



الصلابة النفسية لدى عينة من مرضى السكري بمدينة طبرق

إعداد

أ . وفاء عمر عبد المولى عقوب

محاضر مساعد - جامعة طبرق - كلية الآداب : قسم علم النفس

wafa.aqoub@tu.edu.ly

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السكري ، ومعرفة الفروق في مستوى الصلابة النفسية حسب متغيرات الدراسة (النوع ، العمر، مدة المرض) ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد **عماد مخيمر**، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي ، لمناسبته لطبيعة البحث، وتكونت عينة الدراسة من (48) مريض من مرضى السكري (16 ذكور) و(22 أنثى) اختيرت بطريقة عشوائية وبأعمار تراوحت ما بين (20-68) ، وظهرت النتائج لدى عينة الدراسة مستوى صلابة نفسية مرتفع، وظهرت أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغيري (النوع ، العمر)، بينما أظهرت الدراسة وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية بين فئتي متغير (مدة المرض) ، وهذه الفروق لصالح ممن مدّة مرضهم (أكثر من 7سنوات)، وبناء على النتائج خلصت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات إضافة إلى مقترحات لدراسات مستقبلية في الموضوع .

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية – مرضى السكري .

ABSTRACT:

The current study aims to identify the level of psychological resilience among diabetic patients, and to know the differences in the level of psychological resilience according to the study variables (gender, age, duration of illness). To achieve the study objectives, the psychological resilience scale prepared by **Imad Mukhaimer** was used. The study relied on the descriptive approach, as it is appropriate for the nature of the research. The study sample consisted of (48) diabetic patients (16 males and (22 females) who were randomly selected with ages ranging between (20-68) . The results showed a high level of psychological resilience among the study sample, and also showed the absence of statistically

significant differences in the level of psychological resilience according to the variables (gender, age), while the study showed differences in the level of psychological resilience between the two categories of the variable (disease duration), and these differences are In favor of those whose illness duration is more than (7 years). Based on the results , the study concluded . To a set of recommendations in addition to proposals for future studies on the subject .

Keywords: Psychological resilience - diabetic patients

مقدمة:

تُعد الصلابة النفسية مُركَّب مهم من مُركِّبات الشخصية التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة , وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة, وعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.(1)

ويتصف ذوو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي , والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط , لذلك فإنهم يحققون النجاح في التعامل مع الضغوط , ويستطيعون تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديد.(2)

واطلقت كوبيازا على مجموعة الخصائص التي تميز الأشخاص الذين يقاومون الضغوط مصطلح الصلابة النفسية , وهؤلاء الاشخاص الذين يتسمون بالصلابة النفسية لديهم القدرة على التحكم ولديهم التزام اتجاه القيم والأخلاق , ولديهم القدرة على التحدي واعتبار أن التغير ليس تهديدا لهم بقدر ما هو اختبار لصلابتهم.(3)

بالرغم من ذلك فإن الإنسان معرض في حياته للكثير من الضغوطات المادية والاجتماعية والصحية الامر الذي يتطلب لوجود مستوى مقبول من الصلابة النفسية , " ومن ذلك الأمراض المزمنة التي تعتبر من أكثر العوامل المهددة لحياة الفرد لما لها من تأثير مباشر على حالته الجسمية والنفسية والاجتماعية"(4).

وعند الإصابة بمرض مزمن كالسكري فان المصاب به قد تسوء حالته النفسية إلا أن الافراد يختلفون في ردود افعالهم فمنهم من يتكيف مع المرض ونمط الحياة الجديدة , ومنهم من ينكر المرض ولا يتعامل معه بجدية , الأمر الذي قد ينتج عن بعض الاضطرابات النفسية إلى جانب مرض السكري.(5)

حيث يعاني مرضى السكري من مشاكل صحية ونفسية واجتماعية وانفعالية وصعوبة التوافق , وما يرافق هذا المرض من ضغوطات نفسية تجبرهم على التصرف بسلوكيات نفسية واجتماعية وانفعالية سلبية , كون هذا المرض يصاحبهم طوال الحياة مما يشعرهم بالفقر وعدم الرضا والسعادة.(6)

وبذلك فالفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم استراتيجيات المواجهة بفاعلية , وهذا يدل على ان لدى الفرد مستوى عاليا من الثقة بالنفس يمكن ان يقدر الموقف الضاغط بأنه أقل تهديد.(7)

ويتضح من ذلك أن الصلابة النفسية تُنشئ جداراً دفاعياً نفسياً للفرد يعينه على التكيف البناء مع احداث الحياة الضاغطة والمؤلمة , وتخلق نمطاً من الشخصية شديدة التحمل تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من أثارها السلبية ليصل الفرد إلى مرحلة التوافق , وينظر إلى الحاضر والمستقبل نظرة ملؤها

الأمل والتفاؤل ، فتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثلاً للاستحسان .(8) فالصلابة النفسية تُعدل من ادراك الأحداث وتجعل تأثيرها السلبي أقل حدة وتأثيراً ، وتؤدي إلى أساليب مواجهة مرنة تختلف باختلاف الموقف الضاغط ، كما توجه الفرد إلى أن يغير في أسلوب حياته مثل نظامه الغذائي أو ممارسته الرياضية والصحية مما يجنبه الإصابة بالأمراض الجسدية أو تقلل من خطورتها إن حدثت .(9)

من خلال ما سبق يمكن طرح مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية .

1. ما مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة من مرضى السكري ؟
2. هل توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير النوع ؟
3. هل توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير العمر ؟
4. هل توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير مدة المرض ؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى ما يلي :

1. الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من المصابين بمرض السكري.
2. التعرف عن الفروق في مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من المصابين بالسكري تبعاً لمتغير النوع (ذكور ، إناث) ومتغير العمر (أقل من 45 سنة، 45 فما فوق) ومتغير مدة المرض (أقل من 7 سنوات ، سبع سنوات فأكثر).

أهمية الدراسة:

1. تكمن أهمية هذه الدراسة في طرحها لموضوع الصلابة النفسية ، بالإضافة إلى المشكلة التي تقوم بدراستها وهي الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الراشدين المصابين بمرض السكري .
2. أهمية الفئة المستهدفة بالدراسة وهي مرضى السكري .
3. تناولها لمرض مزمن يهدد مختلف الفئات العمرية ، وتأثيره السلبي على المستوى الجسدي والنفسي والاجتماعي من خلال مضاعفاته .
4. إثراء التراث النظري خاصة في مجال الدراسات ذات العلاقة بالصلابة النفسية ومرض السكري ، وفتح المجال لطرح المزيد من الأبحاث في هذا الموضوع .
5. التأكيد على أهمية دور الصلابة النفسية ومدى اسهامها في خفض الاضطرابات والصعوبات لدى مرضى السكري.
6. إن نتائج الدراسة قد تفيد في بناء برامج ارشادية لخفض التأثير السلبي لمرض السكري ، ولتعزيز الصلابة النفسية لدى المصابين بمرض السكري .

حدود الدراسة:

- الحدود المكانية:** تقتصر الدراسة الحالية على عينة من مرضى السكري المترددين على مركز السكر والغدد الصماء بمدينة طبرق .
- الحدود الزمنية:** تمت هذه الدراسة خلال العام 2024 .
- الحدود البشرية:** يقتصر البحث الحالي على مرضى السكري من الراشدين فقط حيث تم استبعاد مريضات سكري الحمل .
- الحدود الموضوعية:** يتناول البحث موضوع الصلابة النفسية لدى عينة من مرضى السكري .

مصطلحات الدراسة:

الصلابة النفسية:

يعرف **عماد مخيمر (10)** الصلابة النفسية بأنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث في حياته ، ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له ، وإن ما يطرأ على جوانب حياته من تغير هو أمر مثمر وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً وإعاقة له.

وتعرفها الباحثة إجرائياً : بأنها مجموعة الاستجابات (الدرجات) التي يسجلها أفراد العينة على مقياس الدراسة.

مرض السكري :

هو اضطراب في عملية التمثيل الغذائي يتسم بارتفاع نسبة تركيز الجلوكوز في الدم ، والمسؤول عن ذلك الارتفاع هو النقص المطلق أو النسبي للأنسولين بشكل مناسب ، وعلى اعتبار أن الأنسولين هو الهرمون الذي يفرزه البنكرياس والذي يتحكم في تحويل السكر والكربوهيدرات إلى طاقة فإنه عندما يحدث اضطراب وظيفي للأنسولين يزداد الجلوكوز بالدم ويظهر بالبول .(11)

الاطار النظري للدراسة:

أولاً: الصلابة النفسية لغة : تشير المدلولات اللغوية للصلابة النفسية إلى القوة والشدة ، وفعلها الثلاثي صلب ، أي اشتد وقوي ، وهي من المصدر صلابة .(12)

ثانياً: الصلابة النفسية اصطلاحاً : تعرفها **كوبازا Kobasa** بأنها اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة لكي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة والشاقة ادراكاً غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ويتعايش معها على نحو إيجابي وتتضمن ثلاثة أبعاد هي الالتزام ، التحكم ، التحدي .(13)

وقد اشارت **كوبازا Kobasa** أن الشخصية الصلبة تتمتع بثلاث خصائص هي :

- القدرة على الانخراط والالتزام تجاه حياتها أو تجاه المجتمع .
- القدرة على التحكم والتأثير في مجريات أمور حياتها .
- الاعتقاد بأن التغير مثيراً للتحدي .(14)

كما توصلت **كوبازا Kobasa** إلى ثلاثة أبعاد تتكون منها الصلابة النفسية وهي :

- **الالتزام :** يعني اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته وفيما يفعل ، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم ، واعتقاده أن لحياته هدفاً ومعنى يعيش من أجله.
- **التحكم :** ويعني الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار ومواجهة الازمات ، كما يشير التحكم إلى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ، وله القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كثيرة للإنجاز والتحدي .

- **التحدي :** ويشير إلى اعتقاد الفرد ما يطرأ من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعد على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية ، ويظهر التحدي في اقتحام المشكلات لحلها ، والقدرة على المثابرة وعدم الخوف من مواجهة المشكلات .(15)

النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

1. نظرية كوبازا Kobasa .

يعد نموذج لازورس **Lazours** من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث نوقشت من خلال ارتباطها بثلاث عوامل رئيسية هي :البيئة الداخلية للفرد ، الأسلوب الإدراكي المعرفي ، الشعور بالتهديد والإحباط .(16)

2. نظرية فنك funk.

تعد نظرية فنك **funk** صورة معدلة لنظرية كوباسا **Kobasa** ، فقد تناول فنك **funk** الصلابة النفسية في دراسته عن الصحة العقلية حيث قام بدراسة علاقة الصلابة النفسية مع الإدراكات المعرفية في ضوء متغير التعايش مع الأحداث الضاغطة والمواقف الشاقة ، وقد توصل إلى وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الصلابة النفسية والصحة العقلية للفرد ، فقد ظهر أن عينة الافراد ذوي الصلابة النفسية أكثر مقاومة للأحداث والمواقف الضاغطة ، وأكثر قدرة وفعالية في حين ظهر أن الأفراد الأقل درجة على الصلابة النفسية أكثر عجزاً وضعفاً في مقاومة الأحداث والمشاكل .(17)

ثالثاً: تعريف السكري: حالة عجز مزمن في العمليات الأيضية ، ينجم عن إفراز كميات غير كافية من الانسولين . (18)

وسُمي مرض السكر أو البول السكري بهذا الاسم ، لأن نسبة السكر ترتفع في البول لدى المصابين به ، وهو يحدث في شكلين السكر من النوع الأول أو سكر الصغار ، وتبدأ الإصابة به في الغالب قبل سن الثلاثين ، في حين تبدأ الإصابة بالسكر من النوع الثاني أو سكر الكبار بعد سن الثلاثين ، ومن بين مضاعفاته ظهور الجلوكوز في البول وارتفاع نسبته في أجهزة الجسم مما يؤدي إلى سلسلة من المضاعفات بالجهازين القلبي الوعائي والعصبي .(19)

أسباب مرض السكري:

الوراثة : تؤكد معظم الدراسات والأبحاث على وراثة هذا المرض ، لكنها تجهل طريقة توارثه حيث أن هذه الطريقة لا تزال غير مفهومة تماماً، كما أن لا أحد يستطيع أن يؤكد بشكل قاطع انتقال هذا الداء الى أبناء المصاب ، ويرى بعض العلماء أن ما يتم توارثه هو القابلية أو الاستعداد لهذا المرض الذي قد لا يظهر بناءً على العوامل الأخرى للمرض.(20)

السمنة: معظم المصابين بالسكر من البالغين وزنهم زائد عن المعدل الطبيعي، فخلايا الجسم الأكثر سمنة تعجل إنتاج الأنسولين حتى تسهل نقل الجلوكوز إلى الخلايا، بمعنى إذا زاد وزن الجسم عن المعدل الطبيعي زاد الاستعداد بالإصابة بالسكري وبالأخص النمط الثاني .(21)

الفيروسات : يعتقد الباحثين أن الإصابة ببعض الفيروسات مثل تلك المسببة للحصبة الألمانية ، والنكاف ، وفيروسات من فصيلة كوكس ساكي **Cox sackie** ، وخاصة في الأشخاص الذين لديهم استعداد وراثي قد يكون سبباً في حدوث النوع الأول من السكر ، فهذه الفيروسات تهاجم بعنف خلايا بيتا في البنكرياس المقررة للأنسولين وتدمرها بشكل مباشر وتؤدي إلى نقص سريع في الأنسولين ، أو تؤدي إلى فقدان

تدريجي لوظائف خلايا بيتا ، وحدث داء السكري بعد عدة سنوات من الإصابة بالفيروسات وهذا يمثل 10% من مرضى السكري .(22)

بعض الادوية: كالأقراص المانعة للحمل ، والأدوية الكظرية (الكورتيزون) وصادات بيتا **B-blockers** التي تستخدم في معالجة أمراض القلب والضغط ، وغيرها من الأدوية التي قد تساهم في رفع مستوى السكر في الدم .

الانفعالات النفسية الشديدة : الخوف الشديد والحزن الشديد والقلق المستمر أو الخسارة المادية الكبيرة والمفاجئة كلها أسباب قد تساهم في الإصابة بالسكري ، وتجدر الإشارة إلى أن هذه الحالات النفسية الشديدة ليست المسببة بشكل مباشر لهذا المرض ، لكنها إذا تعرض لها شخص لديه استعداد للسكري أو مصاب بالسكري بشكل بسيط فإنها تزيد من خطورة الإصابة وتساهم في رفع نسبة السكر في الدم .(23) فالكثير من الأشخاص يربطون إصابتهم بالسكري بحادثة مجهدة أصابتهم ، مثل العرض لحادث أو مرض آخر ، وهذا ما يفسر أن الأشخاص الذين يزورون أطباءهم بسبب التعرض لبعض الأحداث المجهدة نفسيا يتم تشخيص إصابتهم في الوقت نفسه بالسكري .(24)

الدراسات السابقة:

لغلة الدراسات ذات الصلة المباشرة بموضوع الدراسة "على حد علم الباحثة" حيث لم يتم العثور إلا على دراسة واحدة ، سيتم تناول بعض الدراسات التي أهتمت بالصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى مرضى السكري بغية لإلقاء مزيد من الضوء على هذا المتغير.

دراسة سفيان بلقاسم 2023 بعنوان الصلابة النفسية لدى الراشد المصاب بداء السكري . هدفت الدراسة للتعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى الراشد المصاب بداء السكري ، تكونت عينة الدراسة من مصابين بداء السكري وكان عددهم ثلاث حالات (2 إناث ، 1 ذكر) تتراوح اعمارهم بين 27 سنة و53 سنة. تم تطبيق المنهج العيادي من خلال الاستعانة بأدواته المتمثلة في المقابلة العيادية ، الملاحظة العيادية، واستخدام مقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر ، وتوصلت الدراسة إلى أن لدى الراشد المصاب بداء السكري مستوى بين المتوسط والمرتفع من الصلابة النفسية ، ومستوى بين المتوسط والمرتفع في كلاً من الالتزام والتحدي ، ومستوى مرتفع من التحكم .(25)

دراسة نوال زرواق 2013 بعنوان مستويات الصلابة النفسية لدى المراهق المصاب بداء السكري .هدفت الدراسة للكشف عن طبيعة الصلابة النفسية بأبعادها المختلفة ومستوياتها ومدى تحكمها في ارتفاع أو انخفاض السكري لدى المراهقين المصابين بداء السكري من النوع الأول ، بالإضافة إلى معرفة الفروق في مستوى الصلابة النفسية بين المراهقين المصابين بالسكري المرتبط بالأنسولين والمراهقين غير المصابين بهذا المرض ، تكونت عينة الدراسة من (48) مراهق ومراقبة مقسمة إلى فئتين (27) مراهق مصاب بالسكري و(21) مراهق غير مصاب بالسكري وتتراوح اعمارهم ما بين 16 الى 22 ، وتم استخدام استبانة الصلابة النفسية من إعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى أن المراهقين المصابين بالسكري لديهم مستوى منخفض من الصلابة النفسية ، كما توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية بين المراهقين المصابين بالسكري والمراهقين غير المصابين وهذه الفروق لصالح مرضى السكري .(26)

دراسة نور الهدى ظهراوي 2015 بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بتقبل العلاج لدى المصاب بالسكري . هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية وتقبل العلاج لدى المصاب بداء

السكري ، بالإضافة إلى التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى المصاب بداء السكري ، وكذلك التعرف على مستوى تقبل العلاج لدى المصابين بالسكري لدى عينة مكونة من (60) بالسكري وأستخدم المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن ، وتم استخدام استبيان تقبل العلاج إعداد الباحثة ، ومقياس الصلابة النفسية لمخيمر(2002) ودلت النتائج أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وتقبل العلاج ، وإن لدى المصابين بداء السكري صلابة نفسية مرتفعة ، وأن الفرق بين ذوي المدة الزمنية المرتفعة وذوي المدة الزمنية المنخفضة في مستوى الصلابة النفسية غير دال إحصائياً ، وأن الفرق بين ذوي المدة الزمنية المرتفعة وبين المدة الزمنية المنخفضة في تقبل العلاج لدى مرضى السكري غير دال .(27)

دراسة آمال تركي 2023 عنوانها الصلابة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى مرضى السكري. هدفت الدراسة للكشف عن مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى المصابين بداء السكري ، تكونت عينة الدراسة من (82) مريض ومريضة ، واستخدم مقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر ، ومقياس نوعية الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية ، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية منخفض ، ودلت على وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية ونوعية الحياة .(28)

دراسة فيصل صيفي 2016 الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى مرضى السكري . هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي والصلابة النفسية وتحديد العلاقة التي بينهما لدى مرضى السكري من النوع الأول والنوع الثاني ، والتعرف إن كانت هناك فروق في مستوى التوافق النفسي والصلابة النفسية تعزى إلى بعض المتغيرات الديمغرافية مدة المرض ، نوع المرض السكري ، العمر ، المستوى التعليمي ، النوع ، الحالة الاجتماعية . تكونت عينة الدراسة من (125) مريض بالسكري وتم استخدام مقياس التوافق النفسي مع داء السكري لستورات ديين ، ومقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر ، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة مرتفع ، ومستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السكري متوسط ، وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي ، وجود علاقة بين الصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة (الالتزام ، التحكم ، التحدي) مع التوافق النفسي وأبعاده (التكيف والمعتقدات حول المرض) ، وعدم وجود علاقة بين الصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام ، التحكم ، التحدي) مع التوافق النفسي وأبعاده (ضغط داء السكري ، مشاعر الذنب ، تعاون ، اغتراب ، التسامح مع الغموض)، كما دلت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي تعزى إلى ، مدة الإصابة بالمرض ، نوع مرض السكري ، العمر ، المستوى التعليمي ، النوع ، الحالة الاجتماعية ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى إلى مدة الإصابة بالمرض ، نوع مرض السكري ، العمر ، المستوى التعليمي ، النوع . ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجين .(29).

التعقيب على الدراسات السابقة .

سيتم مناقشة الدراسات السابقة التي تم ذكرها من حيث الاتفاق والاختلاف فيما بينهم ، ومن حيث الأهداف والعينة والأدوات المستخدمة ، بالإضافة إلى النتائج التي تم التوصل إليها .
من حيث الأهداف . اتفقت معظمها على الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السكري وعلاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات .
من حيث العينة . فقد اختلفت أحجام تلك العينات أقلها يشتمل على (3 حالات) من مرضى السكري في دراسة بلقاسم (2023) ، بينما أكثر حجم للعينة كان (125) في دراسة صيفي(2016).

أما من حيث الأداة المستخدمة. فقد اعتمدت اغلب الدراسات على استخدام مقياس مخيمر (2002) باستثناء دراسة زرواق (2013) فأداة الدراسة كانت من اعدادها .
 أما النتائج . فقد توصلت الدراسات إلى أن مستوى الصلابة النفسية كان يتراوح ما بين المنخفض كما في دراسة زرواق (2013) والمتوسط كما في دراسة صيفي (2016) وما بين المتوسط والمرتفع كما في دراسة بلقاسم (2023) ومرتفع كما في دراسة ظهراوي (2015) .
 وفيما يتعلق بالفروق بين الذكور والإناث في مستوى الصلابة النفسية فقد أوضحت دراسة صيفي (2016) عدم وجود فروق ، كما دلت على عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر.
 ومن حيث مدة المرض . فقد دلت نتائج دراسة ظهراوي (2015) ودراسة صيفي (2016) على عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لاختلاف المدة الزمنية للإصابة بالمرض .

فروض الدراسة.

- مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة مرتفع .
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى المصابين بمرض السكري تُعزى لمتغير النوع.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى المصابين بمرض السكري تُعزى لمتغير العمر.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى المصابين بمرض السكري تُعزى لمتغير مدة المرض .

إجراءات الدراسة .

يتناول هذا الجانب وصفا مفصلا للإجراءات التي اتبعتها الباحثة في تنفيذ الدراسة ، ومن ذلك تعريف المنهج المستخدم في الدراسة ، ووصف لعينة الدراسة ، وأداة الدراسة والتأكد من صدقها وثباتها ، والمعالجات الإحصائية التي استخدمت لاختبار صدق وثبات الأداة ، والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات ، وفيما يأتي وصف لهذه الإجراءات .
منهج الدراسة. تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة ، ويعرف المنهج الوصفي بأنه " أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف الظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسات الدقيقة ".(30)

مجتمع الدراسة . يتكون مجتمع الدراسة من جميع مرضى السكري المترددين على مركز السكر والغدد الصماء بمدينة طبرق وقت إجراء هذه الدراسة في شهر سبتمبر والذين يقدر عددهم بحوالي 450 من الراشدين المصابين بمرض السكري .

عينة الدراسة . تتكون عينة البحث من (48) مريض ومريضة من مرضى السكري المترددين على مركز السكر والغدد الصماء بمدينة طبرق .

جدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير النوع

متغير النوع	حجم العينة	النسبة المئوية
ذكور	16	%33
إناث	32	%66
المجموع	48	%100

يتضح من الجدول أن أكبر نسبة حسب متغير النوع كانت لعينة الإناث وهي %66 وأقل نسبة لعينة الذكور وهي %33 .

جدول رقم (2) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر

متغير العمر	حجم العينة	النسبة المئوية
20 إلى 40	12	%25
أكبر من 40	36	%75
المجموع	48	%100

من الجدول يتضح أن أكبر نسبة حسب متغير العمر للفئة العمرية أكبر من 40 سنة بنسبة %75 بينما كانت نسبة الفئة العمرية 20 إلى 40 هي الأقل .

جدول رقم (3) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير مدّة المرض

متغير مدة المرض	حجم العينة	النسبة المئوية
أقل من سبع سنوات	13	%27
أكثر من سبع سنوات	35	%72
المجموع	48	%100

يتضح من الجدول أن أكبر نسبة حسب متغير مدّة المرض هي %72 وهي لعينة أكثر من سبع سنوات على إصابتهم بالمرض وأقل نسبة كانت لمتغير ممن مدّة مرضهم أقل من سبع سنوات وهي %27 .

أداة الدراسة .

مقياس الصلابة النفسية : أعداد مخيم (2002)

يتكون المقياس من (47) عبارة تقيس أبعاد الصلابة النفسية تقع الإجابة على المقياس في ثلاث مستويات (تنطبق دائماً – تنطبق أحياناً – لا تنطبق أبداً) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة (تنطبق دائماً 3 – تنطبق أحياناً 2 – لا تنطبق أبداً 1) حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب للصلابة النفسية ، وللتقليل من الميل لاتخاذ نمط ثابت للاستجابات تم وضع بعض العبارات في عكس العبارات الأخرى ، وتشير هذه العبارات المعكوسة إلى الجانب السلبي للصلابة النفسية وبالتالي فإن العبارات تصحح كالاتي (تنطبق دائماً 1 – تنطبق أحياناً 2 – لا تنطبق أبداً 3) وبلغ عدد العبارات التي يجب ان توضع لها الدرجة المعكوسة 15 عبارة من مجموع عبارات المقياس ، وهذه العبارات تمثلها البنود الاتية (7-11-16-21-23-25-28-32-35-36-37-38-42-46-47) وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين (47-141) ، ويشتمل المقياس على ثلاثة أبعاد رئيسية هي : الالتزام ، التحكم ، التحدي .

جدول رقم (4) يوضح توزيع فقرات أبعاد المقياس

العدد	الفقرات	البعد
16	1-4-7-10-13-16-19-22-25-28-31-34-37-40-43-46	الالتزام
16	2-5-8-11-14-17-20-23-26-29-32-35-38-41-44-47	التحكم
15	3-6-9-12-15-18-21-24-27-30-33-36-39-42-45	التحدي
47	1-47	المجموع

إجراءات الصدق والثبات في الدراسة الحالية .

للتحقق من صدق أداة الدراسة تم استخراج نوعين من الصدق وهما : الصدق الظاهري أو صدق المحكمين ، والصدق الإحصائي .

الصدق الظاهري . تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة بقسم علم النفس بجامعة طبرق للحكم على وضوح الفقرات والدقة العلمية واللغوية للعبارات ومدى ملائمتها وقد أجمعوا على صلاحية الفقرات وملائمتها لعينة الدراسة بنسبة 100% .

حساب معامل جتمان والفا كرونباخ . من اجل التحقق من معامل صدق مقياس الصلابة النفسية تم استخدام معادلة (جيتمان) وكانت قيمة معامل الصدق (0.83) كما تم حساب الصدق باستخدام أسلوب الفا كرونباخ وكانت قيمة معامل الصدق (0.86) .

الثبات . للتحقق من معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية تم حساب الثبات باستخدام أسلوب التجزئة النصفية وكانت قيمة معامل الثبات (0.76) كما تم استخدام معادلة الفا كرونباخ وكانت قيمة معامل الثبات (0.77) .

مما سبق يتضح أن مقياس الصلابة النفسية يتمتع بصدق وثبات عال .

الأساليب الإحصائية .

التكرارات والنسب المئوية ، لتوزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة .

اختبار (ت) للعينة الواحدة ، لمعرفة مستوى الصلابة النفسية وذلك بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية .

اختبار (ت) للعينتين المستقلتين ، لإيجاد الفروق في مستوى الصلابة النفسية حسب متغيرات الدراسة النوع والعمر ومدة المرض .

النتائج ومناقشتها.

سيتم عرض النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة في ضوء الأهداف المراد معرفتها ، بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة والمناسبة لكل هدف ، ومناقشة النتائج التي تم التوصل إليها ومعرفة مدى مطابقتها لفروض الدراسة ، ومقارنة نتائج الدراسة بنتائج الدراسات السابقة .

الهدف الأول : معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة ، وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام اختبار (ت) للعينة الواحدة اعتماداً على الفروق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة والوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية .

جدول رقم (5) يبين نتائج اختبار (ت) للعينة الواحدة ن = (48)

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	ت	مستوى الدلالة
115.20	5.48	94	7.23	0.00

تشير نتائج الجدول السابق ان قيمة (ت) كانت 7.23 وبمستوى دلالة 0.00 وهو أقل من 0.05 ، وبالتالي توجد فروق بين متوسط درجات أفراد العينة من مرضى السكري والوسط الفرضي لمقياس الدراسة ، وهذه الفروق لصالح متوسط أفراد العينة على حساب الوسط الفرضي ، أي أن أفراد العينة لديهم مستوى مرتفع من الصلابة النفسية ، وهذا ما تم ملاحظته حيث أن أفراد العينة لديهم حالة من الرضا والتقبل للمرض والتكيف معه ، ويشعروا بأنهم أفضل حال من الحالات المرضية الأخرى الأصعب والأخطر كالسرطان ، واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة بلقاسم (2023) ودراسة ظهرأوي (2015) ، واختلفت مع دراسة صيفي (2016) حيث كان مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السكري متوسط ، ومنخفض في دراسة زرواق (2013) .

الهدف الثاني : معرفة الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير النوع (ذكور ، إناث) ، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لتوضيح الفروق بين متوسطات درجات الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة .

جدول رقم (6) يوضح اختبار (ت) لعينتين مستقلتين ن = (48)

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ف	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الذكور	16	104.42	16.21	1.39	86	0.16
الإناث	32	99.46	22.01			

من الجدول يتضح أن قيمة (ف) **1.39** عند درجة حرية **86** وبمستوى دلالة **0.16** ، وهو أكبر من **0.05** وبالتالي لا توجد فروق بين فئتي النوع (ذكور وإناث) من مرضى السكري في مستوى الصلابة النفسية ، ويتم بذلك قبول فرضية الدراسة التي نصت على عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير النوع ، وتفسر الباحثة ذلك لتعرض مرضى السكري لنفس الظروف الصحية ، وقدرتهم على مواجهة المرض والتحكم فيه وإدراكهم لمضاعفات السكري ، وهذا يزيد من مستوى ثققتهم بأنفسهم بغض النظر عن النوع ، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة صيفي (2013).

الهدف الثالث : معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير العمر ، وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق في مستوى الصلابة النفسية بين فئتي العمر .

جدول رقم (7) يبين اختبار (ت) لعينتين مستقلتين

العمر	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
40-20	12	102.10	13.22	0.32	0.62
أكبر من 40	36	98.40	13.20		

يتضح من الجدول أن قيمة (ت) **0.32** ومستوى الدلالة **0.62** وهو أكبر من **0.05** ، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية بين فئتي العمر من مرضى السكري أي أن أفراد العينة بمختلف أعمارهم لديهم مستوى متقارب من الصلابة النفسية لمواجهة مرض السكري ، وبذلك نقبل فرضية الدراسة التي نصت على وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر ، ويفسر ذلك بأن كل فئتي العمر لديهم تقبل للمرض ولديهم إدراك للمواقف الصعبة بنفس الطريقة ، واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة صيفي (2016) .

الهدف الرابع : معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغير مدة المرض ، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير مدة المرض .

جدول رقم (8) يوضح اختبار (ت) لعينتين مستقلتين

مدة المرض	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
أقل من 7 سنوات	13	90.10	14.70	2.33	0.02
أكثر من 7 سنوات	35	103.27	9.12		

يتضح من الجدول أن قيمة ت بلغت **2.33** وبمستوى دلالة **0.02** وهو أقل من **0.05** ، وهذه نتيجة تشير إلى وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية وهذه الفروق لصالح من كانت مدة مرضهم أكثر من 7 سنوات ، وبالتالي نرفض الفرضية التي نصت على عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تبعاً لمتغير مدة المرض ، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الأفراد من اصحاب المدة الزمنية الطويلة قد عاشوا مع مراحل المرض واعتادوا عليه وتعرفوا على المواقف المهددة المتمثلة في مضاعفاته وأدركوا خطورته

، بالإضافة إلى معرفتهم للعلاج المناسب والالتزام به وبتعليمات الأطباء ، على عكس حديثي الإصابة من أصحاب المدة الزمنية الأقل فقد يعانون من صدمة وإنكار لوجود المرض بالإضافة إلى الخوف من مضاعفاته الخطيرة المتمثلة في ضعف البصر والفشل الكلوي وبتر الأطراف ، " فالأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة غير قادرين على الصبر وتحمل المشقة ويمتازوا بالهروب من مواجهة الأحداث والمواقف الضاغطة " . (31) وهذه النتيجة تختلف مع دراسة ظهراوي (2015) ودراسة صيفي (2016)

التوصيات :

في ضوء نتائج هذا البحث يمكن اشتقاق بعض التوصيات كالاتي :

1. العمل على إعداد برامج إرشادية قائمة على تعزيز الصلابة النفسية لدى مرضى السكري خاصة من حديثي الإصابة لتحسين توافق المريض وزيادة تقبله للمرض والتقليل من آثاره السلبية .
2. القيام ببنودات تثقيفية للتعريف بالسكري ومضاعفاته ، وللحث على إتباع نظام غذائي صحي ، وممارسة الرياضة واعتمادهما كعامل وقائي صحي .
3. توفير اخصائيين نفسيين بمركز السكري والغدد الصماء ، لدعم المرضى والوقوف بجانبهم وتفهم معاناتهم .
4. مساعدة مرضى السكري من خلال توفير الأدوية وأنواع الأطعمة الخاصة بهم ، للتخفيف من التكاليف المادية التي تقع على عاتقهم .
5. زيادة عدد المراكز الصحية التي تقدم الخدمات لمرضى السكري .
6. إرشاد وتوجيه عائلات المرضى من حديثي الإصابة بطريقة التعامل معهم ودعمهم وتحسين الصلابة النفسية لديهم .

المقترحات :

1. فاعلية برنامج إرشادي لتعزيز الصلابة النفسية لدى مرضى السكري من حديثي الإصابة .
2. إجراء دراسة مقارنة عن مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السكري من النوع الأول ومرضى السكري النوع الثاني .
3. إجراء دراسة مماثلة تتناول الصلابة النفسية لدى مريضات سكري الحمل .
4. إجراء دراسة عن انفعال الغضب وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى مرضى السكري .
5. إجراء دراسات عن الصلابة النفسية لدى فئات مرضية أخرى كمرضى القلب والفشل الكلوي وغيرها من الأمراض .

الخاتمة .

تناولت الدراسة مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من مرضى السكري بمدينة طبرق ، وقد استهلكت الدراسة مقدمة عن الصلابة النفسية ومشكلة الدراسة وأهدافها وأهميتها وحدود الدراسة ومصطلحات الدراسة ، وتطرقنا للدراسة إلى تعريفات الصلابة النفسية لغةً واصطلاحاً وخصائص الشخصية الصلبة وأبعاد الصلابة النفسية والنظريات المفسرة للصلابة النفسية ، وتناولت الدراسة تعريف السكري وأسبابه ، وتم استخدام المنهج الوصفي ، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر 2002 ، وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة التي طبقت على عينة من مرضى السكري وعددهم 48 من المترددين على مركز السكر والغدد الصماء، وقد استخدمت بعض المعالجات الإحصائية كالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والاختبار التائي للعينة الواحدة وللعينتين المستقلتين ، وقد أسفرت الدراسة

عن مجموعة من النتائج وهي أن افراد العينة من مرضى السكرى لديهم مستوى مرتفع من الصلابة النفسية ، وعدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغيري النوع والعمر ، ووجود فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير مدة المرض لصالح من كانت مدة مرضهم أكثر من سبع سنوات ، وبناءً على نتائج الدراسة تم صياغة عدد من التوصيات والمقترحات .

الهوامش

1. زينب نوفل احمد راضي (2008). الصلابة النفسية لدى امهات شهداء انتفاضة الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية ، الجامعة الاسلامية ، ص 51 .
2. عبد المنعم السيد (2007) . ابعاد الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية ، مجلة الارشاد النفسي ، العدد (21) ، ص 161 .
3. احمد بن عبد الله محمد العيافي (2011). الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظه الليث ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية ، جامعة ام القرى ، ص 15 .
4. منال محمد عاشور محمود (2002) التوافق الصحي وقوة الأنا لدى مرضى السكري ، مجلة كلية الآداب بقنا جامعة جنوب الوادي ، العدد (52) ، ص 718 .
5. جاسم محمد عبد الله المرزوقي (2008) الأمراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ، الاسكندرية ، العلم والايمان للنشر والتوزيع ، ص 14 .
6. يحيى عبد المجيد (2015) التوافق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى مرضى السكري المنتفعين من عيادات وكالة غوث الدولية في منطقة الخليل التعليمية ، رسالة دكتوراة (غير منشورة) كلية العلوم التربوية ، جامعة القدس ، ص 14 .
7. مدحت عباس (2010) الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الاعدادية ، المجلد (26)، العدد (1) ، ص 192 .
8. مهدي عناد العوض (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية ، جامعة دمشق ، ص 13 .
9. سمية سراج قدور (2018) قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية ، الدولية لنشر الدراسات العلمية ، المجلد (2) ، العدد (3) ، ص 6 .
10. عماد مخيمر (1996) إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (6) ، العدد (2) ، ص 284 .
11. هناء عبد الوهاب فريد زيدان (2016) تأكيد مفهوم الذات لدى عينة من مرضى السكري المراهقين من خلال الأنشطة الفنية ، مركز الارشاد النفسي ، المجلد (3) ، العدد (46) ، ص 7 .
12. محمد بن مكرم ابن منظور (1999) لسان العرب ، الجزء السابع ، العدد الثاني عشر ، ص 297 .
13. فاطمة علي الكحلي ، مارية طالب الاحمدي (2022) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المراهقات المتأثرات بجائحة كورونا بالمدينة المنورة ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد (6) ، العدد (21) ، ص 127 .
14. خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي (2012) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة ام القرى ، ص 18 .
15. فاروق السيد عثمان (2001) القلق وإدارة الضغوط النفسية ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ص 210 .
16. فوقية حسين عبد الحميد رضوان ، محمد عبد المؤمن حسين (2018) الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة الثانوية الصناعية ، مجلة كلية التربية بالزقازيق ، الجزء الثاني ، العدد (99) ، ص 326 .

17. هلا خليل احمد عرادات (2017) الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعبلين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم التربوية والنفسية ، جامعة عمان العربية .
18. شيلي تايلور (2008) علم النفس الصحي ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، ص 620.
19. رودولفو ساراتشي (2015) علم الأوبئة ، ترجمة اسامة فاروق حسن ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة ، ص 25 .
20. نورالهدى ظهراوي (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بتقبل العلاج لدى المصاب بداء السكري دراسة ميدانية بولايته بسكرة والوادي ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة ، ص 63 .
21. ربيعة بلحوت (2020) مؤشرات الصلابة النفسية لدى امهات أطفال السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد بو مضيايف ، ص 49 .
22. محمد بن سعد الحميد (2008) داء السكري أسبابه ومضاعفاته وعلاجه ، مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية ، ص 20 .
23. جاسم محمد عبد الله (2008) الأمراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ، الطبعة الاولى ، الاسكندرية ، العلم والايمان للنشر والتوزيع ، ص 30 .
24. رودى بيلوس (2013) مرض السكري ، ترجمة هنادي مزبودي ، الطبعة الاولى ، فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية ، دار المؤلف ، ص 19 .
25. سفيان بلقاسم (2023) الصلابة النفسية لدى الراشد المصاب بداء السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة ابن خلدون .
26. نوال زرواق (2013) مستويات الصلابة النفسية لدى المراهق المصاب بداء السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم الاجتماعية والانسانية ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
27. نور الهدى ظهراوي (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بتقبل العلاج لدى المصاب بداء السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
28. آمال تركي (2023) الصلابة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى مرضى السكري ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، مجلد (9) ، العدد (1) ، ص 148 .
29. فيصل صيفي (2016) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى مرضى السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الجزائر .
30. سامي محمد ملحم (2002) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، عمان ، دار المسيرة للطباعة والنشر ، ص 324 .
31. نجيب خليل محمود القرعان (2014) العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في قضاء بئر السبع ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم التربوية والنفسية ، جامعة عمان العربية ، ص 16 .

المراجع :

1. ابن منظور ، محمد بن مكرم (1999) لسان العرب ، الجزء السابع ، العدد الثاني عشر
2. الحميد ، محمد بن سعد (2008) داء السكري أسبابه ومضاعفاته وعلاجه ، مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية .

3. السيد ، عبد المنعم (2007) . ابعاد الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والاحساس بالكفاءة الذاتية ، مجلة الارشاد النفسي ، العدد (21) ، ص 151-201 .
4. العبدلي ، خالد بن محمد بن عبد الله (2012) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة ام القرى .
5. العوض ، مهدي عناد (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية ، جامعة دمشق .
6. العيافي ، احمد بن عبد الله محمد (2011).الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية ، جامعة ام القرى .
7. القرعان ، نجيب خليل محمود (2014) العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى التوافق الاجتماعي لدى المرشدين التربويين في قضاء بئر السبع ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم التربوية والنفسية ، جامعة عمان العربية .
8. الكلبي ، فاطمة علي ، الاحمدي ، مارية طالب (2022) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المراهقات المتأثرات بجائحة كورونا بالمدينة المنورة ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد (6) ، العدد (21) ، ص 121-150 .
9. المرزوقي ، جاسم محمد عبد الله (2008) الأمراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ، الاسكندرية ، العلم والايمان للنشر والتوزيع .
- 10 . بلحوت ، ربيعة (2020) مؤشرات الصلابة النفسية لدى أمهات اطفال السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد بو مضياف .
- 11 . بلقاسم ، سفيان (2023) الصلابة النفسية لدى الراشد المصاب بداء السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة ابن خلدون .
- 12 . بيلوس ، رودي (2013) مرض السكري ، ترجمة هنادي مزبودي ، الطبعة الاولى ، فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية ، دار المؤلف .
- 13 . تايلور ، شيلي (2008) علم النفس الصحي ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع .
- 14 . تركي ، آمال (2023) الصلابة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة لدى مرضى السكري ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، مجلد (9) ، العدد (1) ، ص 147-158 .
- 15 . راضي ، زينب نوفل احمد (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية ، الجامعة الاسلامية .
- 16 . رضوان ، فوقية حسين عبد الحميد ، حسين ، محمد عبد المؤمن (2018) الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط المهنية لدى معلمات المرحلة الثانوية الصناعية ، مجلة كلية التربية بالزقازيق ، الجزء الثاني ، العدد (99) ، ص 317-344 .
- 17 . زرواق ، نوال (2013) مستويات الصلابة النفسية لدى المراهق المصاب بداء السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية العلوم الاجتماعية والانسانية ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
- 18 . ساراتشي ، رودولفو (2015) علم الأوبئة ، ترجمة اسامة فاروق حسن ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، مؤسسة هندواي للتعليم والثقافة .
- 19 . صيفي ، فيصل (2016) الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى مرضى السكري ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الجزائر .
- 20 . ظهراوي ، نورالهدى (2015) الصلابة النفسية وعلاقتها بتقبل العلاج لدى المصاب بداء السكري دراسة ميدانية بولايي بسكرة والوادي ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة .

- 21 . عباس ، مدحت (2010) الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الاعدادية ، المجلد (26)، العدد (1) ، ص 168-233 .
- 22 . عبد الله ، جاسم محمد (2008) الأمراض النفسية وعلاقتها بمرض العصر السكر ، الطبعة الاولى ، الاسكندرية ، العلم والايمان للنشر والتوزيع .
- 23 . عبد المجيد ، يحيى (2015) التوافق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى مرضى السكري المنتفعين من عيادات وكالة غوث الدولية في منطقة الخليل التعليمية ، رسالة دكتوراة (غير منشورة) كلية العلوم التربوية ، جامعة القدس .
- 24 . عثمان ، فاروق السيد (2001) القلق وإدارة الضغوط النفسية ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- 25 . عرادات ، هلا خليل احمد (2017) الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة للفتيات المحرومات من اسرهن في منطقة اعلين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية العلوم التربوية والنفسية ، جامعة عمان العربية .
- 26 . قدور ، سراج (2018) قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية ، الدولية لنشر الدراسات العلمية ، المجلد (2) ، العدد (3) ، ص 1 - 9 .
- 27 . محمود ، منال محمد عاشور (2002) التوافق الصحي وقوة الأنا لدى مرضى السكري ، مجلة كلية الآداب بقنا جامعة جنوب الوادي ، العدد (52) ، ص 717 - 728 .
- 28 . مخيمر ، عماد (1996) إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (6) ، العدد (2) ، ص 275 - 299 .
- 29 . ملحم ، سامي محمد (2002) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، عمان ، دار المسيرة للطباعة والنشر .