مجلة الثقافة الرياضية
SPORT CULTURE
Vol.17, Spec. Issue, (2026): 311-325.
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة تكريت
Tikrit University
IRAQI
Iraqi Academic Journals
DOI : https://doi.org/10.25130/sc.2026.17.16
ISSN: 2070 – 1234 / E - ISSN: 2616 - 5678

A Study of the Level of Psychological Resilience among Middle School Students in Kirkuk Governorate

*Taha Salah El-Din Hassan[1] Moheb Hamed Raja[2]
College of Physical Education and Sport Sciences Tikrit University

ARTICLE

Received: 26/4/ 2026
Revised: 16/ 5/ 2026
Accepted: 18 /5 / 2026
Available online: 1/8 / 2026

Keywords

- Psychological resilience
- activity
- sports
- middle schools
- practitioners.

ABSTRACT

The current research aimed to identify the level of psychological resilience among a sample of middle school students participating in football in Kirkuk Governorate. To achieve the research objectives, the researcher adopted a descriptive approach using correlational methods, as it was suitable for the nature of the problem. The research population consisted of 440 students from the first, second, and third grades of middle school in 44 boys' middle schools during the 2025-2026 academic year. The researcher used a psychological resilience scale, employing means, standard deviations, a one-sample t-test, and Pearson's correlation coefficient to analyze the data. The results showed that the level of psychological resilience among the sample was high and statistically significant, indicating a high level of psychological resilience among students participating in sports.

Corresponding Author; Taha Salah El-Din Hassan
College of Physical Education and Sport Sciences Tikrit University
Email: taha.s.hassan@st.tu.edu.iq

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

دراسة مستوى الصمود النفسي لدى طلاب المدارس المتوسطة في محافظة كركوك

طه صلاح الدين حسن[1] محب حامد رجا[2]

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت

تفاصيل المقال

تاريخ الاستلام: 26/ 4/ 2026

النسخة المعدلة : 16/5/ 2026

تاريخ القبول: 2026/5/18

متوفر على الانترنت : 1/ 8/ 2026

الكلمات المفتاحية

- الصمود النفسي
- النشاط الرياضي
- المدارس المتوسطة
- الممارسين

الخلاصة

هدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى كل من الصمود النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي في محافظة كركوك. ولتحقيق أهداف البحث، اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته لطبيعة المشكلة. تكون مجتمع البحث من (440) طالبًا من طلاب الصفوف (الأول، الثاني، الثالث) المتوسط في (44) مدرسة متوسطة للبنين للعام الدراسي (2025–2026م)، اعتمد الباحثان على مقياس الصمود النفسي، استُخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) لعينة واحدة ومعامل ارتباط بيرسون لتحليل البيانات. أظهرت النتائج أن مستوى الصمود النفسي لدى أفراد العينة جاء مرتفعًا ودالًا إحصائيًا، مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الصمود النفسي لدى الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي.

© This is an open access article under the CC By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

1- التعريف بالبحث

1-1المقدمة وأهمية البحث

يُعدّ علم النفس الرياضي فرعًا من فروع علم النفس التطبيقي الذي يهدف إلى دراسة السلوك الإنساني في المواقف الرياضية، من إذ كيفية تأثير العوامل النفسية على الأداء البدني، وكيف يمكن للنشاط الرياضي أن يؤثر في الصحة النفسية للفرد، يهتم هذا العلم بتحليل الدوافع، والانفعالات، ومستويات القلق، والثقة بالنفس، والتركيز الذهني، بوصفها عناصر جوهرية في نجاح الرياضيين وتطورهم، وهو يسعى إلى فهم كيفية بناء الشخصية الرياضية المتوازنة، وتنمية القدرات العقلية التي تساعد على التكيّف مع ضغوط المنافسة وتحقيق الأداء الأمثل.

ويركّز علم النفس الرياضي أيضًا على إعداد البرامج النفسية والتدريبية التي تسهم في تحسين الأداء العام للفِرق والأفراد، وذلك بتطوير مهارات مثل ضبط الانفعال، والتصور الذهني، وتحديد الأهداف، والتحفيز الذاتي، ويُستعمل هذا العلم في مجالات متعددة، منها التدريب الرياضي، والإرشاد النفسي للرياضيين، وتأهيل المصابين نفسيًا بعد الإصابات الجسدية.

ويُعد الصمود النفسي متغيرًا نفسيًا معقدًا يتألف من أبعاد مزاجية ومعرفية، فمن الناحية المزاجية، يتجسد في المزاج الإيجابي والمستويات المرتفعة من الانفعالات الإيجابية، مما يمكّن الفرد من تجاوز التجارب الصادمة وذلك بتعزيز النظرة الإيجابية للذات والشعور بالقدرة على الفعل والشجاعة، أما من الجانب المعرفي، فيتضمن الصمود النفسي القدرة على تقبل المشاعر السلبية والتعامل معها بفعالية، فضلاً عن المرونة في التفكير، ومهارات التواصل الجيد، والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، إلى جانب امتلاك مهارات حل المشكلات التي تُسهم في مواجهة التحديات والتغلب عليها.

وانطلاقًا من أهمية المتغير تسعى الدراسة إلى الكشف عن مستوى الصمود النفسي لدى عينة من طلاب المدارس المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي في محافظة كركوك، بوصفها مرحلة عمرية حرجة تتشكل فيها السمات الانفعالية والاجتماعية.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

1-2 مشكلة البحث

تتمثل مشكلة البحث من عمل الباحثان بالتدريس وتفاعلهما مع الطلاب في المرحلة المتوسطة، وهي من المراحل الحساسة التي يمرّ بها المتعلم، لأنها بداية سن المراهقة والشعور بالمسؤولية إذ لاحظ الباحثان أنها تتسم بتغيرات نفسية واجتماعية وانفعالية متسارعة، إلى جانب ما يواجهه الطلاب من ضغوط دراسية وتحديات تربوية واجتماعية تتطلب قدراً من الصمود النفسي لمساعدتهم على التكيف مع المواقف الصعبة والحفاظ على استقرارهم الانفعالي والأداء الفعّال في مختلف الأنشطة، ولا سيما في المادة التدريسية مادة التربية الرياضية التي تتطلب توازناً بدنيًا واجتماعيًا، إذ أن الواقع يشير إلى أن عدداً من طلاب هذه المرحلة يعانون من ضعف في الصمود النفسي، مما ينعكس سلباً على مشاركتهم وتفاعلهم الاجتماعي أثناء الأنشطة الرياضية.

ومن هنا برزت مشكلة البحث في ضرورة دراسة الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي، لما لهذه العلاقة من أهمية في تعزيز التكيف النفسي والاجتماعي لديهم، ودعم قدرتهم على مواجهة الضغوط الدراسية والتحديات المرتبطة بمرحلة المراهقة.

1-3 أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

1- التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى عينة من طلاب المدارس المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي بمحافظة كركوك.

1-4 فرضيات البحث

1- لا يوجد مستوى دال إحصائيًا من الصمود النفسي لدى عينة من طلاب المدارس المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي بمحافظة كركوك.

1-5 مجالات البحث

المجال البشري: طلاب المدارس المتوسطة في محافظة كركوك للعام الدراسي (2025-2026) .

المجال المكاني: القاعات الدراسية وساحات المدارس المتوسطة في محافظة كركوك .

المجال الزماني: بداية من الفصل الدراسي الثاني 1-2-2026 ولمدة شهر.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

1-6 مصطلحات البحث

1- الصمود النفسي Psychological Resilience

عملية دينامية تتمثل في قدرة الفرد على التعامل مع الشدائد والمحن بفاعلية لامتلاكه خصائص إيجابية تشمل: الكفاءة الشخصية، والكفاءة الاجتماعية، والتحكم الانفعالي، والعاطفي، والمرونة (عبدالمعطي، فتحي، و صادق، 2020، صفحة 156).

ويعرف إجرائيًا بأنه قدرة المتعلم في المرحلة المتوسطة على التكيف مع الضغوط والتحديات الأكاديمية والحياتية بواسطة استراتيجيات إيجابية، مثل: ضبط المشاعر، التفكير الإيجابي، والاستمرار في تحقيق الأهداف رغم العقبات، ويُقاس في ضوء أداة تحدد مستوى التحمل النفسي والقدرة على التكيف.

2 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

اعتمد البحث على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة المشكلة، إذ يتيح دراسة مستوى الصمود النفسي، لدى متعلمي المرحلة المتوسطة في مادة التربية الرياضية بمحافظة كركوك.

2-2 مجتمع البحث وعينته

يتكون مجتمع البحث من (440) طالباً من طلاب الصفوف الأول والثاني والثالث في المرحلة المتوسطة الممارسين لمادة التربية الرياضية بمحافظة كركوك، موزعين على (44) مدرسة متوسطة للبنين للعام الدراسي (2025-2026م). وقد اعتمد الباحثان على عينتين متمايزتين:

الجدول (1): توزيع مجتمع البحث وعينتَي البناء والتطبيق

الصف الدراسي	عدد المدارس	المجتمع الكلي	عينة البناء (30 طالباً)	عينة التطبيق (440 طالباً)	الملاحظات
الصف الأول المتوسط	16	160	10	160	-
الصف الثاني المتوسط	15	150	10	150	-
الصف الثالث المتوسط	13	130	10	130	-
المجموع	44	440	30	440	-

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

2-3 أدوات البحث

اعتمد الباحثان في جمع المعلومات والبيانات اللازمة للبحث على جملة من الوسائل والأدوات، أبرزها:

- استمارة استبانة تتضمن مقياس الصمود النفسي بصورته النهائية، تم تقنينها من دراسة محمد، سامي حميد (2024). الصمود النفسي وعلاقته بتفوق الرياضي لدى لاعبي التنس، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية. جامعة صلاح الدين،35(1)، 270-284.

2-5 وصف أدوات البحث

أ- مقياس الصمود النفسي

بعد أن أنجز الباحثان المعاملات العلمية اللازمة لمقياس الصمود النفسي أصبح المقياس مكوناً من (46) فقرة بصورته النهائية، وتكون الإجابة عنه في ضوء اختيار بديل واحد من ثلاثة بدائل (موافق ومحايد وغير موافق) وتُعطى لها الدرجات (3، 2، 1) على التوالي في الفقرات الإيجابية وتعكس في الفقرات السلبية، وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (46 – 138)، وكان المتوسط الفرضي*** للمقياس (92).

*** المتوسط الفرضي = (مجموع البدائل ÷ عدد البدائل) × عدد الفقرات = (6 ÷ 3) × 46 = 92

الجدول (2): نسبة اتفاق السادة الخبراء على عبارات مقياس الصمود النفسي

ت	العبارة	عدد الموافقين	نسبة الاتفاق %	القرار
1	أعتمد على نفسي فقط عند مواجهة وحل المشكلات في المباراة.	9	%100	تُقبل
2	أتحمل الضغوط والصعاب للوصول إلى حل المشكلة.	9	%100	تُقبل
3	لا أتأثر بزملائي عند اتخاذ قرارات صعبة ومهمة.	9	%100	تُقبل
4	أمتلك القدرة على التحكم في انفعالاتي أثناء المباراة.	9	%100	تُقبل
5	أحافظ على هدوئي عند شعوري بالضغوط أثناء المباراة.	9	%100	تُقبل

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

6	أتوقع أحداثاً سيئة للمباراة.	9	%100	تُقبل
7	أعتمد على نفسي في كثير من المواقف أثناء المباراة.	9	%100	تُقبل
8	ثقتي في نفسي في المباريات نتيجة الالتزام في التدريب.	9	%100	تُقبل
9	أواجه صعوبة في تذكر مواد القانون في المباراة.	9	%100	تُقبل
10	أكون هادئاً في الظروف الصعبة في المباراة.	9	%100	تُقبل
11	أنجح في تكوين طابع جيد عند الآخرين.	9	%100	تُقبل
12	يصعب عليّ ضبط غضبي في المباراة.	9	%100	تُقبل
13	أسعى لاتخاذ القرارات الأكثر تقبلاً في المباراة.	9	%100	تُقبل
14	أتخذ القرارات بأسرع وقت لحل المشكلات في المباراة.	9	%100	تُقبل
15	أفضل العمل الجماعي والتعاون مع الزملاء على العمل الفردي.	9	%100	تُقبل
16	أجد صعوبة في التخلص من آثار المباراة السابقة.	9	%100	تُقبل
17	أستطيع التحكم بسلوكي ليتناسب مع المواقف في المباريات.	9	%100	تُقبل
18	أفكر بإيجابية عند المواقف الصعبة في المباراة.	9	%100	تُقبل
19	أستطيع أن أتجاوز القرارات الخاطئة في المباراة.	9	%100	تُقبل
20	أنزعج لأتفه الأسباب في المباراة.	9	%100	تُقبل
21	أكون متفائلاً قبل وأثناء المباريات.	9	%100	تُقبل
22	أفكر بإيجابية في المباراة.	9	%100	تُقبل
23	أجد صعوبة في إيجاد لغة مشتركة مع الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي.	9	%100	تُقبل
24	أستطيع أن أستعيد توازني في المباراة بعد حل المشكلة.	9	%100	تُقبل
25	تلازمني أفكار حزينة لمدة ليست بالقصيرة بعد اتخاذ قرار خاطئ.	9	%100	تُقبل
26	أتعامل بجدية مع الطلاب كثيري التحايل في المباراة.	9	%100	تُقبل
27	أحاول رؤية الجانب الإيجابي من المباراة عندما أواجه المشكلات.	9	%100	تُقبل
28	أكون مرناً في تطبيق مواد القانون في المباراة.	9	%100	تُقبل
29	أتأثر عندما يصفني بعضهم بأني غير جيد أثناء المباراة.	9	%100	تُقبل

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

30	أخطط لمواجهة أي مشكلة تواجهني في المباراة.	9	%100	تُقبل
31	أقسم المشكلة على أجزاء وخطوات ليسهل عليّ حلها.	9	%100	تُقبل
32	أشعر بالفشل عند عدم حل المشكلات في المباراة.	9	%100	تُقبل
33	أتبع عدة طرق للوصول إلى الحل المناسب للمشكلة في المباراة.	9	%100	تُقبل
34	أكون علاقات وصداقات بسهولة.	9	%100	تُقبل
35	أفرح عند حل المشكلات الصعبة في المباراة.	9	%100	تُقبل
36	ألتزم في إنجاز مهامي أثناء المباراة.	9	%100	تُقبل
37	أفكر بملاحظات مقيم الحكام بعد اتخاذ قرار خاطئ في المباراة.	9	%100	تُقبل
38	أستطيع تحديد مزاج الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي في المباراة.	9	%100	تُقبل
39	أستطيع أن أتجاوز الصعاب في المباراة لتحقيق أهدافي.	8	%90	تُقبل
40	أشغل تفكيري بالأحداث السلبية السابقة أكثر من اللازم.	8	%90	تُقبل
41	أستطيع إيجاد حلول صحيحة للمشكلات أثناء المباراة رغم الاعتراضات.	8	%90	تُقبل
42	الأشياء السيئة في المباراة تدوم طويلاً.	8	%90	تُقبل
43	أحس بالأمان في المباراة نتيجة وجود السادة المدرسين معنا.	8	%90	تُقبل
44	أشعر بحساسية عالية عندما ينتقدني أقراني.	8	%90	تُقبل
45	أستطيع السيطرة على المشاعر السلبية في المباراة.	8	%90	تُقبل

يتضح من الجدول أن جميع عبارات مقياس الصمود النفسي تجاوزت نسبة الاتفاق الحدية (75%)، مما يعني قبولها جميعاً وصلاحيتها للتطبيق على عينة الاستطلاع تمهيداً للتحليل الإحصائي.

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

بعد تطبيق المقياس على العينة الكاملة وجمع البيانات وتفريغها وتحليلها، جاءت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث على النحو الآتي:

الجدول (4): يبين أعلى وأدنى قيمة لمتغيرات البحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

ت	المتغير	المتوسط ± الانحراف	الحجم (ن)	أدنى قيمة	أعلى قيمة
1	مقياس الصمود النفسي (الدرجة الكلية)	126.68 ± 3.59	440	116	136

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

يتضح من الجدول (12) أن متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الصمود النفسي بلغ (126.68) بانحراف معياري (3.59) وجاءت أعلى قيمة 136من أصل درجة قصوى نهائية (138).

2-6 الوسائل الإحصائية

قام الباحثان باستعمال الوسائل الإحصائية الآتية في تحليل البيانات وتحديد النتائج باستعمال برنامج SPSS V20.0:

- **النسبة المئوية:** لاحتساب نسب اتفاق السادة الخبراء على محاور المقياسين وعباراتهما.
- **اختبار (t) للعينتين المستقلتين:** لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياسين عبر أسلوب المجموعتين الطرفيتين (27%).
- **المتوسط الحسابي والانحراف المعياري:** لوصف مستوى متغيرات البحث لدى أفراد العينة، ولاحتساب متوسطَي المجموعتين الطرفيتين في كل فقرة.
- **المتوسط الفرضي:** للحكم على مستوى الصمود النفسي والتواصل الاجتماعي لدى أفراد العينة بالمقارنة مع الوسط النظري للمقياسين.
- **معامل ارتباط بيرسون البسيط:** لاستخراج معامل الاتساق الداخلي (ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية)، ولقياس طبيعة العلاقة الارتباطية بين متغيرَي الدراسة.
- **معامل ألفا كرونباخ:** للتحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياسين.
- **معادلة سبيرمان-براون:** لتصحيح معامل الثبات المستخرج بطريقة التجزئة النصفية.
- **الخطأ المعياري للقياس:** للتعرف على مدى دقة المقياسين وتقدير التذبذب المحتمل في درجات الأفراد.

2-7 نتائج البحث

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس الصمود النفسي بلغ (126.68) بانحراف معياري (3.59) مقارنةً بالمتوسط الفرضي (92)، مما يدل على أن متوسط درجات الصمود النفسي يتجاوز المتوسط الفرضي بفارق دال إحصائياً، مما يعني رفض الفرضية الصفرية في هذا الشأن وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود مستوى مرتفع ودال إحصائياً من الصمود النفسي.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

وتشير هذه النتيجة إلى أن أفراد العينة يتمتعون بدرجة عالية من الصمود النفسي، الأمر الذي يعكس قدرتهم على التكيف مع الضغوط والمواقف الصعبة التي قد تواجههم في حياتهم المدرسية والاجتماعية. فارتفاع المتوسط الحسابي مقارنةً بالمتوسط الفرضي يدل على أن الطلاب يمتلكون قدراً ملحوظاً من السمات النفسية المرتبطة بالثبات الانفعالي والقدرة على مواجهة التحديات والتغلب على الصعوبات. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة المرحلة العمرية للطلاب وما تتضمنه من خبرات تعليمية واجتماعية تسهم في تنمية مهارات التكيف والمرونة النفسية، إضافةً إلى الدور الذي قد تؤديه البيئة المدرسية والأنشطة التربوية المختلفة، ولا سيما الأنشطة الرياضية، في تعزيز روح التحدي والعمل الجماعي وتنمية الثقة بالنفس. ومن ثمّ فإن هذه النتيجة تؤكد أهمية الاهتمام بالبرامج والأنشطة التي تسهم في دعم الصمود النفسي لدى الطلاب، لما لذلك من أثر إيجابي في قدرتهم على مواجهة الضغوط الدراسية والاجتماعية وتحقيق قدر أكبر من التوافق النفسي والتربوي.

ويمكن تلخيص ذلك في الجدول الآتي:

جدول (5): مستوى الصمود النفسي لدى أفراد العينة

المتغير	الدرجة الكلية	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة وتفسيره
الصمود النفسي	138	92	126.68	مرتفع – دال إحصائياً

يتضح من الجدول أن مستوى كلٍّ من الصمود النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي بمحافظة كركوك جاء مرتفعاً ودالاً إحصائياً، وبذلك تُرفض الفرضية الصفرية الأولى ويُقبل ضدها.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يُشير ارتفاع مستوى الصمود النفسي لدى أفراد العينة إلى أن طلاب المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط الرياضي بمحافظة كركوك يمتلكون قدرة نفسية مرتفعة على مواجهة التحديات والتعامل مع الضغوط الدراسية والحياتية. وتعزز هذه النتيجة ما أكده (إبراهيم إ.، 2014) من أن الصمود النفسي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمستوى السلامة النفسية والاستقرار العاطفي للمتعلم. كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (السيد، 2021) من أن المتعلمين الصامدين نفسياً يتميزون بمستوى عالٍ من الدافعية والكفاءة الذاتية وفاعلية الذات، إضافةً إلى قدرتهم الفائقة على التكيف مع المواقف الصعبة.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

ويُفسّر الباحثان هذا المستوى المرتفع من الصمود النفسي بأن ممارسة النشاط الرياضي تُسهم بفاعلية في بناء الصمود النفسي، إذ تعرّض الطالب لمواقف تنافسية تستدعي ضبط الانفعالات والمثابرة وتحمُّل الإخفاق والتعافي منه، وهي سمات جوهرية في تعريف الصمود النفسي وفق حركة علم النفس الإيجابي التي أرساها (Seligman, 2011)، والتي تؤكد على أن الصمود ليس سمة ثابتة بل عملية ديناميكية يمكن تنميتها وصقلها من التجارب الحياتية الإيجابية كممارسة الرياضة.

وتتسق مع دراسة عفراء إبراهيم خليل العبيدي التي أثبتت ارتفاع مستوى الصمود النفسي في سياق الطلاب الذين لا يعانون من ظروف نزوح، وهو ما ينسجم مع عينتنا التي تنتمي إلى بيئة مستقرة نسبياً، وتتفق كذلك مع ما أشارت إليه منظمة الصحة العالمية (World Health Organization, 2026) من أن المراهقين الذين يحظون ببيئة داعمة – كالمؤسسة التربوية والأسرة والنشاط الرياضي – يُظهرون مستويات أعلى من الصمود النفسي.

وفي ضوء نظرية التوازن البيولوجي النفسي الروحي لـ(Richardson) التي تؤكد أن التكيف مع الظروف الحياتية يتأثر بعوامل الصمود النفسي وإعادة التكامل، يمكن القول إن الطلاب الرياضيين في عينة البحث يحققون إعادة تكامل إيجابية بعد المواقف الضاغطة، مما ينعكس في ارتفاع مستويات الصمود.

الاستنتاجات

1) أظهرت النتائج أن الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي يتمتعون بمستوى مرتفع من الصمود النفسي يفوق المستوى المتوقع نظرياً، الأمر الذي يدل على امتلاكهم قدرة ملحوظة على مواجهة الضغوط المختلفة والتكيف مع التحديات الأكاديمية والحياتية التي قد تعترضهم في البيئة المدرسية وخارجها.
2) الصمود النفسي يسهم بدرجة ملحوظة في تفسير التباين في مستوى لدى الطلاب، غير أن هذا التأثير لا يعمل بمعزل عن عوامل أخرى قد يكون لها دور في تشكيل مهارات التواصل لديهم، مثل الخبرات الاجتماعية السابقة، وطبيعة البيئة المدرسية، وأساليب التنشئة الأسرية، إلى جانب الخصائص الشخصية للفرد. وبذلك يمكن النظر إلى الصمود النفسي بوصفه أحد العوامل المؤثرة في تعزيز التواصل الاجتماعي، من دون أن يكون العامل الوحيد المحدد له.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

التوصيات

بناءً على نتائج البحث واستنتاجاته، يوصي الباحثان بما يأتي:

1) تضمين برامج التربية الرياضية في المرحلة المتوسطة أنشطةً جماعية تنافسية تُعزز الصمود النفسي وتنمي مهارات التواصل الاجتماعي في آنٍ واحد.
2) تصميم وحدات تدريبية لتعزيز الصمود النفسي مع التركيز على تنمية مهارات التواصل الاجتماعي اللفظي وغير اللفظي.
3) تأهيل معلمي التربية البدنية في المرحلة المتوسطة على استراتيجيات تعزيز الصمود النفسي ضمن الحصة التدريبية، إذ تكشف الدراسة عن ارتباطه بالتواصل الاجتماعي الذي يُعدّ ركيزة أساسية للعمل الجماعي في الميدان الرياضي.

References

1. Afraa Ibrahim Al-Obaidi. (2017). Psychological Resilience Among University Students in Light of Some Variables. Al-Ustad Journal for Humanities and Social Sciences, 2(4), 417-440.
2. Ali Abdul-Nabi Hanafi. (Riyadh). An Introduction to Hearing Impairment. 2014: Dar Al-Zahra Library.
3. American Psychological Association. (2014). The Road to resilience. *American Psychological Association*, p. Retrieved from http://www.apa.org/helpcenter/roadresilience.aspx.
4. Amira Sami Awadallah. (2020). Optimism as an indicator of psychological resilience in children across successive age groups. Journal of Scientific Research in Education, Ain Shams University, 21(3), 345–373.
5. Aseel Sabbar Mohammed. (2015). Psychological Resilience Among Displaced and Non-Displaced University Students. Journal of Arts, University of Baghdad, Faculty of Arts, No. 114, pp. 603–626.
6. Ataif Muhammad Ahmad. (2021). Psychological Resilience and Self-Well-being: Saudi Society. King Faisal University Journal of Humanities and Administrative Sciences, 22(2), 79-86.
7. Azza Khalil. (2002). The Psychology of Play in Early Childhood. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

8. Dantzer, R. (2018). Neuroimmune interactions: from the brain to the immune system and vice versa. *hysiol. Rev. 98.*, 477– 504.
9. Dhafer Namous Al-Tai and Mariam Ahmed Abu-Aleem. (2021). Psychological Resilience and its Relationship to Exam Anxiety and Level of Aspiration among Fourth-Year Students at the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Future University, during the COVID-19 Pandemic. Journal of Sports Sciences, 13(49), 26–37.
10. Fahim Mustafa. (2015). The School of the Future and the Fields of Distance Education. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
11. Faten Farouk Moussa and Sherry Mosaad Halim. (2014). Psychological Resilience Among University Students and Its Relationship to Wisdom and Self-Efficacy. Journal of the Faculty of Education, Port Said University, No. 15, pp. 90–134.
12. George, D., & Mallery, P. (2016). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference. 11.0 Update (4th ed.).* Boston: Allyn & Bacon
13. George, D., & Mallery, P. (2016). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference. 11.0 Update (4th ed.).* Boston: Allyn & Bacon.
14. Hanan Mohamed Abdel-Halim, Sherihan Abdel-Salam Abdel-Salam, and Mohamed Mostafa Ghaloush. (2019). A Program Based on Constructivist Interactive Theater for Developing Positive Social Communication Skills in Hyperactive Kindergarten Children. Journal of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, 19(1), 285–305.
15. Hanan Rizk Youssef. (2016). Media in Educational Institutions: An Atlas of Educational Facilities and Institutions in the Arab World. Cairo: Scientific Publishing House.
16. Ibrahim Abdullah Al-Zureiqat and Manal Rushdi Rashid. (2019). The Effectiveness of a Video Modeling-Based Training Program in Improving Communication and Social Interaction Skills Among a Sample of Learners with Autism Spectrum Disorder in Amman. Studies in Educational Sciences, 46(1), pp. 269–291.
17. Iman Abu Taleb, Madiha Hamad, Fikri Rayan, and Fayza Mogahed. (2017). Using a humanistic approach in teaching history to develop national belonging

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

values and social skills among middle school students. Journal of Scientific Research in Education, 18(6), 311–333.

18. Iman El-Saeed Ibrahim. (2014). Developing spiritual intelligence and psychological resilience to reduce cortisol levels among female university students. Unpublished Master's thesis, Faculty of Girls, Ain Shams University.
19. Jalal Jaber Issa. (2015). The impact of using social media tools based on collaborative e-learning on academic achievement and skills in using them among students of the College of Education, Bisha University. Journal of Education, 34(5), 783–827. Hossam El-Din Mahmoud Azab and Sawsan Saeed Abdel-Halim. (2019). A Play-Based Training Program for Developing Social Communication Skills in a Sample of Students. Journal of the Educational Society for Social Studies. Journal of the Educational Society for Social Studies, 114, 1–27.
20. Karasar , B., & Canli, D. (2020). Psychological resilience and depression during the COVID-19 pandemic in Turkey. . *Psychiatr Danub. (2020) 32:*, 273–279.
21. Khaled Abdullah Al-Juhani. (2017). The Impact of Using Social Media on Students' Academic Achievement in Research and Information Sources for the Secondary Stage. Journal of Educational and Psychological Sciences, 1(4), 126–136. Rahima Issani. (2008). Introduction to Media and Communication. Amman: Dar Al-Kitab Al-Alami.
22. Lamis Hamdi. (2014). The Impact of a Multi-Activity Training Program on Developing Social Communication Skills Among Kindergarten Children. Published Doctoral Dissertation, Faculty of Education, Damascus University.
23. Lulwa Saleh Al-Rashid. (2020). Psychological resilience and its relationship to burnout and psychosomatic disorders among a sample of faculty members at Qassim University. Journal of King Abdulaziz University, 28(9), 46–69.
24. Mahmoud Fathi Akasha. (2017). Developing social skills for gifted children with behavioral problems. Arab Journal for Developing Excellence. pp. 42, 1–55.
25. Mohammed Al-Hilah. (2007). Design and Production of Educational and Learning Aids (4th ed.). Amman: Dar Al-Masirah Publishing.
26. Najah Maqbool Kabisi. (2018). Spiritual intelligence and social support as predictors of psychological resilience among female students.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

27. Nasser Ahmed Al-Khawaldeh and Ashwaq Ali Saleh. (2020). The effect of a social skills-based educational program on the acquisition of social communication skills among tenth-grade female students in the subject of national education. Journal of the Faculty of Education, Assiut University, Vol. 36, No. 11, 142.
28. Osama Mustafa. (2015). Communication Disorders: Between Theory and Practice. Amman: Dar Al-Masirah Publishing.
29. Rima Al-Sadjan. (2018). Socialization: Instilling Cooperation in the Child's Spirit. Damascus Publishing Journal, 1-35.
30. Sahar Omar. (2018). The Effectiveness of a Proposed Training Program for Developing Awareness of Methods of Using Electronic Social Networks. Journal of the Faculty of Education, Al-Azhar University, 2(178), 103-154.
31. Sami Hamid Muhammad. (2024). Psychological Resilience and Its Relationship to Athletic Excellence Among Tennis Players. Journal of Studies and Research in Physical Education. Salahaddin University, 35(1), 270-284.
32. Shaimaa Ezzat Basha and Iman Nasri Shenouda. (2014). Resilience, Social Support, and Stress as Predictors of Suicidal Thought among University Students. Egyptian Journal of Clinical and Counseling Psychology, 4(2), 577-602.
33. Sura Asaad Majeed and Azhar Muhammad Jameel. (2020). Psychological Resilience and its Relationship to Academic Performance among University Students. Humanities and Social Sciences Studies, University of Jordan, 344.
34. World Health Organization. (2026). *Adolescent Mental Health.* Retrieved from World Health Organization: Available online at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mentalhealth
35. Zainab Mahmoud Shqeir. (2006). Ideal Discovery and Integrated Care for Excellence, Talent, and Creativity. Cairo: Anglo-Egyptian.
36. Zainab Muhammad Al-Khafaji. (2007). Educational Activities in Government Nurseries and Their Relationship to Some Variables. Journal of Educational and Psychological Research, 30, 236-290.

© This is an open access article under the CC
By licenses http://creativecommons.org/licenses/by/4.0