

جامعة مولود معمري تيزي وزو
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس



الصلابة النفسية لدى المسن المتعرض
للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية
دراسة عيادية لـ 04 حالات بولاية تيزي وزو

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

الأستاذ المشرف:

زايدي باية

من إعداد الطالب:

بن هلال كمال

السنة الجامعية: 2022/2021



شكر و عرفان

من أول المشكورين الله الذي عز لفضه و ﷻ على تيسيره لأمرنا
و توفيقه لنا .

كي نتقدم بعدها بكل معاني الشكر الجزيل و بأطيب الكلمات و الامتنان
للأستاذة الرائعة و المتواضعة المشرفة على عملنا التي عملت على توجيهنا
و إرشادنا حتى آخر لحظة الأستاذة المحترمة "زايدي باية" .

كما لا يفوتنا أن نتقدم بكل الشكر و العرفان و بفائق التقدير و الامتنان

لكل من ساعدنا في إخراج هذا العمل

الإهداء

الحمد لله الذي أنار لنا طريق العلم والمعرفة
ووفقنا لأداء هذا الواجب وأعاننا لانجاز هذا
العمل .

كما يشرفنا أن نتوجه بالشكر و الامتنان لكل
من ساعدنا في انجاز هذا العمل من قريب أو
من بعيد .

كما نتقدم بالشكر لكل الأساتذة في قسم
علم النفس و كل الزملاء و الأصدقاء كما
أهدي هذا العمل الي روح الأم الغالية .

كمال

ملخص الدراسة:

لقد اخترنا لمذكرتنا عنوان الصلابة النفسية لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية. و تم اختيار هذا الموضوع لانعدام الدراسات فيه. وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى تأثير التعذيب علي الصلابة النفسية , و كذلك التعرف علي مستوى الصلابة لدي المسنين المتعرضين لتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية.

حيث تم الانطلاق من التساؤل التالي: ما مستوى الدرجة الكلية للصلابة النفسية وما مستويات أبعادها (التحكم، الالتزام، التحدي) لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية؟

وانبثق من هذه الفرضية العامة فرضيات ثلاث فرضيات جزئية و هم مستوى الالتزام ومستوي التحكم و مستوى التحدي لدي هذه الفئة.

وقد اعتمدت الدراسة علي أربع حالات قد تعرضت لأبشع حالات التعذيب أثناء الاستعمار الفرنسي.

وقد تمت هذه الدراسة بين مركز بوخالفة للمسنين بتزي وزو و مدينة ذرع بن خدة. وقد استعملنا في دراستنا المقابلة العيادية النصف موجهة و كذلك مقياس الصلابة النفسية للباحث احمد مخيمر، وبعد تحليل النتائج تم التوصل إلى تحقق الفرضية العامة والفرضيات الجزئية للدراسة.

Résumé:

Nous avons choisi pour notre mémoire le titre de la dureté psychologique du vieil homme torturé pendant la guerre de libération de l'Algérie. Ce sujet a été choisi en raison du manque d'études à ce sujet. Cette étude vise à connaître l'étendue de l'effet de la torture sur la dureté psychologique, ainsi qu'à identifier le niveau de dureté des personnes âgées qui ont été soumises à la torture pendant la guerre de libération de l'Algérie.

Elle était basée sur la question suivante : Quel est le niveau de dureté psychologique des personnes âgées soumises à la torture pendant la guerre de libération de l'Algérie ? Quel est le niveau du degré de dureté psychologique des dimensions de contrôle, d'engagement et de défi ?

Trois hypothèses partielles ont émergé de cette hypothèse générale, qui sont le niveau d'engagement, le niveau de contrôle et le niveau de défi pour ce groupe.

L'étude était basée sur quatre cas qui ont été soumis aux cas de torture les plus horribles pendant le colonialisme français.

Cette étude a été réalisée entre le Centre Boukhalfa pour personnes âgées à Tzi Ouzou et la ville de Dra' Ben Khedda.

Dans notre étude, nous avons utilisé l'entretien clinique semi-dirigé, ainsi que l'échelle de dureté psychologique du chercheur Ahmed Mukhaimer, et après analyse des résultats, l'hypothèse générale et les hypothèses partielles de l'étude ont été vérifiées.

فهرس المحتويات

-	شكر وعرفان
-	إهداء
-	ملخص الدراسة
-	فهرس المحتويات
-	فهرس الجداول
أ	مقدمة
الفصل الأول الإطار العام للإشكالية	
05	1- طرح الإشكالية.
07	2- فرضية الدراسة.
07	3- أسباب اختيار الموضوع.
07	4- أهمية الدراسة.
08	5- أهداف الدراسة.
08	6- تحديد المفاهيم الأساسية اجرائيا
الفصل الثاني الصلابة النفسية	
11	- تمهيد.
12	1- مفهوم الصلابة النفسية.
14	2- المفاهيم المتعلقة بالصلابة النفسية.
18	3- أبعاد الصلابة النفسية.
21	4- أهمية الصلابة النفسية.
23	5- النظريات المفسرة للصلابة النفسية.
26	- خلاصة.

الفصل الثالث	
التعذيب أثناء الحرب التحريرية	
28	- تمهيد.
28	1- ظروف الحياة أثناء الفترة الاستعمارية.
29	2- مفهوم التعذيب.
29	3- طرق التعذيب المنتهزة من طرف الإستعمار الفرنسي.
31	4- الأثر النفسي و الجسدي للمتعرضين للتعذيب.
الفصل الرابع	
الشيخوخة (المسن)	
33	- تمهيد.
34	1- مفهوم الشيخوخة.
35	2- مراحل الشيخوخة.
35	3- النظريات المفسرة للشيخوخة.
38	4- مشكلات الشيخوخة.
39	5- ظروف عيش المسنين في الجزائر اليوم.
43	- خلاصة.
الفصل الخامس	
منهجية الدراسة	
45	تمهيد.
46	1- منهج الدراسة .
46	2- تقديم مكان إجراء الدراسة .
47	3- مجموعة الدراسة .
48	4- أدوات الدراسة .

الفصل السادس	
عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
52	تمهيد
53	1- عرض و تحليل نتائج الدراسة
58	2- مناقشة النتائج.
60	خاتمة
61	التوصيات
63	قائمة المراجع
-	الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
39	يبين نسب المشاركة حسب التسلية و الإعلام مفضلة للأشخاص المسنين حسب الجنس.	01
47	خصائص مجموعة الدراسة	02

مقدمة:

ان الغاية من دراسة علم النفس عموما هو محاولة فهم السلوك الإنساني بغية التنبؤ وضبط هذا الأخير , ويحاول علماء النفس معرفة تأثير مختلف المتغيرات علي السلوك ومحاولة تقويم السلوك و اجاد العلاقة بين المتغيرات المكونة لنفس البشرية .

و يواجه الفرد في ذذا العصر كثير من المواقف الضاغطة ومختلف الظروف الصعبة في حياة تزداد تعقيدا يوما بعد يوم , فيواجه كثير من مصادر القلق و التهديد الانفعالات السلبية و ذلك في مختلف نواحي الحياة .

وكثير من علماء الاجتماع و علم النفس يعتبرون عصرنا عصر القلق , فكثير من المجتمعان بما فيها المجتمعات المتقدمة تعاني من الأزمات النفسية و القلق , فبرغم منى تطور العلم و التكنولوجيا التي جعلت الإنسان يعيش في رخاء و سهولة الوصول الي الترف الا ان هذا لم يمنع من ازدياد الاضطرابات النفسية .

وتعتبر الصلابة النفسية من المتغيرات الأساسية التي تحمي الفرد من الاضطرابات و الانفعالات السلبية و خاصة لمن يكتسب مستوي مرتفع من الصلابة وهي مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة و التخفيف من أثارها علي الصحة النفسية و الجسمية حيث يتقبل الفرد الضغوط و التغيرات التي يتعرض لها و ينظر لها علي أنها نوع من التحدي و ليس تهديدات (زينب أحمد نوفل راضي) .

و بالرغم أن الصلابة النفسية و تحمل الضغوط يعتمدان علي العوامل الفسيولوجية والبيولوجية كما أورد كل من سيمونز و جاهر الا أن العوامل البيئية لها دور كبير في تنمية مستوي الصلابة لدي الفرد .

وقد أكد كوبازا في دراسته أهمية العلاقات بين أفراد الأسرة التي تقوم علي الاحترام والتقدير و الحب و التواصل و التشجيع , الذي يجعل الطفل يشعر بالأمان و تقدير الذات ويجعله أكثر تحملا للمسؤولية و أكثر طموحا و اسرارا علي تحقيق أهدافه المستقبلية .

ومن هذا المنطلق نستنبط أهمية الصلابة النفسية للأفراد و مدي فاعلية الصلابة النفسية و أبعادها من تحكم وتحدي و التزام من أجل تطوير الأفراد و المجتمع ليصير الفرد منتج و خدوم لمجتمعة قصد النهوض به و الرقي الي مستوى الحضارة البشرية التي تكفل للانسان كرامته و كبريائه .

و لصلابة النفسية متغيرات كثيرة تعمل علي تقويتها او النزول بها و في دراستنا هذه نبحث عن عامل التعذيب و أثره المباشر علي الصلابة النفسية و خاصة عند كبار السن الذين تعرضوا لتعذيب في شبابهم .

و من هذا المنطلق تكمن أهمية ايجاد العلاقة بين متغير الصلابة النفسية و التعذيب فهذا الأخير يعتبر عامل كبير يؤثر علي الصلابة .فالتعذيب بكل أشكاله عمل شنيع في حق .

الانسان فهو هدر للكرامة الإنسانية حيث يترك أثر وخيم في نفسية الإنسان حتي مع مرور الوقت تبقي آثاره وخيمة وقد بينا كل هذه الأمور في دراستنا حيث قسمنا الجانب النظري الي أربعة فصول ركزنا فيها علي الصلابة النفسية و أبعادها و الشيخوخة و مراحلها و التعذيب و أشكاله في فترة الحرب التحريرية الجزائرية.

و تعكف هذه الدراسة الي معرفة تأثير التعذيب علي الصلابة النفسية لدي المسنين قصد إيجاد أحسن السبل لمساعدتهم علي تجاوز الآثار السلبية لهذا التعذيب , و كذلك من أجل التكفل النفسي الجيد و الملائم .

و قد أجرينا هذه الدراسة علي أربعة حالات تتوفر لديهم كل الشروط من كبر في السن و تعرضهم الي التعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية.

وختمنا هذه الدراسة بمناقشة نتائجه و الخروج بتوصيات.

الفصل الأول

الإطار العام للإشكالية

- 1- الإشكالية.
- 2- فرضية الدراسة.
- 3- أسباب اختيار الموضوع.
- 4- أهمية الدراسة.
- 5- أهداف الدراسة.
- 6- تحديد المفاهيم الأساسية إجرائيا.

1- الإشكالية:

يمر قطار العمر لدى الإنسان بعدة مراحل، تبدأ بالولادة، و تنتهي بالموت وتعتبر مرحلة الشيخوخة هي المرحلة الأخيرة في حياة الإنسان، وهي عملية التقدم في السن بشكل جنيا و معدل بيئيا و هي المرحلة النهائية من الحياة الطبيعية للإنسان.

وتعتبر مرحلة الشيخوخة أكثر المراحل تعقيدا و حساسية بالنسبة للفرد فالشخص يشعر باقتراب نهايته ويعتبر المسن في المجتمع الجزائري وخاصة الذي عاصر الحرب التحريرية الجزائرية أكثر من غيره نظرا لكمية المعاناة التي عاشها في فترة الاستعمار الفرنسي.

استخدم الاستعمار الفرنسي و منذ دخوله للجزائر، كل أساليب القمع والتعذيب، قصد إخماد روح المقاومة لدى الجزائريين وخاصة في السجون والمعتقلات ومراكز التعذيب موجودة في مختلف ربوع الوطن، وهذا بهدف ترهيب الشعب وإخضاعه لإرادته الاستعمارية. وكل هذا الكم الهائل من القمع والاستبداد والتعذيب والقتل والتهجير، ترك لدى المسنين اليوم آثار جسدية ونفسية وخيمة لدى هذه الفئة العمرية الحساسة في المجتمع.

وقد لازمتهم تلك الآثار طيلة حياتهم خاصة مع انخفاض المشاركة الاجتماعية والتي تعد مقدمه للوفاة، مما يسبب مشكلات صحية ونفسية كامنة تعمل على تدهور الصحة العامة المعتلة في أواخر العمر كذلك فان المشاركة الاجتماعية قد تكون دورا يتوسط التدهور في الصحة الجسمية والروح المعنوية. (سيد يوسف، 2005، ص 102)

و رغم ما سببه التعذيب في معاناة جسدية و نفسية إلا أن آثار ذلك التعذيب تختلف من شخص لآخر فدرجة التحمل تختلف من فرد لآخر و هذا راجع إلى عدة عوامل أهمها الفروق الفردية بين الأشخاص، قدرة المسن على التعامل و التعايش مع ماضيه و التأقلم و تجاوز تلك الذكريات المؤلمة و الغير إنسانية التي مارسها الاستعمار ضد هؤلاء الأشخاص.

و هذه العملية و من أهم العوامل التي تساعد على التغلب على هذه الضغوط عامل الصلابة النفسية.

و الصلابة النفسية تعتبر من أهم العوامل بل هو الأساسي و الحيوي في مجال علم النفس و هي العامل الحاسم في تحديد نوعية الحياة لدى كبار السن و تحدد الإتزان و الصحة النفسية لديهم.

فرغم تعرض الأشخاص لضغوط نفسية و جسدية قد تجعل الفرد يعاني من اضطرابات و تسبب له أزمات نفسية إلا أن عامل الصلابة النفسية يساعد في استخدام كل مصادر القوة النفسية لدى الفرد حتى تمكنه من تجاوز المشاكل النفسية و خاصة لدى المسنين المتعرضين لتعذيب.

الصلابة النفسية هي اعتقاد عام لدى الفرد في فعاليته و قدرته على استخدام المصادر النفسية و البيئية المتاحة بغرض إدراك و تفسير ما يواجهه من أحداث في الحياة.

(فروق السيد، 2001، ص 209)

و الصلابة النفسية هو مفهوم حديث يدخل في علم النفس الإيجابي و قد عرف من طرف الباحثة كوبازا **Kobaza** أنها: "عملية التكيف السليم و الجيد في أوقات الشدة و الضغوط و الصدمات مع بقاء الأمل، و الثقة بالنفس و القدرة على التحكم في المشاعر، و القدرة على حل المشاكل الحياتية. (خالد بن محمد عبد الله العبدلي، 2012، ص 22)

و لقد لقي موضوع الصلابة النفسية في عصرنا هذا إهتماما واسعا و خاصة من طرف علماء النفس و الباحثين الاجتماعيين، و نظرا لقلة دراسة أثار الصلابة النفسية على المسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب في الجزائر و حرصا منا على هذه الفئة التي ضحت من أجل استقلال الجزائر نرى من الضرورة أن ننجز هذا البحث الذي يتطراً إلى أثار التعذيب على الصلابة النفسية لدى المسنين المتعرضين لتعذيب و العلاقة بين هذين المتغيرين.

ومن هنا نطرح التساؤل التالي:

ما مستوى الدرجة الكلية للصلابة النفسية وما مستويات أبعادها (التحكم، الالتزام، التحدي) لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية؟

2- فرضية البحث:

- الفرضية العامة:

- يكون مستوى الصلابة النفسية لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية منخفضة.

- الفرضيات الجزئية:

1- لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية مستوى منخفض من الإلتزام.

2- لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية مستوى منخفض من التحكم.

3- لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية مستوى منخفض من التحدي.

3- أسباب اختيار الموضوع:

- نقص الاهتمام بالمسنين المتعرضين للتعذيب و نقص التكفل النفسي بهم.

- إنعدام البحوث في هذا الموضوع .

4- أهمية البحث:

نرى أن لهذا البحث أهمية بالغة للمجتمع و الفرد و أسرة البحث العلمي و كذلك الأهمية البالغة لدى فئة المسنين المتعرضين للتعذيب في فترة الاستعمار الفرنسي، و كذلك عائلتهم قصد معرفة الحالة النفسية للمسن.

كما يساهم هذا البحث في دعم قطاع الضمان الاجتماعي من أجل الاهتمام أكثر بهذه الفئة و التعامل الجيد معها و معرفة كل الجوانب النفسية لهذه الفئة، و مساعدتهم على العيش الكريم في أحسن الظروف و كذلك معرفة أثار مستويات الصلابة لدى هذه الفئة الهشة من المجتمع.

و كذلك التنفيس الإنفعالي للمسن (الحاجة للتفريغ الإنفعال).

5- أهداف البحث:

- التعرف على مستوى الصلابة لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الفترة الاستعمارية و الحرب التحريرية الجزائرية .

- التعرف على مستوى الإلتزام لدى المسن المتعرض لتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية.

- التعرف على مستوى التحكم لدى المسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية.

- التعرف على مستوى التحدي المسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية.

6- تحديد المفاهيم الأساسية إجرائيا:

6-1- المسن:

الشيخوخة هي المرحلة العمرية التي تبدأ فيها جميع وظائف الجسم الحيوية بالتدهور و قد عرفها جون بول برون "على أنها تأثير عادي للسن على مختلف الوظائف الجسم، حيث تتخفض قدرات المسن بأنواعها و غالبا".

يتم تعريف المسن ب أنه الشخص الذي تجاوز 55 سنة و هناك ثلاث مراحل أو مستويات للشيخوخة فالمستوى الأول من 55 إلى 65 سنة، ثم المستوى الثاني و الذي يمتد من 65 سنة إلى 75 سنة، ثم أخيرا المستوى الثالث و هو 75 سنة فما فوق.

6-2- الصلابة النفسية:

و هي مجموعة من السمات تتمثل في إعتقاد أو إتجاه عام لدى الفرد في فعاليته و قدرته على استغلال كل مصادره النفسية و البيئية المتاحة كي يدرك مقاومته للعوامل الضاغطة و الشاقة و يكون هذا الإدراك فعالا و قويا، ويقابل الدرجة التي يحصل عليها المسن على مقياس الصلابة النفسية.

و قد عرفها الباحث عماد مخيمر 1996 على أنها: "نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد إتجاه نفسه و أهدافه و قيمة الآخرين من حوله، و اعتقادات الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم قيما لما يواجهه من أحداث يتحمل المسؤولية عنها. (إقبال عطا، 2007، ص 48)

6-3- التعذيب:

واجرائيا يحدد التعذيب بكونه خضوع المسن للتعذيب نفسي وجسدي خلال تواجده في السجن أثناء الحرب التحريرية .

ويعرف التعذيب من طرف منظمة العفو الدولي، أنه إساءة مهددة للكرامة الإنسانية من دون توافر عرض محدد، إذ هو إلحاق قدر كبير من الإذلال و الإهانة لشخص آخر، وقد تكون أساليب المعاملة السيئة بدنية أو نفسية في طبيعتها و قد تترتب على كل هذه الإساءة آثار سلبية من الناحية الجسدية و النفسية.

و يعتبر التعذيب محرم من طرف كل الديانات السماوية و الوضعية و كذلك كل منظمات حقوق الإنسان المدنية.

الفصل الثاني

الصلابة النفسية

- تمهيد.

1- مفهوم الصلابة النفسية.

2- المفاهيم المتعلقة بالصلابة النفسية.

3- أبعاد الصلابة النفسية.

4- أهمية الصلابة النفسية.

5- النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

- خلاصة.

تمهيد:

إن الأزمات و الضغوط التي تواجه الفرد في الحياة على كل المستويات و خاصة الظروف الاجتماعية و الاقتصادية قد تسبب له عدد اضطرابات نفسية و سلوكية و الشعور بالإحباط و الانطواء أو العزلة و في نفس الوقت قد نجد الشخص يتعرض إلى ضغوطات أكثر من غيره و لكن يكون قادر على تجاوز كل هذه الضغوطات و الأزمات النفسية، و هذا راجع إلى عدة أسباب مثل الفروق الفردية أو قدرة التحكم في الأزمات و لكن أكثر الأسباب ما تعرف بالصلابة النفسية، فالصلابة النفسية تجعل الإنسان يتغلب عن الحياة الضاغطة و التقدم في الحياة و في هذا الفصل سوف نتطرق للصلابة النفسية و المفاهيم المتعلقة بها و أبعادها و النظريات المفسرة لها و فوائد الصلابة النفسية.

1- مفهوم الصلابة النفسية:

1-1- التعريف اللغوي: يعني القوة و الشدة

و وافق ابن منظور هذا التعريف (1999-1997) حيث اعتبر أن الصلابة في الشدة. أما معجم الوصف فيعرفها أنها مأخوذة من مادة صلب أي بمعنى إشتد و قرى و هذا يرجع للمال أو الغيرة، و يقال كذلك من وجهة الصلابة هي صف الجسم الذي يحتفظ بشكله و حجمه.

1-2- التعريف الاصطلاحي:

هناك عدة تعاريف للصلابة النفسية تكاد تجمع على نفس التعريف فقد عرفها (بوحالة 2015، 17) نقلا عن مادي بأنها: "نمط من المواقف والمهارات التي توفر الشجاعة والاستراتيجيات المناسبة لتحويل الظروف الصعبة والمحن إلى فرص للنمو والتطور وتعزيز الأداء والقيادة والسلوك والصحة النفسية."

و يرجع هذا المفهوم إلى كوبازا (1979) حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط، ولقد تعددت التعريفات المعاني المرتبطة بالصلابة النفسية:

و ترى البيدقارا (2011- 32) بأنها مكون من ثلاثة مركبات كالتالي: الإلتزام، التحكم، والتحدي تعمل معا على تحويل الظروف الضاغطة، أو المجهدة إلى فرص للنمو.

(Kalantar et al,2013)

ويعرفها بروكس (Brooks,2005) بأنها: "قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية والتعامل مع الإحباط، والأخطاء والصدمات النفسية، والمشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة وواقعية لحل المشاكل

والتفاعل بسلاسة مع الآخرين ومعاملة الآخرين باحترام واحترام الذات. " (حسن، 2010، 61)

ويشير العتيبي (2008) بأنها: نمط من التعاقد النفسي يلزم الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بأن بوسعه أن يكون له تحكُّم فيما يلقاه من أحداث، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً وإعاقة.

و يعرفها البهاص أن الصلابة النفسية أنها: "إدراك الفرد و تقبله للتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية و النفسية للضغوط و تساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط و تنتهي بالتعب النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط.

و يرى الباحث فنك (Funk-1992) أن الصلابة حصيلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها و تتميتها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر.

و الشيء الملاحظ من خلال التعاريف السابقة هناك شبه إجماع لدى علماء النفس و الأبحاث على أن الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة و التخفيف من أثارها على الصحة النفسية و الجسمية حيث تجعل الفرد يتقبل التغيرات و الضغوط التي يتعرض لها و ينظر لها على أنها نوع من التحدي، و يمكن إعتبار الصلابة هي الآلية الضغوط، منها القدرة على الإلتزام و التحدي على التحكم في الأمور الحياتية، و كذلك تسمح الصلابة النفسية لتكيف السليم و تجعله يمشي بسلاسة في طريق النمو و عدم العيش في التهديد و الصلابة و بما أن الصلابة النفسية تجمع عدة متغيرات و سمات فإنها ترتبط ببعض المفاهيم و القواعد الأخرى التي واحد من توضيحها.

(حسن، 2010، 62)

2- بعض المفاهيم المتعلقة:

إن للصلابة عدة مفاهيم تربط بها و من أهمها:

- الأنا و هي قوة تعتبر الأساس للصحة النفسية و التي تؤدي إلى التوازن النفسي و التوافق مع الكيان الذاتي للفرد من جهة و مع البيئة الاجتماعية من جهة أخرى و قوة الأنا تجعل الفرد إنما يشجع بالإحساس.

و هناك عدة تعاريف تبين لنا مفهوم الأنا.

و قد بين الباحث فرج عبد القادر (1993): على أنها قدرة الشخص على تحقيق التوافق والتي يتخذها دليلا على الصحة النفسية، و على مهارة الأنا في علاج صراعاته الشخصية و التعامل معها و مع العالم الخارجية بحيث ينتهي به الأمر إلى النجاح، و قوة الأنا تمثل طاقة الفرد النفسية التي تحدد مدى تحمله للظروف غير المواتية.

و قد وضحت دراسة (برنارد) والتي هدفت التعرف على العلاقة بين الأنا و الصلابة النفسية، و تقدير الذات و الكفاءة الذاتية و التفاؤل و بين القدرة على التوافق و الحالة الصحية الجيدة. (عادل محمود المنشاوي ، 2006، ص 13)

و لقد رآنا فرويد أن الأنا أنه قائد ديناميات الشخصية، و قد استخدم يونج 1953 Young مصطلح الأنا Ego قاصدا به الشعور أو العقل الواعي الذي يتكون من المدركات و الذكريات و المشاعر الواعية، أي أنه يعتبره مركز الجزء الشعوري من الشخصية، و هو ينظر إلى الذات Self على أنها تشمل ما هو شعوري و ما هو لا شعوري، و أنها الجهاز المركزي للشخصية الذي يصفى عليها وحدتها و توزنها و ثباتها و أنها هدف الحياة و أنها تحرك و تنظم السلوك و مقومات الشخصية الأنا، الهو و الأنا الأعلى. (عادل محمود المنشاوي ، 2006، ص 13)

2-2- الفاعلية الذاتية:

هي إحدى المتغيرات الوسيطة بين إدراك الفرد الأحداث الضاغطة و بين التعامل مع هذه الأحداث.

و ترى (نظرية التفاعل الاجتماعي) لباندورا سنة 1977 أنها اعتقاد و إيمان الشخص بقدراته للمنافسة و السيطرة على المواقف و لجلب ناتج مرغوب فيه، و تتطلب اعتقادات الفعالية الذاتية شعور الناس كيف يفكرون، دافعيتهم و تصرفاتهم، و مثل هذه الاعتقادات نتج من خلال عمليات أساسية و تشمل الإدراك، الدافعية، التنبؤ.

و الشعور بهذه الفعالية الذاتية تتكون في الطفولة المبكرة حيث يدرك الطفل أنه مقبول و مهم حيث يستقبل هذا الكم من المدح و الاستحسان خاصة من الوالدين، فيجعلان الطفل يشعر بالقيمة و الكفاءة و الاقتدار و الاستكشاف و هذه الكفاءة تكون نفسية و جسدية و اجتماعية و لغوية و تظهر ذلك في العلاقات التي بينها الطفل مع غيره و أقرانه، و طريقة الاستجابة للألعاب المشتركة.

و يمكن اختصار الفعالية الذاتية بأنها معرفة يمتلكها الفرد حول قدراته و ثقته بتحقيق أهدافه و مواجهة مواقف ضاغطة.

و يشير باندور كذلك (1989) إلى أن الفاعلية الذاتية لا تؤثر على انفعال الفرد و سلوكه و دافعيتته فحسب، و لكنها تلعب دورا مهما في نجاح الفرد و فشله و في صحته و في مرضه، أي أن نموذج الذي جسده باندورا هي العلاقة بين اعتقاد الفرد في فاعليته و إدراكه للأحداث الضاغطة من ناحية ، و بين القلق و الاكتئاب من ناحية أخرى، فشعور الفرد بعدم الفاعلية و الكفاية تجعله يبالغ في تفسير الخطر الكامن في الموقف مع الشعور بعدم القدرة على المواجهة. (عادل محمود المنشاوي ، 2006 ، ص 14)

و قد ميز باندورا بين معنيين للفاعلية:

- الفاعلية الذاتية المتوقعة : و تعني شعور الفرد بقدراته أو عجزه عن القيام بسلوك معين، أو انجاز ما يتضمن هذا الشعور درجة من الثقة و الشعور بالقدرة على التحكم.

- الفاعلية الذاتية المرجعية : و هي اعتقاد الفرد أو التنبؤ إلى نتائج السلوك الذي يقوم به و دعم أهمية الفاعلية الذاتية، إلا أنها لا تعتبر السمة الثابتة في الشخصية. (عادل محمود

المنشاوي ، 2006، ص 15)

2-3- مفهوم تقدير الذات:

الذات هو احد أهم متغيرات الشخصية، و التي تعتبر و تمثل الوقاية أو الحصانة و القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة سواء كانت من داخل النفس أو خارجها.

إن ثقة الفرد في نفسه و قدرته على إدراك قيمته و تقدير قوة و ائزان متغيرات الشخصية لديه، يساعد على المواجهة الناجحة للضغوط و تعتبر تقدير الذات أهم متغير في حياة الفرد و شخصيته، و هذا يؤثر على الفرد إيجابيا طول مشوار حياته سواء طويلا أو قصرا. (زينب نوفل، 2008، ص 45)

و تشير كثير من الدراسات على أن الطفل قد يريث تقدير الذات من الوالدين خاصة إذا كان هذان الآخرين يتمتعان بتقدير الذات العالي و كذلك اتسام العلاقة مع الطفل بالقبول و الحب فيشعر بقيمته عند ولديه و بذلك يكون محبوب و ذو قيمة.

و هذا يعني أنه كلما شعر الفرد بالقيمة و الاقتدار زاد الشعور بالثقة و القدرة و النجاح في الحياة. (زينب نوفل، 2008، ص 46)

كما أشار الباحث سميث (Smith1981) إلى أن تقدير الذات يؤثر في تقدير الفرد للضغوط و قدرته على تحملها، و مواجهتها، حيث أكد أن إدراك الطفل للحب و الاحترام و الاهتمام، و إعطاء حرية التعبير و المناقشة يجعله أكثر قدرة على المواجهة، بينما حينما يدرك الطفل عدم القبول أو عدم الحب يجعله يشعر بعدم الفاعلية و عدم القيمة و الكفاية.

و كذلك الباحث روينج (Ruinj, 1978) : فيرى أن تقدير الذات هي تلك الاتجاهات الفرد الشاملة (سالبة أم موجبة) نحو نفسه، و يعني به الحكم الشخصي للفرد على قيمته الذاتية التي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه، و التقدير يعني أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة و أهمية، بينما يعني تقدير الذات المنخفض عدم رضا الفرد عن نفسه أو رفضها أو احتقارها. (زينب نوفل، 2008، ص 46)

2-4- المناعة النفسية:

يعتبر مفهوم المناعة النفسية معنى فرضي و يعني به قدرة الفرد على مواجهة الأزمات و تحمل المصاعب و المصائب و شدائد و مقاومتها، و ينتج من ذلك أفكار و مشاعر و غضب و سخط و عداوة و انتقام، كما أنها تمد الجسم بمناعة إضافية تنشط أجهزة المناعة و تنقسم إلى ثلاثة أنواع:

2-4-1- مناعة نفسية طبيعية : هي مناعة ضد التأزم و القلق، و هي موجودة عند الإنسان المدرك في طبيعة تكوينه النفسي و ما ينمو معه من تفاعل بين الوراثة و البيئة الطبيعية، فالشخص النفسي الصحي يتمتع بمناعة نفسية طبيعية عالية ضد الأزمات و الكروب و عنده قدرة عالية على تحمل الإحباط و مواجهة الصعاب و ضبط النفس و السيطرة على الاضطرابات النفسية بسرعة.

2-4-2- مناعة نفسية مكتسبة طبيعياً: و هي ضد القلق و التأزم أو يكتسبها الإنسان من التعلم و الخبرات و المهارات و المعارف التي يتعلمها في مواجهة الأزمات و الصعوبات السابقة، حيث تعتبر هذه الخبرات و المهارات عبارة عن تطعيمات نفسية تنشط جهاز المناعة و تقوية و هذا يجعل الإنسان المتعرض للإحباط و الصعوبات و العوائق مفيداً في تنمية قدرته على التحمل في الأزمات و اكتساب الخبرات التي تنشط المناعة النفسية.

(محمد مرسي، 2002، ص 48)

2-4-3- مناعة نفسية مكتسبة صناعياً: و هي تشبه المناعة الجسمية التي تكتسبها من حق الجسم عمدا بالجرثومة المسببة للمرض، بعد الحد من خطورتها و تبقى مناعتها مدة طويلة، و تسمى كذلك مناعة مكتسبة فاعلة، و كذلك يكتسبها الإنسان من تعرضه لموقف مثير للقلق، و التوتر و الغضب المحتملة، مع تدريبه على السيطرة على انفعالاته و أفكاره و مشاعره و تعويده على مواجهة وساوس القلق و الجزع و الغضب.

و مما سبق ذكره أن ارتباط مفهوم الصلابة النفسية بمفهوم قوة الأنا لأنها ركيزة أساسية للتمتع بالصحة و التوافق التفسير و هو الخط الفاصل بين الصحة و العصاب و التوازن النفسي و الاضطراب و هي تغير حصانه ضد الأحداث الضاغطة و هي التي تسمح للفرد أن تكون مناعة و وقاية دائمة ضد الأزمات و الصعوبات و مثيرات الأزمات و حاجزا مانع ضد الاضطرابات و الصلابة النفسية عدة أبعاد. (محمد مرسي، 2002، ص 49)

3- أبعاد الصلابة النفسية:

للصلابة النفسية ثلاثة أبعاد لكونها حسب ما إقترحه كونازا في دراستها (kobasa,1979,2002) وهي كالتالي :

1- الالتزام (Commitment) :

هو نوع من الالتزام النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه من حوله.

(شهرزاد، 2014، 123)

كما أنه مصطلح يشير إلى إحساس الناس بروح المسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم الزوجية والأسرية والاجتماعية والمهنية. (عبد العزيز، 2010، 129)

و قد عرفه الباحث عماد مخيمر (1997): بأنه أي الإلتزام نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه و أهدافه و قيمه الآخرين.

فالالتزام يدفع الفرد نحو التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة و رؤيتها كمواقف هادف و ذات معنى فالفرد الذي لديه نزعة قوية نحو الالتزام يندمج مع الناس و الأشياء و الأحداث و الأشياء التي تدور من حوله، و يمثل الانفصال، و الإنزال و الاغتراب و مضيقه للوقت.

(عباس محمد، 2010، ص 176)

فهو يمثل التوجه نحو إندماج بنشاط في مظاهر الحياة المتنوعة فالفرد القوي يواجه كل أنواع الظروف الضاغطة و يعتمد على نفسه في إيجاد طرق للخلاص من ضغوطاته و يحولها إلى خبرات إيجابية تساعده في الحياة اليومية.

و هناك دراسات و باحثين أمثال كوبازا و مادي و بكسيتي صنفوا الإلتزام إلى أنواع و هي:

- الإلتزام تجاه الذات.
- الإلتزام تجاه العمل.
- الإلتزام تجاه القانون.
- الإلتزام تجاه الدين.
- الإلتزام الأخلاقي.

و مما لا يترك مجال للشك أن كل الباحثين اتفقوا على الأهمية البالغة التي يكتسبها الإلتزام كونه يعتبر البنية الأساسية التي تحكم المعتقدات و القيم و الأهداف و تحمل المسؤولية اتجاه نفسه و اتجاه مجتمعه و هذا ما يقوي مستوى الصلابة لدى الفرد.

2- التحكم (control) :

و ترى الباحثة كوبازا بأن التحكم اعتقاد بمدى قدرة الفرد على التحكم فيما يواجهه من أحداث و قدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له، فهو بهذا يشير إلى توجه الفرد نحو إحساس بالفعالية و التأثير في ظروف الحياة المتنوعة، كما يشير التحكم إلى الإحساس و الشعور كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الاستسلام و الشعور بالعجز عند مواجهة كوارث و صعوبات الحياة.

(زينب نوفل راضي، 2008، ص 72)

ويعنى التحكم الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار والقدرة على المواجهة الفعالة للضغوط والأزمات (بدر، 2007، ص 130)، ويُعرفه لويب (wiebe, 1991) بأنه: اعتقاد الفرد بتوقع حدوث الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف وأحداث شديدة قابلة للتناول والتحكم فيها أو إمكانية التحكم الفعال فيها، ويظهر في اقتحام المشكلات لحلها وعدم الخوف عند مواجهة المشكلات. (عثمان، 2001، ص 210)

و في هذا الصدد يتضح لنا أن التحكم هو القدرة على اتخاذ القرارات و الاختبارات الإستراتيجية و إيجاد بدائل و بفضل هذا الالتزام طريقة إنهاء المشكل أو تجنبه أو محاولة التعايش معه.

و الملاحظ أن الفرد السم بقوة التحكم سيكون لديه اعتقاد أنه يمكن اليتحكم في أحداث الحياة ويحمل نفسه مسؤولية ما يحدث له من أجل التأثير فيما حوله ، حتى لو كان في سياق صعب.

3- التحدي (challenge)

و يعني إعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة بدلا من الإستقرار أمر طبيعي بل حتمي لابد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه، وسلامته.

(عليوي، 2012، ص 17)

ويرى الباحث توماكا وآخرون (Tomaka, 1996) فلقد أشار بتلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ ردا على المتطلبات البيئية وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع معا وتوصف بأنها استجابات فعالة.

(محمد السيد أبو حلاوة، 2002، ص 41)

وبناء على ما تقدم يتضح أن تلك المكونات الثلاثة تمثل كلاً متكاملًا، لا يمكن الفصل بينها، تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية

والنفسية للفرد مما يعطي دافعا وتشجيعا للتغلب على هذه الأحداث، حيث اعتبر "كوبازا" أن توفر هذه المكونات الثلاثة يرتبط بارتفاع قدرة الفرد على التحدي لضغوط البيئة، وتحويل أحداث الحياة إلى فرص للنمو الشخصي، وبالتالي لا يكفي مكون واحد ليمدنا بالشجاعة، والدافعية لتحويل الضغوط إلى نظرة أكثر إيجابية.

(محمد السيد أبو حلاوة، 2002، ص 41)

4- أهمية الصلابة النفسية:

إن لصلابة النفسية أهمية كبيرة في الحياة و هي تقي الإنسان من أثار الضواغط الحياتية المختلفة، و هي تجعل الفرد أكثر مرونة و تفاءلا و قابلية لتغلب على مشاكله الضاغطة، تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية و الاضطرابات النفسية، فقد أشار كوبازا إلى أن الصلابة النفسية و مكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي، يخفف من وضع للضغوط و الأحداث على الصحة الجسمية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط و لا يمرضون. (عماد مخيمر، 1996، ص 78)

و تتفق كل من "كوبازا" و "فولكمان" و "لازاروس" في أن الخصائص النفسية كصلابة النفسية تؤثر في تقسيم الفرد المعرفي للحدث الضاغط ذاته، و ما ينطوي عليه من تهديد لأمنه و صحته النفسية و تقدير الذات، كما تؤثر أيضا في تقييم الأساليب المواجهة و هي المشكلات، الهروب، التجنب، تحمل المسؤولية، البحث عن المساندة الاجتماعية التحكم الذاتي....إلخ. (عماد مخيمر، 1996، ص 276-278)

و قد رأى باحثون أنه حتى و لو قام الأفراد الدين الذين يتمتعون بدرجة عالية من الصلابة النفسية بتقدير الضغوط فإنها تشكل لهم ضغط قليل مقارنة بالذين يتمتعون بمستوى صلابة منخفض.

و من أجل معرفة معمقة لأهمية الصلابة و جب علينا معرفة خصائص الصلابة النفسية.

5- خصائص الصلابة النفسية:

- هناك عدة خصائص للصلابة و التي تبرز أهمية الصلابة و هي ما يلي:
- الإحساس بالالتزام أو التحدي لدفع النفس للانخراط في عمل مستجد.
 - الاعتماد بالسيطرة لأي الإحساس بأن الشخص نفسه هو سبب الحدث الذي حدث في حياته، و أن الشخص يستطيع أن يؤثر على البيئة.
 - الرغبة في أحداث التغيير و مواجهة الأنشطة الجدية التي تمثل أو تكون بمثابة فرص للنماء و التطوير. (Taylor, 1995, p 261)

5- أوصاف (سمات) ذوي الصلابة المرتفعة:

- ملتزمون بالعمل الذي عليهم أدائه بدلا من شعورهم بالغبية.
- يشعرون أن لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلا من شعورهم بفقدان القوة.
- يجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم و تقودهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة للممارسة و إتخاذ القرار. (حمادة عبد اللطيف، 2002، ص 238 - 239)

5-2- أوصاف ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

- إن من سماتهم (ذوي الصلابة النفسية المنخفضة) عدم الشعور بهدف لأنفسهم، و لا معنى لحياتهم، و لا يتفاعلون مع بيئتهم إيجابية و يتوقعون التهديد المستمر و الضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة و المتغيرة، و يفضلون ثبات الأحداث، و لا يحبون التعبير و لا يتأثرون بالروتين بل بالعكس يشعرون بالراحة للروتين و الوقاية.
- أصحاب الصلابة المنخفضة سلبيون و ليس لهم الاعتقاد لضرورة التحديد و الارتقاء، كما أنهم سلبيون في تفاعلاتهم مع بيئتهم و عاجزون على تحمل الأثر السلبي. (محمد مرسي، 2002، ص 21-23)

5- النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

1- نظرية "كوبازا" (Kobasa, 1983) و الدراسات المصاحبة لها.

تعتبر نظرية كوبازا من أكثر النظريات الرائدة في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية و الجسمية بوصفها مفهوما حديثا و شاملا لإصابة بالأمراض.

و اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية و التجريبية و تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال فرانكال و "ماسلو" و "روجرز" و هي الأبحاث أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكانياته الشخصية و الاجتماعية بصورة جيدة. (Kobasa, 1983, P 889-842)

ويعد نموذج لازاروس (Lazarus) من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعوامل ثلاث وهي:

1- البيئة الداخلية للفرد.

2- الأسلوب الإدراكي المعرفي.

3- الشعور بالتهديد و الإحباط.

و ذكر الباحث أن حدوث خبرة الأحداث الضاغطة تحددتها مدى إدراك الفرد للحدث، و اعتباره موقف قابلا للتعايش و طرحت كوبازا الافتراض الأساسي لنظريتها و القائل بأن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة، يعد أمر ضروري بل حتى لأبد منه لارتقاء الفرد و نضجه الانفعالي و الاجتماعي، و أن المصادر النفسية و الاجتماعية الخاصة لكل فرد قد تقوى و تزيد عند التعرض لهذه الأحداث، و من أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية و أبعادها و هي الالتزام و التحكم و التحدي.

(Kobasa, 1983, P 889-842)

و قد فسرت كوبازا الارتباط القائم بين الصلابة و الوقاية من الإصابة بالأمراض، من خلال تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة، و من خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة.

و ترى كوبازا أن الأفراد الذين ينتمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطا و مبادرة و اقتدار و ضبطا داخليا، و أكثر صمودا، و رأت كوبازا أن السبب في عدم التأثر الأشخاص بالضغوط هو المواعيد الوسيطة بين التعرض للضغوط و نتائجها، و صدمة.

و يعتبر ظهور نموذج (فك Funk) إعادة النظر في نموذج كوبازا و حاول وضع تعديل جديد لنظريتها.

4-2- نموذج فك (1432): و قد قام بإعادة النظر في نظرية كوبازا، و حاول إعطاء تعديل جديد لها من خلال الدراسة التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية و الإدراك المعرفي و التعايش الفعال من جهة و الصحة العقلية من جهة أخرى على كيفية قوامها 167 جنديا.

و اعتمد الباحث على المواقف الصعبة في تقديره للصلابة ، و قام ذات الباحث بقياس متغير الصلابة و الإدراك المعرفي للمواقف الشاقة، و كيفية التعايش معنا قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين و التي بلغت ستة أشهر.

و قد انتهى فك من هذه الدراسة إلى نتائج مهمة هي:

- ارتباط مكوني الالتزام و التحكم فقط بالصحة النفسية الجيدة للأفراد، الإلتزام من خلال تخفيض الشعور بالتهديد و استخدام استراتيجيات التعايش الفعال كاستراتيجية ضبط الانفعال.

- أما التحكم: ارتبط بالصحة العقلية الجيدة من خلال إدراك الموقف على مشقة، و استخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش. (Kobasa, 1983, P 889-842)

لقد بينت هذه الدراسات و غيرها أن مفهوم الصلابة النفسية جاء من أبحاث عديدة قام بها باحثون أنها مصدر إيجابي للتغلب على الضغوط النفسية من خلال اعتقاد عقلي يمشي نحو النمو و الارتقاء لا نحو المشاعر بالتهديد و الاستسلام، ثم عدلت هذه النظرية و انبثقت منها نظرية فنك التي أتت بمفهوم الإدراك المعرفي و استراتيجيات التعايش و الصحة النفسية العقلية لمواجهة الجهد و المشقة و صعوبات اليومية التي يواجهها الفرد في حياته.

(Kobasa, 1983, P 889-842)

خلاصة:

إن الصلابة النفسية ترتبط ارتباطا وثيقا بالصحة النفسية، حيث أن الصلابة النفسية و ارتفاع مستواها لدى الفرد تجعل منه شخصية قوية قادرة على مواجهة الضغوط و الشدائد و تحلله يشعر بالقدرة على مواجهة كل العقبات في الحياة، و تساعده على التحكم في الانفعالات و تحلوا ذات مقاومة ذاتية عند تلقي الصدمات و مع هذا هناك عوامل مساعدة على تقوية الصلابة لدى الشخص، وجود دعم عائلي عاقل التخصص من الآثار السلبية للأحداث الضاغطة على الصحة النفسية و الاجتماعية.

الفصل الثالث

التعذيب أثناء الحرب التحريرية

تمهيد.

- 1- ظروف الحياة أثناء الفترة الاستعمارية.
- 2- مفهوم التعذيب.
- 3- طرق التعذيب المنتهزة من طرف الإستعمار الفرنسي.
- 4- الأثر النفسي و الجسدي للمتعرضين للتعذيب.

تمهيد :

إن من أسوء ما اقترفه الإنسان فيحق أخاه الإنسان التعذيب، و هذا الأخير قد يترك آثار جسمية و نفسية في الشخص. و قد تؤثر في مجرى حياته بالكامل، و الثورة التحريرية للجزائرية شهدت أبشع أنواع التعذيب و التنكيل في حق الشعب الجزائري فقد شهدت السجون في تلك الفترة عدة أشكال من التعذيب المنهج.

1- ظروف حياة الشعب الجزائري أثناء الفترة الاستعمارية :

الاحتلال الفرنسي للجزائر يعتبر من أطول الإحتلالات و كثرتها بشاعة في التاريخ الحديث، و من خلال أكثر من 132 سنة قدم أبناء الجزائر أرواحهم فداءا لتحرير الوطن حتى صار يسمونه بلد المليون شهيد.

و لقد اتحدت فرنسا و منذ احتلالها للجزائر سياسة واضحة، و هي محو ثقافة البلاد و تحويلها إلى ثقافة تبعية، تتبع فرنسا بشكل كامل و حاولت تفكيك أوصال المجتمع الجزائري و قد اتخذت فرنسا عدة خطوات و أولها ارتكاب جرائم إبادة جماعية، لتجرد ديمغرافية البلاد و القضاء على المقاومة الشعبية.

و قد حلف الاحتلال الفرنسي عدة مشاكل و أزمات لعموم الشعب الجزائري فقد أصبح الشعب يعاني من الفقر و الجوع فكان الرجل الجزائري يعمل كالعبيد من الليل إلى الليل، مقابل بضع فرنكات لا تسمن و لا تغني من جوع.

و قد عمل الاستعمار على تجهيل الشعب حيث وصلت نسبت الأمية في السنوات الأخيرة من الاستعمار إلى 4 % . (العمري موسى، 2019، ص19)

2- مفهوم التعذيب :

لقد عرفت منظمة العفو الدولية التعذيب على أنه الإساءة المهذرة للكرامة الإنسانية من دون توافر غرض محدد و التحاق قدر كبير من الإذلال أو الإهانة.

و نستعمل اللجنة الدولية مصطلح أوسع و هو "المعاملة السيئة" و هذا يشمل التعذيب و غيره من أساليب الانتهاك التي يحضرها القانون الدولي، بما في ذلك المعاملة اللاإنسانية و القاسية و الإساءات المهذرة للكرامة الإنسانية و الإكراه البدني أو المعنوي.

و لتعذيب آثار و خيمة على النفس البشرية سواء كانت آثار نفسية أو بدنية.

3- ظروف التعذيب المنتجة من طرف الاستعمار الفرنسي أثناء الحرب التحريرية الجزائرية في حق المساجين :

مارس الاستعمار الفرنسي خلال ثورته التحريرية الجزائرية مختلف أساليب القمع و التعذيب ضد السجناء الجزائريين و المعتقلين و مراكز التعذيب و من أساليب التعذيب المنهجية في المعتقلات نذكر منها .

- الإعدامات التعسفية :

و هذا قصد ترويح الآخرين و أخذ المعلومات عن المقاومة.

- الضرب المستمر :

و كان الضرب يستعمل في بداية الاستجواب غالبا، حيث الضابط يستعمل الضرب بالأرجل و الأيدي و الركل و بعد ذلك ينتقل لأساليب أخرى.

- التعليق :

كان السجناء الجزائريين يعلقون من أيديهم و أرجلهم لأيام حتى يغمى عليهم.

- الماء و الكهرباء :
- كان السجناء يتعرضون لتعذيب عن طريق الكهرباء و الماء و ذلك لعدة أيام و هناك من يفقد حياته جراء الكم الهائل من الصعق الكهربائي.
- الحرق :
- كان السجناء يتعرضون لأنواع عدة من الحرق إبتداء بالسجائر إلى الحرق عن طريق الأفران.
- استعمال الانتهاكات الجنسية :
- حيث هناك عدة سجناء قد تعرضوا للإغتصاب و كذلك التعري الكامل و مع أفراد من العائلة قد الإصابة و الاعتداء على زوجات السجناء.
- وسيلة القتل و التعذيب بطريقة "الجمبري بيجار":
- خلال تعامله مع المناضلين الجزائريين عام 197م، راح ضحيتها ما يقارب 10 آلاف من الشهداء المنتمين لحركة التحرير الجزائرية (جريدة لوموند 4).
- التعذيب النفسي :
- لم تقتصر عملية التعذيب على الجانب الجسدي فحسب بل تعدت ذلك إلى استعمال أنواع أخرى كالتعذيب النفسي، و يتلخص هذا الأسلوب في الاستعانة بالضابط المتخصص في علم النفس لإجبار المعتقل على الاعتراف أو التخلي عن المقاومة.
- التعذيب بالمخدرات :
- يقول "بولطمين جودي" من الأساليب القذرة التي أقدم على استعمالها الاستعمار الفرنسي هو إرغام المعتقلين على تعاطي المخدرات لإجبارهم على الاعتراف و إصاق التهم بهم (بولطمين جودي).

4- الآثار النفسية الناجمة عن التعذيب :

ناهيك عن الآثار الجسمية و الإعاقات و الأمراض التي نتجت عن تعذيب المعتقلين في السجون الفرنسية هناك آثار نفسية كبيرة نذكر منها :

1.4- القلق : فتجد الشخص المتعرض لتعذيب كثير القلق و يفقد التركيز .

2.4- اضطراب ما بعد الصدمة : تحدث الحالة النفسية اضطراب ما بعد الصدمة (PISO)

عند بعض الناس بعد مرورهم بتجربة التعذيب و من أعراض هذا الاضطراب ما يلي : استرجاع أحداث من الماضي، ذكريات صعبة و كوابيس تكون حية لدرجة شعور الفرد بالألم و كأنه يعيش التعذيب من جديد .

3.4- اضطراب في النوم : حيث يستيقظ الشخص و يغلبه الأرق و الكوابيس .

4.4- تدهور العلاقات و فقدان الثقة :

للمعذب آثار أخرى مثل العدوانية و سوء العلاقات مع الآخر و فقدان الثقة في الغير حتى و لو كان من أقرب الناس إليه .

5.4- اضطرابات عقلية :

و في كثير من الأحيان يخلف التعذيب جنون لدى المعذب و خاصة الذي تعرض للتعذيب لمدة طويلة .

5- من أهم المقابلة العيادية و مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد أحمد محييم (2002) .

أثناء الحرب التحريرية صلابة نفسية منخفض و الأمر نفسه بالنسبة لبعد الالتزام و التحكم و كذلك التحدي .

الفصل الرابع

الشيخوخة (المسن)

- تمهيد.

1- مفهوم الشيخوخة.

2- مراحل الشيخوخة.

3- النظريات المفسرة للشيخوخة.

4- مشكلات الشيخوخة.

5- ظروف عيش المسنين في الجزائر اليوم.

- خلاصة.

تمهيد:

بما أن مرحلة الشيخوخة هي بداية النهاية بالنسبة لعمر الإنسان فإنها تعتبر من أكثر المراحل حساسية بالنسبة للفرد، و لذلك حظيت مرحلة الشيخوخة بإهتمام كبير من طرف الباحثين و خاصة في السنوات الأخيرة، و هذا نظرا لأن عدد كبير من الناس أصبحوا يصلون إلى هذه المرحلة، و هذا راجع للتطور الذي تعرفه البشرية في المجال الاقتصادي و الاجتماعي و الرفاهية و خاصة راجع إلى التطور الطبي.

و من أجل فهم جيد لهذه المرحلة و ما تقتضيه من تكفل نفسي و في السن، سنتطرق في هذا الفصل إلى تعاريف الشيخوخة و النظريات المفسرة لها و كذلك مشكلات الشيخوخة.

1-تعريف الشيخوخة:

1-1- التعريف اللغوي: مشتقة من فعل شاخ الإنسان شيخا و شيخوخة و الشيخ هو من أدرك الشيخوخة، و قد يقال للشيخ نظرا للمنصب و هو موضع ممارسة سلطة و يقال هو الرجل هو كبير السن أي بلغ أقصى الكبر. (عبد اللطيف محمد خليفة، 1991، ص 10) و معنى الشيخوخة في معجم المعاني الجامع من الشيخوخة مرحلة من مراحل العمر تبدأ من سن الخمسين و ما فوق. و الشيخوخة و التعمير هي عملية العمر و التقدم بالعمر التي تصيب الكائنات الحية نتيجة تنامها.

- التعريف الاصطلاحي:

- تعريف نعيم رفاعي (1969):

لقد عرفها على أنها: مرحلة في النمو تتصل بما قبلها، و هذا تدريجيا في المرحلة التي سبقتها، و هي تتميز بضعف تدريجي في قدرة الكائن على التلاؤم مع شرطه المختلفة.

(عنبو حاتمي، 2001، ص 57)

- و يعرفها تايمر (1996): عملية مستمرة و تدريجية حيث تأخذ الأنماط المعرفية و الإدراكية في الإنخفاض تدريجيا. (جمعيه السيد يوسف، 2006، ص 6)

- تعريف جون بول برون كريت (Brancahrt) (2004): أنها تأثير عادي للسن على مختلف الوظائف النفسية و العضوية بشكل متباين، و هذا باختلاف المواضيع و الوظائف، حيث تنخفض كل القدرات الوظيفية.

و إجمالاً يمكن القول أن الشيخوخة هي المرحلة العمرية التي تبدأ معها جميع وظائف الجسم العضوية في التدهور و هي حقيقة بيولوجية لها طريقتها المعينة في الحدوث

و قد تصل الإنسان إلى عمر السبعين و هو يتمتع بكل قدراته الصحية بينما نجد البعض محتاجون إلى رعاية الآخرين.

2- مراحل الشيخوخة:

لقد اختلف الباحثين في تحديد مراحل الشيخوخة عدد و مستويات الشيخوخة، حيث نجد تعدد مراحلها حسب كل باحث.

2-1- الباحث "بروملي" (Promly): بحيث قسم مرحلة الشيخوخة إلى أربع مستويات:

1- المستوى الأول: يمثل فترة ما قبل التقاعد و تمتد من (55) إلى (65) سنة.

2- المستوى الثاني: يمثل فترة التقاعد من (65) إلى (75).

3- المستوى الثالث: من (75) فما فوق حيث يصاحبها تغيرات عديدة من الناحية العقلية و الضعف الجسمي.

4- المستوى الرابع: فترة العجز التام و المرض.

- الباحث هيرلوك (Her Look) فيشير إلى وجود مرحلتين متميزتين.

- المرحلة الأولى: تمثل المرحلة المبكرة من التقدم في العمر تمتد من (60) سنة إلى (70) سنة.

- المرحلة الثانية: المتقدمة من 70 سنة إلى مرحلة الموت.

و مما سبق نلاحظ أن التقسيم الذي قام به العلماء و الباحثين ما هو إلا تعيين علمي نظري و هذا لتسهيل عملية الدراسة و تحديد احتياجات كل مرحلة من هذه المراحل المرتبطة بالتكفل النفسي و الصحي للمسنين. (عنبو حاتمي، 2001، ص 58)

3- النظريات المفسرة للشيخوخة:

لقد أسس العلماء العديد من النظريات المختلفة لتفسير الشيخوخة، فهناك من إستند إلى الأسس البيولوجية و هناك من فسرها تفسيراً نفسياً و اجتماعياً.

3-1- النظرية البيولوجية:

3-1-1- النظريات البيولوجية:

أ- **نظرية مدي العمر:** تعترف هذه النظرية أن مدير عمر أو حياة أ خلية أو كائن حي يتعين بعوامل وراثية، أي أن صفات كائن حي يحتوي على برنامج معين يكون المسؤول عن تعيين طول عمر الكائن الحي، و بعبارة أخرى يعين صفات برنامج حياة مدى العمر الكائن الحي، كما يكون قلوب العيون مسؤولاً عن لون العين.

ب- **نظرية الحظى الوراثي:** عند إنقسام خلايا الجسم يتم نقل المعلومات من خلية إلى خلية ثانية تحدث أخطاء في النقل (كما تحدث أخطاء في نقل الكتابة) و تزداد هذه الأخطاء عبر الزمن بحيث لا تعطي المعلومات الوراثية التي كانت يعطيها في الطفولة و التي ينبغي أن يعطيها دائماً فيتلف الجسم. (كمال علوان، 1998، ص 227)

ج- **نظرية الطفرة الجسمية:** ترى هذه النظرية أن جزء تسييرا من الحلب قد يعاني طفرة جسمية أثناء نمو الخلية و إنقسامها، و لهذا فإن هذه الخلية مختلفة عن الأصل في تركيبها الوراثي و تبقى تحافظ على التعبير الجديد عند إنقسامها و تكوين أجيال جديدة من الخلايا و بمرور الوقت يزداد عدد الطفرات الجسمية، فيزداد عدد الخلايا المختلفة مما يؤدي إلى عدم تمكن الإنسان من القيام بأعماله الحيوية على الشكل المعتاد، و بالتالي قد يقود إلى الشيخوخة و من ثم موت الإنسان. (كمال علوان، 1998، ص 227)

1-2- النظريات غير الوراثية:

أ- **نظرية البدء أو الاستهلاك:** و تركز هذه النظرية على فرضية أن كل شيء قابل للإستهلال، فهو فان و أن خلايا الكائنات الحية تشبه الكائن، و لهذا تستهلك نتيجة لكثرة و طول فترة استعمالها، و بالتالي فإن الخلايا الحية تصل إلى مرحلة الشيخوخة فالموت تتجه للإستهلال و الاستعمال الواسع.

ب- نظرية تجميع النفايات: عند الخلية و عند قيامها بفاعليتها الحيوي تكون بعض التواتع مما يؤدي إلى خلل في وظائف في الخلايا، و قد وجدت أن هذه الأخيرة فإنها ستغير الانزمات على هيئة دقيقة غير ذائبة في العضلات تعرفالشيخوخة، كما وجدت مثل هذه الصيغات في الخلايا العصبية للإنسان و حيوانات أخرى. (كامل علوان، 2008، ص 228)

ج- نظرية الأيض:

و تعتبر نظرية الأيض من الأكثر النظريات المفسرة للشيخوخة شيوعا في الآونة الأخيرة، و هي نظرية تعتبر أن الكائنات الحية تلعب دورا مهما و فعالا للغاية في هذه العملية فيجب أن تكون الاختلافات في سرعة الشيخوخة متعلقة بكفاءة الكائن الحي في تحويل العناصر الغذائية إلى طاقة استقلالية و بالتالي في الحفاظ على التوازن لخلاياهم. و قد تكون هذه النظرية أكثر نظرية ذات واقعية علمية رغم أن أنصارها لا ينكرون وجود عوامل أخرى.

د- النظرية الاجتماعية الشيخوخة

تركز النظرية الاجتماعية للشيخوخة على تأثير عناصر معينة على حياة الشخص المسن (مثل الأدوار التي لعبونها، و علاقتهم بالغير و وصفهم) في ضعفهم الجسدي و المعرفي.

و لهذا يشجع أنصار هذه النظرية على مساعدتهم في إيجاد هوايات، و توليد علاقات اجتماعية مع أشخاص آخرين في نفس العمل للبقاء نشطين بدنيا و ذهنيا.

و الفكر هو أن تجعل من المسن عضو نشيط في المجتمع و تشعره بفائدة و ذات معنى مما يساعد على التوازن النفسي و الجسدي و يزيد من طول العمر، و بهذا يزيد من إستمتاع

المسن بالحياة. (كمال حلوان، 1998، ص 228)

5- مشكلات الشيخوخة

إن مشكلات فئة المسنين في الجزائر كثيرة، و سنحاول أن نذكر أهم المشاكل التي يمثل بحدى لهذه الفئة و من أهم المشاكل:

1- الإختلاف الثقافي و الاغتراب بين الأجيال:

بما أن أغلب المسنين في الجزائر عايشوا فترة الاستعمار الفرنسي حيث كان الجهل و الأمية أكبر سمة لدى سكان الجزائر عكس الأروبيينالذين كانوا يعيشون في الجزائر، فقد ولد فجوة ثقافية بين ذلك الجيل و جيل أبنائهم فمعظم الشباب اليوم يحسنون القراءة و الكتابة و إستعمال وسائل التواصل مما جعل هاتين الفئتين يعيشان في عالين مختلفين حيث يشعر المسن بأنه يعيش في فراغ و بعيد كل بعد عن الواقع المعاش الحالي.

- قلة النشاط اليومي لدى المسنين الجزائري:

إن المسن في الجزائر قليل النشاط و معدوم من حيث ممارسة الهوايات، و قد يكون هذا راجع لقلة الأماكن المخصصة لذلك و كذلك لثقافة المجتمع الجزائري. فحسب معطيات مسح استخدام الوقتفإن نشاط السلبي لدى المسنين في الجزائر يكاد يكون منعدم و يقتصر على مشاهدة التلفاز و بعض التنزه.

و الجدول التالي: يبين نسب المشاركة حسب التسلية و الإعلام مفضلة للأشخاص المسنين حسب الجنس.

جدول رقم 1 يبين نسب المشاركة حسب التسلية و الإعلام مفضلة للأشخاص المسنين حسب الجنس.

الجنس		نوع التسلية
رجال	نساء	
0.5	0.3	- رياضة.
27.0	5.9	- التنزه.
0.4	0.4	- حرجات أخرى.
7.2	1.5	- قراءة.
77.0	79.7	- مشاهدة التلفاز.
2.1	1.2	- وسائل الإعلام.
1.3	0.1	- العروض.
0.8	0.5	- تسلية و ألعاب الترفيه بوسائل الإعلام.

المصدر: اللجنة الوزارية للتضامن، الجزائر، 2012.

5- المسؤولية الملقاة على عاتق المسنين في الأسرة الجزائرية:

مما يلاحظ في ثقافة المجتمع الجزائري، هو قلة الإهتمام بالفرد داخل الأسرة و خاصة بالنسبة للرجل، كما يقول أبو العزم "إن أكثر ما يقلق الإنسان في حياته أن يأتي اليوم الذي يتغير فيه دوره المحوري كإنسان، و ذلك في محيط أسرته و مجتمعه. و هنا يظهر أن التغير الذي يتعرض له المسن أو الشيخ يفقده دوره في المجتمع. (محمود أبو العزائم، 2005، ص 1)

فمعظم الدراسات أثبتت نقص رهيب في تفاعل لدى المسن مع الأسرة نظرا لتركيب النفس المعقدة لهذه الفئة العمرية، إن التغيير الحاصل في المجتمع و الأسرة و بالتحديد يؤثر على فئة الشيوخ من خلال قلة الإهتمام، و مما سبق ذكره صار بإمكاننا أن نعتبر أن هذا التغيير الذي يتعرض له المجتمع و الذي له الأثر الكبير على المسن أو الشيخ حيث قد ينقص من دوره السابق أو ربما يفقده كله.

- الأمراض المزمنة:

إن الحالة الصحية للإنسان تبدوا بالتدهور كلما تقدم في العمر، فمعظم الأشخاص المسنين يعانون من أمراض مزمنة، و في الجزائر ينتشر بشكل كبير لدى المسنين داء السكري و إرتفاع ضغط الدم و سلي البول و كذلك هشاشة العظام، ضعف البصر و السمع و السرطان.

و هنا تجدر الإشارة أن علاج كل هذه الأمراض يتطلب جهد و معارف متعددة مما يزيد من قلق كبار السن.

- الاضطرابات و المشاكل النفسية:

تعتبر مرحلة الشيخوخة بحد ذاتها حالة نفسية و جسمية تميز بضعف في قوة الفرد بسبب التغيرات الجسدية و النفسية التي تحدث للإنسان، و هذا بدوره تخلق عدة مشاكل و اضطرابات لهذه الفئة و من أكثر الاضطرابات شيوعا:

- فقدان الجزئي للذاكرة.
- الزهيمر (الخرف).
- العدوانية المفرطة.
- القلق و غالبا تكون بسبب الإكتئاب.

- ظروف المسنين في الجزائر اليوم:

يعيش المسن اليوم في الجزائر على غرار سائر البلدان النامية مشاكل اجتماعية و مادية مختلفة و أبرزها قلة التكفل النفسي و الاجتماعي، و خاصة من جانب العلاقة مع الأجيال الحالية، حيث يشعر كثير من المسنين بالإغتراب، و خاصة مع تطور وسائل الإتصال و تعدد شبكات التواصل الاجتماعي التي لا يفقه فيها المسنين شيئا.

إن ظروف الشيخوخة في الجزائر لا تختلف كثيرا من الناحية الديمغرافية، حيث يلاحظ إرتفاع سن الحياة مقارنة بالأجيال السابقة و هذا لتطور الطب و مستوى العيش في المجتمع الجزائري، و لكن وضعية المسنين و طرق التكفل بهم و رعايتهم هي التي تحدد الفارق بين الدول. (محمود أبو العزائم، 2005، ص 2)

و قد نجد صعوبة لوصف واقع دقيق لحياة المسنين في الجزائر و هذا لنقص و ضعف الجانب التنظيمي و الإحصائي و هنا وجب الذكر أن المسن في الثقافة الجزائرية يرمز إلى البركة، و هذا دليل على المكان المرموق التي لحقها الشيوخ و كبار السن في المجتمع و خاصة بالنسبة للأبناء إتجاه الآباء.

و لتعمق في ظروف عيش المسنين في بلدنا نستند إلى تقرير وزارة التضامن الصادر سنة 2016 و الذي كشف عن إرتفاع تعداد المسنين و الذي بلغ 2950000 موزعين 1355000 رجل و 1375000 امرأة.

و من أسباب إرتفاع هذه الفئة إرتفاع مستوى المعيشة حيث إنتقل أمل الحياة من 57 سنة من 1977 إلى 76.4 سنة 2011.

إن الدولة الجزائرية ولت إهتمام كبير و منذ الاستقلال لهذه الفئة، فقد قامت بوضع الأسس القانونية و التنظيم لكيفية الإهتمام بهذه الفئة اجتماعيا و ثقافيا و اقتصاديا و سياسيا و من أهم هذه القوانين نجد:

- قانون التقاعد الذي يعتبر لكل مسن أحد المعاش بعد إنقضاء فترة عمله.

- قانون الأسرة و الذي أعطى حق الحصانة للجدة و ذلك بعد الأم و الأب مباشرة.
و كذلك المادة 74 من قانون الأسرة و الذي يبين أن الفروع هم الذين يتكفلون بالأشخاص
المسنين و هذا حفاظ. (محمود أبو العزائم، 2005، ص 3)

خلاصة الفصل:

في الحقيقة لا توجد مواصفات محددة عند كبار السن، فهناك من بلغ 80 سنة و مع هذا يتمتع بقدرات بدنية و عقلية مماثلة لكثير من الأفراد الذين يبلغون أربعين سنة، كما يعاني آخرون من المسنين في تراجع كبير لقدراتهم العقلية و البدنية.

و لكن ما يجب الإتفاق عليه هو أن مرحلة الشيخوخة لدى الإنسان هي التي تعتبر أكثر مرحلة حساسة، و تتفاقم مع هذه المرحلة الأزمات الصحية و النفسية، و تزداد هذه المشاكل تعقيد في الدول النامية نظرا لقلة الإمكانيات و لهذا وجب علينا إعطاء أكثر أهمية لهذه الفئة و التكفل بها نفسيا و صحيا و هذا ملا نلاحظ في المجتمع الجزائري، و الذي يعتبر المسن شخص مهم و مبارك.

الفصل الخامس

منهجية الدراسة

تمهيد.

1- منهج الدراسة .

2- تقديم مكان إجراء الدراسة .

3- مجموعة الدراسة .

4- أدوات الدراسة .

تمهيد:

تعتمد كل دراسة ميدانية على جانبين أساسيين لا تبني مصداقية هذه الدراسة إلا إن وجدا معا، فبعدما تطرقنا في الجانب النظري إلى إشكالية البحث و فرضياته و كذلك التعاريف الإجرائية من الصلابة النفسية و مفهومها و الشيخوخة و التعذيب، ننتقل إلى الجانب التطبيقي و الذي يعتبر أساس الدراسة.

و سوف نحاول من هذا الجانب التعرف على الدراسة الإستطلاعية و المنهج المتبع للدراسة و كذلك العينة و أدوات الدراسة، و هذا لنصل إلى عرض و تفسير النتائج و تحليلها، و كذلك الإستنتاج العام.

1- منهج الدراسة :

و المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في الدراسة ظاهرة ما من حيث تفسيرها ووصفها، «إذن المنهج هو الطريقة التي يستعملها الباحث للإجابة عن الأسئلة التي يثيرها موضوع البحث (عبد الرحمان العيسوي ص 17) ، و من خلال المنهج يتم تخصص الظاهرة وفق طبيعتها و نوعية العلاقة بين مختلف متغيراتها و أسبابها و اتجاهاتها .» (سلاطنية بلقاسم 2007 ص 86).

و لقد اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج العيادي .و بالتحديد دراسة حالة و هو ما يوافق أهداف بحثنا. ويعرف المنهج العيادي بأنه الدراسة المعمقة للشخصية كحالة فردية ' ويستهدف فهم الحالة الراهنة لسلوك الفرد اعتمادا علي معطيات تاريخه الماضي و أداءه الحاضر بغية تشخيص الحالة انيا مع التنبؤ مستقبلا ثم انتقاء العلاج المناسب بعد ذلك . و قد اخترنا لهذه الدراسة المنهاج الوصفي الذي يلاءم طبيعة الدراسة .

2- تقديم مكان إجراء الدراسة :

تم التعامل مع الحالات على الشكل التالي :

- حالتين في مركز رعاية المسنين بوخالفة - تيزي وزو. و الذي كان يضم عدد كبير من المسنين و كان تحت تأطير فريق من المحترفين من أهل الاختصاص .فقد كان يضم الفريق أخصائي نفساني و اطفوني و كذلك ممرضين و عمال آخرين.
- حالتين في مركز المدينة و بالضبط في حديقة المدينة لذراع بن خدة أين اعتادت لحالتين الجلوس هناك. و تعتبر حديقة المدينة في ذرع بن خدة مركز التقاء كبار السن و متنفس لهم و هي عبارة عن ممر تملؤه نباتات و مقاعد للجلوس.

3- مجموعة الدراسة :

تم انتقاء مجموعة الدراسة بطريقة قصدية تخدم موضوع البحث و تتكون من أربع (04) حالات ذكور . وأكثر ما يميز مجموعة الدراسة هو أن يكون السن 75 سنة فما فوق و ذلك يكون قد عايش الاستعمار الفرنسي حيث كان شابا انا ذاك و هذا راجع إلى طبيعة موضوع البحث و الذي يرجع إلى التعذيب أثناء الثورة كأحد متغيراته و من تنطبق عليه مواصفات الحالة التي نحن بصدد دراستها قليل نظرا للزمن الكبير الذي مر على الثورة التحريرية الجزائرية.

و الجدول التالي يوضح خصائص مجموعة البحث :

جدول رقم (2) خصائص مجموعة الدراسة

الحالة	السن	المهنة	الحالة الاجتماعية	مدة السجن	نوع التعذيب	المرض الذي تعاني منه
1	82 سنة	متقاعد سابق سابقا	متزوج و أب 11 ابن 6 ذكور و بنات	3 سنوات	نفسي و جسدي حيث كان يصعق بالكهرباء و الماء و الصابون.	قصور كلوي
2	96 سنة	تاجر سابقا و متقاعد حاليا	6 أبناء	3 سنوات	تعذيب جسدي حيث لم يرد ذكر نوع التعذيب	الروماتيزم
3	79 سنة	فلاح	متزوج و له أولاد	5 سنوات	التعذيب بالجوع و كذلك الكلاب	إرتفاع ضغط الدم و السكري
4	78 سنة	بناء و اليوم متقاعد	متزوج ليس له أولاد	2 سنة	تعذيب بالضرب المستمر و التجويع.	مرض في القلب.

4- أدوات الدراسة :

لقد اعتمدنا في دراستنا على المقابلة العيادية و مقياس الصلابة النفسية.

4-1- المقابلة العيادية :

تم إجراء مقابلات نصف موجهة بالاعتماد على دليل المقابلة و الذي يدوره يتكون من 3 محاور .

المحور الأول (1) البيانات الشخصية :

- الاسم و اللقب .
- المهنة .
- المستوى التعليمي .
- الحالة الاجتماعية .
- المستوى الاقتصادي
- عدد الأبناء

المحور الثاني (2) الحالة الصحية :

- نوع المرض
- مدة الإصابة بالمرض
- طرق التعامل مع المرض.

المحور الثالث (3) ظروف التعذيب :

- مدة السجن
- طرق التعذيب
- آثار التعذيب .

4-2- مقياس الصلابة :

1- المقياس :

و قد استعملنا مقياس الصلابة النفسية و قد أعده أحمد محمد مخيمر (2002) يتكون من 47 بند موزعة على ثلاث أبعاد.(عماد محمد مخيمر 2012)

1-الالتزام 16 بند .

2- التحكم و يقيسه 15 بند و أضاف له بند واحد رقم 47 فأصبح 16 بعد.

3-التحدي و يقيسه 16 بند .

صار عدد البنود 48 بندا في المقاس كله، و يجب عليها بأسلوب تقريرى.

4-2-2- تصحيح المقياس :

أربعة بدائل هي "لا" و تقال (هـ)، "قليلًا" و تقال (1)، "متوسطًا" و تقال درجة (2) ، كثيرا" و تقال درجة (3) و بالتالي تتراوح إجابة كل حالة نظريا بين (0، 144).

نقطة و ارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

4-2-3- مستويات الدرجة الكلية للصلابة النفسية :

- إذ كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (48-78) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى الفحوص منخفض.
- إذا كان مجموع الدرجات ما تتراوح بين (79-104) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى الفحوص متوسط.
- إذ كان مجموع الدرجات تتراوح بين (110-144) فإن هذا يعني ان مستوى الصلابة مرتفع.

صدق المحكمين

تم عرض المقياس في صورته الأصلية علي لجنة التحكيم تضم عشرة أساتذة علم النفس و الصحة لا بداء الرأي فيما يلي

-مدي ملائمة المقياس للهدف الموضوع له

-ملائمة الأبعاد المختلفة للمقياس

وقد بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين الي ثمانين بالمئة

وقد تمت مراجعة المقياس من طرف الدكتورة سميرة محمد من جامعة عين شمس (مقاييس علم النفس سميرة محمد)

الفصل السادس

عرض و تحليل ومناقشة النتائج

1- عرض و تحليل النتائج.

2- مناقشة النتائج على ضوء الدراسات السابقة.

تمهيد:

سنقوم في هذا الفصل بعرض الحالات و تطبيق المقياس من خلال مقابلة نصف موجهة و هو مقياس لأحمد مخيم ثم بعد ذلك سيتم مناقشة النتائج.

1- عرض و تحليل النتائج:

1-1- عرض و تحليل نتائج الحالة الأولى:

1-1-1- تقديم الحالة الأولى:

يبلغ السيد سعيد 82 سنة، لم يدخل المدرسة قط، و متزوج مرتين و له 11 ولد 6 أبناء ذكر و 5 بنات و هو اليوم متقاعد و حالته الاقتصادية متوسطة.

1-1-2- عرض و مناقشة معطيات المقابلة العيادية النصف موجهة:

أجريت المقابلة مع السيد سعيد في فترة إستراحة مسائية في الحديقة العامة و قد قمت معه هذه المقابلة في أحد المجال الفارغة و ذلك من أجل الهدوء. و لقد كان السيد سعيد يشعر بالراحة و تفاعل منها بشكل جيد، و بدأت نسأله عن صحته فأجاب أن يعاني من القصور الكلوي المزمن و لكن على العموم لا يشعر أن عاجز عن العيش، و قد أخبرني أن المشكل الذي لديه هو أنه سريع الغضب و عدواني و خاصة تجاه أولاده.

و قد سألناه عن سبب هذه العدوان فأجاب ربما "المزرية اللي جوزت، أي المعانات التي مر بها و خاصة أثناء الإستعمار الفرنسي. ثم سألناه عن علاقته بأولاده فأجاب أنهم يحترمونه و يسألون عليه و يهتمون به رغم معاملتي السيئة معهم.

كما أضاف أن تعرضه للتعذيب أثر على مسار حياته توقال أثناء راضي بقدر الله و الحمد ه أنني لم أبع بلادي، و عندما كان يحكي عن التعذيب سقطت دموعه .

ثم قمنا بتطبيق مقياس الصلابة علي الحالة الاولي

تحصل السيد السعيد على درجة 72 أي أنها تتراوح بين 48- 78 مما يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفضة.

خلاصة الحالة:

من خلال مناقشة معطيات المقابلة العيادية النصف الموجهة و تحليل نتائج مقياس الصلابة النفسية، ثم التوصل إلى أن السيد سعيد لديه مستوى منخفض من الصلابة النفسية و كذلك يتمتع بمستوى متوسط من الإلتزام أو التحكم و التحدي و ذلك حسب المقياس.

و نلاحظ أن العميل يعترف أنه يعاني من مشكل التواصل مع أبنائه، و مع ذلك له القدرة على التحكم عن مشاكله العائلية و نلاحظ كذلك أن التعذيب الذي تعرض له ترك صدمة في نفسيته فذكر الصدمية ملاحظة في طريقة كلامه، و من خلال المقياس فإن الحالة الأولى.

- حصلت على درجة الإلتزام 24 و هذا يعني أن مستوى الإلتزام منخفض.

- كما حصلت الحالة على درجة التحكم 22 أي أنه مستوى التحكم منخفض.

- و تحصل على مجموع درجة التحدي 26 ما يعني أن مستوى التحدي منخفض.

1-2-1- الحالة الثانية:**1-2-1- تقديم الحالة:**

يبلغ السيد حسين 96 سنة من العمر و يسكن مع إبنته الأصغر، و كان تاجر سابقا، و درس قليلا في الزاوية، و حالة الاجتماعية جيدة و ميسورة و لديه 6 أبناء.

1-2-2- عرض و مناقشة معطيات المقابلة العيادية النصف موجهة:

أجريت المقابلة مع السيد حسين في نفس الزمان و المكان الذي أجرينا المقابلة الأولى مع الحالة الأولى.

و لقد كان حسين يشعر ببعض الألم على مستوى المفاصل، حيث أخبرنا أنه يعاني من ألم المفاصل الروماتيزم.

و قد رحب بنا و جاء إلى الموعد قبل الوقت، و قد سأله عن حالته الصحية و كذلك شعوره تجاه ذاكرته الاستعمارية، فقال لنا أنه لا يحب أن يتذكر تلك الأيام، و اعتبر المقابلة معنا عبارة عن إستثناء لأنه يشعر براحة مع التحكم معي و خاصة أننا مختصين نفسانيين. و قد تحدث معنا مطولا عن فترة الاستعمار و المعاناة التي عاشها في سجون الاستعمار حيث بقي في السجن لأكثر من 3 سنوات.

أما علاقته مع أفراد عائلته زوجتي توفيت و لكن أبنائي يهتمون بي جيد.

ثم قمنا بتطبيق قياس الصلابة علي الحالة الثانية

الحالة الثانية

تحصل السيد حسين على درجة 50 أي أنها تتراوح بين 48 - 78 مما يعني أن مستوى الصلابة لدى منخفضة.

خلاصة الحالة:

من خلال مناقشة معطيات المقابلة العيادية النصف الموجهة و تحليل نتائج المقياس ثم التوصل إلى أن السيد حسين يتمتع بمستوى صلابة منخفض.

و كذلك السيد حسين لديه بعض من علامات الخوف من الموت و لديه الخوف من الألم و المرض و لذلك أخبرنا أنه يعاني من الخوف المزمن و لا يشعر بالأمان رغم الاهتمام العائلي الذي يحظى به.

و كذلك حسب المقياس فإن مستوى الالتزام و التحدي و التحكم منخفض.

و الملاحظة أن الحالة تحصلت على مجموع درجة الإلتزام هو 15 و هذا يعني أن مستوى الإلتزام منخفض.

أما فيما يخص التحكم فإن الحالة مجموع درجة التحكم هو 20 و هذا يعني أن مستوى التحكم للحالة الثانية متوسط.

مجموع درجة التحدي هو 11 فإن هذا يعني أن مستوى التحدي منخفض.

1-3-3- الحالة الثالثة:**1-3-3-1- تقديم الحالة:**

السيد رمضان ر. 79 سنة متزوج و له أولاد، و حالته المادية متوسطة و متقاعد حالياً، و أما المهنة السابقة فهو فلاح.

1-3-3-2- عرض و مناقشة معطيات المقابلة:

لقد عاشت الحالة رمضان ر. طفولة يائسة أثناء الحرب حيث مات والدين و هو لم يتجاوز سن السادسة و قد تردد في الأول عن إجراء المقابلة معه، و لكن بعدما شرحنا له الوضعية و علم بأننا لن نذكر إسمه في الدراسة وافق و غير رأيه. و قمنا بإجراء المقابلة معه حيث كانت تظهر بعض علامات التوتر عندما يتحدث عن والديه و الحالة تعاني من عدة أمراض مثل إرتفاع الدم و مرض السكري و في الأونة الأخيرة أصيب بكسر على مستوى كتفه و أخبرنا أولاده يعتنون به، ثم سألناه عن التعذيب الذي تعرض له فرفض الحديث عن هذا الموضوع و احترمنا رغبته.

ثم قمنا مباشرة بتطبيق مقياس الصلاة علي الحالة الثالثة.

1-3-3-3- عرض و تحليل نتائج الحالة الثالثة على مقياس الصلابة:

لقد تحصلت الحالة الثالثة على درجة صلابة 60 و هذا يعني أن لديها مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

- أما مجموع درجة الإلتزام فهو 21 فإن هذا يعني أن مستوى الإلتزام متوسط.
- مجموع درجة التحكم هو 20 فإن هذا يعني أن مستوى التحكم للحالة الثالثة منخفض.
- مجموعة درجة التحدي هو 17 فإن يعني أن مستوى التحدي للحالة الثالثة منخفض.

1-4-4- الحالة الرابعة:**1-4-1- تقديم الحالة الرابعة:**

يبلغ السيد شعبان 78 من العمر و كان بناء سابقا و اليوم متقاعد و متزوج و لكن ليس له أولاد و يعيش في المركز و المستوى الاقتصادي متوسط و يعيش وحيد بعد وفاة زوجته.

1-4-2- عرض و تحليل معطيات المقابلة:

أجريت المقابلة مع السيد شعبان في مركز بوخلفة و ذلك بعد الإنتهاء من الإجراءات الإدارية و الحصول على الموافقة من مدير المركز و الأخصائي النفسي شرعنا في إجراء المقابلة في حديقة المركز، و بدرنا بالتعرف بأنفسنا و بعدها بدأنا بطرح الأسئلة و قد بدأنا بالإستفسار عن حالته الصحية، حيث إتضح فيما بعد أنه يعاني من مشكل على مستوى القلب، و ما لاحظناه أثناء المقابلة هو النظرات الحزينة في عينه و التي تعبر على مدى المأساة التي عاشها و قال لنا في المركز "حاجة ما تخص المركز وراهم تعملا و فينا" و لكن الحزن دائما معنا.

و بعدها بدأ يروي قصة مع التعذيب وقد ظهر عليه آثار الانفعال .

و بعد ذلك قمنا بتطبيق مقياس الصلابة النفسية علي الحالة الرابعة

1-4-3- عرض و تحليل نتائج الحالة الرابعة بعد تطبيق مقياس:

لقد تحصلت الحالة الرابعة على درجة صلابة 52، و بالتالي لديها مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

- مجموع درجة الإلتزام هو 22 و هو مستوى متوسط.

- مجموع درجة التحكم هو 15 فإن هذا يعني أن مستوى التحكم للحالة الرابعة منخفض.

- أما مجموع درجة التحدي هو 12 فإن هذا يعني أن مستوى التحدي لدى الحالة الرابعة منخفض.

2- مناقشة الفرضية في ضوء نتائج الدراسة:

استنادا لما تم عرضه و النتائج المتحصل عليها و تحليل هذه النتائج و اعتمادا على بعض الدراسات و تحليل هذه النتائج و اعتمادا على بعض الدراسات التي تلاؤم فرضيات البحث المقترحة من خلال كذلك المقابلات العيادية و تطبيق مقياس الصلابة النفسية على الحالات الأربع تبين أن الفرضيات تحققت.

الفرضية العامة:

يكون مستوى الصلابة النفسية لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية منخفضة و من خلال المقابلات العيادية مع الحالات الأربع و تطبيق مقياس الصلابة النفسية و النتائج المتوصل إليها تبين أن الفرضية العامة تحققت حيث تبين أن:

1- الحالة الأولى:

السيد سعيد بـ كان لدى مستوى صلابة منخفضة حيث تحصل على درجة 80 و كذلك إستنادا لقوله في المقابلة "إنني أغضب كثيرا و بلا سبب" و كذلك "إنني أغب كثيرا" حسب حصص التحكم في الغضب، و هنا لدينا معطيات تشير إلى إتخفاض مستوى الصلابة الكلية لدى الحالة الأولى، و عليه فإن الفرضية تحققت و تتناسب مع فكرة البحث الذي أجريناه و كذلك تتناسب مع فكره الباحثين المعاصرين و التي تعتبر التعذيب سببا في ضعف و إنخفاض الصلابة النفسية لدى الشخص، و أنه له تأثير كبير على الصحة النفسية العامة.

2- الحالة الثانية:

و كذلك من خلال المقابلات مع السيد حسين- ص و تطبيق مقياس الصلابة وصلنا إلى أن: الحالة الثانية لديه درجة منخفضة من مستوى الصلابة حيث تحصل على درجة 50.

و كذلك إستنادا لبعض الإجابات في المقابلة العيادية من ثم قال "أنه لا يريد الحديث عن ما تعرض له".

و الحال الثاني يعاني من إنخفاض نفسية الصلابة النفسية، و هذا ما يعزز تحقق فرضيتنا و التي تنص أن المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحرير الجزائرية لديهم مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

و كذلك وجدنا مستوى درجة الإلزام منخفضة و درجة مستوى التحكم و الأمر نفسه مع درجة مستوى التحدي.

و بهذا نقول أن الفرضية العامة و الجزئية تحققت في الحالة الثانية.

3- الحالة الثالثة:

من خلال المقابلة التي أجريناها مع السيد رمضان ن-ر و هو المتزوج، و متقاعد و تطبيق مقياس الصلابة و الذي تحصل على درجة 60 فإن الفرضية العامة تحققت حيث أن الحالة الثالثة عمك و تتمتع بمستوى منخفض من الصلابة النفسية.

و كذلك الأمر بالفرضيات الجزئية حيث بينت الإحصاءات و الحسابات أن الحالة الثالثة تمتلك درجة مستوى منخفض من الإلتزام أو التحكم و كذلك التحدي.

4- الحالة الرابعة:

في الحالة الرابعة و هو السيد شعبان-ب و يبلغ من العمر 78 سنة فإن الفرضية تحققت كذلك، حيث تحصل السيد شعبان على درجة 39.

و هذا يبين أن درجة مستوى الصلابة النفسية لدى الحالة الرابعة منخفضة و هو ما يتلاءم مع الفرضية العامة لدراستنا.

و كذلك فيما يخص مستوى الإلتزام و التحكم و التحدي فقد أثبتت الحسابات، إنخفاض درجة مستوى كل هذه البنود و بذلك تحقق كل الفرضيات الجزئية .

الخاتمة:

تناولنا في هذه الدراسة أحد المتغيرات المؤثرة في الصلابة النفسية، ألا وهو التعذيب و أثره على المدى الطويل في الصحة النفسية و عامة و في الصلابة النفسية بشكل خاص، و ما مدى تأثيره أي التعذيب على الفرد المسن و كيف يؤثر على نمط تفكيره و كذلك حياته اليومية، و علمنا أن مرحلة الشيخوخة تعتبر أكثر المراحل حساسية للإنسان.

و تمثلت إشكالية دراستنا في "يكون مستوى الصلابة النفسية لدى المسن المتعرض للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية منخفضة".

و إنطلاقا من النتائج المتوصل إليها بعد إستعمالنا لأدوات المناسبة من مقياس الصلابة النفسية و المقابلة النصف موجهة إستنتجنا أن التعذيب لا يؤثر فحسب عن الصلابة النفسية لدى المسن، بل يؤثر على نمط تفكيره عامة و حياته اليومية.

بعد إنتهائنا من إجراء المقابلة العيادية مع الحالات الأربع و تطبيق مقياس الصلابة النفسية على المسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية و بعد مناقشة النتائج و تحليلها توصلنا إلى أن التعذيب يؤثر تأثيرا سلبيا على درجة مستوى الصلابة النفسية، وبالتالي تحقق فرضيات الدراسة.

التوصيات:

- بعدما درسنا و حللنا و نقشنا نتائج الحالات يمكننا أن نساهم في بلورة بعض الأفكار و النصائح و التوصيات من أجل مساعدة المسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية على تجاوز بعض الاضطرابات النفسية و من بين هذه التوصيات.
- توفر مراكز خاصة للمتابعة النفسية و الطبية للمسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية.
- تثقيف المجتمع و تعلم العائلات من أجل التكفل الجيد بهذه الفئة عن طريق وسائل الإعلام المختلفة.
- أن يهتم المعنيين بالضمان الاجتماعي أكثر بهذه الفئة من أجل التحقيق من معاناتهم النفسية.
- أن يقوم الأبناء بتوفير الحنان و السند العاطفي للمسنين المتعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية.
- أن يهتم الأخصائيون النفسيون و المرشدون بالاهتمام بالمسنين المعرضين للتعذيب أثناء الحرب التحريرية الجزائرية و المحافظة على صحتهم النفسية و محاولة الرفع من معنوياتهم و صلابتهم النفسية.
- زيادة منحة التقاعد من طرف المسؤولين عن القطاع و ذلك لضمان حياة كريمة.
- التأكد على الدور السند الاجتماعي من طرف الأهل و الأصدقاء من أجل التخفيف على المسنين و مساعدتهم على تجاوز الذاكرة الصدمية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

قائمة الكتب:

- 1- إقبال احمد عطار (2007) الذكاء الاجتماعي و علاقته بكل من مفهوم الذات والصلابة النفسية جامعة الملك عبد العزيز الرياض , كتاب مقدمة في علم النفس.
- 2- عادل محمد الشناوي علم النفس الكليكي , دار النهضة العربية , الطبعة الأولى , بيروت - لبنان.
- 4- أبوبكر مرسي محمد مرسي (2002) أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة إلي الإرشاد النفسي , مكتبة النهضة النظرية , الطبعة الأولى , القاهرة - مصر .
- 5- خليفة عبد اللطيف (1998) دراسات سكلوجية المسنين دار الغريب لطباعة و النشر الطبعة 2, القاهرة .
- 6- سيد يوسف جمعة (2005) الصحة الجسمية و النفسية للمسنين , دار غريب النشر و التوزيع.
- 7- سامي محمد ملحد(2000) مناهج البحث في التربية و علم النفس , دار الميسرة , عمان - الأردن.
- 8 - بولطمين جودي (1996) كفاح و مواقف , مكتبة الهضاب الجزائر.
- 9- كاميليا عبد الفتاح (1995) , دراسات و بحوث في علم النفس , دار الفكر العربي , الطبعة 1 , الإسكندرية - مصر .
- 10 - سمير كامل الشناوي(2001) , علم النفس الاكلينيكي , جار النهضة طبعة 1 بيروت- لبنان .

11 - مدثر احمد سليم , الصحة النفسية , الكتاب الجامعي الحديث طبعة 1, الاسكندرية - مصر .

قائمة المجلات و المنشورات:

12 - عماد احمد مخيمر (1996) , إدراك القبول و الرفض العائلي و علاقته بالصلابة النفسية , مجلة تنفيس , لبنان.

13 - زينب نوفل راضي (2008) , الصلابة النفسية لدي شهداء الانتفاضة و علاقتها ببعض المتغيرات , رسالة ماجستير , الجامعة الإسلامية , غزة - فلسطين .

14 - عباس محمد (2010), الصلابة النفسية و خفض درجة الضغوط و السلوك العدواني لدي معلمي المرحلة الابتدائية , مجلة كلية التربية العدد 1 .

15 - بونجمي سامية (2001) , السند الاجتماعي المقدم في دور العجزة و دوره في تخفيض الضغط النفسي عند كبار السن , رسالة ماجستير , جامعة الجزائر .

16 - محمود أبو العزائم مصطفى (2005), مقال عن الشيخوخة , وكالة الصحف العربية , لدار ابراهيم , القاهرة - مصر.

17 - مريامة حنصالي (2013) , المقاربة النظرية لأحد سمات الشخصية المناعة و الصلابة النفسية , مجلة علوم الانسان العدد 8.

19 - أبو الندي عبد الرحمان (2007) , الصلابة النفسية و علاقتها بضغط الحياة لدي الطلبة , مجلة أبحاث , جامعة بغداد .

20 - محمد زهير راضي (2012) , العلاقة بين الصلابة النفسية و دافعية الانجاز , رسالة ماجستير , جامعة الجناح فلسطين .

21 – عبد الرحمان محمد الضبع فتحي (2011) , المهارات الاجتماعية و علاقتها بالسلوك التوكيدي و الصلابة النفسية , مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية الجلد4 العدد الأول.

قائمة المراجع لأجنبية

22 – kobssa et Puceette (1983) : personality and social recoursesim stress resistance . journal of personality and social psychology .

23 – Kalantar joe (2013) : **motivation . Effect of psychological hardiness training on mental** journal of academic research in science .

24 – Madi sr (2004) :**hardiness An operatinalisatoin of existential courge** , journal of humanistic psy chology .

25 – Merrell Kenneth (1993) : **school social behavior** .

الملاحق

دليل المقابلة

- أهلا و سهلا يا سيدي و شكرا لقبول دعوتنا و إجراء معك هذه المقابلة.
- نريد معرفة اسمك الكريم.
- وهل تفضلت بأخبارنا بسنك.
- ماذا كانت مهتك السابقة.
- كيف هي حالتك الاجتماعية وهل لديك أولاد كم عددهم
- و ما هو مستواك التعليمي.
- و كيف حالتك الصحية. وهل يمكن معرفة نوع المرض الذي تعاني منه وماهو تاريخ مرضك .
- كيف كانت حياتك أثناء الفترة الاستعمارية.
- وكيف عشت طفولتك.
- لماذا سجنتم وكم كانت فترة السجن.
- ما هي طرق التعذيب و كيفية التعامل معك خلال مدة السجن.
- ما مقدار المعاناة جراء التعذيب.
- كيف كان تأثير التعدي جسديا و نفسيا.
- كيف هي حياتك اليوم.
- و هل وجدت السند الاجتماعي و منظر من .
- كيف هي علاقتك مع العائلة و الأولاد.
- هي طمحاتك المستقبلية في هذه المرحلة.
- كيف تصف لنا تجربتك في الحياة.
- كلمة أخيرة.
- شكرا جزيلا لك و أمنيتنا لك الصحة و الهناء.

الحالة الأولى

كثيرا	متوسطا	قليلا	لا	العبارات
	X			1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.
X				2- اتخذ قراراتي بنفسني و لا تملئ علي من مصدر خارجي.
		X		3- أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.
		X		4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد و مبادئه قيمته.
	X			5- عندما أضع خطتي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها.
X				6- أقتحم المشكلات لحظها و لا أنتظر حدوثها.
		X		7- معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى و فائدة.
		X		8- نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي و ليس على الصدفة و الحظ.
	X			9- لدي حب استطلاع و رغبة معرفة الجديد.
		X		10- أعتقد أن لحياتي هدفا و معنى أعيش من أجله.
			X	11- أعتقد أن الحياة كفاح و عمل و ليس حظا و فرصا.
	X			12- أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تتطوي على تحديات و العمل على مواجهتها.
			X	13- لدي مبادئ و قيم ألتزم بها و أحافظ عليها.
		X		14- أعتقد أن الشخص الذي يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.
	X			15- لدي القدرة على التحدي و المثابرة حتى انتهى من حل أي مشكلة.
X				16- لدي أهداف أتمسك بها و أدافع عنها.
	X			17- أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.
	X			18- عندما تواجهني مشكلة أتحداهما بكل قوايا.
X				19- أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.
		X		20- أنا من اللذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.
X				21- أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث و تغيرات.
	X			22- أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
			X	23- أعتقد أن العمل و بذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي.

	X			24- عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
		X		25- أعتقد أن الإتصال بالأخرين و مشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.
		X		26- أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.
			X	27- أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على تحملها.
		X		28- اهتمامي بالأعمال و الأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.
		X		29- أعتقد أن العمل السيئ و غير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.
			X	30- لدي حب المغامرة و الرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
	X			31- أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي.
	X			32- أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.
X				33- أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أتق في قدرتي على حلها.
X				34- أهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث.
X				35- أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم و تخطيطهم لنشاطهم.
	X			36- إن الحياة المتنوعة و المثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.
		X		37- إن الحياة التي نتعرض فيها و نعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.
	X			38- إن النجاح الذي أحققه بجهدى هو الذي أشعر معه بالمتعة و الإعتزاز و ليس الذي أحققه بالصدفة.
		X		39- أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.
		X		40- أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين و أبادر إلى مساعدتهم.
	X			41- أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.
	X			42- أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة و لا تخفيني لأنها أمور طبيعية.
		X		43- أهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كلما أمكن ذلك.
				44- أخطط لأمر حياتي و لا أتركها للحظ و الصدفة و الظروف الخارجية.
X				45- إن التغير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.
	X			46- أبقى ثابتا في مبادئ و قيمي حتى إذا تغيرت الظروف.
		X		47- أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.
X				48- أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن أتحدث.

الحالة الثانية

كثيرا	متوسطا	قليلًا	لا	العبارات
			X	1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي
X				2- اتخذ قراراتي بنفسى و لا تملى علي من مصدر خارجي.
		X		3- أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.
			X	4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد و مبادئه قيمته.
		X		5- عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدًا من قدرتي على تنفيذها.
	X			6- أقتحم المشكلات لحلها و لا أنتظر حدوثها.
			X	7- معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى و فائدة.
	X			8- نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي و ليس على الصدفة و الحظ.
			X	9- لدي حب استطلاع و رغبة معرفة الجديد.
	X			10- أعتقد أن لحياتي هدفا و معنى أعيش من أجله.
		X		11- أعتقد أن الحياة كفاح و عمل و ليس حظًا و فرصًا.
			X	12- أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات و العمل على مواجهتها.
			X	13- لدي مبادئ و قيم ألنزم بها و أحافظ عليها.
		X		14- أعتقد أن الشخص الذي يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.
	X			15- لدي القدرة على التحدي و المثابرة حتى انتهى من حل أي مشكلة.
X				16- لدي أهداف أتمسك بها و أدافع عنها.
			X	17- أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.

		X		18- عندما تواجهني مشكلة أتجاهها بكل قوايا.
			X	19- أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.
			X	20- أنا من اللذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.
		X		21- أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث و تغيرات.
			X	22- أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
X				23- أعتقد أن العمل و بذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي.
		X		24- عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
		X		25- أعتقد أن الإتصال بالآخرين و مشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.
			X	26- أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.
	X			27- أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على تحملها.
		X		28- اهتمامي بالأعمال و الأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.
	X			29- أعتقد أن العمل السيئ و غير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.
			X	30- لدي حب المغامرة و الرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
	X			31- أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي.
	X			32- أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.
		X		33- أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.
X				34- أهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث.
			X	35- أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم و تخطيطهم لنشاطهم.
		X		36- إن الحياة المتنوعة و المثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.

		X		37- إن الحياة التي نتعرض فيها و نعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.
		X		38- إن النجاح الذي أحققه بجهدتي هو الذي أشعر معه بالمتعة و الإعتزاز و ليس الذي أحققه بالصدفة.
			X	39- أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.
			X	40- أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين و أبادر إلى مساعدتهم.
	X			41- أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.
	X			42- أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة و لا تخفيني لأنها أمور طبيعية.
			X	43- أهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كلما أمكن ذلك.
			X	44- أخطط لأمر حياتي و لا أتركها للحظ و الصدفة و الظروف الخارجية.
	X			45- إن التغيير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.
X				46- أبقى ثابتا في مبادئ و قيمي حتى إذا تغيرت الظروف.
	X			47- أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.
			X	48- أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن أتحدث.

الحالة الثالثة:

كثيرا	متوسطا	قليلًا	لا	العبارات
		X		1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.
			X	2- اتخذ قراراتي بنفسى و لا تملى علي من مصدر خارجي.
		X		3- أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.
X				4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد و مبادئه قيمته.
		X		5- عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدًا من قدرتي على تنفيذها.
			X	6- أقتحم المشكلات لحلها و لا أنتظر حدوثها.
			X	7- معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى و فائدة.
		X		8- نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي و ليس على الصدفة و الحظ.
		X		9- لدي حب استطلاع و رغبة معرفة الجديد.
		X		10- أعتقد أن لحياتي هدفا و معنى أعيش من أجله.
X				11- أعتقد أن الحياة كفاح و عمل و ليس حظًا و فرصًا.
	X			12- أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات و العمل على مواجهتها.
			X	13- لدي مبادئ و قيم ألتمزم بها و أحافظ عليها.
			X	14- أعتقد أن الشخص الذي يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.
X				15- لدي القدرة على التحدي و المثابرة حتى انتهى من حل أي مشكلة.
			X	16- لدي أهداف أتمسك بها و أدافع عنها.
X				17- أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.
			X	18- عندما تواجهني مشكلة أتحداه بكل قوايا.

		X		19- أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.
		X		20- أنا من اللذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.
X				21- أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث و تغيرات.
	X			22- أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
X				23- أعتقد أن العمل و بذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي.
			X	24- عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
	X			25- أعتقد أن الإتصال بالآخرين و مشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.
		X		26- أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.
			X	27- أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على تحملها.
		X		28- اهتمامي بالأعمال و الأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.
			X	29- أعتقد أن العمل السيئ و غير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.
		X		30- لدي حب المغامرة و الرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
			X	31- أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي.
	X			32- أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.
		X		33- أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.
X				34- أهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث.
		X		35- أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم و تخطيطهم لنشاطهم.
	X			36- إن الحياة المتنوعة و المثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.
X				37- إن الحياة التي نتعرض فيها و نعمل على مواجهتها هي التي

				يجب أن نحياها.
		X		38- إن النجاح الذي أحققه بجهدتي هو الذي أشعر معه بالمتعة و الإعتزاز و ليس الذي أحققه بالصدفة.
		X		39- أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.
			X	40- أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين و أبادر إلى مساعدتهم.
		X		41- أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.
			X	42- أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة و لا تخفيني لأنها أمور طبيعية.
	X			43- أهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كلما أمكن ذلك.
		X		44- أخطط لأمر حياتي و لا أتركها للحظ و الصدفة و الظروف الخارجية.
		X		45- إن التغير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.
	X			46- أبقى ثابتا في مبادئ و قيمي حتى إذا تغيرت الظروف.
	X			47- أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.
		X		48- أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن أتحدث.

الحالة الرابعة:

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.		X		
2- اتخذ قراراتتي بنفسى و لا تملى علي من مصدر خارجي.			X	
3- أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.		X		
4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد و مبادئه قيمته.				X
5- عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها.		X		
6- أقتحم المشكلات لحلها و لا أنتظر حدوثها.	X			
7- معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى و فائدة.	X			
8- نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي و ليس على الصدفة و الحظ.				X
9- لدي حب استطلاع و رغبة معرفة الجديد.			X	
10- أعتقد أن لحياتي هدفا و معنى أعيش من أجله.		X		
11- أعتقد أن الحياة كفاح و عمل و ليس حظا و فرصا.		X		
12- أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات و العمل على مواجهتها.	X			
13- لدي مبادئ و قيم ألتمزم بها و أحافظ عليها.				X
14- أعتقد أن الشخص الذي يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.			X	
15- لدي القدرة على التحدي و المثابرة حتى انتهى من حل أي مشكلة.		X		
16- لدي أهداف أتمسك بها و أدافع عنها.	X			
17- أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.			X	
18- عندما تواجهني مشكلة أتحداه بكل قوايا.		X		

			X	19- أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.
			X	20- أنا من اللذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.
		X		21- أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث و تغيرات.
			X	22- أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
	X			23- أعتقد أن العمل و بذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي.
		X		24- عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
	X			25- أعتقد أن الإتصال بالآخرين و مشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.
			X	26- أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.
	X			27- أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على تحملها.
		X		28- اهتمامي بالأعمال و الأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.
		X		29- أعتقد أن العمل السيئ و غير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.
			X	30- لدي حب المغامرة و الرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
X				31- أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي.
		X		32- أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.
			X	33- أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.
	X			34- أهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث.
		X		35- أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم و تخطيطهم لنشاطهم.
			X	36- إن الحياة المتنوعة و المثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.
		X		37- إن الحياة التي نتعرض فيها و نعمل على مواجهتها هي التي

				يجب أن نحياها.
		x		38- إن النجاح الذي أحققه بجهدني هو الذي أشعر معه بالمتعة و الإعتزاز و ليس الذي أحققه بالصدفة.
			x	39- أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.
	x			40- أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين و أبادر إلى مساعدتهم.
			x	41- أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.
			x	42- أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة و لا تخفيني لأنها أمور طبيعية.
	x			43- أهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كلما أمكن ذلك.
			x	44- أخطط لأمر حياتي و لا أتركها للحظ و الصدفة و الظروف الخارجية.
	x			45- إن التغير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.
		x		46- أبقى ثابتا في مبادئ و قيمي حتى إذا تغيرت الظروف.
	x			47- أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.
		x		48- أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن أتحدث.