Sana'a University Journal of Human Sciences مجلة جامعة صنعاء للعلوم الإنسانية
Vol. 5 | No. 6 | Page 219 – 240 |2026 | https://journals.su.edu.ye/index.php/jhs
ISSN : 2958-8677

Psychological Capital among Medical and Health Sciences Students at Al-Hodeidah University

Ahlam Ali Thabit Radwan [1,*]

[1] Department of Psychology -Faculty of Arts and Humanities - Sana'a University, Sana'a, Yemen.

***Corresponding author:** *ahlamredhwan27@gmail.com*

Keywords

1. Psychological Capital
2. Medical and Health Sciences Students
3. Al-Hodeidah University

Abstract:

The present study investigated the level of psychological capital among students of the Faculty of Medicine and Health Sciences at Al-Hodeidah University and examined differences according to gender and academic specialization. A self- developed psychological capital scale was administered to a sample of 250 students. The results indicated relatively high levels of self-efficacy, hope, and resilience, with hope ranking highest, followed by resilience and self-efficacy, whereas optimism was found to be low. statistically significant differences were observed between males and females across all dimensions of psychological capital. However, statistically significant differences were found. in self-efficacy, hope, resilience, and the overall psychological capital score according to specialization, favoring laboratory and nursing students, while no significant differences were detected in optimism. Additionally, no significant between gender and specialization were identified.

Sana'a University Journal of Human Sciences
مجلة جامعة صنعاء للعلوم الإنسانية
Vol. 5 | No. 6 | Page 2020 – 240 | 2026
https://journals.su.edu.ye/index.php/jhs
ISSN : 2958-8677

رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة

أحلام علي ثابت رضوان [1]*،

[1] قسم علم نفس ، كلية الآداب - جامعة صنعاء ، صنعاء ، اليمن.

المؤلف: *ahlamredhwan27@gmail.com*

الكلمات المفتاحية

1. رأس المال النفسي
2. كلية الطب البشري والعلوم الصحية
3. جامعة الحديدة

الملخص:

يهدف هذا البحث إلى الكشف عن مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة، والتعرف على الفروق في مستوى رأس المال النفسي بين الطلبة وفقًا لمتغيري الجنس والتخصص، واستخدمت الباحثة مقياس رأس المال النفسي من إعدادها، وطبق المقياس على عينة قوامها (250) طالبا وطالبة، وأظهرت نتائج البحث وجود مستوى مرتفع نسبيًا في الكفاءة الذاتية والأمل والصمود النفسي والدرجة الكلية للمقياس، في حين جاء مستوى التفاؤل منخفضا، كما تبين أن مجال الأمل احتل المرتبة الأولى، يليه مجال الصمود النفسي في المرتبة الثانية، ثم مجال الكفاءة الذاتية في المرتبة الثالثة، وأخيرًا مجال التفاؤل، وأظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع مجالات رأس المال النفسي بين الطلبة، تُعزى لمتغير الجنس، وفي المقابل، وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في الكفاءة الذاتية، والأمل والصمود النفسي والدرجة الكلية للمقياس بين الطلبة وفقًا للتخصص، لصالح طلبة المختبرات والتمريض، دون وجود فروق بين طلبة المختبرات والتمريض، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجال التفاؤل بين الطلبة، تُعزى لمتغير التخصص، كما لم يظهر أثر التفاعل بين متغيري الجنس والتخصص في جميع مجالات رأس المال النفسي.

المقدمة:

يُعدّ المورد البشري من أهم مصادر القوة في أي مجتمع؛ إذْ يعتمد عليه في تحقيق أهدافه وتقدمه في شتى المجالات، خاصة في ظل عصر العولمة وما يشهده من تطور متسارع في المعرفة والتقنيات، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال التركيز على تنمية الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد، بما يمكنه من مواجهة الظروف الحياتية الصعبة والأحداث الضاغطة التي تعد مصادر للتوتر والقلق. (عبد الباري، 2021، ص. 219)

وتُعدّ الجامعة مصدرًا رئيسًا للفكر والعلم والمعرفة، وتضطلع بدور مُهم في تنمية المجتمع من خلال إعداد قوى بشرية مؤهلة قادرة على تحقيق التنمية الشاملة، ويتوقف نجاحها على قدرتها في أداء وظيفتها الأساسية، ويعدُّ الطالب الجامعي الركيزة الأساسية للعملية التعليمية؛ إذ يرتبط نجاح الجامعة في تحقيق أهدافها ارتباطًا وثيقًا بمدى نجاح طلبتها. (صالح، 2022، ص. 20)، وتبرز أهمية طلبة الجامعات في قدرتهم على النهوض بالمجتمع وتحقيق أهدافه، الأمر الذي يجعل من الضروري توحيد الجهود لتوفير الظروف الملائمة لدعمهم وضمان نجاحهم الأكاديمي والنفسي. (هناء، 2013، ص. 5)

ويؤكد (مير وعبيد، 2019) أن رفع مستوى رأس المال النفسي لدى الطلبة يسهم في تحسين أدائهم في مختلف المجالات الحياتية، كما يسهم بدرجة كبيرة في تنمية شخصيتهم وتعزيز جوانب القوة لديهم، مما يمكنهم من اتخاذ القرارات السليمة وحل المشكلات التعليمية والتخطيط بفاعلية لتحقيق أهدافهم الأكاديمية. (مير وعبيد، 2019، ص. 173)

ويُعرف رأس المال النفسي بأنه مجموعة من القدرات والسمات الإيجابية التي يمتلكها الفرد، والتي تساعده على تحقيق أهدافه، وتتمثل في الثقة بالنفس، والتفاؤل، والأمل، والنظرة الإيجابية نحو المستقبل، والتمسك بالأمل والإصرار للوصول إلى الأهداف دون الشعور بالإحباط، فضلا عن القدرة على مواجهة الضغوط واستعادة التوازن النفسي والتكيف الإيجابي مع التغيرات الحياتية. (المصري، 2022، ص. 881)

وتتضح أهمية رأس المال النفسي لدى الطلبة من خلال نتائج الدراسات السابقة، التي أشارت إلى أن الأفراد ذوي رأس المال النفسي المرتفع يكونون أقل عرضة للمشكلات النفسية، وأكثر قدرة على مواجهة الضغوط والتحديات بأساليب إيجابية، ممّا يسهم في تعزيز الرفاهية النفسية، وتحفيز الطلبة على المثابرة وتحقيق أداء أكاديمي ناجح، وتنمية الثقة بالنفس والاستعداد للحياة المهنية المستقبلية. لوثانز وآخرون (Luthans et al., 2007)، وبرادلي (Bradley, 2014)، وبيناتي وفيشر (Benati, 2020 & Fischer)، و(عبد الباري، 2021)

ومع ذلك تعد الدراسات التي تناولت رأس المال النفسي في البيئات الجامعية غير المستقرة نادرة، لا سيما في سياقات الصراعات والأزمات مثل اليمن، حيث يواجه طلبة التخصصات الطبية تحديات دراسية ومجتمعية مضاعفة، الأمر الذي يبرز الحاجة إلى إجراء دراسات محلية لفهم قدراتهم على مواجهة الضغوط.

وخلال المعايشة الميدانية للباحثة مع طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة، لوحظ تفاقم الضغوط النفسية نتيجة تداعيات الحرب المستمرة، والتي أثرت بشكل كبير على الأوضاع الاقتصادية للبلاد، بما في ذلك ارتفاع تكاليف المعيشة، وتدهور القدرة الشرائية للأسر، ونقص فرص العمل الجزئي للطلبة، ممّا زاد من معاناتهم المادية وأثقل كاهلهم أثناء الدراسة. كما تأثرت البنية التحتية للكلية تأثرًا ملحوظًا، واضطرت الإدارة إلى توفير قاعات ومرافق مؤقتة، إلى جانب محدودية الاهتمام بالجانب النفسي للطلبة، الأمر الذي أدى إلى شعور كثير منهم بالقلق والتوتر وعدم الثقة بالمستقبل، وقد انسحب بعض الطلبة من الدراسة، أو انتقلوا إلى جامعات أخرى، في حين واصل آخرون دراستهم، وهم يعانون بصمت في ظل بيئة تعليمية ضاغطة وظروف اقتصادية صعبة.

وانطلاقًا من ذلك، يسعى هذا البحث إلى الكشف عن مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة، ودراسة دوره في تحسين الأداء الأكاديمي والنفسي لديهم، سواء أثناء مرحلة الدراسة، أو عند ممارستهم لمهنتهم المستقبلية التي تتطلب قدرة عالية على مواجهة المواقف الصعبة والتجارب المؤثرة في الصحة النفسية.

ثانياً: مشكلة البحث:

يواجه الشباب الجامعي، لا سيما طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية، جملة من المشكلات والتحديات أثناء سعيهم بناء مستقبلهم الأكاديمي والمهني، الأمر الذي يعرضهم لضغوط نفسية متزايدة قد تؤدي إلى شعورهم بالعزلة أو الاغتراب، وقد تسهم هذه الضغوط في ظهور مشكلات نفسية واجتماعية تنعكس سلبًا على سلوكياتهم بما لا يتوافق مع القيم والتقاليد السائدة في المجتمع (جاسم، 2016، ص. 114).

وتشير الادبيات التربوية والدراسات النفسية إلى أنّ طلبة الجامعة يعانون من ضغوط متعددة أثناء سنوات دراستهم، مع انعكاسات سلبية على حياتهم النفسية ومستقبلهم الأكاديمي والمهني (الجبلي،2005؛ والبناء، 2008؛ وأبو سخيلة، 2011؛ وخراطة والغرابية، 2011).

ويؤكد النعيمي (2003) أنّ المجتمعات العربية تتوقع من الشباب امتلاك القدرة على مواجهة تحديات الحياة المعاصرة، وأنّ إخفاقهم أو فشلهم في تحقيق أهدافهم قد يفضي إلى ضعف قدرتهم على التكيف، والانخراط في مشكلات نفسية واجتماعية، أو اللجوء إلى أساليب دفاعية لا شعورية.

وفي ضوء المعايشة الميدانية للباحثة أثناء عملها في جامعة الحديدة وتعاملها المباشر مع طلبة كلية الطب البشري، لاحظت وجود قصور في خدمات الدعم النفسي والاجتماعي التي تعزز قدراتهم على مواجهة التحديات الأكاديمية والنفسية. وقد أسهمت الصراعات والحروب الأخيرة وتداعياتها في اليمن من تفاقم هذه المشكلات، بما في ذلك تدمير البنية التحتية للجامعة، وتهجير بعض الطلبة لمواصلة دراستهم في جامعات أخرى، في حين واجه طلبة آخرون صعوبات كبيرة في التكيف، انعكست في تدني مستوى التحصيل الدراسي، وترك بعضهم للدراسة نتيجة للضغوط النفسية المتزايدة.

ويزداد الأمر تعقيدًا في ظل الاوضاع الاقتصادية الصعبة التي تمر به البلاد، حيث تتطلب الدراسة في

كلية الطب والعلوم الصحية تكاليف مرتفعة نسبيًّا تشمل شراء المراجع الطبية، والأدوات العملية، والمستلزمات المخبرية، فضلاً عن نفقات المعيشة والمواصلات، الأمر الذي يزيد من مشاعر القلق والضغط النفسي لدى الطلبة، ويؤثر سلباً في دافعيتهم نحو التحصيل الدراسي.

وانطلاقاً من ذلك، برزت الحاجة إلى البحث في الموارد النفسية الداخلية التي يمكن تنميتها لدى الطلبة، وفي مقدمتها رأس المال النفسي، بما يتضمنه من كفاءة ذاتية، وتفاؤل، وأمل، وصمود نفسي، لما له من دور فاعل في تعزيز التكيف الإيجابي، والمرونة النفسية، وتحقيق التوازن النفسي في البيئات التعليمية الضاغطة (جاد، 2021، ص.5).

وبناءً على ما سبق تتحدد مشكلة البحث الحالي في التساؤلين الرئيسين التاليين:

- ما مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية وفقًا لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي؟

ثالثاً: أهمية البحث:

تتمثل الأهمية النظرية لهذا البحث من تركيزها على فئة مجتمعية مهمة، تتمثل في طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية، الذين يمثلون عنصرًا بشريًّا فاعلاً في بناء المجتمع وتقدمه، نظراً لما سيؤدونه مستقبلًا من مهنة إنسانية سامية عظيمة تخدم الفرد والمجتمع؛ ومن ثَمّ فأن الاهتمام بهذه الفئة يسهم في إعداد أطباء يتمتعون بمستوى مرتفع من الصحة النفسية، كما يُسهم البحث في توسيع المعرفة النفسية من خلال دراسة مستوى رأس المال النفسي والكشف عن الفروق بين الطلبة، وتزداد أهميته في ظل نُدرة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع في البيئة المحلية اليمنية– وذلك بحسب اطلاع الباحثة– ممّا يجعله إضافة علمية تُسهم في سد فجوة قائمة في الأدبيات النفسية، وقد يفتح المجال لدراسات لاحقة ذات صلة بالموضوع نفسه.

في حين تتمثل الأهمية التطبيقية للبحث الحالي في إعداد مقياس يقيس رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة الحديدة، وإمكانية الاستفادة من نتائجه في وضع عدد من المقترحات والتوصيات لصنّاع القرار في جامعة الحديدة لتبني استراتيجيات وبرامج إرشادية وتنموية من شأنها تعزيز رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية، بما يسهم في بناء خياراتهم وتوقعاتهم بشكل سليم، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وتنمية التفاؤل والأمل لديهم، وتكوين نظرة إيجابية نحو مستقبلهم، فضلا عن تنمية الإصرار والمثابرة على تحقيق أهدافهم، وتمكينهم من التعامل بمرونة وصمود نفسي مع الضغوط الأكاديمية والحياتية بعد تخرجهم.

رابعًا: أهداف البحث:

يهدف البحث إلى الكشف عن:

- مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة.
- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب

والعلوم الصحية بجامعة الحديدة وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي.

خامسًا: حدود البحث:

يقتصر البحث على عينة من طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية في جميع التخصص بجامعة الحديدة – الجمهورية اليمنية في للفترة الزمنية(2024–2025م).

سادسًا: مصطلحات البحث:

تعريف رأس المال النفسي:

يعرف لوثانز وآخرون رأس المال النفسي: بأنه النمو النفسي الإيجابي للفرد، والذي يتسم بامتلاك الثقة عند قيامه بالجهود اللازمة للنجاح في المهام الصعبة، والتوقع الإيجابي للنجاح في الحاضر والمستقبل، والإصرار والمثابرة على تحقيق أهدافه، وعدم شعوره باليأس والإحباط، وصموده أمام الصعاب وقدرته على تخطيها بمرونة. (Luthans et al., 2008, p.821)

وتعرف الباحثة رأس المال النفسي إجرائيًا بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة على فقرات مقياس رأس المال النفسي المستخدم في البحث الحالي.

سابعًا: الإطار النظري:

رأس المال النفسي: ظهر مفهوم رأس المال النفسي في أواخر عقد التسعينات من القرن العشرين، عندما أطلق سليغمان (Seligman) تحذيرات لزملائه بضرورة توسيع نطاق البحث النفسي؛ ليشمل دراسة التفوق والسعادة، ويلاحظ أنه سعى من خلال هذه الدعوات إلى تشجيع وتنشيط دراسة نقاط القوة الإنسانية والمشاعر الإيجابية والارتقاء بها إلى مجالات الاهتمام العلمي. (Saligman & Csikszentmihalyi, 2000, p3)

ويذكر أسامة بأن مفهوم رأس المال النفسي تطور في ثلاث مراحل، وهي:

المرحلة الأولى: استخدام علم النفس المرضي من أجل دراسة السلوك الإنساني في العمل، للمساعدة في فهم الاختلال النفسي الذي يظهره العاملون في ظروف العمل الصعبة.

المرحلة الثانية: تطور مفهوم الاهتمام إلى الجوانب الإيجابية في السلوك التنظيمي للعاملين من أجل تحسين كفاءة وفعالية العاملين إذا تم تجاوز تحليل الحالات الذهنية والاختلال الوظيفي السلوكي إلى الاهتمام ببناء السلوك التنظيمي الاجتماعي فيما يعرف بعلم النفس الإيجابي.

المرحلة الثالثة: طرح لوثانز وهوا لي (Luthans &hua– li) مفهوم رأس المال النفسي كبنية فيما يشبه الرصيد الموجب في الخصائص الإيجابية، وتأثير عمليات المساهمة في تحسين الأداء في العمل كتدفق، ولهذا فقد اعتباره بمثابة المساهم الرئيس في تحقيق الميزة التنافسية في المنظمات. (أسامة، 2022، ص. 20–21)

خصائص رأس المال النفسي: يتميز رأس المال النفسي بأنه:

- تكوين متعدد الأبعاد: ويتمثل في أربعة، وهي الكفاءة الذاتية، والأمل، والتفاؤل، والصمود.
- ثبات التكوين: إن رأس المال النفسي أكثر ثباتًا، ولكنه أكثر انفتاحًا على التغير لدى الشخص.
- قابل للنمو والتطوير: يمكن تطوير رأس المال النفسي لدى الأشخاص بواسطة التدريب.

- قابل للقياس: يمكن قياس مدى توفر رأس المال النفسي عند الأشخاص بواسطة اختبارات ومقاييس خاصة. (Avey, 2014, P.142)

مجالات رأس المال النفسي: اتفقت عدد من الدراسات العربية والأجنبية كدراسة العطار (2023)، ومحمود وزايد (2021)، وفانغ ودينغ Fang & Ding (2020)، وعلوان (2020)، والحملاوي (2019)، وميرة وعبيد (2019)، وكارو وأمين Kaur &Amin (2017)، ولوثانز وآخرين (Luthans et al., 2007): بأن رأس المال النفسي يتكون من أربع مجالات، هي:

المجال الأول: الكفاءة الذاتية: يُعرف باندورا الكفاءة الذاتية بأنها: الأحكام الصادرة من الفرد من خلال معتقداته حول قدراته على تنظيم وتنفيذ الإجراءات اللازمة لتحقيق نتائج معينة. (Bandura, 1997, p. 71)

ويرى باندورا بأن معتقدات الأفراد حول كفاءتهم الذاتية يمكن تنميتها من خلال أربع مصادر، وهي: الإنجازات الأدائية للفرد، والاقتداء بالنموذج أو التعلم الاجتماعي، والاستثارة الانفعالية للفرد تجاه المواقف، وحديث الفرد مع ذاته حول خبرات وتجارب الآخرين. (Bandura, 1977, P. 195-198)

ومن أبرز نظريات الكفاءة الذاتية لـ باندورا (Bandura) التي سميت في البداية بنظرية التعلم الاجتماعي، وأعاد تسميتها إلى النظرية المعرفية الاجتماعية؛ وذلك لضمان التطورات التي حققها في نظريته، حيث يرى عدد من المنظرين بأن باندورا (Bandura) عالم نفس معرفي؛ لأنه يركز على العوامل الدافعية، وآليات تنظيم الذات التي تؤثر في سلوك الفرد أكثر من تأثير العوامل البيئية. (سليمان، 2018، ص. 10)، وتفترض النظرية المعرفية الاجتماعية بأن معظم أنواع السلوك الذي يقوم به الفرد ذات هدف معين، وأن الفرد يمتلك القدرة على التنظيم الذاتي عن طريق التحكم المباشر على سلوكه، ولدى الأفراد القدرة على عمل الرموز ممّا تسمح بإنشاء نماذج داخلية للتحقُّقِ من فاعلية التجارب قبل القيام بها، وتطوير مجموعة مبتكرة من الأفعال والاختبار الفرضي لهذه المجموعة من خلال التنبؤ بالنتائج، والاتصال بين الأفكار المعقدة، ويتعلم الفرد عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين، وتتفاعل كل من القوى النفسية والتجريبية لتحديد السلوك ولتزويده بالمرونة اللازمة، وتتفاعل كل من الأحداث البيئية والعوامل الذاتية الداخلية مع السلوك بطريقة متبادلة؛ فالأفراد يمارسون التحكم على سلوكهم الذاتي من خلال قدراتهم المعرفية التي تؤثر ليس فقط على البيئة، ولكن أيضا على حالاتهم المعرفية والانفعالية والفيزيولوجية. (السواركة، 2015، ص. 28-27)

المجال الثاني: التفاؤل: يُعرف كوتانيس وأوروي التفاؤل بأنه: "تفسير إيجابي للأحداث المتوقعة والمشاعر الإيجابية التي ترتبط بمدى التوجه نحو تحقيق الأهداف التي تحفز جوانب الرفاه الذاتي والسعادة للفرد". (Kutanis & Orue, 2015, p.3)

ويتأثر التفاؤل بعوامل بيولوجية واجتماعية، ومواقف اجتماعية مفاجئة، والمعاملة الوالدية، والاقتصادية، وخبرات انفعالية يومية وخبرات النجاح والفشل. (نبيلة، 2014، ص. 52-53)

ومن أبرز النماذج المفسرة للتفاؤل نموذج التنظيم الذاتي لـ شايير وكارفر(Sheier & Carver,1981)، اللذينِ ركزا على تحقيق أهداف السلوك، وعلى الأساليب التي يواجه بها الأفراد نشاطهم تجاه الأهداف المتوقعة، وأن سلوكيات الأفراد موجهة بحسب اعتقاداتهم بأن أهدافهم قابلة للتحقيق في الواقع؛ لذا يستمرون ببذل جهود وقدرات إضافية لتحقيق أهدافهم حتى وإنْ كانت قدراتهم محدودة.

ويوضح شايير وكارفر Sheier & (Carver,1980) التفاؤل بأنه: عبارة عن استعداد عام يكمن داخل الفرد لتوقع حدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية للأحداث المقبلة، ويؤكدان على الفروق الفردية الثابتة في التفاؤل، وعلى وجود علاقة بين التفاؤل والصحة البدنية، وأن الأفراد يوظفون التفاؤل كاستراتيجيات فعالة للتغلب على الضغوط والاحباطات الواقعة عليه. (سليم، 2018، ص. 51 – 50)

المجال الثالث: الأمل: يرى سأندر وآخرون الأمل بأنه: "عملية تفكير الفرد في أهدافه، والدافعية التي تحفز الفرد وتدفعه لتحقيق أهدافه، والطرق المساعدة لتحقيقها". (Snyder,et.al,2002, p. 820)

ويشير كلٍ من الأمل والتفاؤل إلى التوقعات حيال المستقبل، فالتفاؤل يشير إلى الاعتقاد بأن الأمور الإيجابية سوف تحدث في المستقبل، أي: الأمور الإيجابية سوف تحدث وليست السلبية، بينما الأمل يشمل القدرة على توليد ووضع أهداف واقعية وتنفيذ خطط مستقبلية. (العاسمي، 201، ص. 295)

ويضيف الإمام بأن مفهوم الأمل والتفاؤل متشابهان من الناحية الشكلية، لكنهما يختلفان من الناحية النظرية وطرق قياسهما، فالأمل يعد متغيرًا انفعاليًّا ومعرفيًّا معًا، والهدف هو الموجه للسلوك، كما أنّ الأمل متغير وجداني يعبر عن معارف انفعالية تدفع وتحفز الفرد للعمل، وتؤثر في الأفكار والسلوك، ولا يمكن السيطرة عليها، ويمكن أن يتأثر الأمل بالعوامل الخارجية والضبط الاجتماعي والمعتقدات، وهو أقل اعتماد على القوة العقلانية والذات، وهو وسيلة للتفاوض مع الواقع، بينما التفاؤل هو بناء معرفي يتكون من الاعتقادات المعمم بالنتائج الإيجابية التي تحدث في المستقبل بناء على تقديرات عقلانية بالنجاح، وتحديد الهدف نتيجة السلوك الموجه، واعتقاد معمم في نتائج جيدة سوف تحدث للفرد في المستقبل، ومرتبط بقوة الذات والضبط الداخلي، ويركز على الأدلة والأسباب والمعتقدات بفاعلية الذات. (الإمام 2020، ص. 94–95)

ومن أبرز النظريات المفسرة للأمل نظرية ساندر (Snyder)؛ إذ يرى الأمل بأنه محصلة الدافعية العقلية والمسالك، أو مسارات التفكير التي يمتلكها الفرد لتحقيق أهدافه وطموحاته. (الأمام، 2020، ص.97)

ويؤكد سأندر بأن الأمل هو عملية تفكير الفرد حول أهدافه، مع الدافع للتحرك في اتجاه الأهداف، فارتفاع مستوى الأمل مرتبط بالوصول لعدد أكبر من أهداف الحياة، وزيادة ثقة الفرد بنفسه، وتوليد عدد أكبر من السبل أو المسالك لتحقيق رغباته وأهدافه. (Snyder, 2002 ,p. 249)

المكون الرابع: الصمود النفسي: يُعرف إبراهيم الصمود النفسي بأنه: عملية أو سمة أو قدرة أو خاصية شخصية تمكن الفرد من المواجهة الإيجابية للضغوط والأزمات المختلفة، والنهوض منها بدون

انكسار، واستعادة الحالة الجسمية والنفسية الأصلية بعد التعرض للصدمات، والاستمرار في التعايش الإيجابي مع الحياة، وتحقيق النواتج الإيجابية (كالهناء الذاتي، والنمو النفسي) على الرغم من التعرض للظروف المهددة لهناء الفرد الذاتي، أو حتى دون التعرض لها. (إبراهيم، 2014، ص. 146)

ومن أبرز النظريات المفسرة للصمود النفسي نظرية ريتشاردسون (Richardson)؛ إذ يرى بأن الصمود النفسي هو قوة داخلية تدفع الفرد لتحقيق ذاته، وتساعده على التكيف مع ظروفه في حالة التوازن البيولوجي، والنفسي، والروحي، ويؤكد على أن التوزان يساعد الفرد على تكيف جسمه وعقله وروحه مع ظروف الحياة الضاغطة، فالضغوط النفسية تؤثر على قدرة الفرد على التكيف، فعند مواجهة الأحداث الضاغطة تتأثر بصفات الصمود، وتؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد إلى نتيجة من أربع نتائج، هي: (يتكيف الفرد ويعود لمستوى جيد من التوازن – أو يعود لتوزان الداخلي لتجنب الرجوع إلى التشوش والإرباك – أو يفقد الانتعاش مما يؤدي به لمستوى أدني من التوازن – أو يواجه الفرد الضغوط باستخدام استراتيجيات قد تكون سيئة، وقد تكون ناجحة في التعامل مع الموقف الضاغط. (Richardson,2002, p. 59)

ثامنًا: الدراسات السابقة ومناقشتها:

أ/ عرض الدراسات السابقة:

دراسة ميرة وعبيد (2019)، هدفت إلى التعرف على مستوى رأس المال لدى طلبة الدراسات العليا، والفروق بين الطلبة وفقاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، والتخصص)، تكونت عينة الدراسة من (380) طالباً وطالبة، واستخدم مقياس رأس المال النفسي من إعدادهما، وتوصلت الدراسة إلى أن طلبة الدراسات العليا لديهم مستوى مرتفع من رأس المال النفسي، وأنه لا توجد فروق بين الطلبة في مستوى رأس المال النفسي وفقاً لمتغير النوع الاجتماعي، وتوجد فروق وفقًا لتخصص.

دراسة عبد الباري (2021)، هدفت إلى الكشف عن مستوى رأس المال النفسي لدى بعض الطالبات برياض الأطفال، وتكونت عينة البحث من (168) طالبة، وتم استخدام مقاييس رأس المال النفسي من إعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى ارتفاع في مستوى رأس المال النفسي لدى الطالبات.

دراسة علوان (2020)، هدفت إلى الكشف عن مستوى الابتزاز العاطفي ورأس المال النفسي لدى الطالبات، والعلاقة بين الابتزاز العاطفي ورأس المال النفسي، وتكونت عينة الدراسة من (284) طالبة، واستعملت الباحثة مقياس الابتزاز العاطفي ومقياس رأس المال النفسي من إعداد (الباحثة)، وتوصلت الدراسة إلى أن عينة الدراسة لم تتعرض للابتزاز العاطفي، وأنّهنّ يتمتعن برأس مال نفسي مرتفع، ووجود علاقة عكسية بين الابتزاز العاطفي ورأس المال النفسي.

دراسة محمود وزيد (2021)، هدفت إلى تحديد مستوى رأس المال النفسي والفروق وفقًا لمتغيري الجنس والتخصص، وتكونت عينة الدراسة من (1160) من طلبة الجامعة، واستخدام مقياس رأس المال النفسي، وكشفت النتائج عن وجود مستوى مرتفع لدى عينة الدراسة في كل من رأس المال النفسي، ووجود فروق في رأس المال النفسي تُعزَى لمتغير

الجنس، وظهرت الفروق وفقًا لتخصص لصالح التخصص الإنساني.

دراسة أحمد وعلى (2023)، هدفت إلى التعرف على مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة الجامعة، والفروق في رأس المال النفسي وفقًا لمتغير الجنس، ولتحقيق الأهداف قام الباحثان ببناء مقياس لرأس المال النفسي، وطُبق المقياس على (200) طالبًا وطالبة، وتوصلت النتائج إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون برأس مال نفسي، ولا توجد فروق بين الطلبة في مستوى رأس المال النفسي وفقًا لمتغير الجنس.

دراسة المصطفى وحمزة (2023)، هدفت إلى التعرف على رأس المال النفسي الإيجابي والوعي للذات، والعلاقة بينهما، واستخدم الباحثان مقياس رأس المال النفسي من إعدادهما، ومقياس الوعي بالذات من إعداد (عزيز، 2015)، وطُبق المقياسان على عينة بلغت (432) طالبًا وطالبة، وتوصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى رأس المال النفسي والوعي بالذات لدى الطلبة، ووجود علاقة إيجابية بين رأس المال النفسي والوعي بالذات.

دراسة الحارثي (2024)، هدفتْ إلى الكشف عن مستوى رأس المال النفسي لدى طالبات جامعة أم القري، والفروق بين الطالبات في مستوى رأس المال النفسي وفقًا لمتغير التخصص، وأستخدم الباحث مقياس رأس المال النفسي لخير الله (2020)، وطبق المقياس على عينة بلغت (400) طالبة، وتوصلت النتائج إلى أن الطالبات يتمتعن بمستوى مرتفع لرأس المال النفسي في جميع مجالات رأس المال النفسي ماعدا الأمل كان متوسطًا، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الطالبات في مستوى رأس المال النفسي وفقًا لمتغير التخصص.

دراسة الخفاجي (2025)، هدفت إلى التعرف على مستوى رأس المال النفسي، والفروق في رأس المال النفسي وفقًا لمتغير (الجنس، والتخصص)، استخدم الباحث مقياس رأس المال النفسي، وطبق على (400) من طلبة الجامعة، وتوصلت النتائج إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون برأس مال نفسي، وعدم وجود فروق بين الطلبة في مستوى رأس المال النفسي وفقًا لمتغيري (الجنس، والتخصص).

مناقشة الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة التي تم عرضها سابقًا في هذا البحث نلاحظ أن أغلبها أجريت في بيئات مختلفة، وحيث اتفق البحث الحالي مع جميع الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي، وعلى عينة البحث، واختلفوا في تخصص الطلبة، ففي البحث الحالي أجري البحث على عينة من طلبة كلية الطب والعلوم الصحية بينما الدراسات السابقة تنوعت التخصصات، واتفق البحث الحالي مع دراسة ميرة وعبيد (2019)، ومحمود وزيد (2021)، والمصطفى وحمزة (2023)، والخفاجي(2025) في اختيار عينة البحث من الجنسين، بينما دراسة عبد الباري (2021)، وعلوان (2020)، والحارثي (2024) أجريت على الطالبات فقط، واتفق البحث الحالي مع الدراسات السابقة في أهداف البحث المتمثلة في التعرف على مستوى رأس المال النفسي والفروق في مستوى رأس المال النفسي بين الطلبة وفقًا لمتغيري الجنس والتخصص، وتوصلت نتائج جميع الدراسات السابقة إلى وجود مستوى مرتفع لدى طلبة الجامعة، وبالنسبة للفروق وفقًا لمتغير الجنس فقد اتفقت نتائج دراسة الخفاجي (2025)، وأحمد وعلي (2023)، ومحمود وزيد (2021)، وميرة وعبيد (2019) التي

توصلت إلى عدم وجود فروق في مستوى رأس المال النفسي بين الطلبة وفقًا لمتغير الجنس، وبالنسبة للفروق في مستوى رأس المال النفسي وفقًا لمتغير التخصص فقد توصلت نتائج دراسة الخفاجي(2025)، والحارثي (2024) إلى عدم وجود فروق بين الطلبة وفقًا لمتغير التخصص، بينما توصلت نتائج دراسة محمود وزيد (2021)، وميرة وعبيد(2019) إلى وجود فروق بين الطلبة وفقًا لمتغير التخصص.

تاسعًا: الإجراءات المنهجية للبحث:

منهج البحث: أستخدم في البحث الحالي المنهج الوصفي التحليلي.

مجتمع البحث: تكون مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية الطب البشري والعلوم الصحية في جميع التخصصات، والبالغ عددهم (707) طلاب وطالبات، المسجلين في عام(2024-2025م) بجامعة الحديدة.

عينة البحث: اعتمد البحث الحالي أسلوب العينة العشوائية في اختيار العينة مع الأخذ بأسلوب العينة الطبقية عند اختيار الجنس والتخصص، وقد تكونت عينة البحث من (250) طالبا وطالبة.

أدوات البحث:

مقياس رأس المال النفسي: تم الاطلاع على عدد من الأبحاث والدراسات والمقاييس السابقة التي تناولت رأس المال النفسي بصفة عامة، وعلى طلبة الجامعة بصفة خاصة، وتبين وجود حاجة إلى إعداد مقياس ملائم للبيئة اليمنية، بهدف الحصول على بيانات دقيقة حول مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية، وتكون المقياس في صورته الأولية من (49) فقرة، موزعة على أربع مجالات هي: الكفاءة الذاتية، والتفاؤل، والأمل، والصمود النفسي، ويتم الاستجابة على فقرات المقياس وفق تدريج مقياس ليكرت الخماسي وهي (دائمًا – غالبًا – أحيانًا – نادرًا – إطلاقًا)، وبما أن جميع الفقرات إيجابية، فإن درجة البدائل هي على التوالي (5-4-3-2-1).

صدق مقياس رأس المال النفسي: للتحقق من صدق المقياس، تم استخراج أنواع الصدق الآتية:

1- الصدق الظاهري: للتأكد من الصدق الظاهري لمقياس رأس المال النفسي تم عرض المقياس على (10) محكمين من ذوي الاختصاص والخبرة؛ وذلك لإبداء آرائهم وملاحظاتهم، وتحديد مدى ملاءمة الفقرات و انتمائها للمجالات المخصصة لها، فالفقرات التي حصلت على نسبة تراوحت ما بين (100% - 50%) تم إبقاؤها في المقياس، وكذلك تعديل بعض الفقرات، أما بالنسبة للفقرات التي تراوحت نسبة الاتفاق عليها ما بين (10%- 40%) فقد تم حذفها، وبناءً على آرائهم فقد تم حذف (3) فقرات، وتعديل (4) فقرات من مجال الكفاءة الذاتية، كما تم حذف (4) فقرات، وتعديل فقرة واحدة في مجال التفاؤل، ولم تحذف أي فقرة في مجال الأمل مع تعديل (3) ، كما حذفت (4) فقرات، وعدلت (3) فقرات في مجال الصمود النفسي، وبذلك أصبح المقياس في صورته الأولية مكونًا من (38) فقرة.

2- **صدق التميز للفقرات:** للتحقق من القوة التمييزية لفقرات المقياس، رتبت درجات أفراد العينة التجريبية البالغ عددها (200) طالب وطالبة على مقياس رأس المال النفسي ترتيباً تصاعديًّا، ثم اختيار مجموعتين محكيتين تمثلان (27%) الأعلى، و(27%) الأدنى

من الدرجات، وبلغت كل مجموعة (54) طالبًا وطالبة، وقد تراوحت الدرجة الكلية للمجموعة العليا ما بين [191 – 246] درجة، بينما تراوحت الدرجات الكلية للمجموعة الدنيا ما بين [72 – 135] درجة، وتمت المقارنة بين هاتين المجموعتين باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وأظهرت النتائج أن القيمة التائية لجميع الفقرات دالة إحصائيًّا، ممّا يدلُّ على تمتع الفقرات بقوة تمييزية مناسبة؛ لذلك لم يتم حذف إي فقرة من المقياس.

3- صدق البناء الداخلي: بعد تطبيق المقياس على عينة تجريبية مكونة من (200) طالب وطالبة من كلية الطب البشري والعلوم الصحية، تم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والمجال الذي تنتمي إليه، وكذلك مع الدرجة الكلية للمقياس. وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًّا، الأمر الذي استدعى الإبقاء على جميع الفقرات. كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجالات بعضها ببعض، وبينها وبين الدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين المجالات ما بين (0.93**- 0.95**)، في حين تراوحت معاملات الارتباط بين المجالات والدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.85**- 0.89**)، وهي معاملات دالة إحصائية، ممّا يؤكد تمتع المقياس بصدق بناء جيد، وقدرته على قياس ما وضع من أجله.

ثبات المقياس: تم استخراج ثبات مقياس رأس المال النفسي باستخدام معامل ألفاكرونباخ، حيث بلغت قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس (0.95)، وهي قيمة تشير إلى مستوى عالٍ من الثبات.

عاشرًا: النتائج والتوصيات والمقترحات:

أ. النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول، والذي ينص على: ما مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة الحديدة؟

للإجابة عن السؤال الأول: جُمعتْ درجات طلبة كلية الطب والعلوم الصحية على مقياس رأس المال النفسي، ثم تَمّ تقسيمها إلى ثلاث مستويات (منخفض – متوسط – مرتفع)، كما تم حساب التكرارات والنسب المئوية لكل مستوى، والجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1): يوضح التكرارات والنسب المئوية لمستويات رأس المال النفسي

الدرجة	المستوى	العدد	النسبة
38 – 88	منخفض	71	%28.4
89 – 139	متوسط	119	%47.6
140 – 190	مرتفع	60	%24
الإجمـــــالي		250	%100

يتضح من الجدول (1): أن (47.6%) من أفراد العينة تراوحت درجاتهم بين (89 – 139)، ويقعون ضمن المستوى المتوسط في رأس المال النفسي، وبلغ عددهم (119) طالبًا وطالبة، كما أظهرت النتائج أن (71) طالبًا وطالبة حصلوا على مستوى منخفض في رأس المال النفسي، بدرجات تراوحت بين (38–88)، وبنسبة مئوية بلغت (28.4%)، في حين حصل (60) طالبًا وطالبة على درجات تراوحت بين (190 140–)، وبنسبة (24%)، ويقعون ضمن المستوى المرتفع من رأس المال النفسي.

ولمعرفة مستوى رأس المال النفسي لدى أفراد العينة، تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة البحث، وذلك لمقارنة المُتوسطات الحسابية بالمتوسطات الفرضية لكل مجال من مجالات مقياس رأس المال النفسي، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة (one sample T-Test)، إضافة إلى حساب النسب المئوية، وتحديد رتبة كل مجال وفقًا لمجالات المقياس، والجدول (2) يوضح ذلك:

جدول (2): يوضح نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقارنة المتوسط الحسابي لدرجات مجالات مقياس رأس المال النفسي بالمتوسط الفرضي ورتبة كل مجال

م	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة T	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الوزن المئوية	رتبة المجال
1	الكفاءة الذاتية	30.50	8.74	30	55.16	249	0.00	%61	3
2	التفاؤل	29.65	9.75	30	48.05	249	0.00	%59.3	4
3	الأمل	25.04	7.18	24	55.13	249	0.00	%62.6	1
4	الصمود النفسي	30.87	10.09	30	48.36	249	0.00	%61.74	2
	الدرجة الكلية للمقياس	116.18	34.53	114	53.19	249	0.00	%61.15	//////

يتضح من الجدول (2) أن متوسطات درجات طلبة كلية الطب والعلوم الصحية في رأس المال النفسي المتمثلة في مجالات (الكفاءة الذاتية، والأمل، والصمود النفسي، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس)، والبالغة على التوالي (30.50، 25.04، 30.87، 116.18)، جاءت أعلى من المتوسطات الفرضية المقابلة لها (30، 24، 30، 114)، وكانت الفروق دالة إحصائيًا عند مستوى (0.00)، في المقابل جاء المتوسط الحسابي لمجال التفاؤل البالغ (29.65) أقل من المتوسط الفرضي البالغ (30)، على الرغم من دلالة الفروق إحصائيًا.

كما تشير النتائج إلى أن مجال الأمل حصل على المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي (25.04)، وانحراف معياري (7.18)، يليه مجال الصمود النفسي في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (30.87) وانحراف معياري (10.09)، ثم مجال الكفاءة الذاتية في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (30.50) وانحراف معياري (8.74)، وأخيرًا جاء مجال التفاؤل في المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (29.65) وانحراف معياري (9.65).

مناقشة نتيجة السؤال الأول: تُبين النتائج الواردة في الجدول (2) أن مستوى رأس المال النفسي لدى عينة البحث جاء مرتفعاً في مجالات الكفاءة الذاتية، والأمل، والصمود النفسي، في حين جاء منخفضًا في مجال التفاؤل، وتَعزو الباحثة هذه النتائج إلى طبيعة البيئة الجامعية في كلية الطب والعلوم الصحية، التي تتسم بارتفاع مستوى الضغوط الأكاديمية وشدة المنافسة، الأمر الذي قد يُسهم في تنمية بعض جوانب معينة من رأس المال النفسي، ولا سيما الصمود والأمل

نتيجة التعرض المستمر للتحديات والصعوبات الدراسية.

وفي الوقت نفسه تعد النسبة المرتفعة نسبيًّا من الطلبة الذين حصلوا على درجات منخفضة في رأس المال النفسي (28.4%) مؤشراً مُقلقاً يستدعي الاهتمام، ويؤكد الحاجة إلى التدخل من خلال برامج تدريبية وإرشادية تستهدف تنمية المهارات النفسية الإيجابية لدى الطلبة، وبخاصة التفاؤل، الذي جاء في الترتيب الأخير، بين مجالات رأس المال النفسي، وعند ترتيب مجالات رأس المال النفسي، جاء مجال الأمل في المرتبة الأولى، ويُعزى ذلك إلى تمسك الطلبة بأهدافهم المستقبلية ورغبتهم في تحقيق النجاح الاكاديمي والمهني، يليه مجال الصمود النفسي، ممّا يدل على امتلاكهم قدرًا من القدرة على التحمل والثبات في مواجهة التحديات الدراسية والنفسية، ثم جاء مجال الكفاءة الذاتية في المرتبة الثالثة، وهو ما يعكس مستوى مقبولا من ثقة الطلبة بقدراتهم على أداء متطلبات الدراسة الجامعية، في حين جاء مجال التفاؤل في المرتبة الأخيرة، وهو ما قد يشير إلى تأثر مشاعرهم الإيجابية ببعض العوامل الضاغطة، وإلى وجود تراجع نسبي في نظرتهم المستقبلية، أو الشعور بالقلق وعدم اليقين.

وفي هذا السياق أشار لوتانز وزملاؤه (Luthans et al.,2007)، وكذلك آفي وزملاؤه (Avey et al.,2011) إلى أن ارتفاع رأس المال النفسي يرتبط بتحسين الصحة النفسية، وزيادة الرضا عن الحياة، وتعزيز النجاح الأكاديمي، الأمر الذي يؤكد على أهمية العمل على تنمية عناصر رأس المال النفسي لدى الطلبة من خلال تطبيق التدخلات النفسية الإيجابية والبرامج الإرشادية داخل البيئة الأكاديمية.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة ميرة وعبيد (2019)، وعلوان (2020)، وعبد الباري (2021)، ومحمود وزيد (2021)، وأحمد وعلي (2023)، والمصطفى وحمزة، (2023)، والخفاجي (2025) التي أسفرت نتائجها عن وجود مستوى مرتفع من رأس المال النفسي لدى طلبة الجامعات.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني الذي ينص على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى رأس المال النفسي لدى طلبة الطب البشري والعلوم الصحية بجامعة الحديدة وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي؟

وللإجابة عن السؤال الثاني: تم استخدام تحليل التباين الثنائي (Tow – way ANOVA) للكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس رأس المال النفسي، تبعًا لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي، كما تم حساب حجم الأثر باستخدام مربع إيتاالجزئى (Partial Eta Squared)، وجدول (3): يوضح نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق بين متوسطات درجات طلبة كلية الطب والعلوم الصحية على مقياس رأس المال النفسي، تبعا لمتغيري (الجنس، والتخصص الدراسي).

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	(إيتا) تربيع الجزئي
الكفاءة الذاتية	الجنس	**211.65**	**1**	**211.65**	**2.29**	**0.13**	**0.00**
	التخصص	**826.47**	**2**	**413.23**	**4.48**	**0.01**	**0.03**

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	(إيتا) تربيع الجزئي
	الجنس* التخصص	301.10	2	150.55	1.63	0.19	0.01
	الخطأ	22463.11	244	92.06			
	الكلي	236362.00	250				
التفاؤل	الجنس	261.03	1	261.03	2.24	0.13	0.00
	التخصص	597.39	2	298.69	2.57	0.07	0.02
	الجنس* التخصص	218.21	2	109.10	0.94	0.39	0.00
	الخطأ	28330.25	244	116.10			
	الكلي	252661.00	250				
الأمل	الجنس	181.13	1	181.13	2.79	0.09	0.01
	التخصص	435.97	2	217.99	3.32	0.03	0.02
	الجنس* التخصص	214.53	2	107.26	1.64	0.19	0.01
	الخطأ	16015.20	244	65.63			
	الكلي	157733.00	250				
الصمود النفسي	الجنس	158.191	1	158.19	1.53	0.21	0.00
	التخصص	628.43	2	314.21	3.04	0.04	0.02
	الجنس* التخصص	141.17	2	70.58	0.68	0.50	0.00
	الخطأ	25142.83	244	103.04			
	الكلي	237305.00	250				
الدرجة الكلية	الجنس	3100.21	1	3100.21	2.23	0.13	0.00
	التخصص	9782.51	2	4891.25	3.52	0.03	0.02
	الجنس* التخصص	3319.80	2	1659.90	1.19	0.30	0.01
	الخطأ	338833.23	244	1388.66			
	الكلي	3488859.67	250				

يتضح من الجدول (3) ما يلي:

بالنسبة لمتغير الجنس: تشير النتائج إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى رأس المال النفسي المتمثل في مجالات الكفاءة الذاتية، والتفاؤل، والأمل، والصمود النفسي، وفي الدرجة الكلية للمقياس بين الطلبة، تُعزى لمتغير الجنس؛ إذ بلغت قيم (ف) لكل من هذه المجالات على التوالي (2.29، 2.24، 2.79، 1.53، 2.23)، وجميعها قيم غير دالة إحصائيًّا، حيث كانت مستويات الدلالة أعلى من المستوى المعنوي (0.05)، ويعني ذلك أن مستوى

رأس المال النفسي لدى عينة البحث لا يختلف باختلاف الجنس.

بالنسبة لمتغير التخصص الدراسي: تظهر النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجال التفاؤل بين الطلبة، تعزى لمتغير التخصص الدراسي، إذ بلغت قيمة (ف) (2.57)، وهي غير دالة إحصائيًّا عند مستوى (0.05).

وفي المقابل، اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مجالات الكفاءة الذاتية، والأمل، والصمود النفسي، وكذلك الدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي بين الطلبة، تُعزى لمتغير التخصص الدراسي، حيث بلغت قيمة (ف) لهذه المجالات على التوالي (4.48، 3.32، 3.04، 3.52)، وجميعها قيم دالة إحصائيًّا، وتشير هذه النتيجة إلى وجود اختلاف في مستوى رأس المال لدى الطلبة وفقًا لاختلاف تخصصاتهم الدراسية.

وللكشف عن اتجاه الفروق بين متوسطات طلبة تخصصات (الطب البشري، والمختبرات، والتمريض) في مجالات الكفاءة الذاتية، والأمل، والصمود النفسي، والدرجة الكلية للمقياس)، وللكشف عن اتجاه الفروق بين متوسطات الطلبة تبعًا لمتغير التخصص الدراسي، تم استخدام اختبار (LSD)، ويوضح الجدول (4) نتائج المقارنات البعدية بين طلبة تخصصات الطب البشري، والمختبرات، والتمريض في مجالات رأس المال النفسي:

المجالات	التخصص (L)	التخصص (J)	المتوسط الحسابي (L)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
الكفاءة الذاتية	طب بشري	تمريض	26.71	3.46*	1.48	0.02
	مختبرات	طب بشري	30.79	4.08*	1.47	0.00
	تمريض	مختبرات	30.17	0.62	1.50	0.68
الأمل	طب بشري	تمريض	21.95	2.58*	1.25	0.04
	مختبرات	طب بشري	24.87	2.92*	1.24	0.02
	تمريض	مختبرات	24.53	0.34	1.27	0.78
الصمود النفسي	طب بشري	تمريض	26.90	3.42*	1.56	0.03
	مختبرات	طب بشري	30.15	3.25*	1.55	0.03
	تمريض	مختبرات	30.32	0.17	1.59	0.91
الدرجة الكلية للمقياس	طب بشري	تمريض	103.46	12.77*	5.75	0.02
	مختبرات	طب بشري	116.91	13.44*	5.71	0.02
	تمريض	مختبرات	116.23	0.68	5.85	0.90

يتضح من الجدول (4) ما يلي:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الطب البشري وطلبة المختبرات في مجالات الكفاءة الذاتية والأمل، والصمود النفسي، وكذلك الدرجة الكلية إحصائيًّا عند مستوى (0.05)، وبمقارنة المتوسطات الحسابية، تبين أن متوسطات طلبة الطب البشري بلغت على التوالي (26.71، 21.95، 26.90، 103.46)، وهي أقل من متوسطات طلبة المختبرات التي بلغت (30.97، 24.87، 30.15، 116.91)، ممّا يشير إلى أن مستوى رأس المال النفسي أدنى لدى طلبة الطب البشري، مقارنة بطلبة المختبرات.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الطب البشري وطلبة التمريض في مجالات الكفاءة الذاتية والأمل، والصمود النفسي، وفي الدرجة الكلية للمقياس، وجاءت هذه الفروق لصالح طلبة التمريض؛ إذ بلغت المتوسطات الحسابية لطلبة الطب البشري (26.71، 21.95، 26.90، 103.46)، في حين بلغت متوسطات طلبة التمريض (30.17، 24.53، 30.32، 116.23)، وهو ما يدل على أن مستوى رأس المال النفسي أعلى لدى طلبة التمريض مقارنة بطلبة الطب البشري.
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة المختبرات والتمريض في مجالات الكفاءة الذاتية، والأمل، والصمود النفسي، وفي الدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي، حيث بلغت قيم متوسط الفروق على التوالي (0.68، 0.78، 0.91، 0.90)، وهي فروق غير دالة إحصائيًّا، ممّا يدل على مستويات رأس المال النفسي بين هذين التخصصين.

نتائج الفروق الناتجة من التفاعل بين الجنس والتخصص الدراسي: تشير نتائج الجدول (3) إلى عدم وجود أثر دال للتفاعل بين متغيري الجنس والتخصص الدراسي في مستوى رأس المال النفسي بجميع مجالاته وهي الكفاءة الذاتية، والتفاؤل، والأمل، والصمود النفسي، والدرجة الكلية للمقياس، حيث بلغت القيمة الفائية على التوالي (1.63، 0.94، 1.64، 0.68، 1.19)، وجميعه قيم غير دالة إحصائيًّا عند مستوى (0.05).

مناقشة نتيجة الهدف الثاني:

أولاً: بالنسبة لمتغير الجنس: تُبين نتائج الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مجالات رأس المال النفسي المتمثلة في (الكفاءة الذاتية، والتفاؤل، والأمل، والصمود النفسي، والدرجة الكلية للمقياس). ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن البيئة الأكاديمية في كلية الطب والعلوم الصحية تُشكّل مصدراً مشتركاً للضغوط والتحديات لكلا الجنسين، الأمر الذي يُسهم في تقارب مستوى السمات النفسية الإيجابية لديهم، كما أن طبيعة الدراسة الطبية وما تتطلبه من التزام أكاديمي عال، وقدرة على التكيف، ومرونة نفسية، تدفع الطلبة ذكورًا وإناثاً إلى تطوير مستويات متقاربة من رأس المال النفسي، ممّا يقلل من احتمالية ظهور فروق واضحة تعزى لمتغير الجنس. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الخفاجي (2025)، وأحمد وعلي (2023)، ومحمود

وزيد، (2021)، وميرة وعبيد (2019) التي توصلت جميعها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى رأس المال النفسي لدى الطلبة تبعا لمتغير الجنس.

ثانياً: بالنسبة لمتغير التخصص: تظهر نتائج الجدولين (3)، (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجال التفاؤل بين تخصصات الطب البشري، والتمريض، والمختبرات، وهو ما يُشير إلى أن التفاؤل قد يعد سمة نفسية مستقرة نسبيًّا، لا تتأثر بشكل كبير باختلاف التخصص الدراسي، ويدعم هذا التفسير ما أشار إليه شايير وكارفر Scheier & (1985) (Carver) في نظريتهما حول التفاؤل، حيث أكدا أنه يمثل توجهًا معرفيًّا عامًّا نحو توقع نتائج إيجابية، ويُعد من السمات المستقرة نسبيًّا في الشخصية. وفي المقابل كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات في مجالات الكفاءة الذاتية، والأمل، والصمود النفسي، وكذلك في الدرجة الكلية لمقياس رأس المال النفسي، حيث جاءت هذه الفروق لصالح طلبة التمريض والمختبرات مقارنة بطلبة الطب البشري. ويمكن تفسير هذه النتيجة بحدة الضغوط الأكاديمية التي يواجهها طلبة الطب البشري، وطول مدة الدراسة، وكثرة متطلباتها العلمية والسريرية، ممّا قد ينعكس سلبًا على إدراكهم لكفاءتهم الذاتية، ويضعف مستوى الأمل والصمود النفسي لديهم. وفي هذا السياق أشارت سالانوفا وآخرون (Salanova et al., 2010) إلى أن زيادة الأعباء الدراسية خاصة في البيئات التعليمية الطبية، قد تؤثر سلبًا في الكفاءة الذاتية ومستوى الأمل لدى الطلبة، وهو ما يدعم تفسير نتائج البحث الحالية.

كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة التمريض وطلبة المختبرات في مجالات رأس المال النفسي، ويمكن تفسير ذلك بتشابه طبيعة الدراسة والتدريب العملي في كلا التخصصين، إلى جانب تقارب التطلعات المهنية، ممّا ينعكس على تقارب في مستوى رأس المال النفسي، وتدعم هذ النتيجة "نظرية البناء" لفريدريكسون(Ferdirckson2001) التي تفترض أنّ البيئة المتوازنة والمحفزة تساهم في تعزيز السمات النفسية الإيجابية، حتى في ظل التحديات. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراستي محمود وزيد (2021)، وميرة وعبيد (2019) اللتين توصلتا إلى وجود فروق في مستوى رأس المال النفسي تبعا لمتغير التخصص الدراسي، في حين تختلف مع نتائج دراستي الخفاجي (2025) والحارثي (2024) اللتين أشارتا إلى عدم وجود فروق دالة في رأس المال النفسي بين الطلبة تبعًا لمتغير التخصص.

ثالثاً: بالنسبة للفروق الناتجة من التفاعل بين متغيري الجنس والتخصص والدراسي: تُبين نتائج الجدول (3) عدم وجود أثر دال إحصائيًّا للتفاعل بين متغيري الجنس والتخصص الدراسي في مستوى رأس المال النفسي، مما يعني أن تأثير التخصص الأكاديمي في مستوى رأس المال النفسي، لا يختلف باختلاف الجنس. وتشير هذه النتيجة إلى أن الجنس لا يُعد عاملًا معدِّلًا للعلاقة بين التخصص الدراسي ومستوى السمات النفسية الإيجابية لدى الطلبة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة ميرة وعبيد (2019) التي أشارت إلى عدم وجود أثر للتفاعل بين الجنس والتخصص والدراسي في مستوى رأس المال النفسي.

ب/ التوصيات والمقترحات: بناء على النتائج التي توصل إليها البحث فإنّ الباحثة تُوصي وتقترح لجامعة الحديدة ووزارة التعليم العالي بما يأتي:

- العمل على تعزيز مستوى التفاؤل لدى الطلبة من خلال تصميم وتنفيذ برامج تدريبية وإرشادية تهدف إلى تنمية التفكير الإيجابي وتعزيز النظرة المستقبلية المتفائلة، بما ينعكس إيجابًا على الصحة النفسية والدافعية الأكاديمية.
- الاستمرار في دعم وتعزيز الجوانب المرتفعة من رأس المال النفسي لدى الطلبة، وذلك عبر إدماج أنشطة تعليمية وتدريبية ضمن البرامج الأكاديمية تُشجع على المبادرة وتحمل المسؤولية، وتنمية مهارات تطوير الذات.
- توفير برامج دعم نفسي وأكاديمي مُوجهة للتخصصات التي أظهرت انخفاضاً نسبيًّا في بعض مجالات رأس المال النفسي، من خلال جلسات إرشاد فردية وجماعية تركز على تنمية مهارات التكيف النفسي وتعزيز الصمود النفسي، وتحسين الدافعية الأكاديمية.
- تعزيز البيئة الجامعية الإيجابية الداعمة للصحة النفسية للطلبة، من خلال توفير مناخ تعليمي محفز قائم على الاحترام المتبادل، والتعاون، وتقدير الذات، مع إتاحة خدمات الإرشاد النفسي بصورة فعالة وسرية.
- مراعاة الفروق الفردية بين الطلبة عند تصميم البرامج النفسية والتنموية، رغم عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس؛ إذ قد تختلف الاحتياجات النفسية وأساليب مواجهة الضغوط والتحديات من طالب لآخر.
- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث المستقبلية التي تتناول رأس المال النفسي لدى طلبة الجامعة في تخصصات مختلفة، ودراسة علاقته بمتغيرات نفسية وتربوية أخرى، مثل التدفق الأكاديمي، وجودة الحياة، وقلق المستقبل، والتسويف الأكاديمي.

المـراجــع:

[1] إبراهيم، تامر شوقي (2014)، الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 24(85)، 137–200.

[2] أبو سخيلة، عفيفة أحمد (2011)، الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة المدمَّرة منازلهم بمحافظة شمال غزة. سلسلة العلوم الإنسانية – مجلة جامعة الأزهر بغزة، 13 (1)، 689–720.

[3] أحمد، عمر شهاب. وعلي، نور جبار (2023)، رأس المال النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة الفتح، العدد الرابع، 319 – 335.

[4] أسامة، بيدي (2022)، رأس المال النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية التنظيمية لدى عينة من أساتذة العلوم الاجتماعية بجامعة المسيلة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة محمد بوضياف المسيلة، الجزائر.

[5] الإمام، سعيدة، (2020)، فاعلية برنامج قائم على مهارات التفكير الإيجابي في تنمية الأمل لدى طلبة الجامعة: دراسة تجريبية بجامعة ورقلة، أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.

[6] البرعاوي، أنوار (2001)، الضغط النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.

[7] البناء، أنور (2008)، المواقف الحياتية الضاغطة وعلاقتها باضطراب النوم واليقظة لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظة غزة، مجلة الجامعة الإسلامية، 16(2)، 585–630.

[8] جاد، الشيماء بدر عامر (2021)، العلاقة بين الاحتراق المهني ورأس المال النفسي لدى الأطباء في ضوء بعض المتغيرات البيئية: تصور مقترح لبعض نتائج رأس المال النفسي في ظل تحديات أزمة كورونا، المجلة المصرية لدراسات النفسية، 32(114)، 1–62.

[9] جاسم، بشرى أحمد (2016)، الضغوط النفسية التي يعاني منها طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة آداب المستنصرية74، 138–113.

[10] الجبلي، منى محمد عثمان عبد الله (2005)، المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية الطب والعلوم الصحية بجامعة صنعاء، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية –جامعة صنعاء، الجمهورية اليمنية.

[11] الحارثي، منال خلف (2024)، مستوى رأس المال النفسي لدى طالبات جامعة أم القرى، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، 90(4)، 895 – 931.

[12] الحملاوي، منال منصور علي (2019)، أساليب مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين رأس المال النفسي والرفاه النفسي للمعلمين، مجلة رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، 29(2)، 25–68.

[13] خراطة، أحمد الغرابية سالم (2011)، الضغوط النفسية التي تواجه الطلبة في جامعة القصيم. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، 37(141)، 323–357.

[14] الخفاجي، عبير عبد المنعم (2024)، رأس المال النفسي وعلاقته بالعطف على الذات عند طلبة الجامعة. مجلة البحوث التربوية والنفسية – جامعة بغداد، 22(84)، 622 –648.

[15] سليم، حنين أحمد (2018)، فاعلية برنامج إرشادي جماعي لتنمية التفاؤل الأكاديمي وبعض المتغيرات لدى عينة من الطلبة المتعثرين درسيًّا في المرحلة الثانوية في مدينة دمشق، رسالة ماجستير منشورة، جامعة دمشق.

[16] سليمان، خديجة حسين (2018)، أساليب التعامل مع الضغوط لدى طالبات كلية التربية المعنفات زواجيًّا وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، 3(1)، 1–24.

[17] السواركة، نضال جمعة (2015)، الذكاء الاجتماعي والكفاءة الذاتية وعلاقتهما بالسلوك الإيجابي لدى المرشدين النفسيين، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الأزهر–غزة.

[18] صالح، محمد عبده علي (2022)، فاعلية برنامج إرشادي قائم على بعض مهارات علم النفس الإيجابي لتخفيف الضغوط النفسية وتنمية التفكير الإيجابي لدى طلبة كلية الطب البشري بجامعة ذمار، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة ذمار– اليمن.

[19] العاسمي، رياض نايل (2015)، علم النفس الإيجابي السريري (مجلد1)، عمان: دار الإعصار العلمي.

[20] عبد الباري، أسماء فتحي توفيق (2021)، رأس المال النفسي لدى الطالبات المعلمات برياض الأطفال وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، مجلة الطفولة والتربية، 13(48/4)، 215–318.

[21] عبد العزيز، عبد العزيز محمود (2022)، الإسهام النسبي لرأس المال النفسي والذكاء الوجداني في التنبؤ بالإزهار النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية – جامعة عين شمس، 46(1)، 211 – 288.

[22] عثمان، الطيب، والحاج، طيفور (2014)، الضغوط النفسية وعلاقتها بعوامل الشخصية الكبرى

لدى طلبة جامعة شندي، مجلة التربية – جامعة الأزهر، 1(158)، 605 –649.

[23] العطار، محمود مغازي (2023)، فعالية برنامج إرشادي انتقائي لزيادة رأس المال النفسي وأثره في تنمية التدفق النفسي لدى الطالبات المعلمات بشعبة رياض الأطفال، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 33(18)، 301–368.

[24] علوان، سالي طالب (2020)، الابتزاز العاطفي وعلاقته برأس المال النفسي عند الطالبات الجامعيات (المتزوجات)، مجلة بحوث الشرق الأوسط، 58(2)، 317–356.

[25] المصري، فاطمة الزهراء محمد مليح جاد (2022)، فعالية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي في تنمية كل من رأس المال النفسي والابتكارية الانفعالية لدى طالبات الجامعة الموهوبات، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 16(7)، 867–985.

[26] المصطفى، يوسف حمه صالح. وهمزة، ثاوات إبراهيم (2023)، رأس المال النفسي الإيجابي ووعي الذات لدى طلبة الجامعة، 10(3)، 810–820.

[27] محمود، سومية شكري محمد. وزايد، أمل محمد أحمد (2021)، نمذجة العلاقة السببية بين الرفاهية النفسية ورأس المال النفسي والضغوط الأكاديمية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة الجامعة أثناء جائحة كورونا، المجلة التربوية – جامعة سوهاج، 92 (3)، 934–982.

[28] ميرة، أمل كاظم. وعبيد، سارة عبد الزهراء (2019)، رأس المال النفسي لدى طلبة الدراسات العليا، مجلة الباحث، 31، 173–186.

[29] نبيلة، فلاق (2014)، التفاؤل غير الواقعي وعلاقته بالسعادة النفسية لدى الطلبة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الجزائر.

[30] النعيمي، ليل أحمد (2003)، العوامل الاجتماعية المؤدية إلى تعاطي وتناول الحبوب المخدرة وآثرها على الشباب، ندوة وزارة الشباب، بغداد.

[31] هناء، صالحي (2013)، علاقة الضغط النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة المقيمين بجامعة ورقلة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

[32] Avey, J. B. (2014). The left side of psychological capital: New evidence on the antecedents of PsyCap. Journal of Leadership & Organizational Studies, 21(2), 141–149.

[33] Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. Human Resource Development Quarterly, 22(2), 127–152.

[34] Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191–215.

[35] Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York, NY: W. H. Freeman.

[36] Benati, K., & Fischer, J. (2020). Beyond human capital: Student preparation for graduate life. Education & Training, 63(1), 151–163.

[37] Bradley, K. (2014). Educators' positive stress responses: Eustress and psychological capital (Doctoral dissertation, College of Education, DePaul University).

[38] Fang, S., & Ding, D. (2020). The efficacy of group-based acceptance and commitment therapy on psychological capital and school engagement: A pilot study among Chinese adolescents. Journal of Contextual Behavioral Science, 16, 134–143.

[39] Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56(3), 218–226.

[40] Kaur, J., & Amin, S. (2017). Psychological capital and stress among school students. Indian Journal of Positive Psychology, 8(4), 495–499.

[41] Kutanis, R. Ö., & Oruç, E. (2015). The views of academic staff on psychological capital: A qualitative study in Turkey. International Journal of Scientific Research and Innovative Technology, 2(5), 1–9.

[42] Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Psychological capital: Measurement and relationship with performance and job satisfaction. Personnel Psychology, 60(3), 541–572.

[43] Luthans, F., Avey, J., Clapp-Smith, R., & Li, W. (2008). More evidence on the value of Chinese workers' psychological capital: A potentially unlimited competitive resource?

The International Journal of Human Resource Management, 19(5), 818–827.
[44] Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. Journal of Clinical Psychology, 58(3), 307–321.
[45] Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2010). "Yes, I can, I feel good, and just do it!" On gain cycles and spirals of efficacy beliefs, affect, and engagement. Applied Psychology, 59(2), 255–278.
[46] Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. American Psychologist, 55(1), 5–14.
[47] Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. Health Psychology, 4(3), 219–247.
[48] Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. Psychological Inquiry, 13(4), 249–275.
[49] Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J., Pulvers, K. M., Adams, V. H., & Wiklund, C. (2002). Hope and academic success in college. Journal of Educational Psychology, 94(4), 820–826.