

الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية. مراجعة تحليلية للنماذج النظرية.
*Psychological Hardiness among University Students with Visual impairments.
An Analytical Review of Theoretical Models*

زهية غنية حافري²
Za.hafri@univ-setif2.dz

لبنى بوجيت¹
Lo.boudjit@univ-setif2.dz

تاريخ النشر: 2026/03/15
Received: 21/09/2025

تاريخ الاستلام: 2025/09/21
published: 15/03/2026

ملخص المقال :

تتناول هذه الدراسة مفهوم الصلابة النفسية باعتبارها آلية وقائية وداعمة للتكيف النفسي والأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية. وقد تم عرض أبرز النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية، مثل نموذج كوبازا، مادي، فونك، وتحليل أبعادها المتمثلة في الالتزام، التحكم والتحدى. وقد أظهرت المناقشة أن هذه الأبعاد تمثل عوامل حيوية في تعزيز التكيف مع الضغوط، وتقليل مخاطر الاضطرابات النفسية، ودعم الفاعلية الذاتية لدى هذه الفئة من الطلبة. وتشير النتائج النظرية إلى أن تعزيز الصلابة النفسية يساهم في تحسين جودة الحياة الجامعية، والاندماج الاجتماعي، وتحقيق الصحة النفسية الإيجابية، بما ينعكس على مسارهم الأكاديمي والمهني.

كلمات مفتاحية: الصلابة النفسية، الطلبة الجامعيين، الإعاقة البصرية.

Abstract:

This study explores the concept of psychological hardiness as a preventive and supportive mechanism for psychological and academic adjustment among university students with visual impairments. It reviews the major theoretical models explaining psychological hardiness, such as those of Kobasa, Maddi, and Funk, and analyzes its core dimensions: commitment, control, and challenge. The discussion highlights that these dimensions play a vital role in enhancing stress adaptation, reducing the risk of psychological disorders, and strengthening self-efficacy in this student group. The theoretical findings indicate that fostering psychological hardiness contributes to improving university life quality, promoting social integration, and achieving positive mental health, thereby positively impacting their academic and professional pathways.

Keywords: Psychological Hardiness; University Students; Visual Impairments.

(1) مخبر علم النفس الاكلينيكي جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)

(2) مخبر علم النفس الاكلينيكي جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)

مقدمة:

تُعدّ المرحلة الجامعية من أهم المراحل في حياة الفرد، حيث يواجه الطالب خلالها متطلبات معرفية، اجتماعية ونفسية تتطلب قدراً من المرونة والتكيف. وتزداد هذه التحديات حدّة لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، لما يرافق إعاقاتهم من صعوبات مرتبطة بعمليات التعلم، والاندماج الاجتماعي، وتحقيق الاستقلالية الأكاديمية، كما يواجهون صعوبات خاصة في الوصول إلى الموارد التعليمية، والتأقلم مع بيئة جامعية قد لا تكون مهيأة بالكامل لاحتياجاتهم، فضلاً عن الضغوط المرتبطة بالتكيف الاجتماعي والشعور بالاستقلالية وتقدير الذات والمستقبل المهني.

وفي ظل هذه الظروف، يبرز مفهوم الصلابة النفسية كإحدى السمات الشخصية المحورية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط والتكيف معها بفاعلية، من خلال ما توفره من موارد داخلية تعزز القدرة على الالتزام والتحكم والتحدى.

لقد شكّلت الصلابة النفسية موضوع اهتمام واسع في الدراسات النفسية، باعتبارها عاملاً وقائياً يسهم في خفض مستويات التوتر والاضطراب النفسي، وداعماً رئيسياً للصحة النفسية الإيجابية والفاعلية الذاتية. ومع ذلك، لا تزال الأبحاث حول الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية محدودة، رغم ما تحمله من أهمية عملية في تطوير البرامج الإرشادية والتعليمية التي تراعي خصوصيات هذه الفئة.

وعليه، تسعى هذه الدراسة إلى استكشاف أبعاد الصلابة النفسية وأهميتها في التكيف مع الضغوط لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، وذلك من خلال مقارنة نظرية تسلط الضوء على النماذج المفسّرة لهذا المفهوم وآفاق توظيفه في تعزيز صحتهم النفسية وأدائهم الأكاديمي.

1. إشكالية الدراسة:

مع بروز توجهات علم النفس الإيجابي، أصبح التركيز منصباً على دراسة جوانب القوة والقدرة لدى الفرد، بدل الاكتفاء بالتركيز على الاضطرابات والمشكلات. ومن بين المفاهيم النفسية التي استقطبت الاهتمام في هذا السياق مفهوم الصلابة النفسية، التي تُعدّ إحدى السمات الوقائية الداعمة للتكيف النفسي والاجتماعي، من خلال ما توفره من طاقة على الالتزام، والشعور بالتحكم، والنظر إلى التحديات كمحفزات للنمو الشخصي والأكاديمي.

وتزداد أهمية هذا المفهوم في البيئة الجامعية، حيث يواجه الطلبة ضغوطاً متعددة مرتبطة بالتحصيل، التكيف الاجتماعي، وتحقيق الذات. وتتضاعف هذه التحديات بالنسبة للطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، لما يفرضه واقع إعاقاتهم من صعوبات إضافية في التعلم والاندماج. وهنا تبرز الحاجة إلى البحث في الصلابة النفسية باعتبارها آلية فاعلة تمكن هذه الفئة من مواجهة الضغوط والارتقاء بفاعليتهم الذاتية والأكاديمية.

في هذا السياق، برز مفهوم الصلابة النفسية باعتباره إحدى السمات الشخصية الوقائية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط وتحويلها إلى فرص للتعلم والنمو، عبر ثلاثة أبعاد رئيسية هي الالتزام، والتحكم، والتحدى).

وقد بينت عدة دراسات أن الصلابة النفسية ترتبط إيجاباً بالصحة النفسية والقدرة على التكيف مع المواقف الضاغطة كدراسة عليوة(2012) التي هدفت إلى استكشاف العلاقة بين الصلابة الشخصية و أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين المكفوفين

بمؤسسات تعليمية مختلفة، حيث توصلت نتائجها وجود علاقة موجبة بين صلابة الشخصية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية، وبينت أن المراهقين ذوي صلابة الشخصية العالية أظهروا قدرة أكبر على استخدام استراتيجيات فعالة لمواجهة الضغوط. (عليوة، 2012). كما نجد أيضا دراسة (Heredia & all (2012: هدفت الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية وتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين، وتحديد مدى تأثير كل منهما على الآخر، أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وتقدير الذات؛ حيث أن الطلبة ذوي الصلابة النفسية العالية كانوا يتمتعون بمستويات أعلى من تقدير الذات، وفروق ذات علاقة على مقياس الصلابة النفسية يمكن أن تكون مؤشراً جيداً لتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.

ومع ذلك، تظل الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية قليلة، على الرغم من أن هذه الفئة أحوج ما تكون إلى موارد نفسية تساعد على مواجهة الضغوط المتعددة التي تواجهها في مسيرتها التعليمية والاجتماعية. ومن هنا تبرز الإشكالية الرئيسة لهذه الدراسة، والمتثلة في التساؤل الآتي: إلى أي مدى تمثل الصلابة النفسية عاملاً مساعداً في تعزيز التكيف مع الضغوط لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، وماهي أبعادها والنماذج المفسرة لها وانعكاساتها على صحتهم النفسية وفعاليتهم الأكاديمية؟

1.1 تساؤلات الدراسة:

- كيف تسهم أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي) في تعزيز قدرتهم على التكيف مع الضغوط الأكاديمية والاجتماعية؟

- ما دور الصلابة النفسية في الوقاية من الضغوط النفسية وتعزيز الصحة النفسية الإيجابية لدى هذه الفئة من الطلبة؟

- ما هي النماذج النظرية الأكثر تفسيراً للصلابة النفسية، وكيف يمكن توظيفها في فهم واقع الطلبة ذوي الإعاقة البصرية؟

2.1 أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

- تحليل مفهوم الصلابة النفسية وأبعادها في ضوء النماذج النظرية المفسرة لها.

- الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وبعض المتغيرات النفسية واستقصاء دور الصلابة النفسية في مواجهة الضغوط الأكاديمية والنفسية لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية.

- اقتراح توصيات عملية تسهم في تعزيز الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية عبر برامج إرشادية وتربوية.

3.1 أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في جانبين متكاملين؛ فمن الناحية النظرية، تُسهم في إثراء الأدبيات النفسية والتربوية المتعلقة بالصلابة النفسية، عبر إبراز خصوصيتها لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، وتوضيح ارتباطها بالفاعلية الذاتية والتكيف الأكاديمي والنفسي والصحة النفسية وغيرهم من المتغيرات. أما من الناحية التطبيقية، فإنها توفر معطيات عملية تساعد في بناء برامج إرشادية وتربوية تستهدف تعزيز الصلابة النفسية لدى هذه الفئة، بما يمكن المؤسسات الجامعية من تكييف استراتيجيات الدعم لتحقيق صحة نفسية أفضل ونجاح أكاديمي أوسع لهم.

2. تعريف مفاهيم الدراسة:

1.2 مفهوم الطلبة الجامعيين:

يعرفه محمد إبراهيم الطالب الجامعي انه الفرد المنتسب إلى مؤسسة للتعليم العالي (جامعة أو معهد عالٍ)، والمسجل في أحد برامجها الأكاديمية، ويكون في طور متابعة تكوين علمي ومعرفي ومهاري يؤهله للحصول على شهادة جامعية، مع ما يتضمنه ذلك من انخراط في الحياة الأكاديمية والاجتماعية داخل الحرم الجامعي. (عتيق، 2011، صفحة 402)

2.2 مفهوم الإعاقة البصرية:

ورد في التعريف القانوني أن الشخص الكفيف لا تزيد حدة إبصاره عن 200/20 في أفضل حالاته، أي أنه لا يمكنه رؤية الأشياء بدقة ووضوح على مسافة تزيد عن 200 قدم، ولو بعد استخدامه للنظارات الطبية.

أما التعريف التربوي: فيشير إلى أن الكفيف من لا يستطيع قراءة أو كتابة النصوص إلا بواسطة البرايل (braille method). في حين نجد التعريف الوظيفي: الذي اقترحه هارلي 1971 يُعد من التعريفات المهمة والعملية لفهم الإعاقة البصرية في سياقها التعليمي. إذ يُركّز على الأثر الوظيفي للإعاقة البصرية، بدلاً من التركيز فقط على القياسات الطبية أو التشخيص الطبي. (مصطفى نوري القمش، خليل المعايطة، 2014، صفحة 112).

3.2 مفهوم الصلابة النفسية:

- لغة: صلب أي شديد، صلب الشيء صلابة فهو صلب أي شديد. (ابن منظور، 1999، صفحة 297)

أما اصطلاحاً؛ تباينت تعريفات الصلابة النفسية حسب خلفيات الباحثين النظرية وأخذهم لهذا المفهوم من جوانب مختلفة، وعليه:

- عرفها مخيمر (1996): بأنها إحدى السمات الإيجابية في شخصية الفرد، والتي تسهم في الحفاظ على سلامة الأداء النفسي والجسمي، خصوصاً في مواجهة الضغوط الشديدة، والمواقف الصعبة، وحالات الإنهاك النفسي والبدني. (مخيمر، 1996)

- في حين يعرفها دخان والحجار (2006): على أنها قناعة داخلية لدى الفرد بفاعليته الذاتية، وما يمتلكه من إمكانيات شخصية وموارد بيئية، الأمر الذي يتيح له القدرة على إدراك المواقف الضاغطة، وتأويلها بطريقة بناءة، والتعامل معها بكفاءة. (الحجار إبراهيم، دخان محمد، 2006، صفحة 375).

- على غرار الحللو الذي يرى انه يمكن النظر إلى الصلابة النفسية باعتبارها إحساساً داخلياً يعكس استعداد الفرد لمواجهة تحديات الحياة وضغوطها، ويقوي ثقته في التعامل مع المواقف الصعبة، مما يعمل كعامل وقائي ضد الاضطرابات النفسية والجسدية. (الهاشمي مكي، الزبيدي حسن، 2011، صفحة 358).

- وقد أشار كل من لولوة وحسن (2002) أنّ الصلابة النفسية أحد الموارد الذاتية للفرد، إذ تمكنه من الحد من التأثيرات السلبية للضغوط الحياتية على صحته النفسية. كما أنها تساعد على إدراك المواقف المرهقة وتقييمها بفاعلية، بما يهيئه لمواجهتها بطريقة تفضي إلى حلول ناجعة. (حسن عبد اللطيف، لولوة حمادة، 2002، صفحة 233)

- أما بالنسبة لسوزان كوبازا (Kobasa, 1979) والتي تعتبر من أوائل الباحثات اللواتي ساهمن في بلورة مفهوم الصلابة النفسية، حيث عرّفته باعتبارها نسقاً من السمات الشخصية التي تؤدي وظيفة وقائية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة. وتمثل الصلابة النفسية، في منظورها، توجّهاً عاماً يعكس ثقة الفرد بقدراته وإمكاناته، في استثمار مصادر القوة النفسية المتاحة له، ما يمكنه من إدراك المواقف المحيطة

إدراكًا سليمًا، وتفسيرها بصورة عقلانية وموضوعية، والتعامل معها بفاعلية وإيجابية. وفي دراساتها التي تناولت أثر الضغوط الحياتية على الصحة، بينت كوبازا أن الأفراد الذين يتميزون بسمات مثل الالتزام، والتحكم، والتحدي، يظهرون قدرة أعلى على تحمل الضغوط دون التعرض لآثار سلبية على صحتهم (Suzanne.C, 1979).

- من جانب آخر، قدّم فينك (Funk, 1992) تعريفًا للصلابة النفسية بوصفها سمة عامة في الشخصية تتشكل وتتطور بفعل الخبرات البيئية المتنوعة التي يمر بها الفرد منذ مرحلة الطفولة، مما يبرز دور التنشئة والبيئة في بنائها. (Funk, 1992)

أما مادي (Maddi, 1999)، وهو من أبرز الباحثين المتخصصين في هذا المجال، فقد اعتبر الصلابة النفسية أسلوبًا نفسيًا يرتبط بالقدرة على الصمود والمحافظة على صحة جيدة، ويعكس استعداد الفرد للأداء الفعّال في المواقف المجهدة. ويؤكد مادي أنّ الأفراد القادرين على توظيف هذا الأسلوب يستطيعون تحويل المواقف الضاغطة إلى فرص للتعلم والنمو والتطور الشخصي. (Maddi, 1999)

من خلال التعريفات السابقة يتضح أن الصلابة النفسية مفهوم متباين باختلاف زوايا البحث فيه؛ حيث تعتبر الصلابة النفسية: - **كخصائص شخصية:** تُعدّ أحد الموارد الجوهرية التي تساعد الفرد على مقاومة الضغوط والإحباطات التي قد تعترض مساره في مختلف مجالات الحياة.

- **كمورد داخلي:** تتجلى في مجموعة من الخصائص المعرفية والانفعالية والسلوكية والنفسية التي يمتلكها الفرد، والتي تمكنه من مواجهة التحديات والتغلب على المواقف الصعبة بفعالية أكبر.

- **كآلية لتعزيز المرونة النفسية:** إذ تمنح الفرد القدرة على التكيف مع الظروف الضاغطة وتجاوز العقبات، مما يساهم في الحد من انعكاسات الضغوط على صحته النفسية والجسدية.

- **كعامل وسيط بين الصحة والمرض:** فهي تمثل حلقة وصل مهمة تحمي الفرد من التأثيرات الضارة للضغوط، وتزيد من قدرته على التكيف، الأمر الذي ينعكس إيجابًا على صحته النفسية العامة.

3. أبعاد الصلابة النفسية:

طرح كوبازا (1979) تصوّرًا للصلابة النفسية يقوم على ثلاثة أبعاد أساسية تمثل السمات الجوهرية لدى الأفراد الأكثر قدرة على مواجهة الضغوط والتحديات الحياتية. وتُعدّ هذه الأبعاد عناصر محورية في عملية التكيف النفسي، حيث إن غيابها يقلل من مستوى الصلابة ويضعف استعداد الفرد للمواجهة والصمود.

وفيما يلي عرض لأبرز ملامح كل بعد:

1.3 الالتزام (Commitment)

يشير الالتزام إلى درجة انخراط الفرد في أنشطة الحياة وسعيه المستمر نحو تحقيق أهداف واضحة، بما يعكس إصراره على الإنجاز والتطور. ويمكن النظر إليه باعتباره نوعًا من التعاقد النفسي الذي يربط الفرد بذاته وقيمه وطموحاته، إضافة إلى ارتباطه بالآخرين وما يملّيه عليه ذلك من مسؤوليات. ويُعتبر الالتزام من الركائز الرئيسة للصلابة النفسية، إذ يمنح الفرد دافعًا قويًا للاستمرار والمثابرة رغم التحديات. (يوسفي، 2012).

وترى كوبازا أن الالتزام لا يقتصر على ما يتصل بالذات الفردية فقط، بل يمتد ليشمل المواقف والعلاقات الاجتماعية، حيث يمثل نقيضًا لحالة الاغتراب. فكلما كان الفرد أكثر التزامًا، زادت قدرته على التفاعل الإيجابي والمشاركة الفاعلة مع محيطه، وهو ما يعزز إحساسه بالمسؤولية ويدعمه نفسيًا في مواجهة ضغوط الحياة. (Suzanne.C, 1979, p. 414)

كما بينت كوبازا أن الالتزام يشمل نوعين أساسيين وهما :

الالتزام نحو الذات: يشير هذا النوع إلى قدرة الفرد على معرفة وتحديد اتجاهاته، سواء كانت إيجابية أو سلبية، كما يتضمن تحديد الأهداف الشخصية والوعي التام بقيمته الخاصة في الحياة .

والالتزام نحو العمل: يشير إلى اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته في حياته، وكذلك إدراكه للمسؤولية المرتبطة به. كما يتضمن ضرورة الاندماج الفعّال في بيئة العمل والتفاعل مع الآخرين لتحقيق الكفاءة والفاعلية في الأداء. (خيرة شويطر ، يوب مصطفى الزقاي، 2015، صفحة 52).

يُشير هذا البعد إلى شعور الفرد بالانتماء والتفاعل الإيجابي مع الحياة رغم الصعوبات. وقد أبرزت دراسة الحضري (2018): بعنوان معنى الحياة وعلاقته بالصلابة النفسية والشعور بالأمل لدى عينة من المعاقين بصريًا المراهقين، سعت الدراسة لمجموعة من الأهداف تمثلت في التعرف على العلاقة بين معنى الحياة والصلابة النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريًا، وكذا معرفة العلاقة بين معنى الحياة والشعور بالأمل لدى هذه الفئة، وأيضًا الكشف عن الفروق في معنى الحياة، الصلابة النفسية، والشعور بالأمل باختلاف متغيري النوع (ذكور/إناث) ونوع الإعاقة (وراثية/مكتسبة)، أما عينة الدراسة فقد بلغت 150 معاق بصريًا من مدرسة المكفوفين وتم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي ومقاييس الصلابة النفسية، الشعور بالأمل وبينت النتائج مايلي: - وجود علاقات ارتباطية دالة بين أبعاد معنى الحياة وكل من الصلابة النفسية والشعور بالأمل.

- وجود فروق دالة في معنى الحياة، الصلابة النفسية، والشعور بالأمل تبعًا لمتغيري النوع ونوع الإعاقة، وجاءت الفروق لصالح الذكور والمعاقين وراثيًا.

تعكس هذه النتيجة أن الأفراد الذين يمتلكون التزامًا قويًا تجاه الحياة وقيمها يتمتعون بصلابة نفسية أعلى، وهو ما ينسجم مع الطرح النظري لكوباسا الذي يرى في الالتزام آلية نفسية لمواجهة الضغوط وتحويلها إلى فرص للنمو.

2.3 التحكم (Control)

يُشير بُعد التحكم إلى قدرة الفرد على التكيف مع مختلف التغيرات الحياتية ومواجهة المواقف الضاغطة بدرجة عالية من المرونة والصمود. ويُعتبر هذا البعد انعكاسًا لمستوى المسؤولية التي يتحملها الفرد في إدارة حياته.

وفي هذا السياق، يرى مخيمر (1996) أن التحكم يمثل مؤشرًا على الوعي بالمسؤولية، حيث يُمكن الفرد من اتخاذ القرارات الملائمة واختيار البدائل المتاحة، بما يعكس قدرته على توجيه مسار حياته بإرادة واستقلالية.

أما كوبازا (1979) فقد عرّفت التحكم بوصفه إيمان الفرد بقدرته على ضبط مجريات الأحداث والتأثير فيها، وهو ما يرتبط بما يُعرف بالمسؤولية الشخصية. إذ يشير هذا البعد إلى إدراك الفرد لأهمية تحمّل مسؤولية أفعاله، وسعيه لإحداث تأثير إيجابي في مجريات الأمور، والشعور بالكفاءة في التعامل مع المواقف الضاغطة، بدلًا من الاستسلام للعجز أو الانسحاب أمام الصعوبات.

وفي هذا السياق، تُبرز دراسة أدمو، كمال (2019): والمعونة ب: الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى المعاقين بصريًا باتحاد المكفوفين بالخرطوم، وهدفت إلى الكشف عن طبيعة هذه العلاقة ومعرفة الفروق في الصلابة النفسية تبعًا لمتغيرات (النوع، العمر، المؤهل العلمي)، طبقت الدراسة على عينة بلغت 100 فرد من المكفوفين ومن أجل تحقيق هدف الدراسة استخدم الباحثين المنهج الوصفي الارتباطي والاستبيان كأداة للدراسة في شكل مقياسي الصلابة وقلق المستقبل، ومن أهم النتائج المتوصل إليها: ارتفاع الصلابة النفسية

وانخفاض قلق المستقبل لدى أفراد العين، وجود علاقة عكسية دالة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، كما أظهرت فروق لصالح الذكور في الصلابة النفسية، دون فروق تذكر تبعاً للعمر أو المؤهل التعليمي.

وبالمثل، تدعم دراسة **Prosvetova (2018)** هذا البعد من خلال التأكيد على الدور المحوري لتقدير الذات في تعزيز الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، حيث يرتبط تقدير الذات العالي بالشعور بالتحكم الداخلي والسيطرة على المواقف الضاغطة، وهو ما يتوافق مع تفسير مادي وسلفاتور الذي يؤكد على الدور الوسيط للتصور الذاتي في التحكم المعرفي والانفعالي بالمواقف الضاغطة.

3.3 التحدي (Challenge)

التحدي أحد الأبعاد الجوهرية في مفهوم الصلابة النفسية، وقد عرّفته كوبازا (1983) بأنه الاعتقاد الراسخ بأن التغيير المستمر في الحياة أمر طبيعي وضروري لتطور الفرد ونضجه، وليس تهديداً لسلامته النفسية أو لأمنه الشخصي. فالأفراد الذين يمتلكون هذا البعد من الصلابة لا ينظرون إلى الأحداث المفاجئة أو التغيرات الضاغطة كعقبات تُثير القلق والانفعال، بل يرون فيها فرصاً للتعلم واكتساب خبرات جديدة تُمكنهم من التكيف والنمو.

في هذا السياق، يُنظر إلى التحدي بوصفه كل ما يطرأ على حياة الفرد من تغيّرات، دون أن يؤدي إلى إحداث خلل في جهازه النفسي أو المناعي؛ بل على العكس من ذلك، تُستثمر هذه التغيّرات كمحفّزات لتبني أنماط أكثر فاعلية في مواجهة الضغوط. ويتجسد ذلك من خلال الدخول المباشر في صُلب المشكلات، والسعي للتعامل معها بروح إيجابية، والبحث عن حلول بناءً تساعد الفرد على تعزيز قدرته على الصمود والتكيف. (السيد، 2001، صفحة 210).

يتعلق هذا البعد باستعداد الفرد لمواجهة المواقف الجديدة باعتبارها فرصاً للتعلم والنمو. وقد أشارت دراسة الشهاوي (2019): والمعنونة بـ "الإسهام النسبي للصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بمهارات التأهيل المهني لدى المعاقين بصرياً، وهدفت إلى معرفة مدى إسهام كل من الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في معرفة المهارات التأهيلية مسبقاً لدى المعاقين بصرياً، شملت عينة الدراسة 118 طالب/ة واعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وتم توزيع استبيانات للدراسة شملت مقاييس الصلابة النفسية، المساندة الاجتماعية، التأهيل المهني، المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين مهارات التأهيل والصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، كذلك وجود إسهام للصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بمهارات التأهيل المهني، كما بينت أن المساندة الاجتماعية أكثر إسهاماً من الصلابة النفسية في التنبؤ بذلك.

وعليه، تُظهر الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية - الالتزام، والتحكم، والتحدي - تفاعلاً تكاملياً يضيف على الفرد قدرة نوعية في مواجهة المواقف الضاغطة. فالالتزام يُوفّر قاعدة ثابتة من الدافعية والانخراط الإيجابي في مختلف مجالات الحياة، وهو ما يعزز إدراك الفرد لجدوى جهوده ويمنحه شعوراً بالمعنى والغاية. هذا الالتزام يدعم بدوره بُعد التحكم، إذ يدفع الفرد إلى تبني موقف فاعل تجاه الأحداث، يقوم على تحمّل المسؤولية والسعي للتأثير فيها. ومن خلال هذا التحكم، يصبح الفرد أكثر استعداداً للنظر إلى الضغوط والتغيرات باعتبارها تحديات لا تهديدات، ما يفتح المجال أمام استثمارها كفرص للتعلم والنمو الشخصي. وبذلك، فإن التكامل بين الأبعاد الثلاثة لا ينتج فقط شخصية قادرة على الصمود، بل أيضاً شخصية متجددة ومرنة في مواجهة متطلبات الحياة.

وكتعقيب على الدراسات السابقة في ظل أبعاد الصلابة النفسية فقد أظهرت الدراسات تنوعاً في تناول موضوع الصلابة النفسية لدى ذوي الإعاقة البصرية، حيث تناولت كل دراسة بعداً محدداً من أبعادها. فقد بينت دراسة الحضري (2018) وجود علاقة دالة بين الصلابة النفسية ومعنى الحياة والشعور بالأمل لدى المراهقين المكفوفين، مع فروق لصالح الذكور والمعاقين وراثياً، مما يشير إلى أثر العوامل

الديموغرافية في تشكيل مستويات الصلابة. كما أكدت دراسة (Prosvetova 2018) دور تقدير الذات في تعزيز الصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة البصرية، دون وجود فروق مقارنة بأقرانهم من غير ذوي الإعاقة، ما يعكس أن الصلابة ترتبط بآليات تكيف داخلية أكثر من ارتباطها بطبيعة الإعاقة. وأوضحت دراسة أدمو وكمال (2019) أن ارتفاع الصلابة النفسية يقترن بانخفاض قلق المستقبل، مع فروق لصالح الذكور، مما يعزز دور الصلابة كآلية وقائية في مواجهة القلق والتوتر. بينما كشفت دراسة الشهاوي (2019) عن إسهام الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بمهارات التأهيل المهني، مع بروز تأثير المساندة الاجتماعية كعامل داعم للتكيف الإيجابي. وعليه، يتضح أن الصلابة النفسية لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية هي نتاج تفاعل بين عوامل معرفية وانفعالية واجتماعية، تشمل معنى الحياة، تقدير الذات، والدعم الاجتماعي، إضافة إلى الخصائص الديموغرافية. وتمثل هذه الصلابة آلية مركزية في دعم الأمل، والحد من القلق، وتعزيز الكفاءات الأكاديمية والمهنية، مما يجعلها مكوناً جوهرياً في التكيف النفسي والاجتماعي لهذه الفئة.

4. علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات:

1.4 فاعلية الذات: Self-efficacy

هي إيمان الفرد بقدراته على إنجاز المهام بنجاح، مما يعزز ثقته بنفسه ويدفعه لاتخاذ خطوات فعّالة لمواجهة الصعوبات وتحقيق الأهداف. (مفتاح، 2010، صفحة 161)

2.4 قوة الأنا: Ego strength

تمثل قدرة الفرد على التوافق مع ذاته ومحيطه، والتحكم في انفعالاته رغم الضغوط، بما يعكس شعوره بالكفاية والرضا ويعزز تكيفه الإيجابي. (مقبل، 2022، صفحة 1201)

3.4 تقدير الذات: Self-esteem

يشير إلى تقييم الفرد لذاته واتجاهاته نحو نفسه، ويعكس مدى اعتقاده بقيمته وكفاءته، كما يتجلى في سلوكياته وتفاعلاته مع الآخرين. (علوطي، 2017، صفحة 147)

4.4 الصحة النفسية: Mental health

حالة من التوافق الداخلي، تتجسد في الشعور بالكفاية والراحة، واستغلال القدرات بشكل إيجابي لمواجهة متطلبات الحياة وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي. (خليفة، 2018)

5.4 التكيف: Adaptation

عملية تعديل الفرد لسلوكياته وأفكاره بما يتلاءم مع متطلبات الحياة المتغيرة، من خلال مواجهة الضغوط والظروف الجديدة بكفاءة. (الحمد، 2017، صفحة 16)

6.4 المرونة النفسية: Psychological flexibility

قدرة الفرد على الاستجابة بمرونة للضغوط والمواقف الصعبة، بما يساعده على الحفاظ على التوازن النفسي وتجاوز التحديات. (الأحمدي، 2007، صفحة 5).

5. النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية :

1.5 نظرية كوبازا 1979 (S. Kobasa)

تُعد الباحثة الأمريكية سوزان كوبازا من أبرز من أسهموا في طرح مفهوم الصلابة النفسية كمتغير وسيط يفسر العلاقة بين الضغوط والصحة النفسية والجسدية، حيث قدمته لأول مرة سنة 1979 في مقالها: أحداث الحياة الضاغطة، الشخصية والصحة: فحص للصلابة النفسية. انطلقت كوبازا من سلسلة دراسات (1979-1984) سعت من خلالها إلى تفسير قدرة بعض الأفراد على الحفاظ على توازنهم النفسي والجسمي رغم شدة الضغوط، في مقابل عجز آخرين عن ذلك. واستندت جزئياً إلى النموذج المعرفي للتقييم والتكيف الذي طرحه لازاروس، مؤكدة أن طريقة إدراك الفرد للأحداث وتفسيرها هي التي تحدد استجابته لها، أكثر من شدة الحدث ذاته.

ورأت كوبازا أن الضغوط ليست مجرد عوامل سلبية، بل قد تكون ضرورية للنمو الشخصي والاجتماعي والانفعالي. غير أن الفروق الفردية في التعامل معها تعود إلى امتلاك موارد نفسية واجتماعية، في مقدمتها الصلابة النفسية المكوّنة من ثلاثة أبعاد مترابطة: الالتزام، التحكم، والتحدي. وتعمل هذه الأبعاد كآلية وقائية داخلية تساعد على مقاومة الضغوط وتحقيق التكيف الإيجابي، مما جعل نموذج كوبازا من أهم النماذج المفسرة للعلاقة بين الضغوط والمرونة النفسية.

- ركزت كوبازا على دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية وتأثير الضغوط الحياتية في الصحة النفسية والجسدية، وذلك باستخدام مجموعة من المقاييس النفسية، مثل: مقياس الصلابة النفسية، مقياس أحداث الحياة الحرجة (هولمز وراه)، مقياس الصحة والمرض (وايلر وآخرون)، مقياس مصدر الضبط، ومقياس الاغتراب عن الذات والعمل، إلى جانب أدوات أخرى مساندة. وقد طبقت هذه الأدوات على عينة قوامها 259 مشاركاً.

أظهرت النتائج أن الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي) لا تقتصر على تخفيف أثر الضغوط، بل تُعد أيضاً عامل وقاية يحمي الأفراد من نتائجها السلبية. فالأشخاص ذوو الصلابة العالية يتميزون بالاندماج بدل الاغتراب، وبالشعور بالتحكم بدل العجز، وبالتحدي والإرادة بدل الشعور بالتهديد.

كما بيّنت كوبازا أن الدعم الاجتماعي والبيئة الأسرية المستقرة يمثلان عوامل مساعدة في تعزيز الصلابة النفسية والوقاية من الاضطرابات المرتبطة بالضغوط. واعتمدت في تفسيرها لهذه العملية على ما أسمته بـ "العملية الدائرية" التي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق، مؤكدة أن الصلابة النفسية تكسر هذه الحلقة من خلال تمكين الفرد من التكيف الإيجابي والتعامل الفعال مع مصادر التوتر، مما يحمي صحته النفسية والجسدية. (عمر، 2016، الصفحات 20-21-22)

أهمية النموذج في ضوء عينة الدراسة:

تبرز الصلابة النفسية لدى هذه الفئة كعامل وقائي محوري يسهم في تعزيز قدرتهم على التكيف الأكاديمي والاجتماعي، وتخفيف فاعليتهم الذاتية في مواجهة المهام والتحديات رغم العوائق البصرية، فضلاً عن دورها في الوقاية من الضغوط النفسية المرتبطة بالإقصاء أو التهميش أو محدودية التسهيلات الأكاديمية.

وتتمثل أبرز مصادر الضغط لديهم في: صعوبة الوصول إلى المعلومات والمواد التعليمية، ضعف الدعم الاجتماعي داخل الجامعة، الإحساس بالاختلاف أو الاغتراب النفسي، والقلق المرتبط بالمستقبل الأكاديمي والمهني. وفي مواجهة هذه التحديات، فإن تفعيل أبعاد الصلابة النفسية، خاصة بعدي التحكم والتحدي، يمكنهم من إعادة تأطير المواقف الضاغطة بصورة إيجابية، وتبني استراتيجيات تكيف مرنة، والحفاظ على استقرار نفسي يعزز استمرارهم الأكاديمي وقدرتهم على الإنجاز.

وعليه، يوفر نموذج كوبازا إطارًا تفسيريًا متينًا لفهم آليات مواجهة الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية لصعوباتهم الحياتية والأكاديمية. كما أن اعتبار الصلابة النفسية سمة ديناميكية قابلة للتعزيز يفتح المجال أمام ممارسات دعم وتمكين تساعد هذه الفئة على تطوير قدراتها التكيفية، وتحقيق الصحة النفسية الإيجابية، وإثبات الذات في بيئة جامعية قد لا تكون دائمًا مهيأة لاحتياجاتهم.

2.5 نظرية مادي (Salvatore Maddi, 1984)

إنّ نظرية "مادي" من أبرز الأسس النظرية المفسرة للصلابة النفسية، إذ كان إسهامه بارز في تطوير هذا المفهوم وصياغته كإطار شامل، حتى أن العديد من الباحثين يعدّونه المؤسس الفعلي للبناء النظري للصلابة النفسية، رغم ارتباطه الأكاديمي بكوبازا كأستاذ مشرف على أطروحتها للدكتوراه.

برزت إسهامات مادي في مؤلفاته، لاسيما كتابه "الهوية المثالية والشخصية السابقة للمرض (Ideal Identity and Premorbid Personality)" الذي ناقش فيه أثر التحولات الاجتماعية والثقافية والتغيرات التكنولوجية السريعة على تكوين الهوية الشخصية، مؤكدًا أن هذه المتغيرات تسهم في إعادة تشكيل شخصية الفرد من خلال الأدوار الاجتماعية التي يؤديها داخل مجتمعه.

- يقوم النموذج الذي طرحه مادي على جملة من الفرضيات المستندة إلى دراسات طويلة، أهمها:

- أن تراكم الضغوط الحياتية يشكّل بيئة خصبة لارتفاع مستويات التوتر النفسي.

أما مكونات الصلابة النفسية وفق مادي، فتتمثل في تفاعل ثلاثة أبعاد رئيسية:

الالتزام: يعكس انخراط الفرد في أنشطته المختلفة وإحساسه بالمعنى فيما يقوم به، إضافة إلى ارتباطه العاطفي والمعرفي بالعالم المحيط.

التحكم: يشير إلى إيمان الفرد بقدرته على التأثير في مجريات الأحداث والنتائج، وعدم اعتباره مجرد ضحية للظروف.

التحدي: يتمثل في إدراك التغيرات والضغوط كفرص للتعلّم والنمو الشخصي، بدلاً من النظر إليها كتهديدات ينبغي تجنبها.

وبناءً على ذلك، يرى مادي أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يتميزون بقدرتهم على تحويل الأحداث الضاغطة إلى خبرات

تعليمية ذات معنى، كما يمتلكون مهارات متقدمة في إدارة المواقف والتحكم في انفعالاتهم، ويظهرون مرونة نفسية عالية تؤهلهم للتعامل

الفعال مع الأزمات. ونتيجة لذلك، فإنهم يتمتعون بصحة نفسية وجسمية أفضل، وتقل لديهم احتمالية الإصابة بالأمراض السيكوسوماتية

مقارنة بغيرهم. (شويطر، 2017، صفحة 98)

وكإسقاط للنموذج على الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية

عند تطبيق نموذج مادي على عينة الدراسة، تتضح الصلابة النفسية كبنية محورية لمواجهة الضغوط الجامعية والحياتية. فالالتزام يعزز اندماجهم

ومشاركتهم الفاعلة رغم الإحباطات، والتحكم يمنحهم ثقة بقدرتهم على توظيف بدائل كالتقنيات السمعية والقراءة الناطقة، أما التحدي

فيدفعهم لاعتبار الإعاقة والضغوط فرصاً للنمو واكتساب الخبرات. ومن ثم يوفر النموذج إطاراً لفهم كيفية إعادة تفسير المواقف الضاغطة

وتوظيفها لتطوير الذات، ما ينعكس في تنمية استراتيجيات تكيف فعالة، وخفض القلق والتوتر، وتحسين جودة الحياة الجامعية والصحة

النفسية. وهنا تعمل الصلابة كآلية وقائية تحمّ من الأعراض النفسية والجسمية، وتدعم النجاح الأكاديمي والتوافق الاجتماعي.

3.5 نموذج فنك: 1995 (Steven J. Funk)

قدّم ستيفن فنك عام 1995 تصوّراً مطوّراً للصلابة النفسية، انطلق فيه من مراجعة الطرح الأصلي لسوزان كوبازا بهدف توسيع المفهوم

وتدعيمه بالاختبارات التجريبية. سعى فنك من خلال دراسته إلى استكشاف الصلة بين الصلابة النفسية وعدد من المتغيرات المرتبطة بها،

مثل الإدراك المعرفي للمواقف الضاغطة واستراتيجيات التعايش الإيجابي، وذلك عبر دراسة ميدانية أجراها على عينة قوامها 167 جندياً.

اتسمت دراسته بالتركيز على مواقف عملية واقعية، إذ قام بقياس مستويات الصلابة النفسية والإدراك المعرفي وطرائق التكيف لدى المشاركين قبل فترة التدريب العسكري وبعدها، مما أتاح له متابعة التغيرات الناتجة عن الانخراط الفعلي في ضغوط حقيقية. وقد كشفت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين بُعدي الالتزام والتحكم من جهة، والصحة العقلية من جهة أخرى. حيث خلص فنك إلى أن هذين البُعدين يسهمان بفاعلية في خفض معدلات التوتر والانفعالات السلبية، ويعززان القدرة على توظيف استراتيجيات تكيفية فعالة للتعامل مع المواقف الضاغطة وحل المشكلات.

كما أوضحت الدراسة أن الأفراد ذوي الصلابة المرتفعة، وبالأخص الذين يتميزون بدرجات عالية من الالتزام والإحساس بالتحكم، يبرهنون على قدرة أكبر في التعايش الإيجابي والحد من ردود الفعل السلبية، وهو ما ينعكس إيجاباً على صحتهم النفسية واستقرارهم الانفعالي. (شيباني، 2021، صفحة 98).

يررز تطبيق نموذج فنك على الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية دور الصلابة النفسية في التكيف مع التحديات الأكاديمية والاجتماعية. فالالتزام يظهر في انخراطهم الفعّال وإضفاء المعنى على مسيرتهم التعليمية، ما يقيهم من الانسحاب والإحباط، بينما يمنحهم التحكم قناعة بقدرتهم على إدارة حياتهم الجامعية واستراتيجيات تعلمهم. وبذلك، يتمكنون من إعادة تفسير الصعوبات كفرص قابلة للإدارة وتوظيف استراتيجيات تكيف إيجابية كالمثابرة وطلب الدعم، بدلاً من الاستجابات السلبية.

الربط التحليلي بين النماذج النظرية والدراسات السابقة:

يتكامل الطرح النظري للصلابة النفسية كما قدمته كوبازا ومادي وفنك مع ما أظهرته الدراسات السابقة حول خصائص الصلابة لدى ذوي الإعاقة البصرية. إذ توضح نتائج تلك الدراسات كيف تتجلى الأبعاد النظرية الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي) في واقع الأفراد ذوي الإعاقة البصرية، بما يعزز صلاحية النماذج لتفسير تكيفهم النفسي والاجتماعي.

أولاً: في ضوء نموذج كوبازا (1979): أكدت كوبازا أن الصلابة النفسية تمثل آلية وقائية في مواجهة الضغوط، تقوم على الالتزام، والتحكم، والتحدي. ويتقاطع ذلك مع ما أظهرته دراسة الحضري (2018) من أن معنى الحياة والأمل يرتبطان إيجاباً بالصلابة النفسية لدى المراهقين المكفوفين، وهو ما يجسد بعد الالتزام كما وصفته كوبازا، أي الانخراط الإيجابي في الحياة رغم المعوقات.

كما تتفق نتائج دراسة أدمو وكمال (2019) التي بينت انخفاض قلق المستقبل مع ارتفاع الصلابة النفسية، مع بعدي التحكم والتحدي في نموذج كوبازا، إذ يرى النموذج أن إدراك الفرد لقدرته على إدارة الضغوط يحد من القلق ويعزز المقاومة النفسية.

وهكذا تدعم النتائج الميدانية صلاحية هذا النموذج لتفسير قدرة ذوي الإعاقة البصرية على الحفاظ على التوازن النفسي رغم ما يواجهونه من ضغوط أكاديمية واجتماعية.

ثانياً: في ضوء نظرية مادي (1984): يرى مادي أن الصلابة النفسية ليست مجرد سمة ثابتة بل عملية ديناميكية تنبثق من التفاعل بين الالتزام والتحكم والتحدي، وتعمل على تحويل الضغوط إلى فرص للنمو.

وتعزز نتائج دراسة Prosvetova (2018) هذا المنظور حين أكدت أن تقدير الذات يشكل مؤشراً أساسياً للصلابة النفسية لدى المكفوفين، وهو ما يتقاطع مع بعد التحكم في نموذج مادي، الذي يربط الإحساس بالكفاءة الذاتية بقدرة الفرد على التأثير في مجريات حياته.

كما أن العلاقة السلبية بين الصلابة وقلق المستقبل التي كشفتها دراسة أدمو وكمال (2019) تُسند البعد الثالث في نظرية مادي، والمتمثل في التحدي، إذ يعكس استعداد الأفراد ذوي الصلابة العالية للتعامل الإيجابي مع المجهول والضغوط المستقبلية.

وبذلك يؤكد واقع ذوي الإعاقة البصرية ما طرحه مادي من أن الصلابة تمثل آلية نفسية لإعادة تأطير المواقف الضاغطة وتحويلها إلى فرص للتطور الذاتي.

ثالثاً: في ضوء نموذج فنك (1995): أعاد فنك التركيز على دور الالتزام والتحكم كعاملين أساسيين في الحفاظ على الصحة النفسية والتقليل من التوتر. ويتجلى هذا بوضوح في دراسة الشهاوي (2019) التي أظهرت أن الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية تسهمان في التنبؤ بمهارات التأهيل المهني لدى المكفوفين.

فهنا يبدو بعد الالتزام في الانخراط الفعال داخل البيئة الأكاديمية والمهنية، بينما يظهر بعد التحكم في استخدام استراتيجيات تكيفية ناجعة لإدارة التحديات اليومية، وهو ما يتوافق مع تأكيد فنك على فاعلية الصلابة في تحسين التكيف العملي والصحي. كما أن بروز الدعم الاجتماعي كعامل موازٍ للصلابة ينسجم مع ما أشار إليه فنك من أن الصلابة النفسية تعمل ضمن شبكة تفاعلية تشمل البيئة الاجتماعية، لا بوصفها سمة فردية معزولة.

وكخلاصة لما تم تحليله؛ تُظهر مقارنة النماذج النظرية بالدراسات السابقة أنّ الصلابة النفسية لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية هي بنية تكاملية متعددة الأبعاد تتجاوز المفهوم الفردي إلى منظومة ديناميكية تشمل الإدراك الذاتي، الأمل، الدعم الاجتماعي، وإدارة التحديات.

فالنماذج الثلاثة، رغم اختلاف زواياها، تتقاطع في تأكيدها على أن الصلابة النفسية تمكن الأفراد من تحويل الإعاقة من عائق إلى تجربة تعلم ونمو، وهو ما أكدته نتائج الدراسات الميدانية التي أبرزت أثر الصلابة في خفض القلق وتعزيز الأمل والتكيف الأكاديمي والمهني.

6. أهمية الصلابة النفسية في التكيف مع الضغوط لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة

البصرية:

تُعد الصلابة النفسية من أبرز الآليات التي تمكن الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية من مواجهة الضغوط الأكاديمية والاجتماعية، فهي لا تقتصر على حماية صحتهم النفسية، بل تسهم في تعزيز فاعليتهم الذاتية وتكيفهم الإيجابي مع التحديات. وقد أكدت ملاحظات ميدانية ودراسة سابقة للباحثة حول الصلابة والفاعلية الذاتية لدى هذه الفئة أهميتها العملية في مساعدتهم على تجاوز صعوباتهم اليومية ودعم مسارهم الأكاديمي والاجتماعي. وباعتبارها سمة إيجابية ووقائية، تكتسب الصلابة أهمية مضاعفة لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية نظراً لتعدد الضغوط الشخصية والأكاديمية التي يواجهونها.

التكيف مع التحديات الأكاديمية:

ومن منطلق آخر، تساعد الصلابة النفسية هؤلاء الطلبة على تجاوز العقبات المرتبطة بصعوبة النفاذ إلى المصادر التعليمية، وضعف التكيف البيداغوجي، وضغط الامتحانات، من خلال تعزيز مثابرتهم وإصرارهم على بلوغ أهدافهم.

التعامل مع الضغوط النفسية والاجتماعية:

في ظل ما قد يتعرضون له من مواقف إقصاء أو شعور بالاغتراب، تمنحهم الصلابة النفسية القدرة على إعادة تفسير هذه المواقف باعتبارها فرصاً للتحدي والنمو، بدلاً من النظر إليها كمصادر تهديد تؤدي إلى الانسحاب أو العزلة.

تعزيز الفاعلية الذاتية والشعور بالتحكم:

تمكّنهم الصلابة النفسية من تطوير قناعة داخلية بقدرتهم على التحكم في مجريات حياتهم، وإيجاد حلول واقعية لمشكلاتهم، بما يعزز ثقتهم بأنفسهم ويحفّزهم على الاستقلالية والاعتماد على الذات.

الوقاية من الاضطرابات النفسية والجسدية:

تمثل الصلابة عامل حماية ضد القلق والاكتئاب والضغط المزمنة، التي قد تنشأ عن طبيعة الإعاقة أو عن المعوقات الأكاديمية والاجتماعية، وهو ما ينعكس إيجاباً على صحتهم النفسية والجسدية على حد سواء.

تعزيز الاستمرارية والنجاح الأكاديمي:

الطلبة ذوو الصلابة النفسية المرتفعة أكثر قدرة على التكيف مع متطلبات التعليم العالي، وعلى مواجهة الضغوط المرتبطة بالتقييم والتحصيل، مما يزيد من فرص نجاحهم واستمراريتهم في التعليم الجامعي.

المناقشة النظرية التحليلية:

وفقاً لما تم استعراضه في النماذج والنظريات المفسرة للصلابة النفسية (كوبازا، مادي، فنك)، يتضح أن هذا المفهوم يُنظر إليه كآلية نفسية ديناميكية تُمكن الفرد من مواجهة الضغوط والتحديات، مع وجود تباينات دقيقة في تركيز كل نموذج:

من حيث البنية النظرية:

ركزت كوبازا على الصلابة كمتغير وسيط يفسر العلاقة بين الضغوط والصحة، وجعلتها قائمة على أبعاد ثلاثة: الالتزام، التحكم، التحدي. بينما مادي منحها بُعداً أعمق بوصفها "أسلوب حياة" يجعل الفرد أكثر قدرة على تحويل الأحداث الضاغطة إلى فرص للتعلم والنمو. أما فنك فقد أعاد النظر في الطرح السابق عبر اختباره تجريبياً في مواقف ضاغطة حقيقية، مؤكداً على الدور الأساسي لبعدي الالتزام والتحكم في التخفيف من الآثار السلبية للضغط.

من حيث المنطلقات النظرية:

استندت كوبازا إلى النموذج المعرفي للتقييم والتكيف معتبرة أن الاستجابة للضغط مرهونة بالتفسير المعرفي له. في حين وسّع مادي الإطار عبر دراسة الطابع الاجتماعي-الثقافي للتغيرات ودوره في تشكيل الهوية والصلابة. أما فنك فقد وظّف اختبارات ميدانية لقياس مدى ثبات الصلابة وتأثيرها المباشر على الصحة النفسية في بيئات عالية الضغط (التدريب العسكري)

وتتجلى أوجه الاتفاق بينهم أن جميع النماذج أكدت على أن الصلابة النفسية ليست مجرد سمة شخصية، بل هي مورد نفسي قابل للتنمية، يسهم في تعزيز الصحة النفسية، الوقاية من الاضطرابات، والارتقاء بفاعلية الفرد في مواجهة الضغوط.

أما الاختلاف الجوهرى يكمن في درجة التركيز:

كوبازا أبرزت الصلابة كحاجز واقى، مادي أبرزها كأسلوب حياة متكامل، وفنك ربطها بالقدرة على التكيف العملي الفعلي. كما أن فنك خفّف من مركزية بُعد "التحدي" مقارنة بكوبازا ومادي، معتبراً أن الالتزام والتحكم أكثر تأثيراً.

إسقاطات على فئة الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية :

بالنظر لطبيعة التحديات الأكاديمية والاجتماعية التي يواجهها هؤلاء الطلبة، يمكن الاستفادة من جميع النماذج مجتمعة: من نموذج كوبازا: إدراك الضغوط وإعادة تفسيرها بوصفها فرصاً للتكيف.

من نموذج مادي: تبني الصلابة كأسلوب حياة يعزز النمو الشخصي رغم الإعاقة.

من نموذج فنك: التركيز على تنمية الالتزام والتحكم كأدوات عملية مباشرة لتقليل التوتر والانفعالات السلبية. وبذلك يمكن القول إن النماذج الثلاثة متكاملة أكثر منها متعارضة، حيث تتيح مجتمعةً إطاراً نظرياً غنياً لفهم الصلابة النفسية كآلية أساسية للتكيف مع الضغوط، خاصة لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، الذين يحتاجون إلى تنمية مواردهم النفسية والاجتماعية لمواجهة التحديات الأكاديمية والحياتية.

من خلال ما تم التطرق إليه في الأدب النظري لهذه الدراسة واستناداً على الدراسات السابقة يمكن القول أنّ تعزيز الصلابة النفسية لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية يفتح آفاقاً واسعة على مستويين:

المستوى الأكاديمي: تحسين الدافعية نحو التعلم، دعم الاستقلالية، والقدرة على تجاوز العوائق المرتبطة بالولوج إلى المعرفة، مما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم واندماجهم الجامعي.

المستوى النفسي - الاجتماعي: تقوية الصحة النفسية، الحد من القلق والاغتراب، وتعزيز الثقة بالنفس بما يدعم تكيفهم داخل الحياة الجامعية وخارجها.

إن إدماج الصلابة النفسية في البرامج الإرشادية الجامعية، سواء عبر ورشات تدريبية أو استراتيجيات تعليمية داجمة، يُعد خطوة استراتيجية نحو بناء بيئة جامعية أكثر إنصافاً واحتواءً، تُحقق مبدأ تكافؤ الفرص وتُسهم في تمكين الطلبة ذوي الإعاقة البصرية من استثمار إمكاناتهم الذاتية على النحو الأمثل.

توصيات الدراسة:

في ضوء ما تم طرحه في الدراسة، وبالنظر إلى خصوصية الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، يمكن صياغة التوصيات التالية:

➤ تصميم برامج إرشادية وتكوينية تستهدف تنمية الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي) لدى الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية، بما يساعدهم على التكيف مع ضغوط الحياة الجامعية.

➤ إدماج استراتيجيات تعليمية داجمة تأخذ في الحسبان الفروق الفردية واحتياجات الطلبة المكفوفين، بما يسهم في تعزيز فاعليتهم الأكاديمية والشخصية.

➤ تعزيز الدعم الاجتماعي من خلال تفعيل شبكات الدعم داخل الجامعة، للحد من الشعور بالعزلة أو الاغتراب النفسي.

➤ الاستثمار في الوسائط التكنولوجية الميسرة (مثل البرمجيات الناطقة ووسائل النفاذ الرقمي) لتمكين الطلبة من الولوج السهل إلى مصادر التعلم، بما يخفف من مصادر الضغط المرتبطة بصعوبات الوصول إلى المعرفة.

➤ تشجيع الدراسات الميدانية التي تربط الصلابة النفسية بمتغيرات أخرى مثل الفاعلية الذاتية، الصحة النفسية، والتحصيل الأكاديمي، وذلك من أجل بلورة تدخلات أكثر شمولاً وفعالية.

خاتمة:

تبين من خلال هذه المراجعة التحليلية أنّ الصلابة النفسية تمثل مورداً نفسياً أساسياً يمكن الطلبة الجامعيين ذوي الإعاقة البصرية من مواجهة التحديات الأكاديمية والحياتية بمرونة وتوازن انفعالي. وقد أظهرت النماذج النظرية المفسرة لهذا المفهوم، مثل نموذج كوبازا ومادي وفنك، أن أبعاد الالتزام والتحكم والتحدي تُعد آليات تكيف وقائية تسهم في تعزيز الفاعلية الذاتية، ودعم الصحة النفسية، والحد من القلق

المرتبط بالمستقبل. كما بينت نتائج الدراسات أن هذه الأبعاد تتفاعل مع عوامل ذاتية واجتماعية كمعنى الحياة وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لتشكيل منظومة متكاملة للصلاية النفسية. ومن هذا المنطلق، فإن توظيف مفهوم الصلاية النفسية داخل البيئة الجامعية لا يقتصر على بعده النظري، بل يشكل أساساً عملياً لبناء استراتيجيات دعم وتمكين تستهدف الطلبة ذوي الإعاقة البصرية، وتعمل على ترسيخ مبدأ التعليم الدامج القائم على تكافؤ الفرص وتعزيز القدرات الذاتية والمهنية لديهم.

المصادر والمراجع:

- Kobasa Suzanne,C. (1979). *Personality and resistance to illness*. American journal of community psychology. 423-413، (4)7 .
- Salvatore,R, Maddi .(1999). *The Personality Construct of Hardiness: I. Effects on Experiencing, Coping, and Strain* . psychology journal practice and research. 94-83، (2)51 .
- Steven, Funk .(1992). *Hardiness. review of theory and research* . journal of health psychology-335، (5)11 .345.
- ابن منظور. (1999). *لسان العرب*. مصر: دار المعارف.
- الحجار ابراهيم , دخان محمد. (2006). *الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلاية النفسية لديهم*. مجلة الجامعة الاسلامية للبحوث الانسانية، 14 (2)، 398-369.
- الهاشمي مكي ، الزبيدي حسن. (2011). *صلاية الشخصية وعلاقتها بتقدير الذات لدى التدريسيين بالجامعة*. مجلة البحوث التربوية والنفسية، 31، 403-353.
- حدة يوسف. (2012). *فاعلية برنامج إرشادي (معرفي سلوكي) في تنمية بعض المتغيرات الواقية من الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة* دراسة شبه تجريبية. رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة باتنة، الجزائر.
- حسن عبد اللطيف، لولوة حمادة. (2002). *الصلاية النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة*. مجلة دراسات نفسية، 12 (2)، 272-229.
- خيرة شويطر ، يوب مصطفى الزقاي. (2015). *الصلاية النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران دراسة سيكومترية وصفية*. مجلة دراسات نفسية تربوية، 8 (2)، 66-47.
- خيرة شويطر. استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الأمهات على ضوء متغيري الصلاية النفسية والمساندة الاجتماعية-دراسة ميدانية على عينة من ولاية وهران-. أطروحة دكتوراه. جامعة وهران2، الجزائر.
- سليم الأحمد. (2007). *المرونة-حدود المرونة بين الثوابت والمتغيرات-*. السعودية: مؤسسة الأمة للنشر والتوزيع.
- سهام عليوة. (2012). *صلاية الشخصية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين المكفوفين*. مجلة الدراسات التربوية والانسانية، 4 (4)، 310-239.
- سهيلة علوطي. (2017). *العلاقة بين تقدير الذات والدافع للإنجاز لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بجامعة جيجل*. مجلة أبحاث نفسية وتربوية، 3 (10)، 182-137.
- عثمان فاروق السيد. (2001). *القلق وإدارة الضغوط*. مصر: دار الفكر العربي.

- علاء الدين هلكا عمر. الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من تحمل الضيق والأبعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين. أطروحة دكتوراه. جامعة بيروت العربية، لبنان.
- عماد مخيمر. (1996). إدراك القبول الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية. مجلة دراسات نفسية، 6(2)، 275-299.
- ليلي شيباني. (2021). علاقة الوعي الصحي والصلابة النفسية بالاتجاه نحو ممارسة النشاط الرياضي لدى الراشدين المصابين بالسمنة في ظل متغيري الجنس والمستوى التعليمي. دراسة ميدانية على عينة من الراشدين المصابين بالسمنة بولاية البويرة. أطروحة دكتوراه. جامعة البليدة 2، الجزائر.
- محمد عبد العزيز مفتاح. (2010). مقدمة في علم النفس الصحة. الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
- مرفت عبد ربه مقبل. (2022). فعالية برنامج إرشادي لتحسين قوة الأنا لدى طالبات المرحلة الثانوية المصابات بالسكري. مجلة كلية التربية جامعة المنصورة، 118، 1197-1225.
- مصطفى نوري القمش، خليل المعايطه. (2014). سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. الاردن: دار المسيرة.
- منى عتيق. (2011). الطلبة الجامعيون بين تصور المستقبل وتأسيس الهوية الاجتماعية. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، 3(2)، 397-416.
- نادية خليف. (2018). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسي لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري تيزي وزو. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 3(1)، 39-67.
- نايف الحمد. (2017). الصلابة النفسية و علاقتها بسوء التكيف النفسي والأكاديمي لدى الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات. مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية، 44(1)، 15-31.

References :

- Ibn manzūr. (1999). *Lisān al-‘Arab*. Miṣr : Dār al-Ma‘ārif.
- al-Ḥajjār Ibrāhīm, Dukhān Muḥammad. (2006). *al-ḍughūt al-naḥsīyah ladā ṭalabat al-Jāmi‘ah al-Islāmīyah wa-‘alāqatuhā bālshlābh al-naḥsīyah ldyhm*. Majallat al-Jāmi‘ah al-Islāmīyah lil-Buḥūth al-Insānīyah, 14 (2), 369-398.
- al-Hāshimī Makkī, al-Zubaydī Ḥasan. (2011). *shlābh al-shakhṣīyah wa-‘alāqatuhā bi-taqdīr al-dhāt ladā altdrīsyyn bi-al-Jāmi‘ah*. Majallat al-Buḥūth al-Tarbawīyah wa-al-naḥsīyah, 31, 353-403.
- Ḥiddat Yūsufī. *fā‘iliyat Barnāmaj irshādī (ma‘rifī sulūkī) fī Tanmiyat ba‘d al-mutaghayyirāt al-wāqīyah min al-ḍughūt al-naḥsīyah ladā ṭalabat al-Jāmi‘ah dirāsah Shībh tajrībīyah*. Risālat duktūrāh ghayr manshūrah. Jāmi‘at Bātnah, al-Jazā‘ir.
- Ḥasan ‘Abd al-Laṭīf, Lūluwah Ḥamādah. (2002). *alshlābh al-naḥsīyah wa-al-raghbah fī al-taḥakkum ladā ṭullāb al-Jāmi‘ah*. Majallat Dirāsāt naḥsīyah, 12 (2), 229-272.
- Khayrah Shuwaytir, Yūb Muṣṭafā al-zqāy. (2015). *alshlābh al-naḥsīyah ladā al-ummahāt al-‘āmilāt bi-Qītā‘ al-Ta‘līm bwhrān dirāsah sykwmttryh waṣṣfīyah*. Majallat Dirāsāt naḥsīyah tarbawīyah, 8 (2), 47-66.
- Khayrah Shuwaytir. *Istirātījīyāt muwājahat al-ḍughūt al-naḥsīyah ladā al-ummahāt ‘alā daw’ mtghyry alshlābh al-naḥsīyah wālmsāndh alājāmā‘yt-drāsh maydānīyah ‘alā ‘ayyīnah min Wilāyat whrān-. uṭrūḥat duktūrāh*. Jāmi‘at whrān2, al-Jazā‘ir.
- Salīm al-Aḥmadī. (2007). *almrwnt-ḥdwd almrwnh bayna al-Thawābit wālmgtghyrāt-. al-Sa‘ūdīyah : Mu‘assasat al-ummah lil-Nashr wa-al-Tawzī‘*.
- Sihām ‘Ulaywah. (2012). *shlābh al-shakhṣīyah wa-‘alāqatuhā b’sāyb muwājahat al-ḍughūt al-naḥsīyah ladā al-murāhiqīn al-makfūfīn*. mjltdrāsāt al-Tarbawīyah al-Insānīyah, 4 (4), 239-310.
- Suhaylah ‘Iwty. (2017). *al-‘alāqah ibn taqdīr al-dhāt wāldāf’ ll’njāz ladā al-ṭālib al-Jāmi‘ī dirāsah maydānīyah bi-Jāmi‘at Jījil*. Majallat Abḥāth naḥsīyah wa-tarbawīyah, 3 (10), 137-182.
- ‘Uthmān Fārūq al-Sayyid. (2001). *al-qalaq wa-idārat al-ḍughūt*. Miṣr : Dār al-Fikr al-‘Arabī.



- 'Alā' al-Dīn hlkā 'Umar. alšlābh al-naḥsīyah wa-'alāqatuhā bi-kull min taḥmil al-ḥayyiq wa-al-ab'ād al-asāsīyah lil-shakhsīyah ladā 'ayyinaḥ min al-murāhiqīn al-Lubnānīyīn. uṭrūḥat duktūrāh. Jāmi'at Bayrūt al-'Arabīyah, Lubnān.
- 'Imād Mukhaymar. (1996). idrāk al-qubūl al-raḥd alwāldy wa-'alāqatuhu bālšlābh al-naḥsīyah. Majallat Dirāsāt naḥsīyah, 6 (2), 275-299.
- Laylā Shaybānī. (2021). 'alāqat al-Wa'y al-ṣiḥḥī wālšlābh al-naḥsīyah bālātjāh Naḥwa mumārasat al-nashāt al-riyādī ladā al-Rāshidīn almsābyn bālsmnḥ fī ḥill mtghyry al-jins wa-al-mustawā al-ta'limī. dirāsah maydānīyah 'alā 'ayyinaḥ min al-Rāshidīn almsābyn bālsmnḥ bi-Wilāyat albwyryh. uṭrūḥat duktūrāh. Jāmi'at al-blydt2, al-Jazā'ir.
- Muḥammad 'Abd al-'Azīz Miftāḥ. (2010). muqaddimah fī 'ilm al-naḥs al-ṣiḥḥah. al-Urdun : Dār Wā'il lil-Nashr wa-al-Tawzī'.
- Mirfat 'Abd Rabbih Muqbil. (2022). fa'āliyat Barnāmaj irshādī li-taḥsīn qūwat al-anā ladā ṭālibāt al-marḥalah al-thānawīyah almsābāt bālskry .. Majallat Kullīyat al-Tarbiyah Jāmi'at al-Manṣūrah, 118, 1197-1225.
- Muṣṭafā Nūrī al-Qamsh, Khalīl al-Ma'āyīḥ. (2014). Saykūlūjīyat al-atfāl dhawī al-iḥtiyājāt al-khāṣṣah. al-Urdun : Dār al-Masīrah.
- Munā 'Atīq. (2011). al-ṭalabah al-jāmi'īyūn bayna Taṣawwur al-mustaqbal wa-ta'sīs al-huwīyah al-ijtimā'īyah. Majallat al-'Ulūm al-Insānīyah wa-al-Ijtimā'īyah, 3 (2), 397-416.
- Nādiyah Khalīfī. (2018). al-ṣiḥḥah al-naḥsīyah wa-'alāqatuhā bālḍghwṭ al-naḥsīyah ladā ṭalabat al-Jāmi'ah dirāsah maydānīyah 'alā 'ayyinaḥ min ṭalabat Kullīyat al-'Ulūm al-Insānīyah wa-al-Ijtimā'īyah bi-Jāmi'at Mawlūd Mu'ammārī Tīzī Wuzū. Majallat al-Jāmi' fī al-Dirāsāt al-naḥsīyah wa-al-'Ulūm al-Tarbawīyah, 3 (1), 39-67.
- Nāyif al-Ḥamad. (2017). alšlābh al-naḥsīyah wa 'alāqatihā bsw' al-takayyuf al-naḥsī wāl'kādy my ladā al-ṭālibāt al-mutazawwijāt wa-ghayr al-mutazawwijāt .. Majallat Dirāsāt al-'Ulūm al-Insānīyah wa-al-Ijtimā'īyah, 44 (1), 15-31.