



## الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة

بنار هيرش روستم، يوسف حمة صالح مصطفى

### الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية ، والكشف عن علاقته بين الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة . ولتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد مقياس الصمود النفسي، كما تم استخدام مقياس الشخصية التجنبية ( مجد، 2019)، وتكونت عينة الدراسة من (207) الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، اختبرت بالطريقة القصدية التطبيقية. واستخدمت وسائل الاحصائية ( معامل ارتباط بيرسون، انحراف المعيارية ، المتوسط الحسابي، spss) وأظهرت النتائج وجود مستويات دالة من الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة ، و وجود علاقة دالة موجبة بين الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية.

### Article Info

Received: June, 2023

Revised: June, 2023

Accepted: July, 2023

### Keywords

مستوى الصمود النفسي، و  
خصائص الشخصية، التجنبية،  
والكشف عن علاقته

### Corresponding Author

### المقدمة:

#### مشكلة البحث

ترداد الضغوط النفسية يوماً بعد يوم تبعاً للتقدم الحضاري للمجتمعات الانسانية، وقد تصل هذه الضغوط الى درجة من الشدة بحيث تفوق تحمل الكثير من الأفراد لها، مما قد ينعكس سلباً على قدرتهم على الصمود النفسي إزاء تلك الضغوط.

هناك عدد من العوامل ربما التي تؤثر على تكوين الصمود لدى الفرد مثل الأسرة والبيئة والسياسة... الخ فالصمود النفسي عبارة عن قدرة الفرد على تحمل ومواجهة المواقف الضاغطة المختلفة والتفاعل الإيجابي يُعبر عن المثابرة والاستمرار دون الإصابة بالأضطرابات النفسية (الجمال 2020، ص 17).

وقد أظهرت الدراسات بأن للصمود النفسي علاقة إيجابية دالة مع الإيزان الإنفعالي والثقة بالنفس (عاشور 2017، ص 112)

وقد يؤدي إنخفاض الصمود النفسي إلى إنخفاض في الرفاه والاستقرار وعدم الرضا في الحياة وإنخفاض في الثقة بالنفس والتفاؤل لدى الأفراد.

والمستوى المنخفض من الصمود النفسي إزاء ضغوطات الحياة قد ينجم عنه اضطرابات في الشخصية مما يؤدي بالفرد الى الاعتماد على الآخرين والاتكالية التي تعد مظهراً من المظاهر الشخصية التجنبية.

وتتلخص خصائص الشخصية التجنبية في الخوف والتوجس والقلق، وتدني المهارات الاجتماعية والشخصية غير المرنة، تعاني من ضعف القدرة على التكيف مع الذات والآخرين، وكذلك على مواجهة الأزمات والمواقف الحياتية الضاغطة، والشعور بعدم الثقة بالنفس مما يضعف الفرد من حيث المبادرة والتفاعل الاجتماعي، الأمر الذي يجعله تجنب الكثير من العلاقات أو النشاطات الاجتماعية، حيث النظرة المتدنية للذات التي تؤدي بالفرد الى الشعور بعدم الكفاءة الاجتماعية.

وتتجلى مشكلة البحث الحالي يظهر مستوى منخفض من الصمود النفسي و مستوى عال من خصائص الشخصية التجنبية لا سيما لدى ذوي الاحتياجات الخاصة وهي عينة الدراسة الحالية، مما تؤدي بهم، ربما الى فقدان الثقة بالنفس أو الكآبة أو الميل الى العزلة الاجتماعية وألياس الإحباط و سوء التكيف النفسي الاجتماعي.

وتسعى الدراسة الحالية الى الاجابة على السؤال الأتي:

كما وأظهرت دراسة (العكيلي، 2019) وجود علاقة ايجابية دالة احصائياً بين الأمن الفكري والصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

وأشارت دراسة ( غالي 2017 ) الى تعرض ذوو الصمود النفسي المتدني الى بعض الامراض أو الاضطرابات النفسية و منها، الأنماط السلبية للتكيف مع حل مشكلات والتجنيبية وسوء المواجهة لمواقف الحياة.

وتعد الشخصية التجنيبية اضطراباً في الشخصية وكذلك تعد مشكلة اجتماعية من شأنها إلحاق الضرر بالأفراد والأسرة والمجتمعات ، وترتبط دراسة اضطراب الشخصية التجنيبية بعدد من المشكلات المهمة سريرياً مع الأفكار والمشاعر والسلوكيات التي تظهر بأعراض مرضية معينة. إلا أن الباحثان في الدراسة الحالية تتناولوا خصائص الشخصية التجنيبية كسمة تتواجد في الشخصية بصورة عامة و بدرجات متفاوتة ولاسيما لدى أفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة كعينة للدراسة الحالية.

وكذلك يتصف الأشخاص التجنيبيون بنمط دائم من تجنب التفاعل المتبادل بين الأشخاص، والخوف من الرفض والاعتراض على ما يقوله ، الخجل واحمرار الوجه في مواقف الاجتماعية ، أو الأداء بشكل ضعيف في اللقاءات الاجتماعية وخاصة الفجائية منها وذلك بسبب التوقع الدائم من الفرد لاحتمال تلقيه السخرية والنقد والرفض من الآخرين ، ويتجنب الاشتراك في الأنشطة الاجتماعية ، ويُعاني من نقص في مهارات التواصل الاجتماعي ويتجنب مخالطة الناس، ومن جراء الشعور بعدم الثقة والشعور بالدونية، وعدم الإقبال على الأنشطة الجديدة التي تتطلب المغامرة ( ابراهيم 2021، ص83).

وتستحوذ على الشخص التجنيبي الأفكار اللاعقلانية مثل عدم القدرة على التعبير عن آرائه ومشاعره وإحساسه بأن الآخرين لن يتقبلوه . (عطاالله 2017، ص 462).

وأظهر (الحديدي، 2014) وجود علاقة عكسية دالة بين اضطرابات صورة الجسم والشخصية التجنيبية لدى المراهقين المعوقين بصرياً.

وعلى وفق ما تم عرضه من خصائص الشخصية التجنيبية وتدايها وكذلك علاقة النمط التجنيبي من الشخصية بالكثير من المتغيرات النفسية المهمة. تبرز أهمية دراسة الشخصية التجنيبية مع متغير مهم آخر وهو (الصمود النفسي) لدى ذوي الاحتياجات الخاصة. وهي شريحة اجتماعية سبق أن تم التطرق إلى أهميتها وأهمية الاهتمام بها وإعادة تأهيلها، لكي يوظفوا قدراتهم الكافية في البناء الإيجابي لذواتهم وفي خدمة المجتمع.

### أهداف البحث

يهدف الباحثان في بحثهما الحالي إلى التعرف على ما يأتي:

1- مستويات (الصمود النفسي وخصائص الشخصية التجنيبية)، والتعرف على دلالات الفروق بين الاوساط الحسابية للمتغير و اوساطها الفرضية لدى الافراد من ذوي الاحتياجات الخاصة.

- ماهي مستويات الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنيبية لدى الافراد من ذوي الاحتياجات الخاصة.

### أهمية البحث

يعد الاهتمام بالأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة من الواجبات الإنسانية التي ينبغي على كل مجتمع تقديمها لهؤلاء بأحسن السبل، وهو من المؤشرات الحضارية ومن معايير التقدم الاجتماعي، حيث تقديم الخدمات الاجتماعية اللازمة والرعاية الصحية والتنشئة التربوية والتأهيل النفسي الإيجابي للحياة العامة، لتلك الفئة الاجتماعية المصابة بضرر نفسي أو جسدي أو وراثي، وهي الفئة التي يطلق عليها ذوي الاحتياجات الخاصة، الذين يعدون جزءاً من المكون الاجتماعي لكل مجتمع.

تبرز أهمية هذا البحث في دراسة مفهومين (الصمود النفسي وخصائص الشخصية التجنيبية) لدى ذوي الإحتياجات الخاصة بهدف إيلاء الاهتمام العلمي الجدير بهذه الشريحة، بغية تأهيلهم نحو حياة أفضل وتكريس الطاقة الإيجابية عندهم.

ويعد الصمود النفسي من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، والذي يهتم بتعزيز مكامن القوة والاعتدال لدى الفرد في محاولة للتغلب على نقاط الضعف في الشخصية الإنسانية والتأكيد على ايجابيتها، وعلى ضرورة أن تكون الحياة النفسية للفرد أكثر عمقاً و ثراء وتأثيراً بما يجعله أفضل قدرة على التعامل الكفاء مع أسمى الظروف المحيطة به، مما يجعل الحياة جديرة بالعيش، وأكثر إنتاجاً وفي تمهيد الطريق للسعادة، وإشاعة العدالة الاجتماعية بدلاً عن إظهار الخلل أو الشذوذ في نموذج مرضي للوظيفة الإنسانية. (نصيف، 2018، ص 663)

فالصمود النفسي له أهمية عظيمة في قدرة الأفراد على التكيف بشكل كاف مع ضغوط الحياة من خلال إيجاد موارد نفسية واجتماعية وثقافية ومادية تساهم في تحقيق رفاهيتهم وتوسيع آفاقهم وتنمية قدراتهم. (مجد، 2019، ص 39-40).

وقد أشارت دراسات النفسية منفردة إلى ارتباط مفهوم الصمود النفسي ببعض المتغيرات النفسية التي تؤدي دوراً مهماً في تعزيزه أو تثبيطه، ففي هذا المجال يشير كل من (تاجيد وفريدريكسون Fredrickson & Tugade 2004) إلى أن الصمود النفسي هو القدرة على طرد المشاعر السلبية للخبرات بحماس وحيوية من خلال التكيف المرن مع متطلبات الخبرات الضاغطة. (Fredrickson, 2004, p 320-333).

وقد أشارت دراسة (أبو هدروس 2014) إلى وجود علاقة ايجابية دالة احصائياً بين مستوى استراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة و مستوى الصمود النفسي لدى المرأة، فالصمود النفسي يخفف من وقع الحدث الصادم والضغوط.

وقد بينت دراسة (عبدالحفيظ 2019) وجود علاقة ايجابية دالة بين الذكاء الروحي والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة .

هي نمط ثابت من خصائص التثبيط الاجتماعي مع مشاعر عدم الكفاية وضعف الثقة بالنفس والتردد من العلاقات الاجتماعية والتوجس والخوف من الانتقادات ومن رفض الآخرين.

### التعريف الاجرائي:

هي الدرجة التي يحصل عليها الأفراد من جراء استجاباتهم على الفقرات مقياس الشخصية التجنبية المستخدم في هذا البحث.

وقد عرف "ذوي الاحتياجات الخاصة كل من وكالاتي:

(السامرائي، 2019): إنهم الأفراد الذين يعانون من خلل ما في قدرتهم الحركية أو نشاطهم الحركي بحيث يؤثر ذلك الخلل على مظاهر نموهم العقلي والاجتماعي والانفعالي وتجعلهم غير قادرين على التنافس مع غيرهم من الأشخاص. وتختلف هذه الاعاقة من حيث حدتها فبعضها يكون وراثياً والبعض الآخر يكون مكتسباً بسبب حروب أو الكوارث الطبيعية أو إصابات العمل وهؤلاء قد يعانون من فقد طرف أو أكثر وإفتقارها إلى القدرة على تحريك عضو أو مجموعة من اعضاء جسم . (السامرائي، 2019، ص4).

### الجانب النظري و الدراسات السابقة

#### أولاً: الصمود النفسي

#### مفهوم الصمود النفسي

لقد اقترنت ترجمة مصطلح الصمود النفسي بالترجمة الى العربية بمفهوم التحمل النفسي أو المرونة النفسية (Endurance / Flexibility) أي قدرة الفرد على تحمل الآلام والمشاق والمحن الصعبة ومواجهتها. (مجد 2017، ص351)

#### ومفهوم الصمود لغوياً:

يقول مصطفى بأن الصمود في اللغة مأخوذ من صمد صمداً وصموداً، بت واستمر. (دبوسة 2019، ص15).

تعريف الصمود إصطلاحياً:

كلمة صمود مشتقة من كلمة اللاتينية (Resile) بمعنى يقفز عن أو يتجاوز أو يستعيد (to jump or bounce back) أي ارتداد و الرجوع مرة أخرى الى ما كان عليه . والفرد الصامد هو الذي يتمتع بالقدرة على التكيف في المواجهة المأساة، والصدمات النفسية، والمحن والمشقة واضطرابات الحياةية الكبيرة المستمرة (Scevoli 2020, p.87)

ولقد ظهر مفهوم الصمود النفسي حديثاً نسبياً، وحظي بأهتمام العلماء و الباحثين في مجال علم النفس الإيجابي، وقد ركزت الدراسات فية على دور عوامل الوقاية والحماية في إدارة المحن و الازمات، مما جعل هذا المفهوم يحتل مركز الصدارة في مجال ما يسمى ببحوث المخاطر.

ثم أستخدم هذا المصطلح في سبعينيات القرن الماضي من قبل الاخصائية (وينر ايمي) (Winner Emmy) مع مجموعة من الاطفال في دراسة طويلة استمرت (30) سنة. (هادي 2021، ص413).

الصمود النفسي وبعض المفاهيم المرادفة أو المتداخلة:

2- معاملات الارتباط بين الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لعينة كل .

### حدود البحث

تشمل الحدود الزمانية والمكانية للبحث الحالي ذوي الاحتياجات الخاصة ( الاعاقة البصرية ، تالاسيما، صم و بكم) في مدينة اربيل للعام الدراسي (2021-2022).

### تحديد مصطلحات البحث

يتم تعريف المصطلحات والمتغيرات الاساسية في البحث الحالي وكالاتي:

#### 1- الصمود النفسي (Psychological Resilience)

1- الصمود (Resilience) عرفه كل من:

• (APA, 2002) يشير إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف عصبية فضلاً عن قدرته على التوافق الفعال، والمواجهة الايجابية لهذه الضغوط وتلك المواقف الصادمة (APA, 2002, p.82).

#### 2- الصمود النفسي (psychological Resilience): عرفه كل من

• كونر ودافيدسن ( Connor & Davidson 2003,) بأنه: قدرة الفرد على التكيف الإيجابي في مواجهة الضغوط النفسية، كما يتمثل في قدرة الفرد على استعادة توازنه بعد التعرض للمحن والصدمات المضطربة التي تواجهه. (Kathryn M. 82 Connor 2003, p

### التعريف النظري:

جرى تبني تعريف (APA) للصمود النفسي في البحث الحالي.

### تعريف الاجرائي:

هو الدرجة التي يحصل عليها الأفراد عند استجاباتهم على الفقرات مقياس الصمود النفسي المستخدم في هذا البحث.

### - خصائص الشخصية التجنبية:

#### 1- الشخصية (Personality) عرفها كل من:

• جوردن ألبرت (1961، GW, Allport) بأنها: أن الشخصية هي منظومة ديناميكية من العملية النفسية الفردية التي تحدد السلوك و تفكير الأفراد بطريقة مميزة. (Allport 1961, p.28)

الشخصية التجنبية (Avoidant Personality): عرفها كل من:

• ادلر (adler) بأنها: الشخصية التي تتهرب من مواجهة مشكلات الحياة، خوفاً من احتمال الوقوع في الفشل أو الإخفاق. (هانشم، 2021، ص4)

• مارجونا (Marogna، 2013) بإنها نمط من السلوك الذي ينشأ في وقت مبكر وخلال فترة المراهقة و يتميز بالخلل الشديد، و مشاعر عدم كفاية والحساسية للرفض. (Marogna 2013, p.421-543).

### التعريف النظري للشخصية التجنبية :

مستوى قابلية الفرد على التوافق مع التغيرات البيئية المختلفة. وهناك عدة نظريات في علم النفس تناولت هذا المفهوم وكالاتي:

### نظرية ريتشاردسون (1990):

تعد هذه النظرية من أوائل النظريات المفسرة للصمود النفسي الذي افترض ما سماه (النظرية العليا للصمود)، وقد عرف الصمود النفسي على أنه: قوة في داخل كل فرد وهي التي تقودهم في البحث عن تحقيق الذات و الإيثار و الحكمة، والصدق وأن يكون في حالة انسجام مع المصدر الروحي للقوة. (حبيب، 2015) والتي تطورت من خلال ثلاث مراحل مختلفة في البحث في الصمود:

**المرحلة الأولى:** اهتمت بالتعرف على تحديد خصائص الأفراد الذين يواجهون الاضطرابات بفاعلية وهي تركز على الخصائص البيئية والذاتية التي ترتبط بالصمود النفسي سواء كانت ثقافية أم مجتمعية أم شخصية أو أسرية.

**المرحلة الثانية:** تُعنى بفحص العمليات التي تسمح بتفسير كيف تعمل هذه العوامل أو الخصائص سواء كانت (داخلية أم خارجية سلبية ام ايجابية) بما يؤدي الى تحقيق التوافق واستعادة التوازن او العكس وهو ما يمثل فقدان التوازن.

**المرحلة الثالثة:** وتركز على توظيف نواتج التوجهين السابقين في تنمية الصمود النفسي (Psychological Resilie) وتنطلق من فكرة مفادها أن كل فرد لديه قوى يمكن تقويتها للبناء الذاتي والتأكيد على الصمود النفسي ومقاومة الانكسار (نصيف، 2018، ص 667). منظور ريتشاردسون في امتلاك كل فرد القدرة على الصمود النفسي وقد عززت دراسات تعددة.

حيث دراسة (نصيف، 2018) التي هدفت إلى التعرف على الصمود النفسي لدى (100) من طلبة الجامعة، وأظهرت النتيجة من أن عينة البحث تتصف بالصمود النفسي. وكذلك دراسة (هادي 2021) التي هدفت إلى التعرف على الصمود النفسي لدى (120) مراهقاً و مراهقة، ووجدت بأن المراهقين من كل الجنسين يتمتعون بالصمود النفسي.

ويشير (ريتشاردسون) إلى أن قدرة الفرد على الاستمرار و النمو وتعتمد على قدرته على خلق علاقة إيجابية متوازنة مع البيئة الخارجية المتمثلة في الأسرة والمجتمع المحيط بهم، والمستوى العام الذي يتمثل القيم و المعتقد السائدة لدى الأسرة و المجتمع. (Richardson, 2002, p.31).

إن الافتراض الأساسي لهذه النظرية هو فكرة أن التوازن البيولوجي، النفسي، الروحي (الاستقرار الداخلي)، والذي يسمع لنا بالتكيف (الجسم والعقل والروح) مع ظروف حياة الحالية. وإن التوازن الداخلي يتعرض بصورة مستمرة للكثير من الضغوط و الأحداث العصيبة وأحداث الحياة المتوقعة وغير المتوقعة، وأن هذه الضغوط تؤثر في قدرة الفرد على التكيف، ومواجهة هذه الأحداث في الحياة تتأثر بصفات الصمود. (ابوهديروس، 2014، ص 12)

### ثانياً: الشخصية التجنبية

يعود استخدام مصطلح التجنبية (Avoidant) إلى بداية سنة (1900) ولكن لم يعرف يُنسب لأحد لحين من الزمن. على الرغم من أنه يمكن إرجاعه إلى أفكار الطبيب النفسي

• **الصلابة النفسية:** تعريف (سيلفاتور مادي (Maddi): الصلابة النفسية هي أسلوب نفسي مرتبط مع الصمود والصحة الجيدة والقدرة على الأداء في شروط قاسية وضاغطة، وعبارة عن تحويل الظروف الضاغطة إلى فرص للنمو. (علاءالدين، 2016، ص 18).

• **المرونة النفسية:** يعرف لوثر وآخرين (1991) , (Luthar & et al.) المرونة أنها: النجاح في تحقيق المهام التنموية أو التوقعات الاجتماعية، المرونة النفسية هي عملية دينامية تمكن الأفراد من إظهار تكيف سلوكي عندما يواجهون مواقف عصيبة أو صادمة أو مأساوية أو تهديد أو حتى مواقف ضاغطة. (الهاشمية 2017، ص 11).

• **التحمل النفسي:** يعرفه كوباسا (1979) (Kobasa): عندما يخبر الفرد درجة عالية من السيطرة دون أن يصاب الفرد بأمراض نفسية أو جسدية ويمتلك بُنية شخصية قوية تتمثل بدرجة عالية من الضبط والالتزام والتحدي) والتي تشير إلى أنه يتضمن ثلاثة مجالات وهي، الضبط والالتزام والتحدي (كامل، 2019، ص 227).

• **المناعة النفسية:** يعرف (عصام زيدان، ٢٠١٣ ، ٨٤) وهي: قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط والتهديدات والمخاطر والإحباطات والأزمات النفسية، والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية، والإمكانات الكامنة في الشخصية مثل التفكير الإيجابي والإبداع وحل المشكلات وضبط النفس والالتزان، والصمود والصلابة، والتحدي والمثابرة والفاعلية والتفاؤل والمرونة والتكيف مع البيئة (السيد، 2021، ص 92).

### العوامل المؤثرة في الصمود النفسي:

ويذكر جيندل سناب وميلير (Jindal - Snape 2008) , (Miller & أن هناك مجموعة من العوامل تساعد في تنمية وتعزيز الصمود النفسي لدى الأفراد وهي: عوامل تتعلق بالفرد: مثل نسبة الذكاء العالية والمهارات الاجتماعية و الوعي الشخصي و مركز التحكم الداخلي و الجاذبية والمرح .

عوامل تتعلق بالأسرة: مثل الدعم المقدم من الوالدين، التماسك الأسري بين الأبناء والآباء، التوافق الأسري بين الوالدين ، علاقة الفرد القوية مع أحد الوالدين .

عوامل تتعلق بالبيئة: مثل الخبرات والتجارب المدرسية الناجحة و التحلي بالقيم الاجتماعية الحسنة مثل: (مساعدة الجيران. العمل التطوعي) والتدين والإيمان القوي. (الأطرش، 2021، ص 643).

### النظريات المفسرة للصمود النفسي:

يعد الصمود النفسي مصدراً من مصادر الصحة النفسية التي تعد ضرورية في شخصية الإنسان، إذ يحدد الصمود النفسي



- 2- يرفض الانخراط مع الناس ما لم يكن متيقناً أنه سيكون محبوباً.
- 3- يبدي تقيداً في العلاقات الحميمة بسبب الخوف من أن يكون موضع سخريه وخزي.
- 4- منشغل بكونه موضع انتقاد أو رفض في المواقف الاجتماعية.
- 5- متشبث في المواقف الجديد مع الناس بسبب الخوف من عدم الكفاءة.
- 6- ينظر إلى نفسه على أنه غير كفؤ اجتماعياً، غير جذاب شخصياً، أو أقل شأنًا من الآخرين.
- 7- يتردد بصورة غير عادية في تعريض نفسه للمجازفات أو الانخراط في أنشطة جديد لأنها قد تظهر الارتباك والخجل. ( Dsm-5 2013 , p.672 ).

### نظريات المسفرة الشخصية التجنبية:

#### نظرية الفريد ادلر:

يرى (ادلر) أن سبب الاضطراب السلوكي يعود إلى شعور الفرد بالنقص وقلة ميله الاجتماعي، حيث يشعر الفرد بالغرابة عن المجتمع، والشعور بالنقص يولد لديه مشاعر الأحاسيس بالدونية والعجز، والسعي وراء الكمال هو إحدى الأسباب المؤدية للسلوك المضطرب (مصطفى 2021، ص 87-90). ويرى (ادلر) أن كل مرض نفسي يمكن فهمه على أنه محاولة من الإنسان لكي يحرر نفسه من الشعور بالنقص. ووفق (ادلر) أن اضطراب الشخصية التجنبية ماهو إلا صورة عما يدعى غالباً مركب النقص أو عقدة النقص (عباس 2019، ص38)، و يعتقد (ادلر) أن الأشخاص المصابين و الذهانين هم أولئك الذين يمتلكون أساليب حياتية خاطئة التي تبلور نمط الشخصية المميز للفرد و الذي يتشكل بوضوح في نهاية مرحلة الطفولة ، إذ تميل هذه الأساليب إلى عدم الاندماج بالسياق الاجتماعي، والابتعاد والاختلاف مع المصلحة الاجتماعية ، ويميل الفرد العصبي على أن يدرك الناس على أنهم منافسين له، ويجب أن يهزمهم. فيما ينظر الإنسان الذهاني بشك أيضاً و ربية في الآخرين ، فضلاً على أنه لا يصدق بقيمته وجدارته من خلال مقارنة أو موازنة نفسه بالآخرين (الخوجا 2002، ص 92-96)، ولهذا يكون هدف العلاج النفسي هو إعادة تنظيم المعتقدات الخاطئة للفرد بخصوص نفسه والآخرين، واستبعاد الأهداف الخاطئة، و تزويده بأهداف جديدة تساعده على إدراك إمكاناته و قابليته ككائن بشري. (صالح 1988، ص 59-62). وهناك دراسات تشير الى مدى إنتشار خصائص الشخصية التجنبية بين فئات مختلفة من المجتمع. كما في دراسة (مجد 2019) التي هدفت إلى التعرف على إنتشار الشخصية التجنبية لدى(544)من طلبة الجامعة ، و أشارت النتائج إلى نسبة انتشار الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة كانت (38%)وهذه نسبة عالية مقارنة باحصائيات الجمعية الأمريكية للطب النفسي والعقلي.

واقترض (ادلر) وجود ثلاثة أنواع أساسية من أساليب الحياة التي يتبناها الفرد في تعامله مع مشكلات الحياة الأساسية ، فيتمثل أولها نحو السيطرة والحكم ويسلك صاحب هذا الأسلوب تصرفاً دون اعتبار للآخرين فهو قد يكون

السويسري (أوجين بلولير، 1857-1939 Eugene Bleuler) (عباس 2019، ص 23) تحدث (بلولير Bleuler) بأن المفهوم الفصامي أقرب إلى الوصف الذي يطلق على الانعزال الايجابي أو الشخصية التجنبية ، كذلك عندما تحدث كاهن ( Kahn , 1931) عن (الذاتية السلبية Passive autist) وجد أن وصفه لهذا النمط يرتبط إلى حد كبير بمفهومنا الحالي عن النموذج الأولى للشخصية التجنبية، حيث أشار إلى أن مثل هؤلاء الأفراد لا يستطيعون الدخول في تجارب حقيقية مع الآخرين إلا القليل - ويفشلون في تأكيد ذاتهم بصورة كاملة ذلك لأنهم يبحثون عن هدف واحد وهو حماية الأنا التي يشعرون أنها ضعيفة دائماً وذلك يجعلهم يشعرون بالعجز ورفض مواجهة المخاطر، لذا فإنهم يفضلون العيش خارج صراع الحياة أو في جزيرة منعزلة. (Eikenaes 2016,p.11-12).

#### اسباب الشخصية التجنبية:

يرى كل من (دايفيد وآخرون، 2003) (David , et al) و(انجبرج وآخرون ) ( Ingeborg , et al 2015 ) أن خصائص الشخصية التجنبية ترتبط بالخبرات النفسية السيئة في الطفولة خاصة من المقربين من الفرد وممن يقومون برعايته ، مما يهدد أهم حاجة للطفل وهي الحاجة للأمن ، ويؤدي ذلك الى فقدان الطفل الثقة في ذاته والآخرين. ( عبدالعزیز 2017، ص 229-306 )، أن الطفل يكون أسلوباً لحياته عن طريق ما يبذله من جهود لتحقيق ضرباً من الكفاءة من خلال تفاعله مع الحياة الأبوين والبيئة المحيطة به، أي أن طبيعة أسلوب الحياة تعتمد على طبيعة العلاقة بين الوالدين والطفل وعلى طبيعة التعويض أسلوب الحياة المتجنب يجعل منه فرداً يشعر بالنقص.(ليندزی 1971، ص 168-169) ( شلتز، 1983، ص77-78)

وقد تحدث لدى الشخص التجنبي تغيرات فسيولوجية عند شعوره بالقلق أمام مجموعة من الناس و زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعيه السمبثاوي والباراسمبثاوي إذ يؤدي إلى زيادة نسبة الأدرينالين والنورادرينالين في الدم مما يسبب في خلل في توازن الموصلات العصبية ، وجود شذوذ في تخطيط الدماغ ونقصا في النوم. ويشعر بزيادة في نبضات القلب وآلام عضلية فوق القلب والناحية اليسرى من الصدر ونبضات في رأسه وفمه وارتفاع ضغط الدم.

و تشير بعض الدراسات الى اهم الاسباب التي تجعل الفرد يتجنب المواقف الاجتماعية وتسبب له قلق شديد هو صورة الجسم لدى الفرد ما إذا كانت تمتاز بالرضا أو عدم الرضا ليكون بمقدوره مواجهة الآخرين، تجنباً للأحكام و التقييمات السلبية. (عبدالملك 2013، ص17).

وبحسب معايير DSM-5 للأمراض العقلية تتسم الشخصية التجنبية كأضطراب، بالأعراض الآتية، و تواجد (4) منها في الشخصية من مجموع (7) يشير الى وجود الاضطراب:

- 1- يتجنب النشاطات المهنية التي تتطلب احتكاكاً كبيراً مع الآخرين، بسبب الخوف من الانتقاد أو عدم الاستحسان أو الرفض.

**رابعاً: أدوات البحث :**

تحقيقاً لاهداف البحث أعتمد لجمع البيانات من عينة البحث على اعداد مقياس لقياس الصمود النفسي و تتبني مقياس (مجد 2019) لقياس خصائص الشخصية التجنبية.

**1- مقياس الصمود النفسي:**

بالنظر لعدم تمكن الباحثة من الحصول على مقياس الصمود النفسي بما يتلائم مع مجتمع البحث الحالي، فقد ارتأى الباحثان إعداد مقياس لقياس الصمود النفسي (Psychological Resilience) لدى ذوى الاحتياجات الخاصة، وبعد الاطلاع على الأدبيات والنظريات والدراسات التي تناولت مفهوم الصمود النفسي، تم الحصول على فقرات المقياس من خلال الخطوات الآتية:

1-مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة والأستبانات التي لها علاقة بموضوع البحث مثل ( ابو مشايخ، 2018) (الشويكي، 2019)، ( دبوسة، 2019)، (عبد 2019)، (نصيف، 2018) ) وحيثما التقطت منها أفكاراً او فقرات جرت صياغتها بما يناسب البحث الحالي.

2-إجريت دراسة استطلاعية ذات سؤال مفتوح على عينة قوامها ( 30 ) فرداً في معهد هانا بواقع (12) من الذكور و (18) من الإناث ، تم اختيارهم بشكل عشوائي. وطلب في الأستبانة المفتوحة من الطلبة الإجابة عليها وفق تجربتهم مع المواقف التي أظهروا فيها صموداً نفسياً.

وعلى وفق نتائج الدراسة الاستطلاعية و مراجعة الأدبيات السابقة تم الحصول على مجموعة من الفقرات جرى توحيدها و صياغتها في (30) فقرة .

**الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي :**

لغرض التحقيق من الخصائص السيكومترية للمقياس فقد أتبعت الإجراءات الآتية:

**الصدق Validity:**

الصدق أهم خاصية من خواص القياس، ويشير مفهوم الصدق الى الاستدلالات الخاصة التي نخرج بها من دلالات المقياس من حيث مناسبتها ومعناها وفائدتها، وتحقيق صدق القياس معناه تجميع الأدلة التي تؤيد مثل هذه الاستدلالات .

**1- الصدق الظاهري Face Validity:**

يشير ثالن و يان ( allen & yen) ان افضل طريقة للتحقيق من الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين والخبراء للحكم على صلاحية الفقرات في قياسها للخاصية المراد قياسها ( Mary J Allen 1979، p111)

وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس بعرضه على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس (ملحق 2) وقد طلب من كل خبير بيان رأيه في مدى صلاحية فقرات مقياس الصمود النفسي (ملحق 3) وكانت نسبة إتفاق الخبراء (80%) على صلاحية أغلب الفقرات بصورة عامة وهذه النسبة تعد معياراً مقبولاً عند الكثير من الباحثين ويتم على وفقه قبول الفقرة أو تعديلها وكذلك تم حذف أو تعديل بعض فقرات الأداة على وفق ملاحظات الخبراء وحذفت الفقرات من تسلسل ( 3،11،13،16،19،22،29 ) مع إعادة صياغة

قاسياً وطاغية وجانحاً مؤذياً . والنوع الآخر من أساليب الحياة ، هو ذلك الذي يأخذ دائماً . واعتبره ( أدلر) النوع الأكثر شيوعاً بين الناس . أما النوع الآخر فهو النوع المتجنب الذي لا يقوم صاحبه بأي محاولة لمواجهة مشكلات الحياة ( لندزي 1971، ص 168).

وقد يرتبط النوع المتجنب بالعديد من المتغيرات النفسية، كما بينت دراسة (طنوس 2012) التي هدفت إلى تعرف على العلاقة بين أساليب الحياة وكل من القلق والاكتئاب ، لدى عينة قوامها (277) طالبا وطالبة موزعين على السنوات الدراسية الأربع من طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة دالة بين أساليب الحياة والقلق باستثناء أسلوب الحياة المدلل ، وأسلوب الحياة الباحث عن الاستحسان .

**دراسة(سميرة، 2018)** التي هدفت الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين أسلوب الحياة والضغط النفسي لدى المرأة العاملة ، وإلى معرفة توزيع قيم أسلوب الحياة والضغط النفسي على التوالي لدى (125) من المرأة العاملة ، حيث أشارت نتائج الدراسة وجود علاقة ايجابية دالة بين أسلوب الحياة المتجنب ومستوى الضغط النفسي لدى المرأة العاملة.

**إجراءات البحث و منهجيته:** يتضمن الفصل الحالي الإجراءات المنهجية التي اتبعتها الباحثة لتحديد مجتمع البحث و اختيار عينته، و تحديد خصائصه، فضلاً عن إعداد مقياس البحث بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لها، والمعالجة الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات وصولاً إلى النتائج وعلى النحو الآتي:

**أولاً : منهجية البحث:**

تم الأعتداد على المنهج الوصفي في البحث الحالي لكونه أنسب المناهج وأكثرها ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينما من اجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة. ( احمد، 2021، ص 28)

**ثانياً: مجتمع البحث :**

يتحدد مجتمع البحث الحالي بالأفراد من ذوى الاحتياجات الخاصة في محافظة اربيل والبالغ عددهم (993 ) من الذكر و الإناث.

**ثالثاً: عينة البحث :**

تألفت العينة من (207) فرداً تم اختيارهم بطريقة قصدية طبقية بحسب نوع الإعاقة و الجنس والعمر و وزعت عليها الاستمارات الخاصة بمقياس الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية كما هو مبين في جدول (1) أي بنسبة 21% من المجتمع الكلي للعينة البالغ (993) الافراد وكالاتي:

**الجدول (1) عينة نتائج البحث**

ت	اسم المعهد	الذكور	الاناث	المجموع
1	روناكي للمكفوفين	21	16	37
2	هيو للضم و البيكم	29	41	70
3	مركز تالاسيما	54	46	100
			المجموع	207

تشير إلى ما يتعارض مع الصمود النفسي . لذا أعلى درجة محتملة للمستجيب هي ( 100 ) وأدنى درجة له هي ( 20 ) و متوسط الفرضي للمقياس هو (60) درجة .

### 3- مقياس خصائص الشخصية التجنبية :

اختبر مقياس (مجد 2019) عن شخصية التجنبية الذي يتكون من تسع خصائص، مجموعة في (49)فقرة في صيغته الأولية وبثلاثة بدائل للإجابة على كل فقرة، وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس وكالاتي:

### الخصائص السيكومترية لمقياس خصائص الشخصية التجنبية :

#### 1- الصدق الظاهري:

بهدف التحقق من الصدق الظاهري للمقياس خصائص الشخصية التجنبية أعتُمِد على الخبراء أنفسهم المعتمدين في مقياس (خصائص الشخصية التجنبية ) (ملحق- 6 ) وكانت نسبة إتفاق الخبراء ( 80% ) على صلاحية أغلب الفقرات بصورة عامة وهذه النسبة تعد معياراً مقبولاً عند الكثير من الباحثين ويتم في ضوءه قبول الفقرة أو تعديلها وكذلك تم حذف أو تعديل بعض فقرات الأداة على وفق ملاحظات الخبراء وحذفت الفقرات رقم ( 5-7) في بعد الاول (6،7) في بعد الثاني (3،5) في بعد الثالث (6،7) في بعد رابع (1،3) في بعد خامس (4،7) في بعد سادس(3،5) في بعد سابع مع إعادة صياغة الفقرات ( 5 ، 4 ) في بعد الثاني و سادس . وعليه تم الإبقاء على (35) فقرة لتكون جاهزة بصورتها الأولية الإجراءات الصدق والثبات .

#### 2- الثبات المقياس :

##### أ- طريقة إعادة الاختبار:

بعد تطبيق الإجراءات نفسها في مقياس (الصمود النفسي) للتأكد من ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار على عينة مكونة من (60) فرداً من ذوي الاحتياجات الخاصة في 2022-2-28 ثم اعادت التطبيق مرة أخرى على العينة نفسها بفواصل زمني مقداره شهر أي في 2022/3/26، وبعد أن جمعت الاستمارات كاملة بعد التطبيق الثاني تبين بأن معامل الثبات (0.87) وهو دال إحصائياً ، الجدول ( 3 ) ، مما يشير ذلك الى ان مقياس خصائص الشخصية التجنبية ثابت و صالح للتطبيق في صورته النهائية .

الجدول (3) بيانات معامل الثبات لمقياس خصائص الشخصية التجنبية

الإجراءات	الاختبارالأول	الأختبار الثاني	معامل الارتباط
العينة	60	60	
المتوسط الحسابي	105.34	102.96	0.87**
الانحراف المعياري	24.078	26.55	

#### ب- طريقة الاتساق الداخلي

استعين بمعادلة ألفاء كرونباخ لقياس الاتساق الداخلي لمقياس الشخصية التجنبية .

الفقرات من تسلسل ( 5،8، 18، 20، 21، 24، 28،30). وعليه تم الإبقاء على (23) فقرة لتكون جاهزة بصورتها الأولية الإجراءات الصدق والثبات .

### ثبات المقياس Scale Reliability

يعني الثبات استقرار درجات الافراد على المقياس مع نفسها فيما عرض عليهم مرة أو مرات. و يقصد بالثبات أيضاً الاستقرار، أي انه لو أعيد تطبيق المقياس نفسه الفرد الواحد فإنه يعطي شيئاً من الاستقرار في الاستجابات فالمقياس الثابت يعطي النتائج عينها فيما اذا اعيد تطبيقه على افراد العينة ذاتها وفي الظروف نفسها (خان 2018، ص74). وقد جرى التحقق من ثبات مقياس الصمود النفسي بطريقتين:

#### أ- طريقة إعادة الاختبار : Test - Retest

وهي إعادة الاختبار نفسه على المجموعة نفسها من الافراد بعد فترة زمنية معينة، وبعد ذلك يعمل الاحصائي على حساب معمل الارتباط بين الدرجات التي تحصل عليها مجموعة الافراد نفسها وعلى التطبيق الأول و الثاني للاختبار نفسه. (عباس 1996، ص23).

بعد تطبيق الإجراءات نفسها في مقياس (الصمود النفسي) للتأكد من ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار على عينة مكونة من (60) فرداً من ذوي الاحتياجات الخاصة في 2022-2-28 ثم اعادت التطبيق مرة أخرى على العينة نفسها بفواصل زمني مقداره شهر أي في 2022/3/26، ويشير فرج الي المدة بين الاختبار واعادته يتعين أن لا تقل عن اسبوعين (فرج 2007، ص310)وبعد أن قامت الباحثة بجمع الاستمارات كاملة بعد التطبيق الثاني وكان معامل الثبات (0.83) وهو دال إحصائياً الجدول (2) ، مما يشير الى ان مقياس الصمود النفسي ثابت و صالح للتطبيق في صورته النهائية.

#### الجدول (2) بيانات معامل الثبات لمقياس الصمود النفسي

الإجراءات	الاختبارالأول	الأختبار الثاني	معامل الارتباط
العينة	60	60	
المتوسط الحسابي	83.90	83.75	0.83**
الانحراف المعياري	9.67	9.54	

#### 3- مقياس الصمود النفسي بصورته النهائية:

بعد الإجراءات السابقة تم الحصول على مقياس الصمود النفسي يتمتع بالخصائص السيكومترية من الصدق والثبات، وأصبح المقياس بصيغته النهائية يتألف من ( 20 ) فقرة مع خمسة بدائل للإجابة، الفقرات الإيجابية مكونة من ( 1.2.3.4.5.6.7.8.9.11.12.13.14.15.16.18) فقرات والسلبية مكونة من (10.19.20.21) فقرات.

#### 4- تصحيح مقياس الصمود النفسي لدرجات:

أختبرت خمسة بدائل للإجابة على فقرات المقياس وهي : ( دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً). وقد حسبت الدرجات الآتية على البدائل للفقرات التي تشير إلى الصمود النفسي (1،2،3،4،5) وحسبت الدرجات (1،2،3،4،5) للفقرات التي

		9.5 6	70		11. 07	77. 36		المستوى المتوسط
--	--	----------	----	--	-----------	-----------	--	--------------------

مما يشير ذلك إلى أن مستوى الصمود النفسي مرتفع بشكل دالة و بدلالة الوسط الفرضي للمقياس لدى عينة البحث، ويمكن تفسير ذلك إذ أن الصمود النفسي لا معنى له عندما تكون الحياة خالية المخاطر والصعوبات أو الضغوطات، إلا أنه يشير إلى استمرار والتعامل معها بفعالية لتحقيق التوافق والتكيف ولتقليل احتمالية النتائج السلبية.

علما بأن هذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة (نصيف 2018)، (هادي 2021)، (العكيلي 2019)، (أبو غالي 2017) التي تشير إلى أن عينة البحث يتمتعون بالصمود النفسي.

وفيما يتعلق بمتغير (خصائص الشخصية التجنبية) فقد تبين أن متوسط درجات خصائص الشخصية التجنبية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام هو ( 77.36 ) درجة وبانحراف معياري قدره ( 11.07 ). وهو أكبر من الوسط على المقياس (5-1) درجة لقياس خصائص الشخصية التجنبية البالغ ما بين ( 35 ) درجة كحد أدنى و(70) درجة كوسط الفرض الحيادي (نظري) و ( 105 ) درجة عليا، وباستخدام اختبار (t - test) ومقارنة القيمة التائية المحسوبة ( 0.64 ) مع القيمة التائية الجدولية ( 1.96 )، تبين بأن خصائص الشخصية التجنبية لدى ذوي الاحتياجات الخاصة في مستوى عال وبشكل دال وكما هو موضح في جدول رقم ( 1 ). ويرى (ادلر) أن الاسلوب المتجنب من أساليب الحياة الخاطئة لكون الفرد لا يستطيع التعاون مع الآخرين ويفضل الابتعاد عنهم، أي أن الفرد المتجنب يفقد للاهتمام الاجتماعي الذي يعتبره (أدلر) القمه العظمى في نظريته والأساس في التغلب على مشكلات الحياة.

وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات كل من: كونتراد (1987 Contrad) و ارثر (2009 Arthur) لدية مستوى عالية لدى عينة البحث.

**الثانياً: معاملات ارتباط بين الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لعينة ككل:**

لتحقيق هذه الهدف استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation) لإيجاد كصفوفة علاقات الارتباط بين متغيرات البحث (الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية) لدى العينة ككل. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة متوسط دالة (0.66) بين الصمود النفسية و خصائص الشخصية التجنبية كما هو مبين في جدول ( 5 ).

**جدول (5) معامل ارتباط بين الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لدى العينة البحث.**

معامل ارتباط	الصمود النفسي	خصائص الشخصية التجنبية	مستوى دلالة 0.05
0.66**	/		دالة
/	0.66**		

ولاستخراج الثبات وفق هذه الطريقة تم استخدام معامل ألفا كرونباخ **Alpha Cronbach** على جمع استمارة المقياس البالغة (60) استمارة وأشارت النتائج إلى أن معامل الثبات كانت ( 0.76 ). وهو ثابت دال ومقبول.

### 3- تصحيح مقياس خصائص الشخصية التجنبية:

اختيرت ثلاثة بدائل للإجابة على فقرات المقياس وهي: (دائماً، أحياناً، أبداً). وقد حسبت الدرجات الآتية على البدائل للفقرات التي تشير إلى الصمود النفسي (1،2،3) وحسبت الدرجات (1،2،3) للفقرات التي تشير إلى ما يتعارض مع الصمود النفسي. لذا أعلى درجة محتملة للمستجيب هي (105) وأدنى درجة له هي ( 35 ) ومتوسط الفرضي للمقياس هو (70) درجة.

وبهذه الإجراءات وبعد أن تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين في البحث الحالي، أصبحا جاهزين لتطبيقهما على عينة البحث الأساسية ومن ثم يتم تفرغ بيانات الإجابات ومعالجتها إحصائياً وعرضها في الفصل كمعطيات كمية للنتائج.

### عرض النتائج و مناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج و مناقشتها على وفق الاهداف المحددة مسبقاً في البحث الحالي وعلى النحو الآتي:  
**أولاً: مستويات الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لدى العينة ككل، و دلالة الفروق بين الوسط الحسابي و الوسط الفرضي للمقياس:**

على وفق النتائج بلغ متوسط درجات الصمود النفسي لدى ذوي الاحتياجات الخاصة بشكل عام ( 80.90 ) درجة وبانحراف معياري قدره ( 9.75 )، وظهر بأن المتوسط الحسابي أكبر من الوسط الفرضي على المقياس (5-1) درجة لمقياس الصمود النفسي البالغ ما بين (20) درجة كحد أدنى و (60) درجة كوسط حيادي (نظري) و (100) درجة كحد أعلى. وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث ككل والبالغ ( 80.90 ) درجة مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (60) درجة وباستخدام اختبار ( T - test ) ومقارنة القيمة التائية المحسوبة (30.83) مع القيمة التائية الجدولية ( 1.96 ) تبين بأن الفرق دال بمستوى (0.05) كما موضح في جدول (4).

**جدول (4) الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابي و الفرضي لمقياس الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية للعينة الكلية.**

المس توى	قيمة التائية		در جة الح رية	الذ حرا ف الم عيار ي	الو س الح سا بي	ال ع ين ة	الم تغي رات
	المح دو لية	المح سو بة					
0.05							
دالة	1.96	30.83	60	9.75	80.90	207	الصمود النفسي



8. سميرة، قمراس(2018). أسلوب الحياة و علاقته بالضغط النفسي لدى المرأة العاملة . رسائل ماجستير غير منشورة ، جامعة مجد بوضياف، كلية التربية ، قسم علم النفس .
9. السيد، د.هدى السيد شحاتة(2021). التفاوض و علاقته بالمناعة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة . اطروحة الدكتورا. جامعة سوهاج، كلية التربية.
10. شلتز، دوان(1983). نظريات الشخصية . بغداد: مطبعة جامعة بغداد.
11. صالح، قاسم حسين(1988). الشخصية بين التنظير و القياس . صنعاء: مكتبة الجليل الجديد.
12. طنوس، سليمان ريجاني، عادل(2012). العلاقة بين أساليب الحياة و كل من القلق و الاكتئاب .المجلة الأردنية في العلوم التربوية: مجلد 8، العدد 3.
13. عاشور، باسل محمد عبدالله ( 2017 ).الصمود النفسي و علاقته بالاتزان الانفعالي لدى مرضي العناية الفائقة رسائل الماجستير . الجامعة الاسلامية- غزة ،كلية التربية .
14. عباس، ليا حسن مجد(2019). إضطراب الشخصية التجنبية و علاقتها بدافعية الانجاز الدراسي لدى طلبة جامعة . رسائل ماجستير. جامعة صلاح الدين ،كلية اداب .
15. عبد، أم.د.سالي طالب علوان ، أم.د.جميلة رحيم(2019). الصمود النفسي و علاقته بالقيمة العاطفية لدي طلبة الجامعة. اطروحة دكتورا غير منشور . جامعة بغداد، كلية التربية ، قسم علم النفس.
16. عبدالحفيظ، د.امل عبدالمعتمد مجدحبيب. د.غادة محروس(2019). الذكاء الروحي و علاقته ببعض متغيرات الشخصية لدي طالبات كلية التربية. اطروحة الدكتورا غير منشورة . جامعة سوهاج ،كلية التربية .
17. عبدالمالك، خديجة مجد(2013). القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة بنغازي و فقا لبعض المتغيرات . رسائل ماجستير غير منشورة. جامعة بنغازي، قسم التربية و علم النفس.
18. عطالله، د.مصطفى خليل محمود(2017). الأفكار اللاعقلانية و أعراض الشخصية التجنبية كمنى بالحساسية الانفعالية لدي المراهقين المكفوفين. مجلة دراسات عربية في التربية و علم النفس: عدد38 .
19. العكيلي، أم.د. حسن أحمد سهيل القرة غولي أم.د.جبار وادي باهض (2019). الأمن الفكري و علاقته بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الاعداية. اطروحة دكتورا، جامعة بغداد ، كلية التربية للعلوم الصرفة.
20. علاءالدين، هلكا عمر(2016). الصلابة النفسية و علاقتها بكل من تحمل الضيق و الأبعاد الاساسية للشخصية لدي عينة من المراهقين اللبنانيين. اطروحة الدكتورا. جامعة بيروت العربية ،كلية العلوم الانسانية.
21. غالي، د. عطف محمود أبو(2017). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الصمود النفسي المواجهة للضغوط لدى المراهقات. جامعة الأقصى - فلسطين ، كلية التربية
22. كامل، حسين عزيز(2019). قوة التحمل النفسي لدي المرشدين التربويين . رسائل ماجستير غير منشور. الجامعة المستنصرية، كلية التربية
23. لندزي، ك.هول، ج(1971). نظريات الشخصية . الهيئة المصرية العامة للنشر و النشر
24. نصيف، أم.د. عماد عبد الامير(2018). الصمود النفسي و علاقة بمعنى الحياة لدى طلبة الجامعة . اطروحة دكتورا غير منشورة . الجامعة المستنصرية ،كلية التربية الاساسية.
25. هادي، غادة علي. "تطور الصمود لدى المراهقين المتعافين من فايروس كورونا". مجلة الدراسات المستدامة ، 2021: العدد ثالث.
26. هاشم، أم.د. حيدر جليل عباس ، أم.د. ميثم عبدالكاظم ( 2021 ). بناء تطبيق مقياس الشخصية التجنبية لدي طلبة الجامعة المستنصرية. اطروحة دكتورا غير منشورة. الجامعة المستنصرية،كلية التربية الاساسية.
27. الهاشمية، سعادة بنت عيد بن خلفان(2017). المرونة النفسية و علاقتها بمهارات التواصل و الصحة النفسية لدي عينة من طلبة جامعة نزوى بسلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات . رسائل ماجستير. جامعة نزوى ،كلية العلوم و الاداب.

الشخصية التجنبية
---------------------

ويشير ذلك الى وجود علاقة دالة موجبة بين الصمود النفسي و خصائص الشخصية التجنبية لدى العينة البحث. لا إن في عينة البحث الى ظهر بأنه كلما ازداد الصمود النفسي لدى ذوي الاحتياجات الى صبه كلما ازدادت خصائص الشخصية التجنبية لديهم، وتظهر الفراهيم النفسية الخاصة بسبب المعوق ربما يميلون الى مواجهة المشكلات و الصمود امامها لوحدهم بعيداً عن الاخرين.

### التوصيات (Recommendations):

على وفق ما أفسره عنه نتائج البحث الحالي و يوصي الباحثان بما يأتي:

- 1- ضرورة تقديم الدعم و المساندة النفسية و الاجتماعية الأسرة من ذوي الاحتياجات الخاصة.
- 2- زيادة التدخلات القائمة على اليقظة العقلية لأولياء أمور الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة لتعزيز الصمود النفسي.

### المقترحات (Suggestions):

استكمالاً للبحث الحالي و تطويراً له يقترح الباحثان علي الباحثين إجراء دراسات لاحقة مستقبلاً وعلى النحو الآتي:

- 1- فاعلية البرنامج إرشادي لتنمية الصمود النفسي و أثره على رفع مستوى الشفقة بالذات لدى ذوي الاحتياجات الخاصة .
- 2- تنمية الصمود النفسي لخفض إعاقه الذات لدى المراهقين.
- 3- الشخصية التجنبية و علاقته بقلق الموت لدى طلبة الجامعة.

### المصادر و المراجع :

1. ابراهيم، هنية منير عبدالله (2021). الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير. جامعة جنوب الوادي، كلية التربية بقنا.
2. أبوهدروس و مجد ، أ.د.عايدة شعبان صالح، د. ياسرة مجد ايوب ( 2014). الصمود النفسي و علاقته بإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدي النساء الارامل . اطروحة دكتورا غير منشور. جامعة الاقصى، كلية التربية .
3. الاطرش، رمضان كامل أحمد(2021) . فاعلية برنامج إرشادي لتعزيز الصمود النفسي لدي أمهات الاطفال ذوي اضطراب التوحد . رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بني سويف، كلية التربية .
4. الجمال، سمية احمد علي(2020). "تأثيرات مستوى قلق المستقبل المهني على الصمود النفسي وأساليب التفكير لطلاب جامعة الزقازيق.مجلة كلية التربية بنها، العدد 121.
5. الحديدي، أ.د. عبدالرقيب أحمد البحيري ، د. مصطفى عبدالمحسن(2014). اضطراب صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات و أعراض الشخصية التجنبية لدي المراهقين المعوقين بصريا . اطروحة دكتورا، غير منشور. جامعة أسيوط، كلية التربية.
6. الخواجا، عبدالفتاح مجد سعيد (2002). الارشاد النفسي و التربوي بين النظرية و تطبيق مسؤوليات وواجبات دليل الأباء و المرشدين . الطبعة الاول : جميع حقوق التأليف و الطبع و النشر.
7. السمرائي، د.مصعب سلمان أحمد(2019). رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة و دورهم المعرفي. كلية الامام الأعظم - قسم أصول الدين.

28. Allport, Gordon W. *Pattern and Growth In personality*. New York: Holt, Reinhart & Wiston, 1961.
29. Anastasi, A. *Psychological Testing*. New York : Macmillan, 1988.
30. DSM-5. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. London, England, 2013
31. Eble, Roberto L. *Essentials education Measurement*. New Delhi: India Parvate Limited, 1991
32. Ferdrickson, Michele Tugade and Barbara. "Resilient individuals use positive emotion to bounce back from negative emotional experiences ." (Department of Psychology and Research Social Research Center for Group Dynamics at the Institute for S) 2004 .
33. J. Connor, K. Davidson. "Development of a new resilience scale, the Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)." *Depression and Anxiety*, 2003: 18(2)-76-82
34. Kathryn M. Connor, M.D. Jonathan R.T Davidson. "Development of a New Resilience Scale." *Depression and Anxiety*, 2003: 18- 82 .
35. Marogna, Antonio Drago and Cristina. "A Review of characteristics and Treatments of the Avoidant Personality Disorder ." *International Journal of Psychology and Psychoanalysis*, 2013: 421-543.
36. Richardson, Glenn E. *The Metatheory of Resilience and Resiliency*. University of Utah, 2002.
37. Scevoli, Norma. *Resilience in counselling and clinical psychologists working in the NHS: A grounded theory investigation*. PhD degree, London: University of Roehampton, 2020.