعاد يمكن قياسها من خلالها، وهي: (البعد النفسي لجودة الحياة، والبعد المعرفي/ الإبداعي لجودة الحياة، والبعد الثقافي/ الرياضي، والبعد الاجتماعي/ الاقتصادي، والبعد الشخصي).
- وقدم شاهر خالد سليمان (٢٠١٠) مقياساً لجودة الحياة يتكون من خمسة أبعاد، هي: (جودة الصحة العامة، وجودة الحياة الأسرية والاجتماعية، وجودة التعليم، وجودة الصحة النفسية، وجودة إدارة الوقت)
- وقد حددت منظمة الصحة العالمية (WHO, 1998, pp. 15-16) في مقياسها المئوي لنوعية الحياة . WHOQOL - 100 ستة أبعاد أو مجالات أساسية، تضم تسعة وعشرين بُعداً فرعياً، هي:
- ١- البعد أو المجال الجسمي، ويتضمن خمسة أبعاد فرعية، هي: (الألم وعدم الراحة/ الطاقة والتعب/ النشاط الجنسي/ النوم والراحة/ وظائف حسية).
 - ٢- البعد أو المجال النفسي، ويتضمن خمسة أبعاد فرعية، هي: (المشاعر الإيجابية/ التفكير والتعلم والذاكرة والتركيز/ تقدير الذات/ صورة الجسم والمظهر/ المشاعر السلبية).
 - ٣- بعد أو مجال الاستقلال، ويتضمن ستة أبعاد فرعية، هي: (القدرة على الحركة/ النشاط اليومي/ الاعتماد على المواد الطبية/ الاعتماد على المواد غير الطبية/ القدرة على الاتصال/ القدرة على العمل).
 - ٤- بعد أو مجال العلاقات الاجتماعية، ويتضمن ثلاثة أبعاد فرعية، هي: (العلاقات الشخصية/ الدعم الاجتماعي/ تقدم الأنشطة).

٥- البعد أو المجال البيئي، ويتضمن تسعة أبعاد فرعية، هي: (الحرية والسلامة الجسدية والأمن/ البيئة المنزلية/ الرضا عن العمل/ الموارد المالية/ الرعاية الصحية والاجتماعية/ اكتساب مهارات ومعلومات جديدة/ المشاركة في الأنشطة الترفيهية/ والبيئة المادية/ وسائل النقل).

٦- البعد أو المجال الديني، ويتضمن بعدًا واحدًا، وهو الروحانيات، والدين المعتقدات الشخصية. وبعد الاطلاع على التصنيفات السابقة لأبعاد جودة الحياة نجد أن هناك بعض الأبعاد الأساسية في كل التصنيفات، ومنها البعد النفسي لجودة الحياة، وهو ما يركز عليه الباحثان في بحثهما الحالي، ويشار إليه بمصطلح جودة الحياة النفسية، والتي يعرفها الباحثان على أنها "تقييم الفرد لخصائصه النفسية من حيث مدى شعوره بالقلق والاكتئاب والالتزان الانفعالي وقدرته على ضبط انفعالاته، والسعادة، والرضا، وتصوره لمدى تقبل الآخرين له".

سادسًا: جائحة كورونا

يعد تفشي فيروس كورونا أكبر جائحة عالمية واجهت البشر في العقود الأخيرة، وبالرغم من كونها ظاهرة صحية إلا أن لها آثار متعددة: اقتصادية، وتعليمية، واجتماعية، ونفسية (Dryhurst et al., 2020). وقد أشارت منظمة الصحة العالمية إلى أن فيروس كورونا هو مرض معدٍ يسببه فيروس SARS-Cov-2، ويعاني معظم المصابين بالفيروس من أمراض تنفسية خفيفة إلى متوسطة ويتعافون دون الحاجة إلى علاج خاص، ويعد كبار السن ومن يعانون من حالات طبية مزمنة مثل أمراض القلب والأوعية الدموية، ومرض السكري، وأمراض الجهاز التنفسي هم الأكثر عرضة للخطر عند الإصابة به، ويمكن لأي شخص أي يصاب بهذا الفيروس ويتعرض للوفاة في أي عمر. وأفضل طريقة لمنع وإبطاء انتقال العدوى هي أن تكون على دراية جيدة بالمرض وكيفية انتشار الفيروس؛ حيث يمكن أن ينتشر الفيروس من فم أو أنف الشخص المصاب في جزيئات سائلة صغيرة عند السعال أو العطس أو التحدث أو الغناء أو التنفس.. احم نفسك والآخرين من العدوى بالابتعاد مسافة متر واحد على الأقل عن الآخرين، وارتداء قناع مناسب، وغسل يديك أو استخدام مطهر يحتوي على الكحول بشكل متكرر، وممارسة آداب التنفس عن طريق السعال في الكوع المرن، والبقاء في المنزل والعزل الذاتي حتى تتعافى إذا شعرت بالإصابة.

التأثيرات النفسية والاجتماعية لجائحة كورونا

١ - اضطراب القلق

أدى الانتشار السريع لفيروس كورونا، والزيادة المتسارعة في معدلات الإصابة والوفيات، وما أعقب ذلك من اتخاذ التدابير الاحترازية من حجر منزلي وتباعد اجتماعي إلى سيطرت مشاعر القلق والخوف على جميع الأفراد في كافة المجتمعات (Hawes et al., 2022; Khoshaim et al., 2020; Lakhan et al., 2020; Maia & Dias, 2020).

٢ - اضطرابات النوم

تعد اضطرابات النوم أو ما تعرف بالأرق أحد تأثيرات جائحة كورونا، وذلك نتيجة لشعور الأفراد بالقلق والخوف من التعرض للإصابة، أو فقدان الحياة (Alimoradi et al., 2021; Bhat & Chokroverty, 2022).

٣ - انخفاض مستوى الرضا عن الحياة

أدى اتباع الإجراءات الاحترازية من تباعد اجتماعي وحجر منزلي إلى أن يعيش الأفراد في حالة من العزلة بعيداً عن عملهم، وجامعاتهم، وأصدقائهم، وأقربائهم إلى انخفاض مستوى الرضا عن الحياة (Shpakou et al., 2022).

٤ - انخفاض مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة

أدى انتشار فيروس كورونا إلى انخفاض مستوى الشعور بالأمن النفسي (Al-Kahal & Al-Kahali, 2022; Gao & Liu, 2022; Mahmoud, 2023; Ye et al., 2022)، وانخفاض مستوى الشعور بجودة الحياة (Khan et al., 2021; Ravens-Sieberer et al., 2022)، وذلك بسبب سيطرت مشاعر القلق والخوف على الأفراد أثناء تلك الجائحة.

٥ - مشاعر الملل والتوتر

أدى الحجر المنزلي، والتباعد الاجتماعي الذي اعتمده الدول كإجراءات احترازية للحد أو التقليل من انتشار فيروس كورونا إلى شعور الأفراد بالملل والتوتر النفسي تسبب (Abusaada & Elshater, 2022; Bösselmann et al., 2021; Boylan et al., 2021).

٦- إدمان الألعاب الإلكترونية والإنترنت

خلال فترة التباعد الاجتماعي والحجر المنزلي أصبح استخدام الإنترنت (Siste et al., 2021)، والألعاب الإلكترونية (Han et al., 2022) وسيلة لتمضية الوقت والتغلب على الملل، وبالرغم من ذلك قد يكون خيارًا جيدًا كنوع من أنواع الترفيه، إلا أنه قد يزيد من العزلة ويسبب نوعا من أنواع الإدمان التي قد تبقى بعد انتهاء الحجر .

الدراسات السابقة

يصنف الباحثان الدراسات السابقة في أربعة محاور:

☒ المحور الأول: دراسات تناولت العلاقة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي

دراسة (راشد مانع راشد، وآخرون، ٢٠١٥)

وهدفت إلى استكشاف العلاقة بين الأمن النفسي والصلابة النفسية لدى عينة مكونة من (١٠٠) من طلاب المرحلة الثانوية من أبناء المطلقين في دولة الكويت، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين الأمن النفسي والصلابة النفسية.

دراسة (دلال عبدالهادي فهد، وآخرون، ٢٠١٨)

وهدفت إلى فحص العلاقة بين الأمن النفسي والصلابة النفسية لدى عينة مكونة من (٣٧٨) من طلاب المرحلة الجامعية، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين الأمن النفسي والصلابة النفسية.

دراسة (حنان السيد عبدالقادر، ٢٠٢٠)

وهدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأمن النفسي وكل من الصلابة النفسية، والحواجز النفسية لدى عينة مكونة من (١٨٠) من طلاب كلية التربية النوعية جامعة عين شمس، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائياً بين الأمن النفسي والصلابة النفسية عند مستوى (٠,٠١).

دراسة (مريم عبدالجابر، ٢٠٢١)

هدفت إلى الكشف عن تنبؤ متغيري المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية بالأمن النفسي لدى عينة مكونة من (١٠٠) من أمهات أطفال متلازمة داون في فلسطين، وأشارت النتائج إلى أن

متغيري المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية يتنبأ بالأمن النفسي، ويفسران معاً (%٨٠,٧) من التباين الكلي للأمن النفسي، وأشارت أيضاً أن المساندة الاجتماعية تقوم بدور المتغير الوسيط بين متغيري الصلابة النفسية والأمن النفسي، حيث تؤثر الصلابة النفسية في الأمن النفسي بشكل غير مباشر من خلال تأثيرها على المساندة الاجتماعية، وأن هناك تأثير (مسار) مباشر موجب ودال إحصائياً من الصلابة النفسية على الأمن النفسي.

دراسة (مجدي محمد زينة، ٢٠٢٢)

وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي والصلابة النفسية لدى عينة مكونة من (٣٢٠) من طلاب وطالبات الجامعة، واعتمدت على مقياس الأمن النفسي إعداد زينب شقير (٢٠٠٥)، ومقياس الصلابة النفسية إعداد عماد مخيمر (٢٠٠٢)، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين الأمن النفسي والصلابة النفسية عند مستوى (٠,٠١).
تعقيب:

- أشارت نتائج الدراسات التي تناولت علاقة الأمن النفسي بالصلابة النفسية إلى وجود علاقة موجبة بينهما، وأن الصلابة النفسية تتنبأ بشكل موجب بالأمن النفسي.
- معظم الدراسات تناولت علاقة الأمن النفسي بالصلابة النفسية في شكل علاقة ارتباطية، ولم تتطرق تلك الدراسات إلى تناول العلاقات السببية بينهما، وذلك في حدود علم الباحثين.

✘ المحور الثاني: دراسات تناولت العلاقة بين التفاؤل والأمن النفسي

دراسة (رنا عرفان دراوشة، ٢٠١٤)

هدفت إلى فحص علاقة الأمن النفسي بالتفاؤل لدى عينة مكونة من (٤٢٣٠) من طلاب المرحلة الإعدادية في الصفوف السابع والثامن والتاسع، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين الأمن النفسي والتفاؤل لدى عينة الدراسة.

دراسة (Namani & Bagherian Kakhki, 2019)

هدفت إلى الكشف عن الدور الوسيط للأمن النفسي في العلاقة بين التفاؤل والشفقة بالذات (متغيرين مستقلين)، والهناء النفسي (متغير تابع) لدى عينة مكونة من (٢٢٦) من زوجات المحاربين القدامى باستخدام أسلوب نمذجة المعادلة البنائية، وأشارت النتائج أن التأثير المباشر

لمتغيري التفاؤل والشفقة بالذات على الهناء النفسي ليس دالا، وأن تأثيرهما على الهناء النفسي تأثير غير مباشر من خلال التأثير المباشر على الأمن النفسي الذي يؤثر بدوره على الهناء النفسي؛ حيث أوضحت النتائج أن هناك تأثير مباشر موجب دال إحصائياً للتفاؤل على الهناء النفسي.

تعقيب:

- يرى الباحثان أن هناك قلة في الدراسات التي تناولت علاقة الأمن النفسي بالتفاؤل، وذلك في حدود علمهما.
- أشارت الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأمن النفسي والصلابة النفسية، ووجود تأثير مباشر موجب دال إحصائياً للصلابة النفسية على الأمن النفسي.
- لا توجد دراسات تناولت علاقة الأمن النفسي بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية، وذلك في حدود اطلاع الباحثين، ولذا يرى الباحثان ضرورة اجراء مزيد من الدراسات التي تفحص العلاقة بينهما لدى طلاب المرحلة الجامعية.

☒ المحور الثالث: دراسات تناولت العلاقة بين الشفقة بالذات والأمن النفسي

دراسة (Namani & Bagherian Kakhki, 2019)

هدفت إلى الكشف عن الدور الوسيط للأمن النفسي في العلاقة بين التفاؤل والشفقة بالذات (متغيرين مستقلين)، والهناء النفسي (متغير تابع) لدى عينة مكونة من (٢٢٦) من زوجات المحاربين القدامى باستخدام أسلوب نمذجة المعادلة البنائية، وأشارت النتائج أن التأثير المباشر لمغري التفاؤل والشفقة بالذات على الهناء النفسي ليس دالا، وأن تأثيرهما على الهناء النفسي تأثير غير مباشر من خلال التأثير المباشر على الأمن النفسي الذي يؤثر بدوره على الهناء النفسي؛ حيث أوضحت النتائج أن هناك تأثير مباشر موجب دال إحصائياً للشفقة بالذات على الهناء النفسي.

تعقيب:

لم يعثر الباحثان -وذلك في حدود علمهما- إلا على دراسة واحدة تناولت علاقة الأمن النفسي بالشفقة بالذات، والتي أشارت إلى وجود تأثير مباشر موجب دال للشفقة بالذات على الأمن

النفسي، ولذا يرى الباحثان ضرورة اجراء مزيد من الدراسات التي تفحص علاقة الأمن النفسي بالشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الجامعية.

✉ المحور الرابع: دراسات تناولت العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية

دراسة (Shabahang, 2017)

هدفت إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة لدى عينة مكونة من (١١٠) من كبار السن، وقد اعتمدت الدراسة على مقياس منظمة الصحة العالمية (الصورة المختصرة) لقياس جودة الحياة، ومقياس Maslow لقياس الأمن النفسي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الأمن النفسي وجودة الحياة، وأشارت أيضًا أن الأمن النفسي يتنبأ بجودة الحياة بشكل إيجابي دال إحصائيًا وذلك لدى عينة الدراسة.

دراسة (Mitwaly, 2018)

هدفت إلى فحص علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة لدى عينة مكونة من (٣٠٠) من طلاب المرحلة الجامعية، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى عينة الدراسة.

دراسة (محمود هاشم أحمد، ٢٠١٩)

هدفت إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة لدى عينة مكونة من (٢٠٠) من طلاب المرحلة الثانوية، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى عينة الدراسة.

دراسة (ضحى خالد أحمد، ٢٠٢٠)

هدفت إلى التعرف على علاقة جودة الحياة بالأمن النفسي لدى (١٦٧) فردًا من ذوي الإعاقة الحركية بالأردن، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين جودة الحياة (أبعاد - الدرجة الكلية)، والأمن النفسي (الدرجة الكلية) لدى عينة الدراسة.

دراسة (وعد محمد علاوي، ٢٠٢٠)

هدفت إلى فحص علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة لدى عينة مكونة من (١٣٦) من طلاب المرحلة الجامعية من ذوي الإعاقة الملتحقين وغير الملتحقين بالنوادي الرياضية، وأشارت النتائج

إلى وجود علاقة طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الأمن النفسي وجودة الحياة لدى عينة الدراسة.

دراسة (Othman, 2020)

هدفت إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة النفسية لدى عينة مكونة من (٦٦) من لاعبي الكرة الطائرة بأندية الدرجة الممتازة، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية لدى عينة الدراسة.

دراسة (LI et al., 2021)

هدفت إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة لدى عينة مكونة من (٣٦٨) امرأة من الأسر الفقيرة، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى عينة الدراسة.

تعقيب:

من خلال ما سبق عرضه من دراسات يتضح الآتي:

- أشارت كافة الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأمن النفسي وجودة الحياة.
- معظم الدراسات تناولت علاقة جودة الحياة العامة بالأمن النفسي، ولم تركز على علاقة الأمن النفسي بجودة الحياة النفسية.
- تناولت الدراسات علاقة بين الأمن النفسي بجودة الحياة في شكل علاقة ارتباطية، ولم تتطرق للعلاقات السببية بينهما- في حدود اطلاع الباحثين- وهذا ما سيقوم به الباحثان.
- الدراسة التي تناولت العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة النفسية أجريت على عينة من لاعبي الكرة الطائرة، ويرى الباحثان أن هناك حاجة لفحص هذه العلاقة لدى طلاب الجامعة.

✘ المحور الخامس: دراسات تناولت العلاقة بين القلق والأمن النفسي

دراسة (حسين عبيد جبر، ٢٠١٥)

هدفت إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بالقلق العام لدى عينة مكونة من (١٣٣٦) من طلاب وطالبات كلية الفنون الجميلة من المرحلة الأولى وحتى الرابعة، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الأمن النفسي والقلق العام.

دراسة (محمد محمد صابر، علي أحمد عبدالله، ٢٠١٦)

هدفت إلى فحص علاقة الأمن النفسي بقلق الموت لدى عينة مكونة من (٤٦٣) من طلاب المرحلة الجامعية، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الأمن النفسي وقلق الموت.

دراسة (عاطف بن علي بن عطية الشرم، ٢٠١٩)

هدفت إلى الكشف عن علاقة الأمن النفسي بالقلق العام لدى عينة مكونة من (٤٤٩) من طلاب المرحلة المتوسطة بصفوفها الثلاث في المدارس الحكومية المتضررة من الأمطار والسيول، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٥) بين الأمن النفسي والقلق العام.

دراسة (راشد بن سعود السهلي، ٢٠٢٠)

هدفت إلى التعرف على علاقة الأمن النفسي بالقلق العام لدى عينة مكونة من (٢٥٠) من طلاب المستوى الإعدادي والنهائي بكلية الملك خالد العسكرية، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الأمن النفسي والقلق العام.

دراسة (بهية جمعة السيد ندا، ٢٠٢١)

هدفت إلى فحص علاقة الأمن النفسي بقلق المستقبل لدى عينة مكونة من (٤٥٠) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، وتتراوح أعمارهم من (١٦-١٨) سنة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الأمن النفسي وقلق المستقبل.

تعقيب:

من خلال ما سبق عرضه من دراسات يتضح الآتي:

■ أشارت الدراسات التي تناولت علاقة الأمن النفسي بالقلق العام إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما.

■ أشارت الدراسات التي تناولت علاقة الأمن النفسي بقلق الموت أو قلق المستقبل إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بينهما.

- تناولت الدراسات علاقة بين الأمن النفسي بالقلق بصفة عامة في شكل علاقات ارتباطية، ولم تتطرق لفحص تأثير أحدهما على الآخر، وهذا ما سيقوم به الباحثان.
- قلة الدراسات التي فحصت علاقة الأمن النفسي بالقلق في ظل جائحة كورونا؛ حيث لم يعثر الباحثان إلا على دراسة واحدة، وذلك في حدود علمهما.

✘ المحور السادس: دراسات تناولت العلاقة بين القلق وجودة الحياة النفسي

دراسة (Brown & Roose, 2011)

وهدفت إلى تقديم نموذج سببي تتوسط فيه الأعراض النفسية psychological symptoms (القلق، والاكتئاب) متغيري العمر (متغير مستقل)، وبعدي جودة الحياة النفسية والاجتماعية (متغيرين تابعين) لدى عينة قوامها (٤٤٣) من البالغين تتراوح أعمارهم (٩٨-٣٠) سنة، وأشارت النتائج إلى أن القلق يؤثر بشكل مباشر سلبي دال على بعدي جودة الحياة عند مستوى (٠,٠١).

دراسة (Panayiotou & Karekla, 2013)

وهدفت إلى الكشف عن تأثير اضطرابات القلق (العالم/ الاجتماعي) على جودة الحياة وأبعادها (جودة الحياة النفسية، والمادية، والبيئية، والاجتماعية) لدى عينة قوامها (٣٢٦) من البالغين بمتوسط عمر (٤٤,٨) سنة، وأشارت النتائج إلى أن القلق بنوعيه يتنبأ بشكل سلبي دال بجودة الحياة العامة وجودة الحياة النفسية عند مستوى (٠,٠١).

دراسة (Bujang et al., 2015)

وهدفت إلى الكشف عن تنبؤ الأعراض النفسية psychological symptoms (القلق، والاكتئاب، والضغوط المدركة) بجودة الحياة العامة، وأبعادها (جودة الحياة النفسية، والاجتماعية، والجسمية، والبيئية) لدى عينة قوامها (١٣٣٢) من البالغين بمتوسط عمر (٥٤,٤) سنة، وانحرف معياري (١٥,٤) سنة، وأشارت النتائج إلى أن القلق يتنبأ بشكل سلبي دال بجودة الحياة العامة، وجودة الحياة النفسية عند مستوى (٠,٠١).

دراسة (سمر أحمد علي، ٢٠١٨)

وهدفت إلى فحص علاقة قلق المستقبل بجودة الحياة وأبعادها لدى عينة قوامها (٢٨٢) من الطلاب والطالبات الموهوبين في مدارس الملك عبدالله الثاني، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية دالة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة وأبعادها وقلق المستقبل عند مستوى (٠,٠٥).

دراسة (Fazeli et al., 2020)

وهدفت إلى تقديم نموذج تتوسط فيه الأعراض النفسية (القلق، والاكتئاب، والضغط) متغيري اضطراب ألعاب الإنترنت، والأرق (متغيرين مستقلين)، وجودة الحياة (متغير تابع) في ظل تفشي جائحة كورونا لدى عينة قوامها (١٥١٢) من المراهقين تتراوح أعمارهم (١٨-١٣) سنة بمتوسط عمر (١٥,٥١) سنة، وانحراف معياري (٢,٧٥) سنة، وأشارت النتائج إلى أن القلق يؤثر بشكل مباشر سلبي دال على جودة الحياة عند مستوى (٠,٠١).

دراسة (مي إدريس محمد، ٢٠٢١)

وهدفت إلى دراسة علاقة جودة الحياة بالقلق الاجتماعي لدى عينتين من طالبات الجامعة المصرية والسعودية، وشملت العينة الأولى طالبات من قسم علم النفس بكلية الآداب، جامعة القاهرة، في حين تضمنت العينة الثانية طالبات من قسم علم النفس بكلية التربية، جامعة الملك سعود بالرياض. وبلغ عدد الطالبات في كل عينة ١١٠ طالبة، وبلغ متوسط العمر في العينة الأولى (٢٠,٤٤ ± ٠,٥٣) سنة، وفي العينة الثانية (٢٠,٥٩ ± ٠,٧٢) سنة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة دالة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة وكل أبعادها والقلق الاجتماعي لدى العينتين.

تعقيب:

من خلال ما سبق عرضه من دراسات يتضح الآتي:

- أشارت كافة الدراسات التي تناولت علاقة جودة الحياة النفسية بالقلق إلى العلاقة الارتباطية السالبة التي تربطهما، أو إلى التأثير السلبي لمستوى القلق على شعور الفرد بجودة الحياة النفسية.

- قلة الدراسات التي فحصت علاقة جودة الحياة النفسية بالقلق في ظل جائحة كورونا؛ حيث لم يعثر الباحثان إلا على دراسة واحدة، وذلك في حدود علمهما.
- معظم الدراسات التي تناولت علاقة جودة الحياة النفسية بالقلق أجريت على عينات من البالغين، ولم يتم فحص هذه العلاقة على طلاب الجامعة إلا في قليل من الدراسات، وذلك في حدود علم الباحثين.

فروض البحث

- ١- توجد مطابقة (اتفاق) النموذج المقترح للعلاقات بين الأمن النفسي (متغير وسيط)، والصلابة النفسية والتفاوض والشفقة بالذات (متغيرات مستقلة)، وجودة الحياة النفسية (متغير تابع) مع بيانات عينة البحث.
- ٢- يوجد تأثير مباشر دال احصائياً لمتغير الصلابة النفسية على الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية.
- ٣- يوجد تأثير مباشر دال احصائياً لمتغير التفاوض على الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية.
- ٤- يوجد تأثير مباشر دال احصائياً لمتغير الشفقة بالذات على الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية.
- ٥- يوجد تأثير مباشر دال احصائياً لمتغير الأمن النفسي على جودة الحياة النفسية لدى طلاب كلية التربية.
- ٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا.
- ٧- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا.
- ٨- يختلف النموذج المقترح أو بعض مساراته باختلاف مستوى قلق كورونا لدى طلاب كلية التربية (مرتفعو القلق/ منخفضو القلق).

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث

يعتمد البحث الراهن على المنهج الوصفي باعتباره المنهج الأنسب لطبيعة مشكلة البحث.

ثانياً: عينة البحث

أ- عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث

وتألفت من (١٩٣) من طلاب وطالبات الفرقة الرابعة المقيدون بالترم الأول للعام الجامعي (٢٠٢١-٢٠٢٢) بكلية التربية جامعة عين شمس، بمتوسط عمري قدره (٢١,٧٦) سنة، وانحراف معياري قدره (٠,٦٦٢)، والجدول التالي يوضح خصائص هذه العينة:

جدول ١

خصائص عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث

التخصص	الذكور	الإناث	المجموع
لغة عربية	١٩	٤٢	٦١
لغة إنجليزية	١٤	٤٣	٥٧
رياضيات	٢٠	٢٢	٤٢
علوم	١٢	٢١	٣٣
المجموع	٦٥	١٢٨	١٩٣
النسبة المئوية	٣٣,٧%	٦٦,٣%	١٠٠%

ب- عينة البحث الأساسية

وتألفت من (٣٥٤) من طلاب وطالبات الفرقة الرابعة المقيدون بالترم الأول للعام الجامعي (٢٠٢١-٢٠٢٢) بكلية التربية جامعة عين شمس، بمتوسط عمري قدره (٢١,٥٧) سنة، وانحراف معياري قدره (٠,٥٨٣)، والجدول التالي يوضح خصائص هذه العينة:

جدول ٢

خصائص العينة الأساسية للبحث

التخصص	الذكور	الإناث	المجموع
لغة عربية	٢٣	٩٠	١١٣
لغة إنجليزية	٢٦	٧٩	١٠٥
رياضيات	٣٤	٤٥	٧٩
علوم	١٨	٣٩	٥٧
المجموع	١٠١	٢٥٣	٣٥٤
النسبة المئوية	٢٨,٥٣%	٧١,٤٧%	١٠٠%

ثالثاً: أدوات البحث

اعتمد البحث الحالي على عدة أدوات، وهي كالتالي:

(١) مقياس الصلابة النفسية: من إعداد الباحثين

يهدف المقياس إلى قياس الصلابة النفسية باعتبارها تمثل سمة شخصية تجعل الفرد قادراً على مقاومة الضغوط، والأحداث الصادمة، والصعوبات التي تواجهه، ويتكون في صورته الأولية من (٢٦) مفردة مصاغة بشكل إيجابي، وقد تم عرضه على (١٠) محكمين متخصصين في مجال علم النفس التربوي لإبداء آرائهم ومقترحاتهم فيما يتعلق بملاءمة المفردات لقياس الصلابة النفسية، ومدى وضوح وسلامة الصياغة اللغوية لها، وحذف أو تعديل أي مفردات غير ملاءمة للقياس، وقد تم الإبقاء على المفردات التي كانت نسبة اتفاق المحكمين عليها (٨٠% فأكثر)، وقام الباحثان بحذف بعض مفردات المقياس بناءً على مقترحات المحكمين؛ كما هو موضح بجدول (٣).

جدول ٣

المفردات المحذوفة من الصورة الأولية لمقياس الصلابة النفسية وفقاً لآراء المحكمين.

المفردة المحذوفة	البعد الذي تنتمي إليه
١- أتابع المواقع الإخبارية لمعرفة ما يجري من حولي.	البعد الأول (الالتزام)
٢- أرى أن تأثيري ضعيف في الأحداث التي تجري معي.	البعد الثاني (التحكم)
٣- أعتقد أن الحياة التي لا تحتوي على تغيير حياة مملّة.	البعد الثالث (التحدي)
٤- أتوجس من تغييرات الحياة لما قد تنطوي عليه من تهديدات ومخاطر.	البعد الثالث (التحدي)

وقام الباحثان بتعديل بعض مفردات المقياس بناءً على مقترحات المحكمين؛ كما هو

موضح بجدول (٤).

جدول ٤

المفردات التي تم تعديلها في الصورة الأولية لمقياس الصلابة النفسية وفقاً لآراء المحكمين.

المفردة قبل التعديل	المفردة بعد التعديل	البعد الذي تنتمي إليه
أشعر أنني مسؤول عنم حولي.	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين.	البعد الأول (الالتزام)
أرى أن الحياة فرص وليس عمل وكفاح (سلبية).	أرى أن الحياة عمل وكفاح وليس فرص (إيجابية).	البعد الثاني (التحكم)

ويُجاب عن مفردات المقياس من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج: تنطبق تماماً

(الدرجة ٥)، تنطبق بدرجة كبيرة (الدرجة ٤)، تنطبق بدرجة متوسطة (الدرجة ٣)، تنطبق

بدرجة قليلة (الدرجة ٢)، لا تنطبق تمامًا (الدرجة ١)، وبذلك امتدت درجة المقياس من ٢٢ درجة إلى ١١٠ درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس

أ- الاتساق الداخلي

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية، ويوضح جدول (٥) معاملات الارتباط.

جدول ٥

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد لمقياس الصلابة النفسية.

البعد الثالث التحدي		البعد الثاني التحكم		البعد الأول الالتزام	
معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة
**٠,٣٥	٧	**٠,٤٣	٢	**٠,٥٥	١
**٠,٣٣	١٠	**٠,٣٣	٩	**٠,٦١	٣
**٠,٣٢	١٣	**٠,٤٠	١١	**٠,٦٤	٤
**٠,٣٩	١٩	**٠,٣٢	١٤	**٠,٥١	٥
**٠,٤٩	٢٠	**٠,٤٦	١٥	**٠,٥٣	٦
**٠,٥٤	٢٢	**٠,٤٨	١٦	**٠,٣٦	٨
		**٠,٣٥	١٧	**٠,٥٤	١٢
				**٠,٣٨	١٨
				**٠,٤١	٢١

** ارتباط دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

وحسبت أيضا معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية، وكانت على النحو المبين بجدول (٦).

جدول ٦

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية.

معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس	البعد
**٠,٨٥	الالتزام
**٠,٧٨	التحكم
**٠,٦٣	التحدي

** ارتباط دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

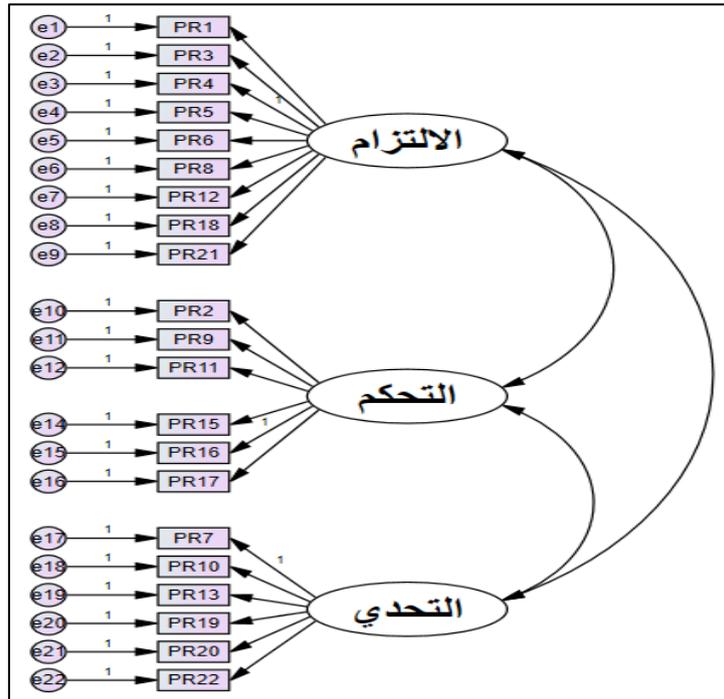
ويتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط المصححة بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس في صورته النهائية.

ب- التحليل العاملي التوكيدي

قام الباحثان بعمل تحليل عاملي توكيدي، وقد افتراضا وجود ثلاثة عوامل كامنة تنتسب عليها مفردات مقياس الصلابة النفسية. ويبين الشكل (٢) نموذج التحليل العاملي التوكيدي، ويبين الجدول (٧) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتسبعات المفردات على العامل الكامن، وكذلك دلالتها الإحصائية، في حين يبين الجدول (٨) قيم مؤشرات المطابقة وتفسيرها، وقد اعتمد الباحثان في تفسيرهما لمؤشرات المطابقة على ما أوصى به (Gaskin 2016)، كما هو موضح في شكل (٣).

شكل ٢

نموذج التحليل العاملي التوكيدي المقترح لبنية مقياس الصلابة النفسية



جدول ٧

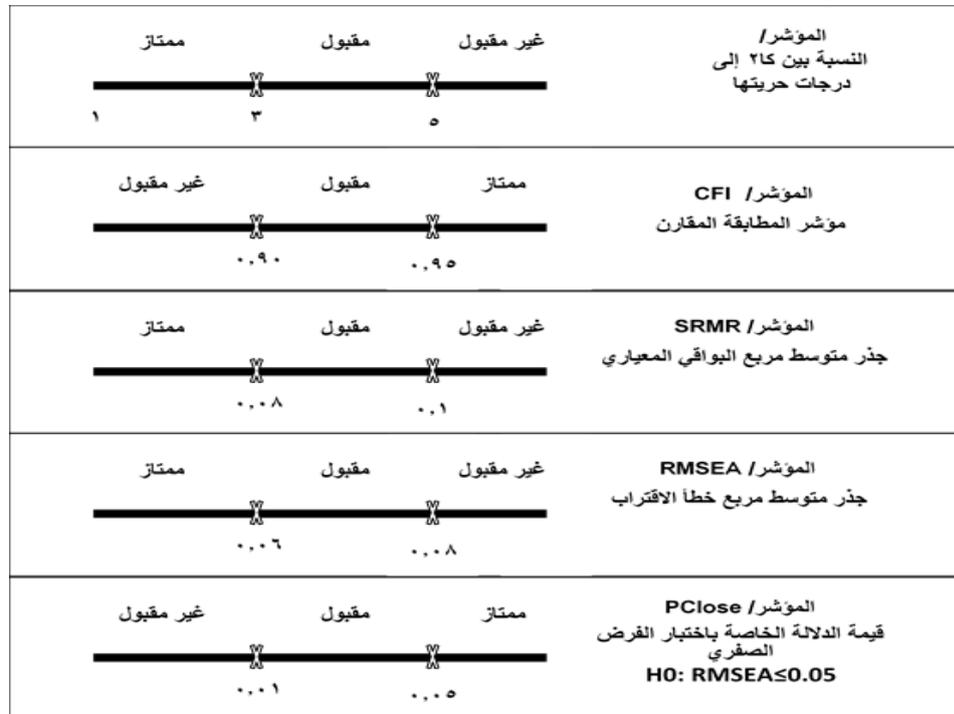
الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العوامل الكامنة الممثلة للصلابة النفسية والنتيجة من التحليل العاملي التوكيدي

مستوى الدلالة	النسبة الحرجة	الخطأ المعياري	الوزن الانحداري		رقم المفردة ومحتواها	العامل
			المعياري	غير المعياري		
٠,٠١	١١,٨٢	٠,٠٧	٠,٨٠	٠,٦٥	١- أعمل بجد لتحقيق أهدافي.	الالتزام
٠,٠١	١٢,٨١	٠,٠٧	٠,٨٨	٠,٦٩	٣- ألتزم بمواعيدي مهما صادفني من عقبات.	
			١	٠,٧٥	٤- أرى أن قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.	
٠,٠١	٩,٩٩	٠,٠٧	٠,٦٩	٠,٥٤	٥- أجد إدارة وقتي، واستغلاله فيما هو مفيد.	
٠,٠١	١٠,٩٠	٠,٠٨	٠,٨٢	٠,٥٨	٦- أنجز العمل المكلف به على أكمل وجه.	
٠,٠١	٤,٨٤	٠,٠٨	٠,٣٨	٠,٢٦	٨- أهتم بما يجري حولي من أحداث.	
٠,٠١	١٢,١٨	٠,٠٧	٠,٨١	٠,٦٥	١٢- أعتقد أن لحياتي هدفاً أعيش من أجله.	
٠,٠١	٦,٤٧	٠,٠٨	٠,٥٣	٠,٣٤	١٨- أشارك في النشاطات التي تخدم المجتمع.	
٠,٠١	٦,٢٥	٠,٠٧	٠,٤٤	٠,٣٣	٢١- أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين.	
٠,٠١	٨,٨٩	٠,٠٨	٠,٧٥	٠,٥٤	٢- أعمل على تنفيذ خطتي المستقبلية.	التحكم
٠,٠٥	٢,٠٧	٠,٠٨	٠,١٧	٠,١١	٩- أستطيع التحكم في مجريات حياتي.	
٠,٠١	٧,٩٨	٠,٠٩	٠,٦٩	٠,٤٧	١١- أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للصدفة أو الحظ.	
٠,٠١	٤,٨٦	٠,٠٨	٠,٣٩	٠,٢٨	١٤- أرى أن الحياة عمل وكفاح، وليست فرص.	
٠,٠١	٩,٥٧	٠,٠٨	٠,٨٠	٠,٥٩	١٥- أرى أن نجاحي يعتمد على مقدار الجهد الذي أبذله.	
			١	٠,٦٧	١٦- أعتقد أن الفشل يعود لأسباب كامنة داخل الفرد.	
٠,٠١	٨,٨٧	٠,٠٨	٠,٧٢	٠,٥٣	١٧- أتخذ قراراتي بنفسي.	

العامل	رقم المفردة ومحتواها	الوزن الانحداري		الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
		المعياري	غير المعياري			
التحدي	٧- أرى أن متعة الحياة تكمن في مواجهة التحديات.	٠,٤٢	١			
	١٠- أبادر إلى حل المشكلات التي تواجهني.	٠,٥٧	١,٢٨	٠,٢٩	٤,٤٩	٠,٠١
	١٣- أقوى من عزيمتي عندما تواجهني مشكلة ما.	٠,٢٩	٠,٧٠	٠,٢١	٣,٣٦	٠,٠١
	١٩- أتصدي للمشكلات فور حدوثها.	٠,٤٤	٠,٩١	٠,٢١	٤,٣٣	٠,٠١
	٢٠- أرى أن مواجهة المشكلات هو اختبار لقدرتي على التحدي.	٠,٢٨	٠,٥١	٠,١٤	٣,٦٣	٠,٠١
	٢٢- أنا قادر على مواجهة صعوبات الحياة.	٠,١٨	٠,٤٥	٠,١٧	٢,٦٧	٠,٠١

شكل ٣

المدى المثالي لمؤشرات جودة المطابقة



جدول ٨

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الصلابة النفسية وتفسيرها.

القيمة والتفسير	مؤشرات جودة المطابقة
٣٠٦,١٦١ عند درجات حرية ١٧٦	كا ^٢
١,٧٤٣ ممتاز	النسبة بين كا ^٢ إلى درجات حريتها
٠,٩٩٢ مقبول	Comparative fit index (CFI) مؤشر المطابقة المقارن
٠,٠٦٢ ممتاز	Standardized Root Mean squared Residuals (SRMR) جذر متوسط مربع البواقي المعياري
٠,٠٤٢ ممتاز	Root Mean square of approximation (RMSEA) جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب
٠,٩٤٥ ممتاز	PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن RMSEA ≤ 0.05

ويتضح من نتائج التحليل قبول نموذج التحليل العاملي التوكيدي، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي. كما أن تشعبات جميع المفردات على العوامل الكامنة الخاصة بها كانت دالة إحصائياً.

د- الثبات

تم حساب الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباك لأبعاد مقياس الصلابة النفسية وللمقياس ككل، والجدول (٩) يوضح تلك المعاملات.

جدول ٩

معاملات ألفا لأبعاد مقياس الصلابة النفسية

أبعاد المقياس	قيمة معامل ألفا
الالتزام	٠,٧٨
التحكم	٠,٦٢
التحدي	٠,٥٤
المقياس ككل	٠,٧٨

ويتضح من خلال جدول (٩) أن معاملات الثبات في الأبعاد الثلاثة والمقياس ككل مرتفعة؛ وهو ما يشير إلى تمتع المقياس بالثبات.

(٢) مقياس التفاؤل: من إعداد الباحثين

يهدف المقياس إلى قياس التفاؤل في شكل توقع الفرد للنواتج المرغوبة في المستقبل، ويتكون في صورته الأولية من (٦) مفردات مصاغة بشكل إيجابي، وقد تم عرضه على (١٠) محكمين متخصصين في مجال علم النفس التربوي لإبداء آرائهم ومقترحاتهم فيما يتعلق بملاءمة المفردات لقياس التفاؤل، ومدى وضوح وسلامة الصياغة اللغوية لها، وحذف أو تعديل أي مفردات غير ملاءمة للقياس، وقد تم الإبقاء على المفردات الستة للمقياس؛ حيث كانت النسبة المئوية لاتفاق المحكمين عليها (٨٠% فأكثر)، ويُجاب عن مفردات المقياس من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج: تنطبق تمامًا (الدرجة ٥)، تنطبق بدرجة كبيرة (الدرجة ٤)، تنطبق بدرجة متوسطة (الدرجة ٣)، تنطبق بدرجة قليلة (الدرجة ٢)، لا تنطبق تمامًا (الدرجة ١)، وبذلك امتدت درجة المقياس من ٦ درجات إلى ٣٠ درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس

أ- الاتساق الداخلي

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية، وقد امتدت قيم معاملات الارتباط من (٠,٦٢) إلى (٠,٧٦)، ويوضح جدول (١٠) معاملات الارتباط.

جدول ١٠

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس التفاؤل بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية.

المفردة ورقمها	معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس
١- أتوقع أن أحقق ما أتمناه في المستقبل	**٠,٦٢
٢- يحمل المستقبل لي الخير	**٠,٧١
٣- أتوقع حدوث الأفضل في حياتي	**٠,٦٥
٤- أستبشر خيرا بالمستقبل	**٠,٧٣
٥- أتوقع أن مستقبلي سيكون مبهجاً	**٠,٧٦
٦- سيكون مستقبلي أفضل من حاضري	**٠,٦٧

** ارتباط موجب ودال عند مستوى دلالة ٠,٠١

ويتضح من جدول (١٠) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية كانت

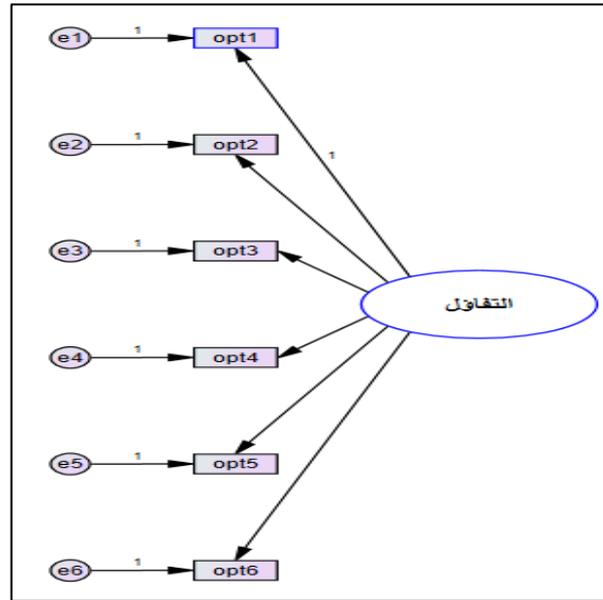
دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب- التحليل العاملي التوكيدي

قام الباحثان بعمل تحليل عاملي توكيدي، وقد تم افتراض وجود عامل كامن واحد تتشعب عليه مفردات مقياس التفاؤل. ويبين الشكل (٤) نموذج التحليل العاملي التوكيدي. ويبين الجدول (١١) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتشعبات المفردات على العامل الكامن، وكذلك دلالتها الإحصائية. في حين يبين الجدول (١٢) قيم مؤشرات المطابقة وتفسيرها.

شكل ٤

نموذج التحليل العاملي التوكيدي المقترح لبنية مقياس التفاؤل



جدول ١١

الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشعبات المفردات على العامل الكامن الممثل للتفاؤل والنتيجة من التحليل العاملي التوكيدي

الدلالة	النسبة الحرجة	الخطأ المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الوزن الانحداري المعياري	العامل -- المفردة
			١,٠٠	٠,٦٧	١ ← ١
٠,٠١	١٢,٧٩	٠,٠٨	١,٠٨	٠,٧٥	٢ ← ١
٠,٠١	١٢,٤٠	٠,٠٩	١,٠٧	٠,٧١	٣ ← ١
٠,٠١	١٢,١٤	٠,١١	١,٣٠	٠,٨٢	٤ ← ١
٠,٠١	١١,٨٤	٠,١١	١,٢٤	٠,٨٠	٥ ← ١
٠,٠١	١٠,٧٩	٠,١١	١,١٣	٠,٧١	٦ ← ١

جدول ١٢

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس التفاؤل وتفسيرها.

مؤشرات جودة المطابقة	القيمة والتفسير
كا ^٢	١,٣٩٨ عند درجات حرية ٤
النسبة بين كا ^٢ إلى درجات حريتها	٠,٣٤٧ ممتاز
Comparative fit index (CFI) مؤشر المطابقة المقارن	١,٠٠ ممتاز
Standardized Root Mean squared Residuals (SRMR) جذر متوسط مربع البواقي المعياري	٠,٠٠٧ ممتاز
Root Mean square of approximation (RMSEA) جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب	٠,٠٠ ممتاز
PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن RMSEA ≤ 0.05	٠,٩٧٠ ممتاز

ويتضح من نتائج التحليل قبول نموذج التحليل العاملي التوكيدي، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي. كما أن تشبعات جميع المفردات على العامل الكامن الخاص بها كانت دالة إحصائياً.

ج- الثبات

تم حساب الثبات باستخدام طريقة معامل ألفا، وكانت قيمته (٠,٨٨)، وهي قيمة مرتفعة ويتضح مما سبق أن نتائج حساب الصدق والثبات لمقياس التفاؤل مقبولة، ويمكن الوثوق به والاعتماد عليه في القياس.

(٣) مقياس الشفقة بالذات: إعداد محمود سعيد عطية (٢٠١٨)

يهدف المقياس لقياس الشفقة بالذات باعتبارها تشمل انفتاح الفرد على معاناته وتأثره بها، والشعور بأحاسيس الرعاية والعطف نحو ذاته، وأن يصبح الفرد رحيماً بذاته ومتفهماً لها في حالات الألم. وأعد المقياس في ضوء البنية التصورية للشفقة بالذات عند (Neff, 2003)، ويتكون من (١٩) مفردة مصاغة بشكل إيجابية تقيس ثلاثة أبعاد هي: العطف على الذات، ومشاعر الإنسانية المشتركة، واليقظة الذهنية، وقام معد المقياس بعرض المقياس على مجموعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس التربوي، وقام بتطبيقه على عينة من طلاب

الفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة عين شمس للتحقق من الخصائص السيكومترية؛ حيث قام بحساب الاتساق الداخلي، والتحليل العاملي التوكيدي، والذي أسفر عن وجود ثلاثة أبعاد للمقياس، وكانت مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض مع العينة كلها جيدة (CFI= 0.911, RMSEA= 0.051, SRMR= 0.069)، وتم حساب الثبات بطريقتي إعادة الاختبار، وألفا كرونباك؛ حيث بلغت قيمة الثبات [(0,67)، لبعده العطف على الذات، (0,76) لبعده الإنسانية المشتركة، (0,68) لبعده اليقظة الذهنية، (0,83) للمقياس ككل]، ويُجاب عن مفردات المقياس من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج: تنطبق تمامًا (الدرجة 5)، تنطبق بدرجة كبيرة (الدرجة 4)، تنطبق بدرجة متوسطة (الدرجة 3)، تنطبق بدرجة قليلة (الدرجة 2)، لا تنطبق تمامًا (الدرجة 1)، وبذلك امتدت درجة المقياس من 19 درجة إلى 95 درجة.

وقد قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي، والثبات بطريقة ألفا كرونباك كما هو موضح

كالتالي:

أ- الاتساق الداخلي

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعده الذي تنتمي إليه وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية، ويوضح جدول (13) معاملات الارتباط.

جدول 13

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعده الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعده لمقياس الشفقة بالذات.

البعده الثالث اليقظة الذهنية		البعده الثاني الإنسانية المشتركة		البعده الأول العطف على الذات	
معامل ارتباطها بالبعده	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعده	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعده	رقم المفردة
**0,43	3	**0,34	1	**0,56	2
**0,39	4	**0,58	5	**0,55	6
**0,61	7	**0,52	8	**0,44	9
**0,39	10	**0,53	12	**0,49	11
**0,49	13	**0,44	14	**0,47	15
**0,57	17	**0,56	16	**0,57	18
**0,47	19				

** ارتباط دال عند مستوى دلالة 0,01

وحسبت أيضا معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات، وكانت على النحو المبين بجدول (١٤).

جدول ١٤

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات.

معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس	البعد
**٠,٨٦	العطف على الذات
**٠,٧٧	الإنسانية المشتركة
**٠,٨٩	اليقظة الذهنية

** ارتباط دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

ويتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط المصححة بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس في صورته النهائية.

ب- الثبات

تم حساب الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباك لأبعاد مقياس الشفقة بالذات وللمقياس ككل، والجدول (١٥) يوضح تلك المعاملات.

جدول ١٥

معاملات ألفا لأبعاد مقياس الشفقة بالذات

قيمة معامل ألفا	أبعاد المقياس
٠,٧٦٨	العطف على الذات
٠,٧٥٦	الإنسانية المشتركة
٠,٧٦١	اليقظة الذهنية
٠,٨٧٧	المقياس ككل

ويتضح من خلال جدول (١٥) أن معاملات الثبات في الأبعاد الثلاثة والمقياس ككل مرتفعة؛ وهو ما يشير إلى تمتع المقياس بالثبات.

(٤) مقياس الأمن النفسي: تقنين سلسبيل ممدوح (٢٠٢٠)

يهدف المقياس إلى قياس الأمن النفسي، وهو من إعداد (بشرى شريفة، ٢٠١٨)، ويتكون من (٤٢) مفردة تقيس (٦) أبعاد، هي: رؤية المستقبل (١٤ مفردة)، العلاقات الاجتماعية (٧ مفردات)، الحالة المزاجية (٧ مفردات)، الحياة العملية (٥ مفردات)، الحياة العامة (٥ مفردات)، التفاعل الاجتماعي (٤ مفردات)، وقد تم تقنيته وحساب خصائصه السيكومترية على عينة

مكونة من (٤١٥) من طلاب وطالبات جامعة تشرين، حيث قامت بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، وأسفرت نتائجه عن وجود (٦) أبعاد للمقياس، وفسرت هذه العوامل الستة (٥٢,٩١٪) من التباين الكلي للمقياس، وتم حساب الاتساق الداخلي، والصدق التمييزي للمقياس، وتم حساب الثبات باستخدام طريقتي: معاملات ألفا كرونباخ، حيث بلغ ثبات المقياس الكلي (٠,٩٠)، وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد (٠,٥٥-٠,٩١)، وطريقة التجزئة النصفية، حيث كانت قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس بعد التصحيح (٠,٩٢).

وقامت سلسيل ممدوح (٢٠٢٠) بتطبيق الاختبار على (٢٠٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة والرابعة بكلية التربية جامعة عين شمس، وحساب الاتساق الداخلي للمقياس، والذي أسفر عن حذف (٩) مفردات للمقياس (مفردتين من البعد الأول، ثلاث مفردات من البعد الثاني، مفردة من البعد الثالث، ومفردة من البعد الرابع، ومفردتين من البعد الخامس)، وكانت جميع معاملات الارتباط للمفردات مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة احصائياً. وقد تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي، والذي أسفر عن وجود ستة أبعاد للمقياس، وحذف مفردة تنتمي للبعد الأول نظراً لعدم تشبعها بشكل دال احصائياً بالعامل الكامن الممثل للبعد الأول، وقد أعيد التحليل مرة أخرى بعد حذف هذه المفردة، وكانت مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض مع العينة كلها جيدة ($CFI= 0.907$, $RMSEA= 0.045$, $SRMR= 0.061$)، وتم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ؛ حيث بلغت قيمة الثبات [(٠,٧٦) لبعد رؤية المستقبل، (٠,٦١) لبعد العلاقات الاجتماعية، (٠,٧١) لبعد الحالة المزاجية، (٠,٥١) لبعد الحياة العملية، (٠,٤٧) لبعد الحياة العامة، (٠,٦٩) لبعد التفاعل الاجتماعي، (٠,٨١) للمقياس ككل]، وبذلك أصبح المقياس يتكون من (٣٢) مفردة. وقد قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي والثبات للمقياس كما يلي:

أ- الاتساق الداخلي

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية، ويوضح جدول (١٦) معاملات الارتباط

جدول ١٦

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف أثر المفردة من البعد، وذلك لمقياس الأمن النفسي

البعد الأول رؤية المستقبل		البعد الثاني العلاقات الاجتماعية		البعد الثالث الحالة المزاجية		البعد الرابع الحياة العامة		البعد الخامس الحياة العملية		البعد السادس التفاعل الاجتماعي	
معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	رقم المفردة
*٠,١٨	١	**٠,٣٨	٢٥	**٠,٤٨	٤	**٠,٢٨	٩	٠,٢٣-	١٤	**٠,٦٢	٢٩
**٠,٢٨	٢	**٠,٣٩	٢٦	**٠,٣٧	٥	**٠,٣٠	١٠	٠,٢٦-	١٦	**٠,٦٤	٣٠
*٠,١٩	٣	**٠,٤٥	٢٧	**٠,٤٦	٦	**٠,٤١	١١	٠,١٨-	١٧	**٠,٣٩	٣١
*٠,١٦	٧	**٠,٤٧	٢٨	**٠,٣٤	١٨	**٠,٤٩	١٢			**٠,٤٣	٣٢
٠,٠٩	٨			**٠,٣٣	١٩						
*٠,٢١	١٣			**٠,٢٧	٢٢						
*٠,٢٣	١٥										
٠,٢٥-	٢٠										
٠,٢٤-	٢١										
٠,٢٢-	٢٣										
٠,٠٩-	٢٤										

*ارتباط موجب ودال عند مستوى دلالة ٠,٠٥ **ارتباط موجب ودال عند مستوى دلالة ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق أن هناك بعضاً من معاملات الارتباط سالبة وأخرى موجبة ولكنها غير دالة إحصائياً، وقد اتبع الباحث ما يلي:

١- في حال وجود مفردات لها معاملات ارتباط بالدرجة الكلية سالبة ومفردات أخرى معامل ارتباطها موجب ولكنه غير دال إحصائياً، فإنه يتم حذف جميع المفردات ذات الارتباط السالب بالدرجة الكلية أولاً، ثم يتم إعادة حساب معاملات الارتباط مرة أخرى.

٢- في حالة وجود عدة مفردات ذات ارتباط موجب بالدرجة الكلية ولكنه غير دال، فإنه يتم البدء بحذف مفردة واحدة ذات الارتباط الأضعف بالدرجة الكلية، وبعد ذلك تتم إعادة حساب معاملات الارتباط مرة أخرى.

٣- يتم تكرار العملية السابقة بحيث يتم حذف مفردة بمفردة، حتى تنتج مجموعه من المفردات التي جميعها لها ارتباطات موجبة ودالة إحصائياً بالدرجة الكلية، وقد أسفر ذلك عما يلي:

البعد الأول: تم حذف المفردات ٢٠، ٢١، ٢٣، ٢٤

البعد الخامس: تم حذف كامل مفرداته ١٤، ١٦، ١٧

وقد أصبحت معاملات الارتباط النهائية على النحو المبين بجدول (١٧)

جدول ١٧

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الأول بعد حذف أثر المفردة من البعد، وذلك بعد حذف المفردات ذات الارتباطات الغير دالة.

البعد الأول: رؤية المستقبل	
رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد
١	٠,٣٣
٢	٠,٤٢
٣	٠,٤٩
٧	٠,٤٤
٨	٠,٤٧
١٣	٠,٦١
١٥	٠,٣٤

كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت على النحو

المبين بجدول (١٨)

جدول ١٨

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس.

أبعاد المقياس	معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس
رؤية المستقبل	٠,٨٣
العلاقات الاجتماعية	٠,٧٨
الحالة المزاجية	٠,٧٤
الحياة العامة	٠,٤٠
التفاعل الاجتماعي	٠,٦٣

ويتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط المصححة بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس في صورته النهائية.

ب- الثبات

تم حساب الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباك لأبعاد مقياس الأمن النفسي وللمقياس ككل، والجدول (١٩) يوضح تلك المعاملات.

جدول ١٩

معاملات ألفا لأبعاد مقياس الأمن النفسي.

أبعاد المقياس	قيمة معامل ألفا
رؤية المستقبل	٠,٧٢
العلاقات الاجتماعية	٠,٦٠
الحالة المزاجية	٠,٦٤
الحياة العامة	٠,٥١
التفاعل الاجتماعي	٠,٧٣
الأمن النفسي ككل	٠,٨٣

ويتضح من خلال جدول (١٩) أن معاملات الثبات في الأبعاد الستة والمقياس ككل مرتفعة؛ وهو ما يشير إلى تمتع المقياس بالثبات.

الصورة النهائية للمقياس

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٥) مفردة، يُجاب عنها من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج: تنطبق تمامًا (الدرجة ٥)، تنطبق بدرجة كبيرة (الدرجة ٤)، تنطبق بدرجة متوسطة (الدرجة ٣)، تنطبق بدرجة قليلة (الدرجة ٢)، لا تنطبق تمامًا (الدرجة ١)، وبذلك امتدت درجة المقياس من ٢٥ درجة إلى ١٢٥ درجة.

(٥) مقياس جودة الحياة النفسية: من إعداد الباحثين

يهدف المقياس إلى قياس جودة الحياة النفسية، ويتكون في صورته الأولى من (١٠) مفردات صيغت خمس مفردات بشكل إيجابي، وخمس مفردات بشكل سلبي، وقد تم عرضه على (١٠) محكمين متخصصين في مجال علم النفس التربوي لإبداء آرائهم ومقترحاتهم فيما يتعلق بملاءمة المفردات للقياس، وحذف أو تعديل المفردات غير الملائمة للقياس، وفي ضوء مقترحاتهم، تم تعديل صياغة مفردة من "أنا شخص تعيس" إلى "لا أشعر بالسعادة"، وتعديل أخرى من "أنا شخص مرتفع القلق" إلى "يسيطر عليّ الشعور بالقلق"، وقد تم الإبقاء على المفردات التي اتفق المحكمون عليها بنسبة (٨٠% فأكثر)، ويُجاب عن مفردات المقياس من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج: تنطبق تمامًا (الدرجة ٥)، تنطبق بدرجة كبيرة (الدرجة ٤)، تنطبق بدرجة متوسطة (الدرجة ٣)، تنطبق بدرجة قليلة (الدرجة ٢)، لا تنطبق تمامًا (الدرجة ١)، مع عكس التقدير للمفردات العكسية، وبذلك امتدت درجة المقياس من ١٠ درجات إلى ٥٠ درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس

أ- الاتساق الداخلي

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية، وقد امتدت قيم معاملات الارتباط من (٠,٣٢) إلى (٠,٦٠)، ويوضح جدول (٢٠) معاملات الارتباط.

جدول ٢٠

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة النفسية بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية.

المفردة ورقمها	معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس
١- أرى أنني متزن انفعاليًا.	**٠,٤٢
٢- أنا عصبي للغاية.	**٠,٣٢
٣- أستطيع ضبط انفعالاتي.	**٠,٣٩
٤- أشعر كثيرًا بالاكئاب.	**٠,٥٩
٥- أنا شخص محبوب من الجميع.	**٠,٣٧
٦- لا أشعر بالسعادة.	**٠,٦٠
٧- أشعر بالطمأنينة والراحة النفسية.	**٠,٤٠
٨- أرى أن الضغوط كثيرة ولا أستطيع تحملها.	**٠,٥٩
٩- أستطيع الاسترخاء بدون مشكلات.	**٠,٣٤
١٠- يسيطر عليّ الشعور بالقلق.	**٠,٥٦

** ارتباط موجب ودال عند مستوى دلالة ٠,٠١

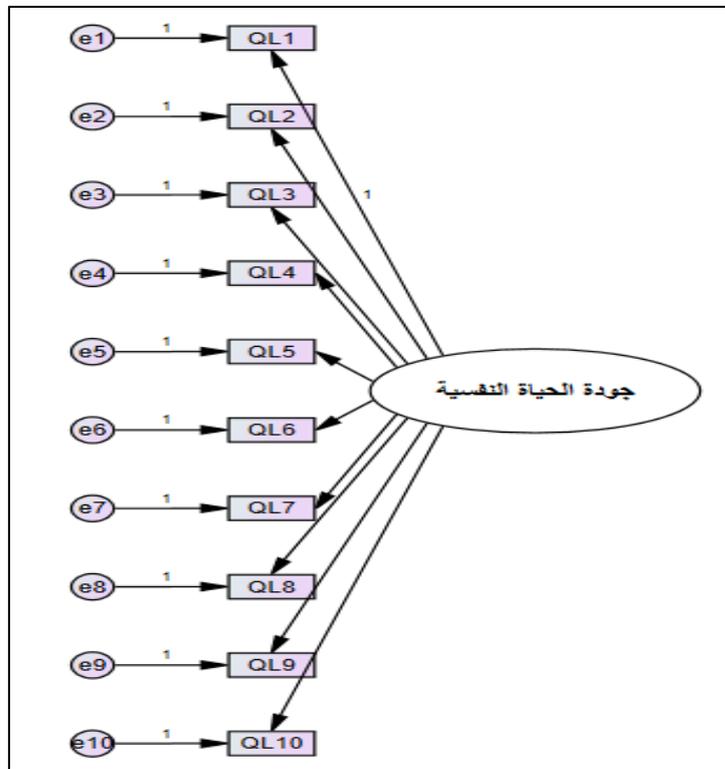
ويتضح من جدول (٢٠) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب- التحليل العاملي التوكيدي

قام الباحثان بعمل تحليل عاملي توكيدي، وقد تم افتراض وجود عامل كامن واحد تتشعب عليه مفردات مقياس جودة الحياة النفسية. ويبين الشكل (٥) نموذج التحليل العاملي التوكيدي. ويبين الجدول (٢١) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتشعبات المفردات على العامل الكامن، وكذلك دلالتها الإحصائية. في حين يبين الجدول (٢٢) قيم مؤشرات المطابقة وتفسيرها.

شكل ٥

نموذج التحليل العاملي التوكيدي المقترح لبنية مقياس جودة الحياة النفسية



جدول ٢١

الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العامل الكامن الممثل لجودة الحياة النفسية والنتيجة من التحليل العاملي التوكيدي

الدلالة	النسبة الدرجة	الخطأ المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الوزن الانحداري المعياري	العامل --> المفردة
			١	٠,٣١	١ ← ١
٠,٠١	٤,٩٨	٠,٢٩	١,٤٢	٠,٣٥	٢ ← ١
٠,٠١	٥,٢٨	٠,٢٠	١,٠٦	٠,٣٣	٣ ← ١
٠,٠١	٥,٧٠	٠,٥٧	٣,٢٤	٠,٧٩	٤ ← ١
٠,٠١	٤,٢٦	٠,١٩	٠,٨١	٠,٢٦	٥ ← ١
٠,٠١	٥,٦١	٠,٥٩	٣,٢٩	٠,٨٥	٧ ← ١
٠,٠١	٤,٨٨	٠,٢٥	١,٢١	٠,٣٧	٨ ← ١
٠,٠١	٥,٩٢	٠,٤٦	٢,٧٠	٠,٧٠	٩ ← ١
٠,٠١	٣,٤٠	٠,٢٤	٠,٨٢	٠,٢٢	١٠ ← ١

جدول ٢٢

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس جودة الحياة النفسية وتفسيرها.

القيمة والتفسير	مؤشرات جودة المطابقة
٢١,٢٦٦ عند درجات حرية ١٧	كا ^٢
١,٢٥١ ممتاز	النسبة بين كا ^٢ إلى درجات حريتها
٠,٩٩٦ ممتاز	Comparative fit index (CFI) مؤشر المطابقة المقارن
٠,٠٢٨ ممتاز	Standardized Root Mean squared Residuals (SRMR) جذر متوسط مربع البواقي المعياري
٠,٠٢٥ ممتاز	Root Mean square of approximation (RMSEA) جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب
٠,٩١٨ ممتاز	PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن RMSEA ≤ 0.05

ويتضح من نتائج التحليل قبول نموذج التحليل العاملي التوكيدي، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي. كما أن تشبعات جميع المفردات على العامل الكامن الخاص بها كانت دالة إحصائياً.

ج- الثبات

تم حساب الثبات باستخدام طريقة معامل ألفا، وكانت قيمته (0,77)، وهي قيمة مرتفعة ويتضح مما سبق أن نتائج حساب الصدق والثبات لمقياس جودة الحياة النفسية مقبولة، ويمكن الوثوق به والاعتماد عليه في القياس.

(6) مقياس قلق كورونا: إعداد إسماعيل محمد الفقي، وآخرون (2021)

تم بناء المقياس بحيث تقيس مفرداته القلق من فيروس كورونا باعتباره حالة انفعالية غير سارة مصحوبة بالتوتر والخوف من الإصابة بالفيروس، ويتكون من (17) مفردة مصاغة بشكل إيجابية تقيس بعدًا واحدًا، وقام معدو المقياس بعرض المقياس على مجموعة محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس التربوي، وقاموا بتطبيقه على عينة بمتوسط عمر (36,02) سنة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، وخريجين، وطلاب دراسات عليا للتحقق من الخصائص السيكومترية؛ حيث قاموا بإجراء التحليل الموازي والتحليل العاملي الاستكشافي وقد أسفرا عن وجود عامل كامن واحد تتشعب عليه مفردات المقياس، وقاموا بحساب الاتساق الداخلي، والتحليل العاملي التوكيدي، وكانت مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض مع العينة كلها جيدة (CFI= 0.98, RMSEA= 0.05, SRMR= 0.04)، وتم حساب الثبات بطريقتي معامل ألفا والذي بلغت قيمته (0,94)، وطريقة التجزئة النصفية، حيث حسب معامل الارتباط بين نصفي الاختبار، وكانت قيمته (0,84)، وبلغت قيمته بعد التصحيح من أثر التجزئة بمعادلة سبيرمان-براون (0,913). ويُجاب عن مفردات المقياس من خلال مقياس ليكرت خماسي التدرج: تنطبق تمامًا (الدرجة 5)، تنطبق بدرجة كبيرة (الدرجة 4)، تنطبق بدرجة متوسطة (الدرجة 3)، تنطبق بدرجة قليلة (الدرجة 2)، لا تنطبق تمامًا (الدرجة 1)، وبذلك امتدت درجة المقياس من 17 درجة إلى 85 درجة.

وقد قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي، والتحليل العاملي التوكيدي، والثبات بطريقة

ألفا كرونباك كما هو موضح كالتالي:

أ- الاتساق الداخلي

للتأكد من الاتساق الداخلي لمفردات المقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه وذلك بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية، ويوضح جدول (٢٣) معاملات الارتباط.

جدول ٢٣

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس قلق كورونا بعد حذف أثر المفردة من الدرجة الكلية.

رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد	تابع رقم المفردة	معامل ارتباطها بالبعد
١	**٠,٦٦	١٠	**٠,٦١
٢	**٠,٦٧	١١	**٠,٦٢
٣	**٠,٦٤	١٢	**٠,٣٩
٤	**٠,٧١	١٣	**٠,٧٧
٥	**٠,٧١	١٤	**٠,٦٤
٦	**٠,٧١	١٥	**٠,٧٥
٧	**٠,٦	١٦	**٠,٦٤
٨	**٠,٧٧	١٧	**٠,٦٢
٩	**٠,٦٨		

** ارتباط موجب ودال عند مستوى دلالة ٠,٠١

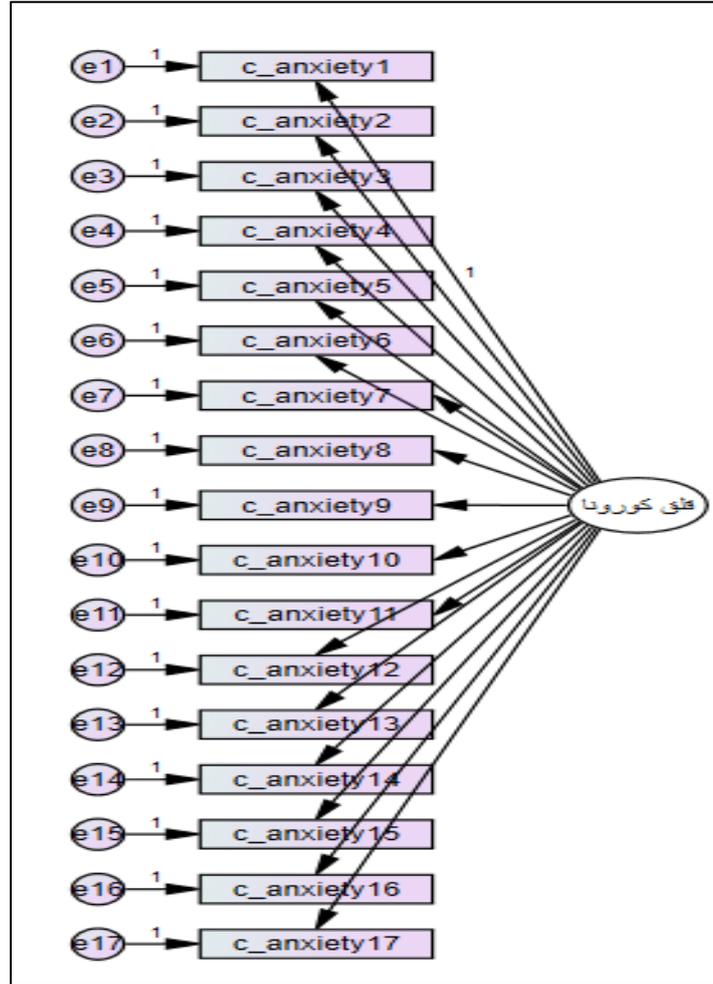
ويتضح من جدول (٢٣) أن جميع قيم معاملات الارتباط المصححة بين المفردات والدرجة الكلية كانت دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب- التحليل العاملي التوكيدي

قام الباحثان بعمل تحليل عاملي توكيدي، وقد تم افتراض وجود عامل كامن واحد تتشعب عليه مفردات مقياس قلق كورونا. ويبين الشكل (٦) نموذج التحليل العاملي التوكيدي. ويبين الجدول (٢٤) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتشعبات المفردات على العامل الكامن، وكذلك دلالتها الإحصائية. في حين يبين الجدول (٢٥) قيم مؤشرات المطابقة وتفسيرها.

شكل ٦

نموذج التحليل العائلي التوكيدي المقترح لبنية مقياس قلق كورونا



جدول ٢٤

الأوزان المعيارية وغير المعيارية لتشبعات المفردات على العامل الكامن الممثل لقلق كورونا والنتيجة من التحليل العائلي التوكيدي

الدلالة	النسبة الحرجة	الخطأ المعياري	الوزن الاتحداري غير المعياري	الوزن الاتحداري المعياري	العامل --> المفردة
			١	٠,٦٨	١ ← ١
٠,٠١	١٢,٩٨	٠,٠٨	١,٠٥	٠,٧٠	٢ ← ١
٠,٠١	١٢,٨٢	٠,٠٧	٠,٩٠	٠,٦٩	٣ ← ١
٠,٠١	١٦,٨٨	٠,٠٦	١,٠٠	٠,٧٢	٤ ← ١
٠,٠١	١٥,٢٢	٠,٠٦	٠,٩٥	٠,٧١	٥ ← ١
٠,٠١	١٣,٠٦	٠,٠٨	٠,٩٧	٠,٧٠	٧ ← ١
٠,٠١	١١,٤١	٠,٠٦	٠,٧٣	٠,٦١	٨ ← ١
٠,٠١	١٤,٦١	٠,٠٧	١,٠٧	٠,٨٠	٩ ← ١

الدلالة	النسبة الدرجة	الخطأ المعياري	الوزن الاتحادي غير المعياري	الوزن الاتحادي المعياري	العامل --> المفردة
٠,٠١	١٢,٨٣	٠,٠٧	٠,٩٥	٠,٧٠	١٠ ← ١
٠,٠١	١٢,٤٦	٠,٠٧	٠,٨٣	٠,٦١	١١ ← ١
٠,٠١	١٢,٢٣	٠,٠٦	٠,٧٨	٠,٧١	١٢ ← ١
٠,٠١	٧,١٣	٠,٠٦	٠,٣٩	٠,٣٨	١٣ ← ١
٠,٠١	١٤,٦٤	٠,٠٨	١,١٩	٠,٨٠	١٤ ← ١
٠,٠١	١١,٧٠	٠,٠٨	٠,٩٦	٠,٧٠	١٥ ← ١
٠,٠١	١٤,٦٣	٠,٠٨	١,١٥	٠,٨٠	١٦ ← ١
٠,٠١	١١,٣٨	٠,٠٨	٠,٩٢	٠,٦٤	١٧ ← ١

جدول ٢٥

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس قلق كورونا وتفسيرها.

مؤشرات جودة المطابقة	القيمة والتفسير
كا ^٢	١٥٧,٠١٣ عند درجات حرية ٦٨
النسبة بين كا ^٢ إلى درجات حريتها	٢,٣٠٩ ممتاز
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٨٠ ممتاز
Standardized Root Mean squared Residuals (SRMR) جذر متوسط مربع البواقي المعياري	٠,٠٤٩ ممتاز
Root Mean square of approximation (RMSEA) جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب	٠,٠٥٦ ممتاز
PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن RMSEA ≤ 0.05	٠,١٧٤ ممتاز

ويتضح من نتائج التحليل قبول نموذج التحليل العاملي التوكيدي، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي. كما أن تشبعات جميع المفردات على العوامل الكامنة الخاصة بها كانت دالة إحصائياً.

ج- الثبات

تم حساب الثبات باستخدام طريقة معامل ألفا، وكانت قيمته (٠,٩٤)، وهي قيمة مرتفعة وتعتبر عن ثبات المقياس.

رابعًا: خطوات البحث

- ١- التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.
- ٢- تطبيق المقاييس على عينة الدراسة، ثم تصحيحها.
- ٣- استخدام أسلوب نمذجة المعادلة البنائية (SEM) Structural Equation Modeling للتحقق من مدى مطابقة النموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة، وذلك من خلال حزمة البرامج الإحصائية IBM SPSS AMOS 26.
- ٤- تم تصنيف العينة في ضوء متغير قلق كورونا إلى مجموعتين (مرتفعو القلق/ منخفضو القلق) باستخدام التحليل العنقودي Cluster Analysis بطريقة المتوسطات Kmeans باستخدام حزمة البرامج الإحصائية IBM SPSS 26.
- ٥- استخدم الباحثان اختبار "ت" للكشف عن الفروق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي القلق في مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية.
- ٦- مقارنة النموذج المقترح ومساراته بين شقي العينة.
- ٧- مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري.

نتائج البحث ومناقشتها

يتم تفسير نتائج البحث في ثلاث محاور، هي

أولاً: التحقق من مدى مطابقة النموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة، وتفسير التأثيرات (المسارات) بين متغيرات النموذج، وذلك بالتحقق من الفروض (الأول إلى الخامس).

ثانياً: تفسير الفروق بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية، وذلك بالتحقق من الفرضين (السادس والسابع).

ثالثاً: تفسير الاختلافات في دلالة بعض مسارات النموذج بين شقي العينة (مرتفعو القلق/ منخفضو القلق)، وذلك بالتحقق من الفرض (الثامن).

نتائج التحقق من الفرض الأول

وينص على: "توجد مطابقة (اتفاق) للنموذج المقترح للعلاقات بين الأمن النفسي (متغير وسيط)، والصلابة النفسية والشفقة بالذات والتفاؤل (متغيرات مستقلة)، وجودة الحياة النفسية (متغير تابع) مع بيانات عينة الدراسة".

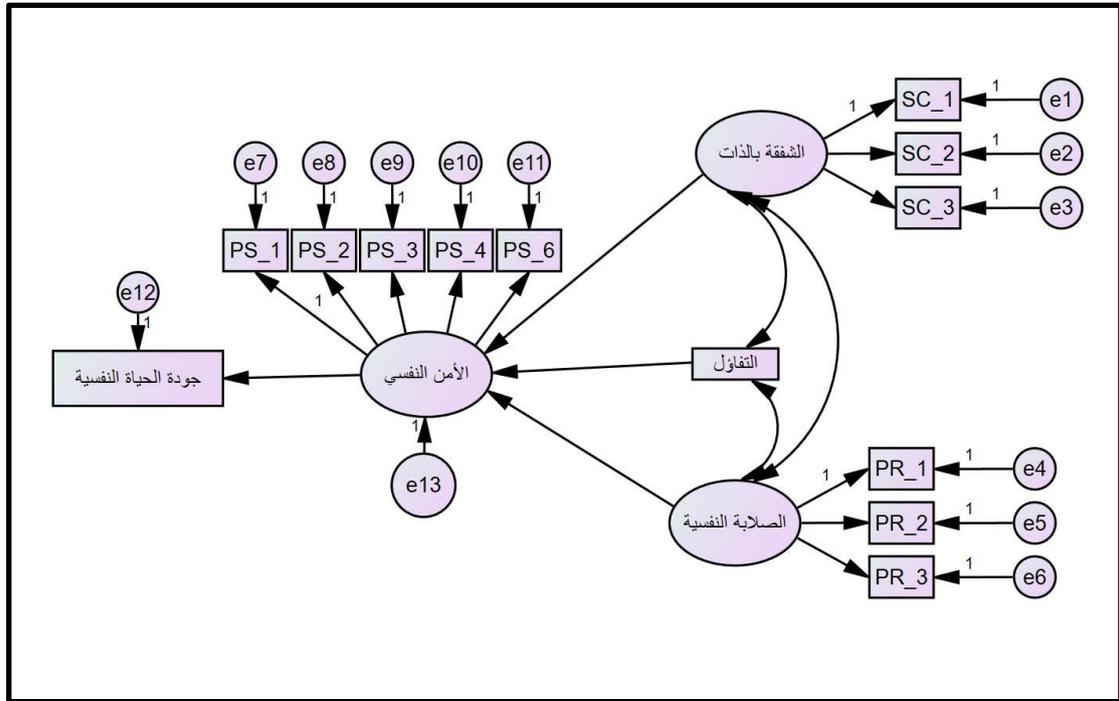
وقد استخدم الباحثان أسلوب نمذجة المعادلة البنائية للتحقق من مدى مطابقة النموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة، وذلك من خلال حزمة البرامج الإحصائية IBM SPSS AMOS 26، وقد أجري هذا التحليل استناداً إلى طريقة الأرجحية القصوى، وكشفت النتائج عن تحقق الفرض الأول، وذلك بوجود مطابقة جيدة للنموذج المقترح مع بيانات عينة الدراسة وفقاً لمؤشرات التعديل.

وكان أفضل نموذج تم استخراج الموضح بالشكل (٧)، والذي يؤكد وجود التأثيرات

المباشرة في النموذج المقترح الموضح بالشكل (١)

شكل ٧

النموذج البنائي المستخرج للعلاقات بين متغيرات الدراسة



جدول ٢٦

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج البنائي المستخرج.

القيمة والتفسير	مؤشرات جودة المطابقة
(١٢٤,٧٩٢) عند درجات حرية (٤٣)، كانت (غير دالة).	مربع كاي (χ^2)
(٢,٩٠٢) تنحصر قيمتها بين (٣-٠,٥) أي في مداها المثالي.	مربع كاي المعياري (χ^2/df)
٠,٠٦١ ممتاز	جذر متوسط مربع البواقي المعياري (SRMR)
(٠,٠٦٨) مقبول كلما اقتربت القيمة من صفر كانت في مداها المثالي.	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)
٠,٠١٧ مقبول	PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن $RMSEA \leq 0.05$

ويتضح من الجدول (٢٦) تطابق النموذج المقترح مع البيانات محل الدراسة، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة والتي كانت في مداها المثالي.

وقد قُدرت قيمة التأثيرات لمتغيرات البحث، ويلخص جدول (٢٧) المسارات (التأثيرات)، والأوزان الانحدارية المعيارية، والأوزان الانحدارية غير المعيارية بين متغيرات النموذج المختلفة.

جدول ٢٧

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج المستخرج.

المسارات	الوزن المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
الصلاية النفسية ← الأمن النفسي	٠,٢٢٨	٠,٢٠١	٠,٠٧١	٢,٨٤١	٠,٠١
الشفقة بالذات ← الأمن النفسي	٠,١٣٦	٠,١٠٥	٠,٠٤٦	٢,٢٩٦	٠,٠٥
التفاؤل ← الأمن النفسي	٠,٣٢٣	٠,٢٦٦	٠,٠٤٧	٥,٦٨٥	٠,٠١
الأمن النفسي ← جودة الحياة النفسية	٠,٨٠٢	١,٣٢٢	٠,٠٩٠	١٤,٦٢٨	٠,٠١

وكشفت النتائج (موضحة بجدول ٢٧) عن تحقيق النموذج مطابقة جيدة مع بيانات عينة الدراسة.

تفسير تأثيرات المتغيرات (المسارات) في النموذج المقترح

لتفسير تأثيرات المتغيرات في النموذج يرى الباحثان ضرورة توصيف الأوضاع والظروف التي أُجري فيها البحث، وهي ظروف وأوقات عصيبة مرت بها البشرية جمعاء حال انتشار جائحة كورونا، فعندما حلت الكارثة لم يكن أمام الناس سوى الشعور بالقلق والذعر والخوف والعزلة واتباع الإجراءات الاحترازية التي لم تجعلهم في مأمن من الإصابة بهذا الوباء، فمننا من أفرط في قلقه وعزله، ومننا من كان وسطياً، وفي كل الحالات أصبح الأمن النفسي للأفراد في خطر وتهدد أيما تهديد.

وفي ظل العزلة التي عاشها العالم أجمع وتوارد الأخبار السيئة بشكل مستمر وانقطاع الدعم الاجتماعي لم يكن أمامنا لمواجهة هذه الجائحة سوى الدعم الذاتي النابع من داخل الأفراد، والذي يراه الباحثان من خلال بحثهما متمثلاً في ارتكاز الفرد على صلابته النفسية، والتي تمنحه القوة عند مواجهة الضغوط والأزمات، وتساعد على تجاوزها بمستوى مرتفع من الاتزان والتماسك، مع شفقتة بذاته، والتي تجعله يهون على نفسه الأمور العصبية، ويرى أن الأزمات والضغوط لم تخلق له وحده، بل هو مثل الكثيرين من بني البشر خُلِق ليبتلى؛ فيخفف ذلك عليه من حدة الضغوط والأزمات، وتجعله يوجه ويستثمر طاقته في إيجاد حلول للمشكلات التي تواجهه بدلاً من توجيه تلك الطاقة للنقد الذاتي اللاذع الذي يجعله يخسر ثقته بذاته في مواجهة المشكلات والضغوط. ثم يأتي دور التفاؤل، والذي يجعل الفرد يتوقع أن الخير قادم وأن المستقبل هو الأمل الذي يحمل معه الحلول لكافة المشكلات والأزمات التي يقف الإنسان أحياناً أمامها عاجزاً عن حلها في الوقت الراهن، فتلك العوامل الثلاثة قد تكون كفيلاً لدعم وتعزيز الأمن النفسي للفرد.

نتائج التحقق من الفرض الثاني

وينص على: "يوجد تأثير مباشر لمتغير الصلابة النفسية على متغير الأمن النفسي". وقد أسفرت النتائج عن تحقق الفرض الثاني، وذلك بوجود تأثير مباشر موجب ودال احصائياً لمتغير الصلابة النفسية (متغير مستقل) على متغير الأمن النفسي (متغير وسيط) عند مستوى (٠,٠١)، وكانت النتائج متسقة مع نتائج دراسة (راشد مانع، وآخرون، ٢٠١٥؛ دلال عبدالهادي، وآخرون، ٢٠١٨؛ حنان السيد، ٢٠٢٠؛ مجدي محمد زينة، ٢٠٢٢)، والتي أشارت

إلى وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية والأمن النفسي، ودراسة (مريم عبدالجابر، ٢٠٢١)، والتي أشارت إلى أن الصلابة النفسية تتنبأ بشكل موجب ودال بالأمن النفسي، وهذا يعني أنه كلما ازداد مستوى الصلابة النفسية لدى الطلاب ارتفع مستوى شعورهم بالأمن النفسي ... ولما لا؟ فالصلابة النفسية تعد من أفضل السمات التي تجعل الفرد قادرًا على مواجهة الصعوبات والمواقف الضاغطة من خلال دفعه لاستخدام استراتيجيات مواجهة تأهيبية *proactive coping* فعالة في مواجهة تلك الضغوط دون التضخيم من شأنها مما يحافظ على اتزان الفرد وثباته في مثل تلك المواقف، ولما ظهرت جائحة كورونا مارست كل أشكال الضغوط على الإنسان فزعزعت استقراره، وهددت أمنه وحياته، وجعلت مشاعر القلق والخوف تسيطر عليه، كان للصلابة النفسية بالغ الأثر في السيطرة على تلك المشاعر السلبية وخفض مستوى القلق والأرق، وتقليل التأثيرات النفسية السلبية للجائحة على الأفراد (Amirfakhraei et al., 2020; Shams, 2021)، ومن تمّ مستوى الطمأنينة والشعور بالأمن النفسي لدى الفرد.

نتائج التحقق من الفرض الثالث

وينص على: "يوجد تأثير مباشر لمتغير الشفقة بالذات على متغير الأمن النفسي". وقد أسفرت النتائج عن تحقق الفرض الثالث، وذلك بوجود تأثير مباشر موجب ودال احصائيًا لمتغير الشفقة بالذات (متغير مستقل) على متغير الأمن النفسي (متغير وسيط) عند مستوى (٠,٠٥)، وكانت النتائج متسقة مع نتائج دراسة (Namani & Bagherian, 2019)، والتي أشارت إلى وجود تأثير مباشر موجب ودال احصائيًا للشفقة بالذات على الأمن النفسي في نموذج بنائي يتوسط فيه الأمن النفسي العلاقة بين الشفقة بالذات والتفاؤل، والهناء النفسي، وهذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى الشفقة بالذات لدى الطلاب ارتفع مستوى الإحساس بالأمن النفسي لديهم.

ويفسر الباحثان تلك النتيجة بأنه كلما كان الفرد شفوفاً بذاته كلما زاد ذلك من احساسه بالأمن النفسي؛ فالشفقة بالذات تجعل الفرد يتخذ موقفًا إيجابيًا تجاه ذاته عندما تسير الأمور بشكل سيء، فهي تعد عاملاً حاسماً في حماية الذات وتعزيز الصمود الانفعالي لديه (Hupfeld & Ruffieux, 2011, p. 115)، وتجعل الفرد داعماً لذاته عند تحل الصعاب وتسوء الأمور

(Yarnell & Neff, 2013, p. 146) فيتجه للعطف على ذاته ودعمها ليجعل الهدوء والطمأنينة يتسللا إليها، فلا ينتقد ذاته ولا يلتفت لسقطاته عند مواجهة الصعاب ليهون على نفسه الأمور فالشقوق بذلته عطفًا عليها. إضافة إلى ذلك فالشفقة بالذات تجعل الفرد يقيم الظروف والمواقف الصعبة على أنها قاسم مشترك بين جميع البشر، ولا يرى الصعاب والبلاء قد نزل له خصيصًا، فهو شريك الآخرين في الإنسانية له ما لهم وعليه ما عليهم، فهذا الشعور تجلعه يتقبل الواقع كونه واحدا من بين كثيرين قد نزل بهم البلاء، ومع عطفهم على ذواتهم، وإدراكهم لإنسانيتهم المشتركة فهم يقظون حذرون لا يتجاهلون أو ينكرون الواقع بل يعترفون بخطورة الأوضاع دون الانجراف أو التركيز على الأفكار والانفعالات السلبية مثل فقدان الاتزان النفسي والوقوع في براثن الاكتئاب، فالليظة العقلية المرتفعة لديهم تجعلهم يرون الأوضاع على حقيقتها دون مبالغة فيحسنون اتباع التدابير اللازمة للتعامل مع المواقف الصعبة، كل ذلك يجعل من الشفقة بالذات عاملا حاسمًا في إعادة ترميم ما تهاوى من شعور الفرد بالأمن النفسي حال وقوع كارثة كورونا.

نتائج التحقق من الفرض الرابع

وينص على: "يوجد تأثير مباشر لمتغير التفاؤل على متغير الأمن النفسي".

وقد أسفرت النتائج عن تحقق الفرض الرابع، وذلك بوجود تأثير مباشر موجب ودال احصائيًا لمتغير التفاؤل (متغير مستقل) على متغير الأمن النفسي (متغير وسيط) عند مستوى (٠,٠١)، وجاءت النتائج متسقة مع نتائج دراسة (رنا عرفان، ٢٠١٤) التي توصلت لوجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفاؤل والأمن النفسي، ودراسة (Namani & Bagherian, 2019)، والتي أشارت إلى وجود تأثير مباشر موجب ودال احصائيًا للتفاؤل على الأمن النفسي في نموذج بنائي يتوسط فيه الأمن النفسي العلاقة بين التفاؤل والشفقة بالذات، والهناء النفسي، وهذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التفاؤل لدى الطلاب ارتفع مستوى الإحساس بالأمن النفسي لديهم.

ويفسر الباحثان التأثير الإيجابي للتفاؤل على الأمن النفسي لأن الأشخاص المتفائلون لديهم من السمات ما يشعرونه بالأمن النفسي؛ حيث يقل لديهم مستوى العصابية، والقلق، ولا يعرفون اليأس، وعندما تواجههم المصاعب والمصائب فإنهم يعتمدون على استراتيجيات مواجهة إقدامية لا إحصائية مما يمكنهم من تحديد حجم المخاطر التي يواجهونها دون تهويل للموقف، وعندما يكون

المصاب عظيم وليس هناك رؤية واضحة لحل للمشكلة الراهنة فإنهم يتقبلون الواقع ويتمسكون بالمستقبل الذي يرونه بأنه يحمل لهم كل الخير، وأن كل الابتلاءات والمصائب التي لو عجز البشر في حلها في الحاضر فسيكون لها حل وانفراجة بحلول المستقبل، فتوقعاتهم الإيجابية لأحداث المستقبل تجعلهم يتشبثون دائماً بالأمل، وأن بعد كل عسرٍ يسرا، وهذا يعزز شعورهم بالأمن النفسي.

نتائج التحقق من الفرض الخامس

وينص على: "يوجد تأثير مباشر لمتغير الأمن النفسي على متغير جودة الحياة النفسية". وقد أسفرت النتائج عن تحقق الفرض الخامس، وذلك بوجود تأثير مباشر موجب ودال احصائياً لمتغير الأمن النفسي (متغير وسيط) على متغير جودة الحياة النفسية (متغير تابع) عند مستوى (٠,٠١)، وكانت النتائج متسقة مع نتائج كثير من الدراسات مثل (Shabahang, 2017; Mitwaly, 2018; Othman, 2020; LI et al., 2021)، والتي أشارت إلى وجود علاقة طردية موجبة بينهما، وأن الأمن النفسي يتنبأ بشكل موجب دال بجودة الحياة. وبذلك تشير النتائج أنه كلما صار الإنسان أكثر آمناً كلما تنعم بحياته وشعر بجودتها.

والسؤال: لماذا ينعم الإنسان بحياته إذا كان آمناً؟ وللإجابة على هذا السؤال نستدل بقول الله تعالى "ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين" (البقرة: ١٥٥)، والحديث الشريف "من أصبح آمناً في سربه، معافى في بدنه، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها". فقد أشارت الآية الكريمة إلى أن الخوف، وهو نقيض الشعور الآمن، مقدماً على كل الابتلاءات، وفي الحديث الشريف قُدمت نعمة الآمن على كافة النعم فمن ينعم بحياته إذا فقد الشعور بالأمن؟

فالشعور بالأمن هو الذي يدفع الإنسان للسعي وتحقيق الإنجازات، وتكوين العلاقات، والتعمير في الأرض، فهو يعزز لدى الفرد الشعور بالسعادة، فالفرد الآمن ليس قلقاً أو خائفاً ولا يشعر بالتهديد في بيئته، كما أن شعور الفرد بالأمن له بالغ الأثر في شعوره بالرضا عن الحياة (Afolabi & Balogun, 2017)، كل ذلك يجعل الأمن النفسي من أهم مؤشرات جودة الحياة النفسية لدى الفرد.

نتائج التحقق من الفرض السادس

وينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا".

للتحقق من هذا الفرض، تم إجراء تحليل تجمعات (التحليل العنقودي) Cluster analysis لدرجات الطلاب في متغير قلق كورونا باستخدام برنامج SPSS 26 ، وأسفرت نتائجه عن وجود تجمعين (عنقودين)، وكان مركز التجمع الأول الدرجة (٣٤)، وكان عدد الطلاب في هذا التجمع (١٧٩) طالباً، وتم وصفهم بأنهم منخفضو قلق كورونا، وكان مركز التجمع الثاني الدرجة (٥٦,٧٥)، وكان عدد الطلاب في هذا التجمع (١٧٥) طالباً، وتم وصفهم بأنهم مرتفعو قلق كورونا، ثم تم حساب الفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في مقياس الأمن النفسي باستخدام اختبار "ت"، كما هو موضح بالجدول (٢٨)

جدول ٢٨

الفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي القلق في مقياس الأمن النفسي

اختبار "ت"		مرتفعو القلق			منخفضو القلق			المتغير	
مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة "ت"	ع	م	ن	ع	م	ن	الأمن النفسي
٠,٠١	٣٤٤,٨	٢٥,٤٤٨	١٧,٢١٥	٥٩,٦٤	١٧٥	١٤,٥٥	١٠٢,٧١	١٧٩	

ويتضح من جدول (٢٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في الأمن النفسي لصالح الطلاب منخفضي قلق كورونا، الأمر الذي يؤدي إلى قبول الفرض السادس.

ويفسر الباحثان تلك النتيجة بأن جائحة كورونا لاشك أنها أثارت قلق وزعر جميع الشعوب والأفراد باختلاف فئاتهم وطوائفهم نتيجة لسرعة انتشار الجائحة وتزايد حالات الإصابة وارتفاع حصيلة الموتى، فكان هناك فئتين من الأفراد، منهم من استطاع السيطرة على قلقه، وضبط انفعالاته (منخفضو القلق)، فدفعهم القلق لاتخاذ التدابير الاحترازية (لبس الكمامات، واستخدام المطهرات، والتباعد الاجتماعي)، فعزز لديهم الأمن النفسي، ومنهم من تملكه القلق وسيطر عليه

(مرتفعو القلق)، وارتفع القلق لديهم إلى مستوى جعلهم يعتقدون أنه لا مناص من الهلاك، وأن ما يقومون به من إجراءات احترازية لا فائدة منه، فتحول قلقهم من دافع يزيد بناء الأمن النفسي قوة وصلابة إلى معول هدم ينخر في جدار الأمن النفسي فيضعفه ويقلل مستواه، ولهذا كانت الفروق في مستوى الأمن النفسي لصالح منخفضي القلق.

وقد اتفقت تلك النتائج مع نتائج بعض الدراسات التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين الأمن النفسي وقلق الموت (محمد محمد صابر، علي أحمد عبدالله، ٢٠١٦)، وقلق المستقبل (بهية جمعة السيد، ٢٠٢١)، والتي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين الأمن النفسي ومستوى القلق، وجاءت النتائج غير متسقة مع نتائج بعض الدراسات (راشد بن سعود السهلي، ٢٠٢٠؛ حسين عبيد جبر، ٢٠١٥؛ عاطف بن علي بن عطية، ٢٠١٩)، والتي أشارت إلى وجود علاقة طردية بين الأمن النفسي والقلق العام. ولا يرى الباحثان ثمة تناقض بين تلك الدراسات؛ حيث أن الدراسات التي أشارت إلى وجود علاقة موجبة بينهما كانت تدرس علاقة القلق العام بالأمن النفسي، ولذلك كانت نتائج البحث الحالي أقرب لنتائج الدراسات التي تناولت علاقة قلق الموت بالأمن النفسي، ودراسة قلق المستقبل بالأمن النفسي في ظل جائحة كورونا.

نتائج التحقق من الفرض السابع

وينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية بين مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا".

للتحقق من هذا الفرض، تم حساب الفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في مقياس جودة الحياة النفسية باستخدام اختبار "ت"، كما هو موضح بالجدول (٢٩)

جدول ٢٩

الفروق بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي القلق في مقياس جودة الحياة النفسية

المتغير	منخفضو القلق			مرتفعو القلق			اختبار "ت"	
	ن	م	ع	ن	م	ع	درجات	قيمة "ت"
جودة الحياة النفسية	١٧٩	٣٧,١٤	٧,٠١٩	١٧٥	٢١,٦٨	٦,٩٠٩	٣٥٢	٢٠,٨٩٤
							مستوى الدلالة	٠,٠١

ويتضح من جدول (٢٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي قلق كورونا في جودة الحياة النفسية لصالح الطلاب منخفضي قلق كورونا، الأمر الذي يؤدي إلى قبول الفرض السابع. وقد أظهرت النتائج أن هناك فروق في مستوى جودة الحياة النفسية تعزى لمستوى شعورهم بالقلق لصالح الطلاب منخفضي قلق كورونا، وهذا معناه أن مستوى القلق لدى الطالب يؤثر عكسيًا في شعوره بجودة الحياة النفسية، وهذه النتيجة يراها الباحثان منطقية تمامًا؛ إذ أن عدم شعور الفرد بالقلق يندرج ضمن المؤشرات النفسية لجودة الحياة، فكلما كان الفرد بعيدًا عن القلق ومسبباته زاد شعوره بجودة الحياة النفسية، وهذا ما أكدته الدراسات من وجود علاقة عكسية تربط بين القلق وجودة الحياة (سمر أحمد علي، ٢٠١٨؛ مي إدريس محمد، ٢٠٢١)، وما أشارت إليه أيضًا من التأثير السلبي للقلق على جودة الحياة العامة وجودة الحياة النفسية (Brown & Roose, 2011; Bujang et al., 2015; Fazeli et al., 2020; Panayiotou & Karekla, 2013).

نتائج التحقق من الفرض الثامن

وينص على: "يختلف النموذج المقترح أو بعض مساراته باختلاف مستوى قلق كورونا لدى طلاب كلية التربية (مرتفعي القلق / منخفضي القلق)".
للتحقق من هذا الفرض قاما الباحثان باختبار النموذج المستخرج (شكل: ٧) عبر مجموعتي البحث (مرتفعي القلق - منخفضي القلق)، وبحث مدى الاختلاف بين النموذجين، ويوضح جدول (٣٠) مؤشرات جودة المطابقة للنموذجين

جدول ٣٠

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج الأول والنموذج الثاني عبر مجموعتي البحث.

النموذج ٢ (مرتفعو القلق)	النموذج ١ (منخفضو القلق)	المؤشر
٨٩,٥٨٤ (غير دالة)	٧٩,٢٧٣ (غير دالة)	مربع كاي (χ^2) (CMIN)
٤٣	٤٣	DF
٢,٠٨٣ (ممتاز)	١,٨٤٤ (ممتاز)	مربع كاي المعياري (χ^2/df) (CMIN/DF)
٠,٠٥٦ (ممتاز)	٠,٠٤٨ (ممتاز)	جذر متوسط مربع البواقي المعياري (SRMR)
٠,٠٧٣ (مقبول)	٠,٠٦٤ (مقبول)	جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)
٠,٠٦ (ممتاز)	٠,١٤٥ (ممتاز)	PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن RMSEA ≤ 0.05

ويتضح من الجدول (٣٠) أن مؤشرات جودة المطابقة للنموذجين كانت في مداها المثالي. وقد قُدرت قيمة التأثيرات لمتغيرات البحث عبر النموذجين، ويُلخص جدولي (٣١، ٣٢) المسارات (التأثيرات)، والأوزان الانحدارية المعيارية، والأوزان الانحدارية غير المعيارية بين متغيرات النموذج الأول والنموذج الثاني.

جدول ٣١

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج الأول (منخفضو القلق).

الدلالة	النسبة الدرجة	الخطأ المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الوزن المعياري	المسارات
٠,٠١	٢,٧١٤	٠,٠٩٦	٠,٢٦٠	٠,٣٠٧	الصلابة النفسية ← الأمن النفسي
٠,٠٥	٢,٢٤٦٢	٠,١٠٢	٠,٢٥٢	٠,٣٠٠	الشفقة بالذات ← الأمن النفسي
٠,٠١	٤,٢٥٩	٠,٠٦١	٠,٢٦١	٠,٣٤٦	التفاؤل ← الأمن النفسي
٠,٠١	٩,٢٦٨	٠,١٤٦	١,٣٥٢	٠,٧٦٨	الأمن النفسي ← جودة الحياة النفسية

جدول ٣٢

نتائج التحليل الإحصائي للنموذج الثاني (مرتفعو القلق).

الدلالة	النسبة الدرجة	الخطأ المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الوزن المعياري	المسارات
٠,٠١	٣,٨٥٦	٠,٠٦٨	٠,٢٦١	٠,٣٧٣	الصلابة النفسية ← الأمن النفسي
غير دال	١,٧٥٣	٠,٠٦٦	٠,١١٦	٠,١٥٢	الشفقة بالذات ← الأمن النفسي
٠,٠١	٣,٦٠٧	٠,٠٧١	٠,٢٥٥	٠,٢٩٧	التفاؤل ← الأمن النفسي
٠,٠١	١١,١٦٦	٠,١١٧	١,٣١٠	٠,٨٢٤	الأمن النفسي ← جودة الحياة النفسية

يتضح من نتائج الجدولين (٣١، ٣٢) أن النموذج المستخرج للعلاقات بين متغيرات الصلابة النفسية، والشفقة بالذات، والتفاؤل، والأمن النفسي، وجودة الحياة النفسية لدى طلاب الجامعة يختلف في بعض مساراته تبعاً لاختلاف مستوى القلق (منخفضو القلق/ مرتفعو القلق) وأن متغير قلق كورونا يشكل فارقاً في بعض التأثيرات بين متغيرات النموذج المقترح.

ويمكن عرض أوجه الاتفاق والاختلاف بين النموذجين فيما يلي:

الاتفاق بين النموذجين، ويتمثل في:

- دلالة تأثير متغيري الصلابة النفسية، والتعاؤل؛ حيث أظهرت النتائج بأن لهما تأثير مباشر موجب ودال على متغير الأمن النفسي، وهذا معناه أن مستوى قلق كورونا لم يحدث تغييراً في تأثيرهما على الأمن النفسي.

ويفسر الباحثان ذلك بأن الأفراد تتفاوت درجة استجابتهم للمواقف الباعثة للقلق (مرتفعو القلق/منخفضو القلق)، وبالرغم من أن جائحة كورونا تعد من أكثر المواقف الضاغطة التي مرت بالأفراد والمجتمعات في العقود الأخيرة، والتي تسببت في نشر الزعر والقلق وانخفاض مستوى الأمن النفسي، وبرغم تأثر الأمن النفسي بمستوى قلق كورونا (نتائج الفرض السادس)، إلا أن تأثير الصلابة النفسية والتعاؤل على الأمن النفسي لم يتأثر باختلاف مستوى قلق كورونا لدى الأفراد، وهذا يعنى أنه عندما يتحلى الفرد بالصلابة النفسية، والتي تخفف عنه وقع الأحداث الضاغطة، وتخفف مستوى تأثيره بالضغوط، وتزيد قدرته على المقاومة والتعامل مع صعوبات الحياة، وأيضاً عندما يتسمون بالتعاؤل، ويتوقعون دائماً حدوث الخير في المستقبل يساعدهم ذلك على تماسك بناء الأمن النفسي لديهم مهما ارتفع مستوى قلقهم، بل وبمرور الوقت في ظل الأحداث الضاغطة تساعد الصلابة النفسية والتعاؤل الأفراد على خفض مستوى القلق لديهم، فقد أشارت الدراسات إلى أن الصلابة النفسية تسهم في خفض مستوى قلق كورونا لدى الأفراد (Khalili & Shafii, 2021; Shams, 2021; Malehmir et al., 2022)، كما أشارت أيضاً إلى التأثير السلبي للتعاؤل على القلق.

- تأثير متغير الأمن النفسي بشكل مباشر موجب ودال على متغير جودة الحياة النفسية، وهذه نتيجة منطقية؛ حيث أن للأمن النفسي تأثير واضح وجلي على جودة الحياة النفسية أيًا كانت حالته مرتفع أو منخفض القلق.

الاختلاف بين النموذجين، ويتمثل في:

عدم دلالة تأثير متغير الشفقة بالذات على الأمن النفسي لدى مرتفعي قلق كورونا، حيث كانت الشفقة بالذات لها تأثير مباشر موجب ودال في النموذج الأساسي ولدى منخفضي قلق كورونا، وهذا معناه أن ارتفاع مستوى قلق كورونا أعاق وقلل من تأثير الشفقة بالذات على الأمن النفسي، والتي كانت عاملاً مؤثراً في زيادة الأمن النفسي؛ حيث أنها تدفع الفرد للتخفيف من هول المصائب

والضغوط التي يمر بها، حيث يشعر الإنسان الشفوق بذاته بأنه مثل غيره معرض للابتلاءات وأن المصائب لا تنتقيه دون غيره، فيعزز ذلك ثقته في ذاته على مواجهة الصعاب والمحن. لكن الأمر مختلف مع جائحة كورونا، فهي تعد من أعظم المصائب التي منيت بها البشرية خلال العقود الأخيرة، فعندما اشتدت الجائحة وعصفت بالمجتمعات ارتفع مستوى القلق إلى الحد الذي لم يعد عنده الفرد قادرًا على التخفيف من هول الكارثة، فحياته أصبحت على المحك، فارتفع مستوى القلق أدى إلى انخفاض الشفقة بالذات إلى الحد الذي لم يعد مؤثرًا على الأمن النفسي، وهذا ما أكدته دراسة (Güler, 2022) من وجود علاقة عكسية تربط الشفقة بالذات بمستوى القلق.

توصيات البحث

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي في إعداد الطالب المعلم، والتعرف على مدى تأثر الجوانب النفسية بالظروف الحياتية.
- ضرورة عقد ورش عمل لتوعية الطلاب بكيفية التصدي للأزمات والضغوط.
- عقد ندوات لتوعية الطلاب بالعوامل المؤثرة على أمنهم النفسي، ومدى تأثيره على الهناء النفسي لديهم.

بحوث مقترحة

- إجراء دراسات للكشف عن التأثيرات النفسية والاجتماعية ما بعد جائحة كورونا.
- إجراء مزيد من الدراسات لفحص العلاقة بين التناؤل والأمن النفسي.
- إجراء مزيد من الدراسات لفحص علاقة الشفقة بالذات والأمن النفسي.
- إجراء دراسة تستكشف علاقة الأمن النفسي بغيره من المتغيرات مثل المناعة النفسية.
- إجراء دراسة تنبؤية للكشف عن إسهام الشفقة بالذات والأمن النفسي في التنبؤ بالهناء النفسي.
- إعداد برامج لرفع مستوى الصلابة النفسية، والشفقة بالذات لدى الطلاب.

المراجع

- إسماعيل محمد الفقي، محمود سعيد عطية، مجدي شعبان أمين (٢٠٢١). استخدام التحليل العنقودي لدراسة القلق والوعي والمخاطر المدركة لتأثير جائحة كورونا. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣١ (١١٣)، ٣٨-١.
- السيد محمد عبدالمجيد عبدالعال (٢٠١١). الأمن النفسي: المؤثرات والمؤشرات. *مجلة التربية، جامعة الأزهر*، ١٤٥ (١)، ٢٨٩-٣٠٢.
- بشير معمريه (٢٠٢٠). جودة الحياة: تعريفاتها محدداتها مظاهرها أبعادها. *أعمال الملتقى الوطني: جودة الحياة والتنمية المستدامة في الجزائر، جامعة الشهيد حمة لخضر*. ٢٦-١٥.
- بهية جمعة السيد ندا (٢٠٢١). قلق المستقبل وعلاقته بجودة الحياة والأمن النفسي لدى عينة من طلاب الثانوية العامة بظل جائحة كورونا. *مجلة مركز الخدمة للاستشارات البحثية، كلية الآداب، جامعة المنوفية*، ٢٣ (٦٨)، ٥٠-١.
- جيهان حمزة (٢٠٠٢). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- حنان السيد عبدالقادر زيدان (٢٠٢٠). العلاقة بين الأمن النفسي والصلابة النفسية والحواجز النفسية لدى طلاب الجامعة. *رابطة الأخصائيين النفسيين المصريين (رانم)*، ٣٠ (٤)، ٧٨٤-٧٣٥.
- حسين عبيد جبر (٢٠١٥). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية الفنون الجميلة. *مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية*، ٢٣ (٣)، ١٢٩٤-١٢٧٥.

دلال عبدالهادي الردعان، معاذ أحمد محمد مقران، أحمد عيسى اللوغانى، يوسف راشد المرتجي (٢٠١٨). العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية والشعور بالأمن النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة جامعة الكويت. مجلة كلية التربية - جامعة طنطا، ٦٩ (١)، ١٨٨-٢٢٨.

راشد بن سعود السهلي (٢٠٢٠). الأمن النفسي وعلاقته بالقلق لدى طلاب كلية الملك خالد العسكرية. مجلة البحوث الأمنية، كلية الملك فهد الأمنية - مركز الدراسات والبحوث، ٣٠ (٧٨)، ١١٧-١٥٧.

راشد مانع راشد العجمي، رياض نايل العاسمي، أحمد العجمي (٢٠١٥). الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من أبناء المطلقين الكويتيين. مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت - مجلس النشر العلمي، ٤٣ (٣)، ٤٨-١٢.

رنا عرفان دراوشة (٢٠١٤). الأمن النفسي وعلاقته بالتفاؤل والتشاؤم لدى المراهقين في قضاء الناصرة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

رياض سليمان السيد طه (٢٠٢٠). الاندماج الأكاديمي وعلاقته بالشغف الأكاديمي والتفاؤل والرجاء لدى طلاب الجامعة: دراسة في نمذجة العلاقات. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٤٤ (٣)، ٣٧٢-٢٩١.

سلسبيل ممدوح عبدالمنعم عبدالعزيز (٢٠٢٠). العلاقات السببية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومستوى التدين والعمو والأمن النفسي لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

سمر أحمد علي المساندة (٢٠١٨). مستوى جودة الحياة وعلاقته بمستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبدالله الثاني. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البلقاء التطبيقية.

شاهر خالد سليمان (٢٠١٠). قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها. رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، ٣١ (١١٧)، ١٥٥-١١٧.

ضحى خالد محمد أحمد (٢٠٢٠). جودة الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات والأمن النفسي لدى ذوي الإعاقة الحركية في الأردن. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

عاطف بن علي بن عطية الشرم (٢٠١٩). القلق والأمن النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة في الأحياء المتضررة من الأمطار والسيول بمحافظة جدة. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والتطبيقية، ٢٢ (٢٢)، ٢١٨-١٨١.

مجدي عبدالكريم حبيب (٢٠٠٦). فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلاب العمانيين. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.

مجدي محمد زينة (٢٠٢٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي ودافعية الإنجاز لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة. المجلة العلمية لكلية الآداب، جامعة أسيوط، ٢٥ (٨٢)، ٩٨٤-٨٨٥.

محمد بن علي بن مساوي المعشي (٢٠١٨). جودة الحياة وعلاقتها بكل من السلوك الاجتماعي والأمن النفسي لدى عينة من المراهقين. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٤ (٢)، ٢٣١-٢٧٠.

محمد محمد صابر، علي أحمد عبدالله (٢٠١٦). قلق الموت وعلاقته بالأمن النفسي: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، ٣٨ (٣٨)، ٣٩-٧٠.

محمود سعيد عطية إبراهيم (٢٠١٨). نموذج بنائي للشفقة بالذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

محمود هاشم أحمد علي (٢٠١٩). جودة الحياة وعلاقتها بكل من الأمن النفسي والسلوك الاجتماعي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية "عام - فني". رسالة ماجستير غير منشورة، معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة، مصر.

مريم عبدالجابر محمود مصري (٢٠٢١). القدرة التنبؤية للمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية في الأمن النفسي لدى أمهات أطفال متلازمة داون في فلسطين. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

مي إدريس محمد (٢٠٢١). جودة الحياة وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات المصريات والسعوديات: دراسة ثقافية مقارنة. مجلة كلية الآداب - جامعة القاهرة، ١١(١)، ٢٦١-٣٣٩.

نورا محمود حسنين عشعش (٢٠١٨). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة بور سعيد، (٢٣)، ٤٠١-٤٣٠.

وعد محمد علاوي الشيخ خلف (٢٠٢٠). مستوى جودة الحياة والأمن النفسي لدى الطلبة ذوي الإعاقة في الجامعات الأردنية الملتحقين وغير الملتحقين بالنوادي الرياضية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.

- Abusaada, H., & Elshater, A. (2022). COVID-19's challenges to urbanism: social distancing and the phenomenon of boredom in urban spaces. *Journal of urbanism: International research on placemaking and urban sustainability*, 15(2), 258-260.
<https://doi.org/10.1080/17549175.2020.1842484>
- Afolabi, O. A., & Balogun, A. G. (2017). Impacts of psychological security, emotional intelligence and self-efficacy on undergraduates' life satisfaction. *Psychological Thought*, 10(2), 247-261.
<https://doi.org/10.5964/psyct.v10i2.226>
- Akat, M., & Karataş ,K. (2020). Psychological effects of COVID-19 pandemic on society and its reflections on education. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 1-13.
<https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.44336>
- ALharbi, B. H. (2017). Psychological Security and Self-Efficacy among Syrian Refugee Students inside and outside the Camps. *Journal of International Education Research*, 13(2), 59-68.
<https://doi.org/10.19030/jier.v13i2.10101>
- Alimoradi, Z., Broström, A., Tsang, H. W., Griffiths, M. D., Haghayegh, S., Ohayon, M. M., & Pakpour, A. H. (2021). Sleep problems during COVID-19 pandemic and its' association to psychological distress: A systematic review and meta-analysis. *EClinicalMedicine*, 36, 1-30. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.100916>
- Al-Kahali, S. N. S., & Al-Kahali, K. S. A. (2022). The Level of Feeling of Psychological Security and Its Relationship to Some Variables in Omani Society in Light of the Corona Corruption 19. *International Journal of Humanities and Educational Research*, 4(1), 70-87.
<https://doi.org/10.47832/2757-5403.12.6>
- Amirfakhraei, A., Masoumifard, M., Esmailishad, B., DashtBozorgi, Z., & Baseri, L. D. (2020). Prediction of corona virus anxiety based on health concern, psychological hardiness, and positive meta-emotion in diabetic patients. *Journal of Diabetes Nursing*, 8(2), 1072-1083.
- Bhat, S., & Chokroverty, S. (2022). Sleep disorders and COVID-19. *Sleep medicine*, 91, 253-261. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2021.07.021>

- Biber, D. D., Melton, B., & Czech, D. R. (2022). The impact of COVID-19 on college anxiety, optimism, gratitude, and course satisfaction. *Journal of American College Health, 70*(7), 1947-1952. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1842424>
- Bösselmann, V., Amatriain-Fernández, S., Gronwald, T., Murillo-Rodríguez, E., Machado, S., & Budde, H. (2021). Physical activity, boredom and fear of COVID-19 among adolescents in Germany. *Frontiers in psychology, 12*, 1-7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.624206>
- Boylan, J., Seli, P., Scholer, A. A., & Danckert, J. (2021). Boredom in the COVID-19 pandemic: Trait boredom proneness, the desire to act, and rule-breaking. *Personality and Individual Differences, 171*, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110387>
- Brown, P. J., & Roose, S. P. (2011). Age and anxiety and depressive symptoms: the effect on domains of quality of life. *International journal of geriatric psychiatry, 26*(12), 1260-1266. <https://doi.org/10.1002/gps.2675>
- Bujang, M. A., Musa, R., Liu, W. J., Chew, T. F., Lim, C. T., & Morad, Z. (2015). Depression, anxiety and stress among patients with dialysis and the association with quality of life. *Asian journal of psychiatry, 18*, 49-52. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2015.10.004>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2001). Optimism, pessimism, and self-regulation. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism & pessimism: Implications for theory, research, and practice* (pp. 31-51).
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical psychology review, 30*(7), 879-889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Cipriana, T. A., & Roşca, L. (2021). Japan-medical and psychological security approach under Covid-19 pandemic. *Journal of Educational Sciences & Psychology, 11*(2), 135-143. <https://doi.org/10.51865/JESP.2021.2.15>
- de Souza, L. K., & Hutz, C. S. (2016). Adaptation of the self-compassion scale for use in Brazil: evidences of construct validity. *Temas Em Psicologia, 24*(1), 159-172. <https://doi.org/10.9788/TP2016.1-11>

- Deolmi, M., & Pisani, F. (2020). Psychological and psychiatric impact of COVID-19 pandemic among children and adolescents. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, 91(4), 1-5.
<https://doi.org/10.23750/abm.v91i4.10870>
- Dryhurst, S., Schneider, C. R., Kerr, J., Freeman, A. L., Recchia, G., Van Der Bles, A. M., & Van Der Linden, S. (2020). Risk perceptions of COVID-19 around the world. *Journal of risk research*, 23(7-8), 994-1006. <https://doi.org/10.1080/13669877.2020.1758193>
- Faisal, R. A., Jobe, M. C., Ahmed, O., & Sharkar, T. (2022). Mental health status, anxiety, and depression levels of Bangladeshi university students during the COVID-19 pandemic. *International journal of mental health and addiction*, 20(3), 1500-1515.
<https://doi.org/10.1007/s11469-020-00458-y>
- Fazeli, S., Zeidi, I. M., Lin, C.-Y., Namdar, P., Griffiths, M. D., Ahorsu, D. K., & Pakpour, A. H. (2020). Depression, anxiety, and stress mediate the associations between internet gaming disorder, insomnia, and quality of life during the COVID-19 outbreak. *Addictive Behaviors Reports*, 12, 1-25.
<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100307>
- Gao, Y., & Liu, H. (2022). How to enhance psychological security of enterprise employees during the COVID-19 pandemic: Based on MRA and fsQCA. *Current psychology*, 1-16.
<https://doi.org/10.1007/s12144-022-03775-8>
- Gaskin, J. & Lim, J. (2016), "Model Fit Measures", AMOS Plugin. Gaskination'sStatWiki
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 856-867.
<https://doi.org/10.1002/jclp.22021>
- Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British Journal of Clinical Psychology*, 53(1), 6-41.
<https://doi.org/10.1111/bjc.12043>
- Güler, K. (2022). The Relationship Between Self-Compassion, Cognitive Flexibility and Psychological Symptoms. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 16(1), 454-458.
<https://doi.org/10.53350/pjmhs22161454>

- Han, T. s., Cho, H., Sung, D., & Park, M.-H. (2022). A systematic review of the impact of COVID-19 on the game addiction of children and adolescents. *Frontiers in psychiatry*, 13, 976601.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.976601>
- Hawes, M. T., Szenczy, A. K., Klein, D. N., Hajcak, G., & Nelson, B. D. (2022). Increases in depression and anxiety symptoms in adolescents and young adults during the COVID-19 pandemic. *Psychological medicine*, 52(14), 3222-3230.
<https://doi.org/10.1017/S0033291720005358>
- Hupfeld, J., & Ruffieux, N. (2011). Validierung einer deutschen Version der Self-Compassion Scale (SCS-D). [Validation of a German version of the Self-Compassion Scale (SCS-D)]. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie: Forschung und Praxis*, 40, 115-123. <https://doi.org/10.1026/1616-3443/a000088>
- Husky, M. M., Kovess-Masfety, V., & Swendsen, J. D. (2020). Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive psychiatry*, 102, 152-191.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152191>
- Jovančević, A., & Milićević, N. (2020). Optimism-pessimism, conspiracy theories and general trust as factors contributing to COVID-19 related behavior—A cross-cultural study. *Personality and Individual Differences*, 167, 110-216.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110216>
- Kavaklı, M., Ak, M., Uğuz, F., & Türkmen, O. O. (2020). The mediating role of self-compassion in the relationship between perceived COVID-19 threat and death anxiety. *Anxiety*, 4(1), 15-23.
<https://doi.org/10.5505/kpd.2020.59862>
- Khalili, S., & Shafii, M. (2022). The role of psychological hardiness and intolerance of uncertainty in predicting coronary anxiety in medical staff [Research]. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*, 11(8), 165-174. <http://frooyesh.ir/article-1-3805-en.html>
- Khan, A. G., Kamruzzaman, M., Rahman, M. N., Mahmood, M., & Uddin, M. A. (2021). Quality of life in the COVID-19 outbreak: influence of psychological distress, government strategies, social distancing, and emotional recovery. *Heliyon*, 7(3), 1-8.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06407>

- Khoshaim, H. B., Al-Sukayt, A., Chinna, K., Nurunnabi, M., Sundarasan, S., Kamaludin, K., & Hossain, S. F. A. (2020). Anxiety level of university students during COVID-19 in Saudi Arabia. *Frontiers in psychiatry*, 11, 1-7. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.579750>
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1-11. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.37.1.1>
- Kowalski, C. M., & Schermer, J. A. (2019). Hardiness, perseverative cognition, anxiety, and health-related outcomes: A case for and against psychological hardiness. *Psychological Reports*, 122(6), 2096-2118. <https://doi.org/10.1177/0033294118800444>
- Lakhan, R., Agrawal, A., & Sharma, M. (2020). Prevalence of depression, anxiety, and stress during COVID-19 pandemic. *Journal of neurosciences in rural practice*, 11(04), 519-525. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1716442>
- Le, K., & Nguyen, M. (2021). The psychological consequences of COVID-19 lockdowns. *International Review of Applied Economics*, 35(2), 147-163. <https://doi.org/10.1080/02692171.2020.1853077>
- Lee, J., Jeong, H. J., & Kim, S. (2021). Stress, anxiety, and depression among undergraduate students during the COVID-19 pandemic and their use of mental health services. *Innovative higher education*, 46, 519-538. <https://doi.org/10.1007/s10755-021-09552-y>
- LI, Z., CHEN, Y., GAO, M., & ZHANG, L. (2021). A study on the psychological security and quality of life of the women in poverty-stricken family. *Chinese Journal of Practical Nursing*(36), 49-55.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of humanistic psychology*, 44(3), 279-298. <https://doi.org/10.1177/0022167804266101>
- Mahmoud, F. M. A. (2023). Psychological Security during Coronavirus Pandemic for a sample of University of Jeddah Students. *Dirasat: Educational Sciences*, 50(1), 388-400. <https://doi.org/10.35516/edu.v50i1.4610>

- Maia ,B. R., & Dias, P. C. (2020). Anxiety, depression and stress in university students: the impact of COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, 1-8.
<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Malehmir, B., Nozari, A., Rafieerad, Z., & Keyvanlo, S. (2021). Explaining corona anxiety based on intolerance of uncertainty, psychological hardiness, and social support with the mediation of rumination. *Journal of Family Relations Studies*, 1(1), 21-33 .
<https://doi.org/10.22098/JHRS.2022.8850.1003>
- Mitwaly, R. H. A. E. (2018). Psychological Security and Its Relationship to the Quality of Life for University Students. *Journal of Scientific Research in Education*, 19(5), 271-300.
<https://doi.org/10.21608/JSRE.2018.21100>
- Morgul, E., Bener, A., Atak, M., Akyel, S., Aktaş, S., Bhugra, D., & Jordan, T. R. (2021). COVID-19 pandemic and psychological fatigue in Turkey. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(2), 128-135. <https://doi.org/10.1177/0020764020941889>
- Namani, E., & Bagherian Kakhki, M. (2019). Mediating role of psychological security in the relationship between optimism and self-compassion with psychological well-being in veterans' spouses. *Iranian Journal of War and Public Health*, 11(2), 101-108.
<https://doi.org/10.29252/ijwph.11.2.108>
- Neff, K. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250.
<https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Neff, K. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2(2), 85-101.
<https://doi.org/10.1080/15298860390129863>
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
<https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>
- Nes, L. S. (2016). Optimism, pessimism, and stress. In G. FINK (Ed.), *Stress: Concepts, cognition, emotion ,and behavior* (pp. 405-411). Elsevier Inc .

- World Health Organization (WHO), (1998). *Programme on mental health: WHOQOL user manual* .
- Othman, A. Q. (2020). The quality of psychological life and its relation to psychological rigidity and psychological security Volleyball players have an excellent degree. *Journal of studies and researches of sport education*(64), 291-310.
- Panayiotou, G., & Karekla, M. (2013). Perceived social support helps, but does not buffer the negative impact of anxiety disorders on quality of life and perceived stress. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 48, 283-294.
<https://doi.org/10.1007/s00127-012-0533-6>
- Pedrosa, A. L., Bitencourt, L., Fróes, A. C. F., Cazumbá, M. L. B., Campos, R. G. B., de Brito, S. B. C. S., & Simões e Silva, A. C. (2020). Emotional, behavioral, and psychological impact of the COVID-19 pandemic. *Frontiers in psychology*, 11, 1-18.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566212>
- Pokhrel, S., & Chhetri, R. (2021). A literature review on impact of COVID-19 pandemic on teaching and learning. *Higher education for the future*, 8(1), 133-141. <https://doi.org/10.1177/2347631120983481>
- Prati, G., & Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of loss and trauma*, 14(5), 364-388.
<https://doi.org/10.1080/15325020902724271>
- Puig-Perez, S., Cano-López, I., Martínez, P., Kozusznik, M. W., Alacreu-Crespo, A., Pulpulos, M. M., & Garcia-Rubio, M. J. (2022). Optimism as a protective factor against the psychological impact of COVID-19 pandemic through its effects on perceived stress and infection stress anticipation. *Current psychology*, 1-15.
<https://doi.org/10.1007/s12144-022-02819-3>
- Puig-Perez, S., Villada, C., Pulpulos, M. M., Almela, M., Hidalgo, V., & Salvador, A. (2015). Optimism and pessimism are related to different components of the stress response in healthy older people. *International Journal of Psychophysiology*, 98(2), 213-221.
<https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2015.09.002>

- Raes, F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 757-761.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.023>
- Rajhans, P., Deb, K. S., & Chadda, R. K. (2020). COVID-19 Pandemic and the mental health of health care workers: awareness to action. *Annals of the National Academy of Medical Sciences (India)*, 56(03), 171-176. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1715285>
- Ravens-Sieberer, U., Kaman, A., Erhart, M., Devine, J., Schlack, R., & Otto, C. (2022). Impact of the COVID-19 pandemic on quality of life and mental health in children and adolescents in Germany. *European child & adolescent psychiatry*, 31(6), 879-889.
<https://doi.org/10.1007/s00787-021-01726-5>
- Shabahang, R. (2017). *Prediction of Quality of Life in Elderly Based on Loneliness and Psychological Security*. The First National Conference on Social Health.
- Shams, S. (2021). Predicting Coronavirus Anxiety Based on Cognitive Emotion Regulation Strategies, Anxiety Sensitivity, and Psychological Hardiness in Nurses [Applicable]. *Quarterly Journal of Nursing Management*, 10(2), 25-36.
<http://ijnv.ir/article-1-832-en.html>
- Sheetal, A., Feng, Z., & Savani, K. (2020). Using machine learning to generate novel hypotheses: Increasing optimism about COVID-19 makes people less willing to justify unethical behaviors. *Psychological Science*, 31(10), 1222-1235.
<https://doi.org/10.1177/0956797620959594>
- Shpakou, A., Naumau, I. A., Krestyaninova, T. Y., Znatnova, A. V., Lollini, S. V., Surkov, S., & Kuzniatsou, A. (2022). Physical activity, life satisfaction, stress perception and coping strategies of university students in belarus during the COVID-19 pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 19(14), 8629. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148629>

- Siste, K., Hanafi, E., Sen, L. T., Murtani, B. J., Christian, H., Limawan, A. P., & Siswidiani, L. P. (2021). Implications of COVID-19 and lockdown on internet addiction among adolescents: data from a developing country. *Frontiers in psychiatry*, 12, 665-675. <https://doi.org/10.33/89fpsyt.2021.665675>
- Srivastava, S., & Angelo, K. M. (2009). Optimism, effects on relationships. In H. T. Reis & S. Sprecher (Eds.), *Encyclopedia of human relationships* (pp. 1181-1184). SAGE Publications, Inc .
- Tan, C., & Tan, L. S. (2014). The role of optimism, self-esteem, academic self-efficacy and gender in high-ability students. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 23, 621-633. <https://doi.org/10.1007/s40299-013-0134-5>
- Taormina, R. J., & Sun, R. (2015). Antecedents and outcomes of psychological insecurity and interpersonal trust among Chinese people. *Psychological Thought*, 8(2), 247-261. <https://doi.org/10.5964/psyct.v8i2.143>
- Totskiy, D., Alekhin, A., Leonenko, N., Pultcina, C., Belyaeva, S., & Guzi, L. (2021). The Psychological Hardiness of Students with a High Insomnia Index During the Covid-19 Pandemic. *E3S Web Conf.*, 258, 1-11. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202125807092>
- Türküm ,A. S. (2011). Optimism: Its Benefits and Deficits on Individuals' Behaviors. In P. R. BRANDT (Ed.), *PSYCHOLOGY OF OPTIMISM* (pp. 103-122). Nova Science Publishers, Inc .
- Van Dam, N. T., Sheppard, S. C., Forsyth, J. P., & Earleywine, M. (2011). Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(1), 123-130. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.08.011>
- Varki, A. (2009). Human uniqueness and the denial of death. *Nature*, 460(7256), 684-684. <https://doi.org/10.1038/460684c>
- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(5), 543-558. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.608842>

- Wider, W., Taib, N. M., Khadri, M. W. A. B. A., Yip, F. Y., Lajuma, S., & Punniamoorthy, P. A. L. (2022). The unique role of hope and optimism in the relationship between environmental quality and life satisfaction during COVID-19 pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 19(13), 7661. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137661>
- Yarnell, L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and identity*, 12(2), 146-159. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.649545>
- Ye, B., Hu, J., Im, H., Liu, M., Wang, X., & Yang, Q. (2022). Family cohesion and sleep disturbances during COVID-19: The mediating roles of security and stress. *International journal of mental health and addiction*, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00753-w>
- Zenger, M., Brix, C., Borowski, J., Stolzenburg, J. U., & Hinz, A. (2010). The impact of optimism on anxiety, depression and quality of life in urogenital cancer patients. *Psycho-Oncology*, 19(8), 879-886. <https://doi.org/10.1002/pon.1635>

Psychological security and its relationship to psychological hardiness, self-compassion, optimism, and quality of psychological life among university students during Corona pandemic: A study in relationships modeling

Dr. Amina AbdelFatah Abdallah

Assistant Professor of Educational

Psychology

Faculty of Education

Ain Shams University

Dr. Ahmed Abbas Menshawi

Abbas

Lecturer of Educational Psychology

Faculty of Education

Ain Shams University

Abstract

The current research aimed at presenting a structural model that might explain the relationships among Psychological Security variable (intermediate variables) and some psychological variables such as: Psychological Hardiness, Optimism, Self-compassion (independent variables), and Quality of psychological life (dependent variable) among university students in light of the Corona pandemic, Comparing the level of psychological security and the quality of psychological life between high and low Corona anxiety, and comparing the extracted model between the two groups. The research sample consisted of (354) fourth year students enrolled in the academic year (2021-2022) at the Faculty of Education, Ain Shams University. the results showed that there is a good fit for the proposed model with the data of the study sample. The fit indexes were all within their ideal range. There are direct positive and statistically significant effects for the Psychological Hardiness and Optimism on the psychological security at the (0.01) level. There is a direct positive and statistically significant effect for Self-compassion on the psychological security at the (0.05) level. There is a direct positive and statistically significant effect of psychological security on Quality of psychological life at the (0.01) level. The results also showed that there are statistically significant differences between high and low Corona anxiety in the level of psychological security and psychological quality of life in favor of low anxiety, and also indicated that there are differences between the two groups in the extracted model represented in non-significant effect of self-compassion on psychological security among those with high Corona anxiety.

Key Words: Psychological Hardiness, Optimism, Self-compassion, Psychological Security, Quality of psychological life and Corona Anxiety.