العلاقة بين أساليب المواجهة والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

إعـــداد الطالبة

انتصار علي محمد مهران

اشراف

أ.د/ عواطف إبراهيم شوكت
أستاذ علم النفس المساعد
كلية البنات – جامعة عين شمس

د/ سحر فاروق عبد الجيد
مدرس علم النفس
كلية البنات – جامعة عين شمس

٢٠١٥

الملخص

هدف ال لمعرفة أكثر المشكلات النفسية والسلوكية شيوعا لدي طالبات مرحلة التعليم الثانوي التجاري وكذلك أساليب المواجهة الأكثر استخداما لديهن، وهل توجد علاقة بين أساليب المواجهة والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات الثانوي التجاري.
ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياسي أساليب المواجهة والمشكلات النفسية والسلوكية من إعداد الباحثة على (٧٠) طالبة من طالبات التعليم الثانوي التجاري تتراوح أعمارهن ما بين (١٥: ١٧) عام
وكان من أهم النتائج:

١- ارتباط سالب ودال إحصائيا بين أسلوب التركيز على المشكلة وبعض المشكلات النفسية والسلوكية (السرقة، المشكلات المدرسية ، العناد) .

٢- ارتباط سالب ودال إحصائيا بين أسلوب التقرب إلي الله وبين المشكلات النفسية والسلوكية (الكذب، العدوان، العناد).

٣- ارتباط سالب ودال إحصائيا بين أسلوب طلب المساندة الاجتماعية والعدوان

٤- ارتباط سالب ودال إحصائيا بين أسلوب التجنب واضطراب العلاقة بالجنس الاخر

٥- ارتباط سالب ودال إحصائيا بين أسلوب التركيز على الانفعال وبعض المشكلات النفسية والسلوكية (العدوان، الكذب، اصطراب الاكل، الانسحاب، العناد، اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر)

Abstract:
Aim of research to found to the most common psychological and behavioral problems in commercial high school female student and also to recognize the most coping styles used among then and if there is a relation between coping styles and psychological and behavioral problems in girl students commercial high school and to achieve this aim, The researcher has applied coping styles scale and psychological and behavioral problems scale their ages between 15 to 17 years old.
Results:

1- There is a significant relation between problems focused styles and psychological and behavioral problems le.g. Stealing school problems, and stubbornness.
2- There is a significant reversal relation between religion styles and psychological and behavioral problems le . g. lying , aggression ,and stubbornness
3- There is a reversal relation between socid support style and aggression

4- There is a positive relation between a voidance style and the disorder of the relation with the other sex
5- There is a significant positive relation between emotion style and some psychological and behavioral problems le.g lying eating disorder, withdrawal , stubbornness and the disorder of the relation with the other sex

مقدمة الدراسة

مما لا شك فيه ان الضغوط النفسية ظاهرة بارزه في الحياه الإنسانية يعايشها كل منا في أوقات ومواقف مختلفة ، ذلك لأن الحياه الإنسانية أصبحت خليطًا من المثيرات والمواقف ودخل الفرد في تفاعلات كثيرة متنوعة متغايرة تضمنت العديد من التحديات المعيشية والضغوط مما عرضنا لأشكال مختلفة من الإحباط والصراع ، ولهذا كانت الضغوط ولا تزال هى إحدى الموضوعات الهامة التي تشغل بال الكثير من المتخصصين في فروع علمية مختلفة ، وربما كان علماء النفس علي قائمة المهتمين بهذا الموضوع ليس لأنه موضوع جيد للبحث فحسب ، وإنما لكونه واحد من أحداث الحياه اليومية .

واللافت هو مستوي الضغوط المرتفع لدي المراهق وبقدر ما يكون في هذا من إيجابيه حيث أن الضغوط تعتبر قوة دافعة للمراهق لتحقيق أهدافه بقدر ما قد تكون لها من العواقب السلبية والمشكلات مثل الهروب من المدرسة، إدمان المخدرات، الانحرافات الاجتماعية. ويبدأ ذلك عندما لا يكون لدينا القدرة على معالجة الضغوط بشكل مناسب لذلك فأن قدرة الفرد على المواجهة ضرورية للحفاظ على مستوي أفضل من التوافق **(Eeline.k 2011:22)**

لذا كانت أساليب مواجهة الضغوط هدفًا للعديد من الدراسات نظرًا لدورها في التعامل الناجح مع الأحداث الضاغطة أو الفشل في مواجهتها (**جاد، عبدالله محمود , ٢٠٠٦ , ٣٩)**

حيث أن استراتيجية المواجهة الفعالة باستطاعتها تحديد نتائج الفرد في مواجهة ومعالجة الموقف المثير للضغوط فيمكن للفرد بأن يتعلم مهارات المواجهة مما يحيط من الأحداث اليومية الي جانب المهارات التي يمتلكها بشكل طبيعي **(Eeline. K, et .al 2011: 20-21)**

مشكلة الدراسة

حقيقة الأمر أن الدراسات التي أُجريت حول ضغوط المراهقة فى الفترة الأخيرة أكدت على العلاقة الإرتباطية بين أساليب مواجهة المشكلات وطرق مواجهتها ومدى قدرة الطالبات على التوافق.

كما أكدت نتائج العديد من الدراسات أن الأساليب والطرق التى تتبناها المراهقة تفتقر إلى الخبرة وتحتاج إلى تدعيم ومساعدة المراهقات على تبنى أساليب مواجهة أكثر إيجابية لمساعدتهن على المزيد من التمتع بالصحة النفسية.

وفى هذا الصدد توصل بيرســـون person & Rao (1985) إلي أن هنالك علاقة موجبة بين شدة الضغوط والاكتئاب كما أشارت العديد من الدراسات التي اجريت على الطلبة الجامعين في الولايات المتحدة أن هنالك علاقة موجبة بين شدة التعرض للضغوط النفسية والاكتئاب والغضب والقلق وأن مستوى الأعراض لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور.

وتتلخص مشكلة البحث الحالى فى الاجابة على التساؤلات الاتية:

أسئلة الدراسة

تحاول الدراسة الإجابة على التساؤلات التالية:

- ما هي المشكلات النفسية والسلوكية الأكثر شيوعا لدي طالبات المرحلة الثانوية التجارية؟

- مل هي اساليب المواجهة الأكثر استخداما لدي طالبات الثانوية التجارية؟
- هل يوجد علاقة بين أسلوب التركيز على المشكلة والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية؟
- هل توجد علاقة بين أسلوب التقرب إلي الله والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية؟
- هل توجد علاقة بين أسلوب طلب المساندة الاجتماعية والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية؟
- هل توجد علاقة موجبة بين التجنب والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية؟
- هل توجد علاقة موجبة بين التركيز على الانفعال والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية؟

أهدف الدراسة

١. التعرف على أكثر المشكلات شيوعا لدي الطالبات في المرحلة الثانوية التجارية
٢. الكشف عن المواجهة الأكثر استخداما لدي طالبات المرحلة الثانوية التجارية
٣. معرفة مدي ارتباط أساليب المواجهة بالمشكلات النفسية والسلوكية

اهمية الدراسة

أشارت العديد من الدراسات على وجود علاقة ارتباطية بين أساليب المواجهة والاضطراب النفسي السلوكي حيث أكد هاستنجيس وآخرون Hastings. T, (1996) في دراسته أن المضطربين سلوكيا يعانون من ضغوط وأساليب مواجهه سلبية, وأتفق معه في الرأي كلبوكان klapokien, et.al (2007) حيث أكد ان المراهقين المضطربين سلوكيًا أكثر استخداما لاستراتيجيات مواجهة غير تكيفية مثل التركيز علي الانفعال .

وكذلك النيال ، مايسة وعبد الله ، هشام (١٩٩٧) حيث أكدا على وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط وبعض الاضطرابات الانفعالية، الاكتئاب والوسواس.

وكذلك Calvete.E, 2013 الذي أكد أن المستويات الأولية لأعراض الإكتئاب ونقاط الضعف الإدراكى تتنبأ بحدوث ضغوط أكبر وزيادة أسلوب الاستنتاج السلبي ومحاور المخططات البنائية لسوء التكيف بمرور الوقت بين المراهقين **(Calvete.E, 2013: 400)**

الاهمية النظرية للبحث فيما يلي

١. تستمد هذه الدراسة اهميتها من اهمية المرحلة التي يهتم بدراستها وهي مرحلة المراهقة لأهميتها فى حياة الشخص بوصفها نقلة نوعية فى نمو الفرد يتسم بالتسارع فى النمو وعدم الاستقرار النفسى والاهتمام بهذه الفئة يزيد من اهمية الدراسة
٢. الوقوف على المشكلات الأكثر شيوعا لطالبات الثانوي التجاري تضيف للإطر النظرية في هذا المجال وتفتح الباب لمزيد من الدراسات حيث يمثل هذا البحث إضافة إلى البحوث السيكولوجية خاصة أنه اجري على طالبات المرحلة الثانوية التجارية – وفي حدود علم الباحثة – توجد ندرة على الدراسات التي أجريت على هذه الفئة

وتتمثل الاهمية التطبيقية للدراسة فيما يلي

نتائج مثل هذه البحوث ستكون عون للباحثين والمرشدين التربويين في وضع برامج إرشادية وعمل ندوات ولقاءات تساعد في تنمية الأساليب الإيجابية للمواجهة وخفض السلوك المشكل دلي طالبات هذه المرحلة. **المفاهيم الاجرائية للدراسة**

تعريف أساليب المواجهة: -

تُعرف الباحثة أساليب المواجهة إجرائيا بأنها الأساليب التى تستخدمها المراهقة للتخلص من التوتر الناجم عن الضغوط وهذه الأساليب منها ما هو إيجابي مثل التركيز على المشكلة، طلب المساندة الاجتماعية، والتقرب إلى الله ومنها ما هو سلبي مثل التجنب، والتركيز على الانفعال، والتي سيتم قياسها عن طريق مقياس أساليب المواجهة للمراهقات من إعداد الباحثة وفيما يلي عرض للتعريفات الإجرائية لأساليب المواجهة الايجابية والسلبية

١- أسلوب التركيز على حل المشكلة: -

وتعرفها الباحثة بأنه تركيز الشخص على حل المشكلة بهدوء ومثابرة حتى يتمكن من معرفة أسبابها ووضع احتمالات وخطط وبدائل لمواجهتها ويتمكن من إختيار الاحتمال الصحيح في هذه المواجهة.

٢- أسلوب اللجوء إلي الله

حيث تري الباحثة انه في هذا الأسلوب يلجا الشخص عند مواجهة مشكلة بالتقرب إلي الله بتلاوة القرآن، الاستغفار، الدعاء، الإكثار من الصلاة، الصيام، يقينا منه أن الله يقف بجانبهم وسيعينهم على حل المشكلة

٣- أسلوب طلب الدعم الاجتماعي

وتري الباحثة ان أسلوب طلب الدعم الاجتماعي يقصد به أن يلجأ الشخص عند مواجهة مشكلة إلي طلب المساندة إلى الآخرين، سواء الأهل أو الأصدقاء، أو المختصين وأهل الخبرة (الاخصائي النفسي) وذلك لطلب العون والحديث عن المشكلة وحلها

٤- أسلوب التجنب: -

تعرفه الباحثة بانه الأسلوب الذي يستخدمه الفرد متجنبا مواجهة المشكلة بالتقليل من أهميتها والهروب منها أما بالنوم أو مزاولة الانشطة الآخري والتي تشغله عن التفكير فيها مثل (مشاهدة التليفزيون وزيارة الاهل والأقارب)

٥- أسلوب التركيز على الانفعال: -

وتعرفه الباحثة بانه الأسلوب الذي يركز فيه الفرد أثناء مواجهته للمشكلة على الانفعالات والمشاعر ومنها (لوم الذات، الشعور بالضيق والحزن والعصبية، وقد يصل الأمر إلى الصراخ)

تعريف السلوك المضطرب: -

تعرف الباحثة السلوك المشكل بإنه سلوك عدم التوافق والذي يظهر في صورة أعراض أو استجابات غير مناسبة ويسبب الاحساس بالقلق والتوتر ولكنه لايصل لدرجة المرض العقلى والنفسى ويتم قياسه عن طريق مقياس المشكلات السلوكية والنفسية من إعداد الباحثة.

وفيمايلى عرض للتعريفات الاجرائية للمشكلات السلوكية والنفسية لطالبات الثانوي التجاري كما تعرفها الباحثة:

١- **العدوان:** -
يتدرج العداون عند المراهقة من مجرد الشعور برغبة في إيذاء الناس، وتقليد مشاهير العنف، وعدم تقبل النقد من الآخرين، حتى القيام بإعمال تضر الآخرين بالفعل مثل الشجار وإتلاف الممتلكات.

٢- **السرقة:** -
وتضمن الاستحواذ من قبل المُراهقة على حاجات الآخرين وآخذ ممتلكاتهم وأشيائهم وذلك لاسباب عديدة منها الأنتقام أو الحاجة الشديدة للمال.

٣- **الاكتئاب:** -
اتجاه عام لدي المراهقات يتمثل في الشعور بالحزن والكآبة وكراهية الذات، حيث تفضل المُراهِقة الجلوس بمفردها وتبكي بسهولة في المواقف المؤثرة، وقد تتمنى الموت، وقد يصل في الحالات الشديدة إلى التفكير في الانتحار دون الإقدام عليه.

٤- **الكذب:** -
يعني عدم قول الحقيقة والمبالغة في الحديث مع الآخرين والتحدث عن أحداث وخبرات غير واقعية، وتبغي المراهقات من ذلك ان يكن محل إعجاب من الآخرين أو تقليدهم، وأحيانا يكون السبب نتيجة لتجنب عقاب الأهل

٥- **اضطرابات النوم:** -
تعاني فيها المراهقات من بعض المشكلات الفسيولوجية أثناء النوم، فهي لا تدخل في النوم بسهولة وعندما تنام نوما مضطربا وقلقا، وإذا استيقظت لا تستطيع مواصلة النوم مرة أخري، وتنام عدد قليل من الساعات وتعاني من الأحلام المزعجة

٦- **إضطراب االأكل:** -
تتمثل في فقدان الشخص شهيته للطعام وشعوره باضطراب في المعدة، ويصاب بنوبات من الغثيان والقيء، وفي يعض الأحيان يمتنع عن الطعام وفي حالات أخري ياكل كثيرا عندما يشعر بالضيق

٧- **المشكلات المدرسية:** -
تتمثل في الصعوبات التي تواجهها في مجال الدراسة والتي تسبب له القلق والضيق، منها صعوبة في فهم المواد الدراسية، وكثرة الواجبات المدرسية، وعدم التركيز أثناء الاستذكار، والامتحانات المفاجئة من قبل المدرس والتي تجعله يتغيب كثيرا أو يهرب من المدرسة ويصدر تصرفات يجعله يتعرض للعقاب البدني

٨- **الانسحاب:** -
تتجنب المراهقات العلاقات الاجتماعية والأنشطة المختلفة والصداقات، وتخاف من مواجهة الأخرين مما يجعلها تفضل الجلوس بمفردها وتخجل من مقابلة الناس

٩- **العناد:** -

يتسم الشخص العنيد بالتصميم على رأيه، وتحدي أوامر الآخرين، واستفزازهم، وحب السيطرة عليهم عن طريق استخدام الألفاظ المهددة، وقد يخسر الكثير من الأشياء نتيجة تشدده برأيه.

١٠- مشكلات العلاقة بالجنس الآخر: -

مشكلات تعني المشكلات التي تواجه المراهقة أثناء علاقتها بالجنس الآخر والتي تتمثل في الإقدام، واجتذاب أفراد الجنس الآخر والرغبة في السيطرة عليهم أو الانغماس في العادات الجنسية، وقد يصل الأمر في بعض الأحيان إلى إقامة علاقات غير شرعية، أو الإحجام المتمثل في الخجل الشديد والأبتعاد والشعور بالكراهية والحقد

الإطار النظري للدراسة

١- مفهوم المواجهة

تتعدد وتتنوع تعريفات المواجهة تبعا للمدرسة التي ينتمي إليها الباحثين ورغم تعدد هذه التعريفات إلا إننا نجد أنها تدور حول فكرة أساسية وهي أن المفهوم يصف عملية التخلص أو التقليل من مصادر الضغوط أو تخفيف الآثار السلبية لها، سواء كانت آثار نفسية أو جسمية أو اجتماعية.

وفى هذا الصدد يذكر Skinner. E.A 2007 فيذكر إنه منذ عشرين عاما كان مفهوم المواجهة هو "التغير المتسق في المجهود الإدراكي والسلوكي لمعالجة بعض المتطلبات الخارجية أو الداخلية المحددة والتي يتم تقديرها على إنها تتعدى مصادر أو موارد الشخص ولكن على مدار العشر سنوات الأخيرة قام الباحثين بتعريف المواجهة على إنها التنظيم تحت وطأة الضغوط بمعنى القدرة على تنظيم الانفعالات والسلوكيات والادراك والبيئة والحالة الفسيولوجية استجابة للأحداث أو الظروف المثيرة للضغوط

(Skinner.E.A, et.al, 2013: 120)

- تعريف المواجهة كأسلوب

وتعرفها مايسة شكرى ١٩٩٩ على أنها أساليب تشير بقيام الفرد بإتخاذ خطوات فعالة ومباشرة مع زيادة الجهود المبذولة منه بهدف تخفيف الضغوط ومحاولة التخلص منها **(شكري، مايسة محمد، ١٩٩٩، ١٤)**

- تعريف المواجهة كمجهود

يعرفها كومبس وآخرون comps. et. al يرى أن المواجهة مجهود واعى للتنظيم الذاتي لانفعالات الفرد سواء أكانت معرفية أو نفسية أو سلوكية استجابة لمثيرات الضغوط (**Eelin. K, et.al, 2011:22)**

- تعريف المواجهة كإستراتيجية

ويعرفها ه أولدن Oldwin 1987 فيُعرف المواجهة بأنها الاستراتيجيات المستخدمة لمعالجة المشكلات الفعلية أو المتوقعة وما ينتج عنها (**الشويخ، هناء، ٢٠٠٥، ٣٤)**

مما سبق يتضح: -

تتعدد تعريفات المواجهة وتتبلور التعريفات في أربعة اتجاهات رئيسية وهي تعريف المواجهة كأسلوب، وتعريفها كعملية، وتعريفها كمجهود وأخيرا تعريفها كاستراتجبة

ومرجع التعدد والتنوع هو تنوع الأُطر والنظريات التى ينتمى اليها الباحثين ، حقيقة الأمر إنه بالرغم من تعدد التعريفات فإنه ثمة إتفاق عام فى أهدافها ومضمونها وهو إنها محاولات تساعد الفرد على استعادة التوافق النفسى وإزالة التوتر الناتج عن الضغوط ، والتخلص من الآثار السلبية لها ، بالرغم من أن الهدف الرئيسى لأساليب المواجهة هو إزالة التوتر الناتج عن الضغوط إلا أن هذه العملية تتم بنجاح إذا تم استخدام أساليب إيجابية عند مواجهة المشكلات التى تسبب الضغوط ، ويحدث العكس إذا ما تم استخدام أساليب سلبية ، ومرجع ذلك إلى كثرة العوامل التى تؤثر فى استجابة الفرد للضغوط ، وتعتمد الدراسة الحالية فى تنمية أساليب المواجهة على إستخدام نظريات مختلفة وخاصة المدرسة السلوكية المعرفية .

النماذج والنظريات المفسرة للضغوط وأساليب مواجهتها: -

منذ أن تنبه هانز سيلى Syle 1959 فى بداية خمسينات القرن الماضى للاستجابات الجسمية التكيفية على بعض المواقف المهددة أو المجهدة وتوالت الدراسات حول الضغوط، والتي تطورت تاريخيا على المراحل التالية

- مرحلة تحديد الآثار الفسيولوجية للضغوط (هانز سيلي)
- مرحلة التعرف على التوجه الادراكى المعرفى للفرد والأحداث وأساليب مواجهتها ويتبنى هذا الاتجاه لازروس Lazarus
- مرحلة التعرف على المتغيرات النفسية المقاومة للضغوط تلمس تطورا مفهوم الضغوط، وتعد كوبازا Kobasرائدة هذا الاتجاه.

المتتبع لأدبيات الضغوط النفسية يلمس تطورا فى مفهوم الضغوط وفقا للمراحل السابقة فالبدايات المبكرة تعود إلى هانز سيلي **(جاد، عبدالله محمود ، ٢٠٠٦، ٤٠٥)**

تنطلق نظرية هانز سيلى من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط أن Stressorيميز الشخص ويضعه على أساس استجابة للبيئة الضاغطة، ويعتبر سيلى أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط وهدفها المحافظة على الكيان والحياة **(نبيلة أحمد أبو حبيب، ٢٠١٠: ٣٢)**

وقد سبقه كانون ١٩٣٦ w.b.canon حيث أقر أن الكائن الحي يدرك تهديد ينتح عنه نشاط كبير للعصب السمبثاوى synpothticdivison ويتمثل في زيادة معدل ضغط الدم، وسرعة التنفس، تدفق الأدرينالين بسرعة، سيلان اللعاب، وبغض النظر عن طبيعة الضغوط، أو طبيعة الفرد أو الاستجابة الفسيولوجية، ولقد تم تأكيد هذا الافتراض من هانز سيلى والذي قدم مفهوم زملة التكيف العام General Adaptation Syndrome (G.A. S)هو نموذج يستخدم لوصف رد الفعل البيولوجي تجاه ضغوط جسمية ومستمرة ويوجد ثلاث مراحل هي: -

أ – المرحلة الأولى: -وهي مرحلة الإنذار Alarm وفيها يكون الكائن الحي متحفزا ومستعدا لمواجهة التهديد، وهي استجابة أولية للموقف الضاغط

ب – المرحلة الثانية: -(المقاومة) Resistance وهي حالة التكيف البيولوجي مع الضغط، ويبذل فيه الكائن الحي جهود للتعامل مع الضغط، ويستخدم الجسم **فيها** بعض الحيل الدفاعية لمواجهة الضغوط، وعندما لا تستطيع الحيل الدفاعية إعادة التوازن للجسم يصل إلى المرحلة الثالثة

ج – المرحلة الثالثة: -وهي مرحلة الانهيار والإنهاك Exhaustion وتحدث عندما يفشل الكائن الحي في التغلب على التهديد، وفيها يفقد الجسم القدرة على التغلب على الضغوط.

(Davison, N.1994, 230)

يُنظر إلى الاستجابة التكيفية الإجمالية فى نظرية سيلى على إنها ثلاثية الأوجه. مرحلة الإنذار الأصلى التى تفسح الطريق لمرحلة المقاومة، حيث تزيد مقاومة الكائن الحي ما لم تظهر ضغوط أخرى، ومع ذلك إذا إستمر مصدر الضغط بالرغم من جهود الكائن الحي للمقاومة ومن هنا نأتى مرحلة الإستنزاف حيث تبدأ التأثيرات الضارة للمستويات المرتفعة تبدأ في الظهور وتنخفض المقاومة، وقد يصبح الشفاء مستحيل، وقد تكون الوفاة.

حقيقة الآمر أن وجهة نظر سيلى كما سبق الإشارة لكل أنواع الضغوط يحتاج على دلائل حيث أن ردود فعل الأشخاص تجاه مصادر الضغوط ذاتها لا تتشابه ، كما تختلف ردود فعل نفس الشخص في المواقف المختلفة هذا أدى بالكثير من المعلقين الجدد أمثال Cox (1978) & Fished (1986) ice (1986) ، للتأكيد على الدور الذى تلعبه العمليات النفسية – في الوساطة – للتأثيرات الاجتماعية النفسية ، كما أن العمليات النفسية المشتركة في التكيف تكون أكثر تعقيدا من العمليات التي تم بحثها في نموذج سيلى والتي تشتمل على سبيل المثال إفراز neufopeptid والتي تتوسط التأثيرات على الجهاز المناعي

(Pitts.M, et .al 1991 pp 42 -43)

لقد كان ريتشارد لازروس Richard Lazarus 1966 شخصية هامة في دراسة الضغوط حيث أوضح أن الطريقة التي تدرك أو تتعرف بها على المحددات البيئية هامة في مواجهة الضغوط ويشكل أكثر وضوحا فأننا لا نحس بالضغوط إلا عندما ندرك موقفا ما يفوق المصادر التكيفية للشخص وهذه الفكرة تسمح لنا أن ندرك الاختلافات الفردية في كيفية استجابة الناس لنفس الحدث (Davison & Neale,1994 :191)

وتنبثق أهمية أعمال لازروس من اهتمامه بعملية ال مواجهة Coping في الستينات وما بعدها بدأ اعترافا متناميا بأن الضغوط إحدى الحقائق التي لا يمكن الفكاك منها غير أن مواجهتها وإدارتها هي التي تفسر الفروق في المردود والتكيف للأفراد. **(يوسف ،جمعة سيد ، ٢٠٠٧، ٨)**

١- المشكلات النفسية والسلوكية

إن المشكلات السلوكية ظاهرة تعم دول العالم، ويرجع جزء منها للضغوط النفسية الناشئة عن الحروب والصراعات، وقد أعطى مورس ١٩٧٥ تقديرات لإعداد المضطربين سلوكيا فى المجتمعات العالمية تتراوح من ١ – ٦ % من نسبة الأطفال فى سن المدرسة إلى نهاية المرحلة الثانوية **(ياسين، عبد الرازق، ٢٠٠٩، ٦٠٩)**

أما ذكي، عزة حسين (١٩٨٥) فترى أن المشكلات فى مجموعها خروج عن المعايير ومن ثمة تعرفه بأنها التصرفات والأفعال الغير مرغوب فيها والتى تصدر بشكل متكرر ولا تتفق مع معايير السلوك السوي المتعارف عليه في البيئة الاجتماعية (**ذكي، عزة حسين، ١٩٨٥: ١٤٩)**
وتقدم ممدوحة سلامة تعريفا شاملا للسلوك المشكل حيث ترى بأنه سلوك متكرر الحدوث غير مرغوب فيه يثير إستهجان البيئة الاجتماعية ولا يتفق ومرحلة النمو التي وصل إليها الطفل، وينبغي تغييره لإعاقته الكفاءة الاجتماعية أو النفسية للفرد، ولما له من آثار تنعكس على قبول الفرد اجتماعيًا وعلى سعادته ورفاهيته، وقبوله لذاته ويظهر بصورة عرض او عدة أعراض متصلة ظاهرة يمكن ملاحظتها مثل السرقة، الكذب، التدمير والتشاجر (**سلامة، ممدوحة ،١٩٨٤، ٧٠)**

العوامل التي تتسبب في السلوك المشكل:

أ- **العوامل البيولوجية**: هي التي يولد الفرد بها وتعنى الإنتقال البيولوجى من خلال المورثات من الآباء إلى الأبناء (**بكر، محمد حسين ،٢٠٠٤: ١٨)**

يؤكد بعض المختصين أن بعض الأطفال يولدون ومعهم نوع من المزاج ينزع إلى التمرد ويُشذ عن قواعد السلوك الاجتماعي وقد لا يكون المزاج بحد ذاته هو المسبب للسلوك غير المقبول اجتماعيا ولكنه يخلق للطفل نوعا من الميل لخلق المشاكل والسلبية وقد يكون رد الفعل نحوه سببا في زيادة حالة السوء ويشير **(Thomas & Rich 1968)** إلى أن الاضطرابات السلوكية المتسببة عن عوامل بيولوجية تكون أكثر وضوحا في الحالات الشديدة **(ياسين ، عبد الرازق ، ٢٠٠٩ :٦١٤ -٦١٥)**

ب- **العوامل النفسية:**

- <u>الحاجة إلى الحب</u>:

تعتبر من أهم الحاجات النفسية للطفل فهو يحتاج أن يشعر إنه محبوب من الآخرين خاصة الآباء والأخوة والأخوات والطفل الذي يُحرم من إشباع هذه الحاجة ينمو يشعُر طول حياته بالجوع والحرمان العاطفى ويعيش مستقبل حياته باحثاً عن الحب الذي يشعر بأنه لن يجده مدى الحياة وإن وجده لا يعرف كيف يحافظ عليه ولا يثق به وذلك كما يعانيه من اضطراب نفسي جعله جائعاً دائماً ومتعطشاً للحب.

- <u>الحاجة الى الأمن والطُمأنينة</u>:

يحتاج الطفل طوال فترة طفولته إلى الشعور بالأمن لأن ذلك يشعره بالاستقرار النفسى والاطمئنان ويترتب على ذلك شعوره الدائم بعدم التهديد والاستقرار فى كيانه ووضعه

- <u>الحاجة إلى التقدير والاحترام والاحساس بالقبول</u>: -

يجب ألآ يُفرض على الطفل الآوامر والنواهى بالقوة وألا يكون مهاناً بين أفراد أسرته.

وألا يكون عرضه للتهكم والسخرية والتي تشعره بفقدان الاحترام والواقع إن الحرمان من هذه الحاجة يؤدي إلى شعور الطفل في المستقبل بعدم الاستقرار وبالخوف من المستقبل والأيام والمعاناة من الصراعات النفسية الدائمة كنتيجة لذلك.

-الحاجة لتقبل الذات والآخرين: -

فالطفل في حاجه الي أن يُتقبل نواقص نموه وأوجه الكسور التي يعاني منها وأن يشعر بقدرته ونموه وتميزه على غيره في مجالات أخري حتى يرضي عن نفسه ويتقبلها كي لا يقع فريسه للمشكلات النفسية (**بهادر، سعدية أحمد محمد ,١٩٩٤: ٥١ – ٥٨**)

كما تتضمن هذه العوامل ضعف الضبط الذاتي، العجز في القدرة على الحكم الأخلاقي، والعجز في القدرة على تأجيل الإشباع، والفشل في تعلم وضبط الانفعالات، انخفاض مستوى الذكاء، والتكوين النفسي الشاذ أو ما سماه باندورا الجمعية السلوكية المتفردة وهي مجموعة من الاستعداد إذا ما تمت عند الطفل تجعله سئ التوافق منها الاستعداد للقلق، الشعور بالنقص، الشعور بالذنب، الاتكالية، الاندفاعية (**جزاء، جزاء بن عبيد، ١٤٢٩ ه: ٢٢**)

جـ -العوامل البيئية: -

هي الأسباب التي تحيط بالفرد مثل إنخفاض المستوي الثقافي والصحي والاقتصادي للأسرة والطفل الذي تمنعه من الأسباب البيئيه إتباع أساليب تنشئه خاطئه مثل أسلوب التدليل الزائد، وأسلوب أسلوب الاهمال والنبذ، أسلوب القسوة، أسلوب التذبذب في التعامل (**عبد الحميد ، غادة أنور , ٢٠٠١ , ٢٨**)
إذًا فالمرجعيه الثقافية والبيئية المحيطة بالفرد حيث أن العوامل الإجتماعيه التي يعيش فيها الفرد تسيطر على كثير من صفاته، كما أن للمدرسة دور هام، ذلك لأنها الوسط الذي يأخذ بيد النشء من المنزل إلى المجتمع الأكبر، كما إنه من واجبها تهيئة الجو الملائم للنمو السليم، كما إنها توفر للمراهق حياة الجماعة التي يصعب أن يجدها في الأسرة. **(يونس، انتصار، ١٩٩٣، ١٩٧_١٧٥)**
أن اضطراب علاقة الطفل بالمدرسة تحدث عند الأطفال الذين لم تشبع حاجاتهم الجسمية والنفسية والإجتماعية فى المدرسة فيشعرون بالإحباط والصراع والقلق، ويلجأون إلى الحيل الدفاعية مثل التخريب والكذب والعدوان، ويرى زهران أن من ضمن أهم الأسباب التي تنتج عن المدرسة، وتزيد من حدة المشكلات أو تحدثها نقص الإرشاد التربوي وعدم قدرة بعض المعلمين على توصيل المعلومات بطريقة فعالة وعدم تفهم بعض المعلمين طبيعة المرحلة التي يعيشها الطالب **(جزاء ، جزاء بن عبيد، ١٤٢٩ ه: ٢٤)**

دراسات السابقة

يتم في هذا الجزء عرض للدراسات العربية والأجنبية والتي تتناول علاقة أساليب المواجهة بالمشكلات النفسية والسلوكية وفقًا لتسلسلها التاريخي من الأقدم إلى الأحدث وذلك بهدف بيان موقع الدراسة الحالية من تلك الدراسات والإفادة من أدواتها ومناهجها ونتائجها مما يفيد الباحثة في وضع فروض البحث الحالي، ومناقشة النتائج وتعرض الباحثة البحوث والدراسات على ٣ محاور:
أولا: الدراسات التي تناولت أساليب المواجهة

- **دراسة عسران، كريم منصور (٢٠١٢)**

هدفت الراسة إلى الكشف عما يعانيه المراهقون مكفوفي البصر من ضغوط والتعرف على أكثرها شيوعا والتعرف على أساليب المواجهة وأكثرها شيوعا لديهم.

وأظهرت النتائج: أن الضغوط المستقبلية هي الضغوط الأكثر شيوعًا لدى عينة الدراسة تليها الضغوط المدرسية ثم الضغوط الأسرية وأخيرا ضغوط الإعاقة البصرية، كما أكدت النتائج شيوع أسلوب طلب المساندة الاجتماعية كأسلوب لمواجهة الضغط لدى المراهقين مكفوفي البصر يليه أسلوب التنفيس الانفعالي ثم أسلوب التقبل والاستسلام

- **دراسة عبد الحفيظ ، جدو (٢٠١٣)**

هدفت إلي تسليط الضوء على استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم وكان من أهم النتائج: أن المراهقين ذو صعوبات التعلم يستخدمون استراتيجيات مواجهة سلبية مثل استراتيجية الاستسلام، لوم الذات، الانعزال، وأحلام اليقظة.

ثانيا: الدراسات التي تناولت المشكلات النفسية والسلوكية

- **دراسة جلال ، أحمد سعد و حمزة ، بركات (٢٠٠٧)**

هدفت للتعرف على أكثر المشكلات شيوعا بين طلاب المرحلة الثانوية في كل من سلطنة عمان ومملكة البحرين وذلك من خلال استطلاع رأى عدد من المعلمات.

وأظهرت النتائج أن أكثر المشكلات شيوعًا بين الطالبات في عمان هي: صعوبة التحكم في العواطف، الشعور بالملل، عدم القدرة على مواجهة المشكلات وحلها، عدم القدرة على تنظيم أوقات الفراغ، وجود خلافات في محيط الأسرة، سوء التعامل مع المعلمات، الشعور بالضغط النفسي للحصول إلى مستوى تحصيلي متقدم يرضى الوالدين، الاعتماد على الغش في الامتحانات.

وأن أهم المشكلات التي تشيع بين الطالبات في البحرين الشعور بالملل، أحلام اليقظة، صعوبة التحكم في العواطف، عدم القدرة على تنظيم أوقات الفراغ، الارتباك عند التحدث أمام الغرباء. سوء العلاقات مع إدارة المدرسة، شرود الذهن والسرحان أثناء المذاكرة.

- **دراسة وسام عزت محمد عباس (٢٠١١)**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أهم المشكلات النفسية لدى المراهقين والمرتبطة باستخدامهم للنت ومعرفة الاختلاف بين المراهقين من الجنسين في درجة إدمانهم للنت.

نتائج الدراسة: توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين درجات المراهقين على مقياس إدمان الإنترنت ودرجاتهم على مقياس الصحة النفسية للشباب.

توجد فروق دالة أحشائيا بين متوسطات الذكور والإناث على مقياس إدمان النت في اتجاه الذكور.

ثالثا: الدراسات التي تناولت العلاقة بين أساليب المواجهة والمشكلات النفسية والسلوكية

- **دراسة ايجور ندا Igor & Nada (2003)**

هدفت لمعرفة العلاقة بين سمات الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة في مرحلة المراهقة من خلال عينة قوامها (٢٥٦) تتراوح أعمارهم ما بين (١١ – ١٤) سنة

كشفت النتائج عن التأثير الإيجابي للانبساط في مواجهة المشكلة وأسلوب مواجهة الانفعال، بينما كان للذهانية والعصابية تأثيرات مباشرة في أسلوب التجنب.

- **دراسة كلبو كان Klopokien, vald & cudait , gran (2007)**

هدفت إلى دراسة وظائف الأنا وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة لدي المراهقين المضطربين سلوكيًا

أظهرت النتائج وجود اضطرابات وظائف الأنا لدي المراهقين المضطربين سلوكيًا عنها لدي العينة الضابطة وظهر هذا جليًا في ضبط الوجدنات، وضبط الدفعات، كما أكدت على أن المراهقين المضطربين سلوكيًا كانوا أكثر استخدامًا لاستراتيجيات مواجهه غير تكيفيه مثل

التمركز حول انفعال واحد في حين أن المراهقين الأسوياء استخدموا استراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المشكلة بشكل منتظم مثل "المواجهة الفعالة"

- **دراسة صديق ، نجلاء ابراهيم (٢٠١٠)**

هدفت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والمشكلات السلوكية لدى المراهقين المعاقين بصريًا بولاية الخرطوم
أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية بين الضغوط النفسية والمشكلات السلوكية، ووجود علاقة عكسية بين الضغوط النفسية والمستوى التعليمي، كما أكدت النتائج على ارتفاع كلًا من الضغوط النفسية والمشكلات السلوكية لدى المراهقين المعاقين بصريًا

تعقيب على الدراسات السابقة

تناولت بعض الدراسات المشكلات لدي شرائح مختلفة من المراهقين مثل دراسة (عسران، كريم منصور، ٢٠١٢) حيث تناول مشكلات المراهقة لدي المكفوفين بينما أهتمت دراسة (عبد الحفيظ ، جدو ، ٢٠١٣) بدراسة المراهقين ذوي صعوبات التعلم ومشكلات أدمان الانترنت كما في دراسة (عزت ، وسام ٢٠١١) ، بينما أهتمت الدراسة الحالية بمشكلات المراهقة لدي طالبات المرحلة الثانوية التجارية ، وفي حدود علم الباحثة لم تتناول أي دراسة من دراسات مشكلات المراهقة هذه الفئة ، وتري الباحثة من خلال خبرتها أن هذه الفئة تعاني بأنواع كثيرة من المشكلات .
بينما أهتم جانب آخر من الدراسات السابقة بدراسة العلاقة بين أساليب المواجهة وبعض المتغيرات الأخرى ، مثل دراسة (Igor & Nada 2003) التي هدفت الي معرفة العلاقة بين أساليب المواجهة وسمات الشخصية ، ودراسة (Klopokien 2007) التي هدفت الي معرفة وظائف الانا وعلاقاتها باستراتيجيات المواجهة لدي المضطربين سلوكيا ، ولم تهتم الدراسات بدراسة العلاقة بين أساليب المواجهة المشكلات النفسية والسلوكية وهذا ما اهتمت به الدراسة الحالية.
وقد استخدمت معظم الدراسات المنهج الوصفي ومنها على سبيل المثال دراسة (عزت، وسام ، ٢٠١١)، ودراسة (عبد الحفيظ ، جدو ، ٢٠١٣)

فروض البحث

- توجد مشكلات نفسية وسلوكية لدي طالبات المرحلة الثانوية التجارية
- يوجد اساليب مواجهة أكثر استخداما لدي طالبات الثانوية التجارية
- يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على المشكلة والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية
- يوجد ارتباط بين أسلوب التقرب إلي الله والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية
- يوجد ارتباط بين أسلوب طلب المساندة الاجتماعية والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية
- يوجد ارتباط موجب بين التجنب والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية
- يوجد ارتباط موجب بين التركيز على الانفعال والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

الاجراءات المنهجية للدراسة

منهج الدراسة

يتم استخدام المنهج الوصفي، حيث يستخدم منهج بصفة خاصة في العلوم الاجتماعية والنفسية والتربوية ويتعلق غالباً بدراسة الحاضر ويطلق على هذا المنهج فى الفرنسية اسم المنهج المنوجرافي la method de monogrophique والمنوجرافي تعنى وصف مفرد، ويقصد بها علماء الاجتماع الفرنسيون " القيام بدراسة وحدة مثل الأسرة أو القرية أو القبيلة دراسة مفصلة مستفيضة للكشف عن جوانبها المتعددة للوصول إلى تعميمات تنطبق على غيرها من الوحدات المتشابهة **(عبد السميع، محمد: ٢٠٠٠، ٢٠٠).**

المعالجة الإحصائية

يتم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) من خلال المعالجات التالية:

١. المتوسطات الحسابية – الانحرافات المعيارية – المنوال -الوسيط – النسب المئوية لدرجات عينة الدراسة على مقياس اساليب المواجهة لمعرفة أكثر اساليب المواجهة استخداما وعلى مقياس المشكلات النفسية والسلوكية لمعرفة أكثر المشكلات النفسية والسلوكية شيوعا لدي طالبات المرحلة الثانوية التجارية شيوعا
٢. معامل ارتباط بيرسون لمعرفة مدي ارتباط اساليب المواجهة بالسلوك المشكل

عينة الدراسة: تتكون عينة الدراسة من (٧٠) طالبة من طالبات الثانوى التجارى تراوحت اعمارهمن من (١٥الى١٧عام) بمتوسط (١٦,٤) وانحراف معيارى (٠,٥١٦) من مدرسة بهتيم التجارية بنات ادارة شرق شبرا الخيمة طبق عليهن الادوات الاتية

أ مقياس اساليب المواجهة لطالبات الثانوي التجاري بأبعاده الخمس: - (التركيز على المشكلة، اللجوء الى الله ، طلب الدعم الاجتماعي ، التجنب , التركيز على الانفعال) من اعداد الباحثة

صدق وثبات المقياس

وقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كروبناخ وقد تراوح معامل الثبات لأبعاد المقياس مابين (٠,٠٥٤ – ٠,٧٠٤) وهي معاملات ثبات مُرضية مما يؤكد على ثبات المقياس.

كما قامت الباحثة التأكد من صدق المقياس من خلال طريقتين: صدق المحكمين بعرض المقياس على عدد من المحكمين واستبعاد العبارات التي لم تلاقي اتفاق بنسبة ٨٠% من نسبة المحكمين، وطريقة صدق المحتوى (الاتساق الداخلي) وقد اتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيًا مما يدل على صدق المقياس.

ب مقياس المشكلات السلوكية والنفسية لطالبات الثانوي التجاري بأبعاده العشرة :-(العدوان، السرقة، الاكتئاب، الكذب، اضطرابات النوم، اضطرابات الاكل، المشكلات المدرسية، الانسحاب، العناد، مشكلات العلاقة بالجنس الاخر) من اعداد الباحثة.

صدق وثبات المقياس

وقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كروبناخ وقد تراوح معامل الثبات لأبعاد المقياس مابين (٠. ٦٠– ٠,٨٩) وهي معاملات ثبات مُرضية مما يؤكد على ثبات المقياس.

كما قامت الباحثة التأكد من صدق المقياس من خلال طريقتين: صدق المحكمين، بعرض المقياس على عدد من المحكمين واستبعاد العبارات التي لم تلاقي اتفاق بنسبة ٨٠% من نسبة المحكمين، وطريقة صدق المحتوى (الاتساق الداخلي) وقد اتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائيًا مما يدل على صدق المقياس.

نتائج الدراسة

في هذا الجزء من الدراسة سيتم عرض ما توصل إليه من نتائج والتعبير عنها في صورة كيفية، من حيث اتفاقها أو تعارضها مع الإطر النظرية والدراسات السابقة وثيقة الصلة بمتغيرات البحث، وكذلك الأساليب الإحصائية للتأكد من النتائج

نتائج الفرض الأول والذي ينص على " توجد مشكلات شائعة لدي طالبات مرحلة التعليم الثانوي التجاري"

ويتم استخدام المتوسطات والإنحرافات المعيارية والوسيط والمنوال للإجابة على هذا الفرض والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١) المتوسط والانحراف يوضح المعياري المنوال والوسيط للمشكلات النفسية السلوكية

المشكلات النفسيه السلوكيه	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	المنوال	النسبه المئويه
العدوان	١٦,١٧	٥,٢٩	١٤,٥	١٤	9 %
السرقة	٦,٤٣	٩,٥٧	٦	٦	3.9 %
الاكتئاب	١٩,٣٧	٤,٤٦	١٩	١٦	11.9 %
الكذب	١٠,٩	٥,٢٧	٩	١٠	5.3 %
اضربات النوم	١٣,٣٧	٢,٩٦	١٣	١٢	8 .1 %
اضربات الطعام	١١,٦٦	٢,٥٢	١١	١١	7 .2 %
الانسحاب	١٤,٨٦	٢,٧٦	١٥	١٦	9 .1 %
المشكلات المدرسيه	٢٥,٠٧	٤,٤٢	٢٥	٢٦	15.5 %
العناد	٢١,١	٤,٤	٢١	٢١	13.4 %
مشكلات العلاقه بالجتس الاخر	٢٦,٣	٤,٧٩٦	٢٤	٢٠	16 .2 %

يتضح من الجدول: -

أن أكثر المشكلات شيوعًا لدى طالبات الثانوى التجارى هى مشكلات العلاقة بالجنس الآخر بمتوسط (٣,٢٦) وانحراف معيارى (٤,٧٦٩) ومنوال ٢٠ ونسبة مئوية (١٦,٢) ، تليه المشكلات المدرسية بمتوسط (٢٥,٠٧) وانحراف معيارى (٤,٤٢) ومنوال (٢٦) ونسبة مئوية (١٥,٥ %)، يليه العناد بمتوسط (٢١,١) وانحراف معيارى (٤,٤) ومنوال (٢١) ونسبة مئوية (١٦,٢ %) يليه الإكتئاب بمتوسط(١٩,٣٧) وانحراف معيارى (٤,٤٦) ومنوال(١٦) ونسبة مئوية(١١,٩ %) ، ويليه العدوان متوسط (١٦,١٧) وإنحراف معياري (٥,٢٩) ومنوال (١٤) ونسبة مئوية (٩%) ، يليه اضطرابات النوم متوسط (١٣,٦٧) ، وانحراف معياري (٢,٩٦) ومنوال (١٢) ونسبة مئوية (٨,١ %) ، يليه اضطرابات الطعام بمتوسط (١١,٦٩) وانحراف معياري (٢,٥٢) ومنوال (١١) ونسبة مئوية (٧,٢%) ، يليه الكذب بمتوسط (١٠,٩) وانحراف معياري (٥,٢٧) ومنوال (١٠,٣) ونسبة مئوية (٥,٣ %) وتأتي السرقة في المرتبة الأخيرة في المشكلات النفسية والسلوكية التي تعاني ممها طالبات الثانوي التجاري وذلك بمتوسط (٦,٤٣) وانحراف معياري (٩,٥٧) ومنوال (٩) ونسبة مئوية (٣,٩ %)

مناقشة النتائج

يعنى هذا أن أكثر المشكلات شيوعا لدى طالبات الثانوى التجارى هى مشكلات العلاقة بالجنس الآخر، والمشكلات المدرسية والعناد والاكتئاب والعدوان

فى حين أكدت نتائج دراسة متولي، فوزية عبد الحميد (١٩٩٦) وكان من أهم النتائج: -ان المشكلات الأكثر شيوعا بين المراهقين مشكلات سلوكية مثل السرقة، الهروب من المدرسة، الكذب، المشكلات الجنسية، التخريب أما المشكلات الاجتماعية فكانت مشكلات اقتصادية وأسرية ومشكلات الانحراف والجريمة.

أما دراسة موريس (١٩٥٤) الذي أكد أن أهم المشكلات متمثلة فى المشكلات المدرسية مثل (لا أجد وقت للاستذكار، لدى قلق بخصوص الامتحان)

أما دراسة Gordon C.P وكانت من أهم النتائج أن أكثر المشكلات شيوعًا لدى التلاميذ السلبية، تعمد التلميذ أن يعمل عكس ما يطلب، تحطيم الأشياء، صعوبة الخضوع بما يعنى العدوانية.

ودراسة عبد الحميد وسلامة (١٩٨١) والذي أكدت نتائجها أن المشكلات المدرسية احتلت المركز الأول لي طلاب المدراس الإعدادية بقطر تاتها المشكلات الإنفعالية

ودراسة Gerber (2007) الذي أثبتت نتائجها أن المراهقين يعانون من مشكلات التعب والإعياء والمشكلات المرتبطة بالمشاعر (جزاء بن عبيد بن جزاء، ١٤٢٩ ه: ٦٠ – ٦٩)

وترى الباحثة إختلاف المشكلات الشائعة بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة قد يرجع إلى إختلاف مجتمع الدراسة Gordon .C.P ، ودراسة (Gerber (2007 ، وأحيانًا العامل الزمنى مثل دراسة موريس وبالرغم من ذلك فإن المشكلات المدرسية أحتلت المركز الأول من حيث الشيوع فى دراسات فى دراسات عبد الحميد وسلامة ١٩٨١ ، ودراسة موريس ، وقد أحتلت المركز الثانى فى الدراسة الحالية أما عن أن أكثر المشكلات شيوعا لدى طالبات الثانوى التجارى هى مشكلات العلاقة بالجنس الآخر فقد يكون مرجعه إلى مجتمع العينة وهى مدارس الثانوى التجارى وهى نتجة قد تكون منطقية من واقع عمل الباحثة مع هذه الفئة

نتائج الفرض الثاني والذي ينص على " يوجد اساليب مواجهة أكثر استخداما لدي طالبات الثانوية التجارية "

وستستخدم الباحثة المتوسطات والإنحرافات المعيارية والوسيط والمنوال للإجابة على هذا الفرض والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٢) يوضح المتوسط والوسيط والمنوال لأساليب مواجهة المشكلات

اساليب المواجهة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	المنوال	النسبة المئويه
التركيز على حل المشكلة	١٩,٤	٣,٥٧	١٩	٢٢	18.4%
اللجوء إلي الله	٢١,٤٣	٢,٧٥	٢٢	٢٢	20.3%
طلب الدعم الاجتماعي	٢٠,٣٣	٣,٧٩	٢٠	١٩	19.2%
التجنب	٢١,٣٧	٣,٤٨	٢١,٥	٢٠	20.2%
التركيز على الانفعال	٢٢,٧	٤,٤	٢٣	٢١	21.6%

يتضح من الجدول: -

أن اساليب المواجهة الأكثر شيوعا لدى طالبات الثيانوى التجارى كانت كالأتى : - أسلوب التركيز على الانفعال بمتوس(٢٢,٧) ، وانحراف معيارى (٤,٤) ومنوال (٢١) ونسبة مئوية (٢١,٦ %) ، يلية أسلوب اللجوء إلى الله بمتوسط (٢١,٤٣) وانحراف معيارى (٢,٧٥) , منوال (٢٢) ونسبة مئوية (٢٠,٣%) ، يليه أسلوب التجنب بمتوسط (٢١,٣٧) وانحراف معيارى (٣,٤٨) ومنوال (٢٠) ونسبة مئوية (٢٠,٢ %) ، يليه أسلوب طلب الدعم الاجتماعى بمتوسط (٢٠,٣٣)

وانحراف معيارى (٣,٧٩) ومنوال (١٩) ونسبة مئوية (١٩,٢%) ، ويأتى أسلوب التركيز على حل المشكلة فى المرتبة الأخيرة بمتوسط (١٩,٤) وانحراف معيارى (٣,٥٧) ومنوال (٢٢) ونسبة مئوية (١٨,٤%)

مناقشة النتائج

مما يعني أن أكثر أساليب المواجهة شيوعا لدي طالبات التعليم الثانوي التجاري، هي الأساليب السلبية متمثلة في التركيز على الانفعال والتجنب، وكان أسلوب اللجوء إلي الله وهو أسلوب إيجابي قد أتي في المرتبة الثانية

وتتسق نتائج هذه الدراسة مع دراسة منى محمود عبد الله (٢٠٠٢) وكان من أهم النتائج: -أن الاساليب السلبية في مواجهة الضغوط احتلت المركز الأول لأساليب مواجهة الضغوط وهي (الانكار – الاستسلام – التنفيس الانفعالي)

وقد أكدت بعض الدراسات السابقة أن التدين واللجوء إلي الله هى إحدى السمات الشائعة في مرحلة المراهقة مثل: دراسة أمل علاء الدين (٢٠٠٥) ويأتي أسلوب التركيز على حل المشكلة في المرتبة الأخيرة مما يعني أن طالبات الثانوي التجاري أكثر استخداما لأساليب المواجهة السلبية أكثر من الأساليب الإيجابية.

ولم تتسق هذه النتائج مع بعض الدراسات السابقة منها **في دراسة باترسون و مكوبين (1987) Patterson & Mecubbin والتي كانت من أهم نتائجها** أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعًا بصفة عامة هي الاسترخاء ، الترقية , أما أساليب المواجهة الأكثر شيوعًا لدي الإناث هي المساندة الاجتماعية , حل المشكلة , طلب المساندة وترجح الباحثة أن هذا الاختلاف مرجعه إلى اختلاف مجتمع الدراسة حيث أن طالبات التعليم التجاري قد يكون لهن طبيعة خاصة بالإضافة إلى اختلاف الثقافات بين مجتمعي الدراستين دراسة نادر فهمى الزيوت (١٩٩٩) التي تؤكد أن أكثر الأساليب شيوعا التي يستخدمها الطلبة هي التفكير الإيجابي واللجوء إلى الله ، والتنفيس الانفعالي ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة في استراتيجيات المواجهة تعزو إلى عامل الجنس والتي تفسر اختلاف النتائج بين دراسة الزيوت والدراسة الحالية

وكذلك دراسه حسن ، امل علاء الدين (٢٠٠٥) والتى تؤكد نتائجها أن أهم الأساليب التي يُعتمد عليها الطلاب هي اللجوء إلي الله والمواجهة وتأكيد الذات ثم تحمل المسؤولية ومواجهة المواقف الصعبة والانعزال

وربما يرجع عدم اتساق هذه النتيجة مع بعض الدراسات السابقة إلى أن الدراسة الحالية تتعامل مع الطالبات المشكلات وفى هذا الصدد تؤكد نتائج دراسة كلبو كان Klopokien، vald & cudait ، gran (2007) أن المراهقين المضطربين سلوكيًا كانوا أكثر استخدامًا لاستراتيجيات مواجهه غير تكيفيه مثل التمركز حول انفعال واحد في حين أن المراهقين الأسوياء استخدموا استراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المشكلة بشكل منتظم مثل "المواجهة الفعالة".

نتائج الفرض الثالث والذي ينص يوجد ارتباط سالب دال إحصائيا بين التركيز على المشكلة والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

وقد استخدمت الباحثة للإجابة على هذا الفرض معاملات الإرتباط باستخدام معادلة (سبيرمان)

الجدول (٣) يوضح معلامات ارتباط اسلوب التركيز على المشكلة مع المقاييس الفرعية لمقياس المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

م	المتغيـــــــــــــــــرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	العدوان	٠,١٦-	٠,٤٤٢
٢	السرقة	٠,٣٦٧-	٠,٠٤٦
٣	الإكتئاب	٠,٠٩٢	٠,٦٢٩
٤	الكذب	٠,١٧-	٠,٣٦٨
٥	اضطرابات النوم	٠,٠٩٥	٠,٦١٩

٦	اضطرابات الآكل	٠,١٥١-	٠,٤٢٦
٧	الانسحاب	٠,١٤٦-	٠,٣٨٥
٨	المشكلات المدرسية	٠,٤١٧-	٠,٠٢٢
٩	العناد	٠,٤٥٠-	٠,٠١٣
١٠	اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر	٠,٢٧٣	٠,١٤٤

ويتضح من الجدول السابق

١- وجود ارتباط سالب ودال بين أسلوب التركيز على المشكلة وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (السرقة، المشكلات المدرسية، العناد).

٢- وجود ارتباط سالب وغير دال بين اسلوب التركيز على المشكلة وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (العدوان، الكذب، اضطرابات الآكل،)

٣- وجود ارتباط موجب وغير دال بين اسلوب التركيز على المشكلة وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (الاكتئاب، اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر

نتائج الفرض الرابع والذي ينص يوجد ارتباط سالب ودال إحصائيا بين التقرب إلي الله والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

وقد استخدمت الباحثة للإجابة على هذا الفرض معاملات الإرتباط باستخدام معادلة (سبيرمان)

الجدول (٤) يوضح معلاملات ارتباط اسلوب التقرب إلي الله مع المقاييس الفرعية لمقياس المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

م	المتغيـــــــــــــــــرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	العدوان	٠,٣٦٣-	٠,٠٤٨
٢	السرقة	٠,٠٤٠-	٠,٨٣٣
٣	الإكتئاب	٠,١٢٧-	٠,٥٠٣
٤	الكذب	٠,٤٤٣-	٠,٠١٤
٥	اضطرابات النوم	٠,١٨٠-	٠,٣٤١
٦	اضطرابات الآكل	٠,١٣-	٠,٤٩٢
٧	الانسحاب	٠,١٢٢-	٠,٥٢
٨	المشكلات المدرسية	٠,٠٨١	٠,٦٩٩
٩	العناد	٠,٤٥٠-	٠,٠١٣
١٠	اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر	٠,٢٢٦-	٠,١١٤

ويتضح من الجدول السابق

١- وجود ارتباط سالب ودال بين اسلوب التقرب إلي الله وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (العدوان، الكذب، العناد)

٢- وجود ارتباط سالب وغير دال بين اسلوب التقرب إلي الله وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (السرقة، اضطرابات النوم، اضطرابات الآكل، الانسحاب، اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر)

٣- وجود ارتباط موجب وغير دال بين اسلوب التقرب إلي الله المدرسية.

نتائج الفرض الخامس والذي ينص: يوجد ارتباط سالب ودال إحصائيا بين اسلوب طلب المساندة الاجتماعية والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

وقد استخدمت الباحثة للإجابة على هذا الفرض معاملات الإرتباط باستخدام معادلة (سبيرمان)

الجدول (٥) يوضح معلاملات ارتباط اسلوب طلب المساندة الاجتماعية مع المقاييس الفرعية لمقياس المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

م	المتغيـــــــــــــــــرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	العدوان	٠,٣٤٥-	٠,٠٦٢
٢	السرقة	٠,١٢٢-	٠,٦٢٠
٣	الإكتئاب	٠,٠٨٧-	٠,٦٤٨
٤	الكذب	٠,٠٣٢-	٠,٨٦٥
٥	اضطرابات النوم	٠,٠٠٧-	٠,٩٧٠
٦	اضطرابات الآكل	٠,٠٤١-	٠,٧١٥
٧	الانسحاب	٠,٠٧-	٠,٦٢٨
٨	المشكلات المدرسية	٠,٨٨-	٠,٦٤٢
٩	العناد	٠,٢٨٥-	٠,١٢٧
١٠	اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر	٠,١١٥-	٠,٥٤٤

ويتضح من الجدول السابق

٤- وجود ارتباط سالب ودال بين اسلوب طلب المساندة الاجتماعية وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (العداون)

٥- وجود ارتباط سالب وغير دال بين اسلوب طلب المساندة الاجتماعية وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (السرقة، الاكتئاب، الكذب، اضطرابات النوم، اضطرابات الأكل، الانسحاب، المشكلات المدرسية، العناد، اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر)

نتائج الفرض السادس والذي ينص: يوجد ارتباط موجب ودال إحصائيا بين اسلوب التجنب والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

وقد استخدمت الباحثة للإجابة على هذا الفرض معاملات الإرتباط باستخدام معادلة (سبيرمان)

الجدول (٦) يوضح معلاملات ارتباط اسلوب التجنب مع المقاييس الفرعية لمقياس المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

م	المتغيـــــــــــــــــرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	العدوان	٠,٤٠-	٠,٠٢٨
٢	السرقة	٠,١٧٠-	٠,٥٧٣
٣	الإكتئاب	٠,٠٤٢	٠,٦٢٧
٤	الكذب	٠,٣٥٨	٠,٠٦٢
٥	اضطرابات النوم	٠,٠٦١-	٠,٧٥١
٦	اضطرابات الآكل	٠,٣٠٧	٠,٠٩٩
٧	الانسحاب	٠,٢٠١	٠,٢٨٧
٨	المشكلات المدرسية	٠,١٧٩	٠,٣٤٤
٩	العناد	٠,٢٦٣	٠,١٦٠
١٠	اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر	٠,٥١٠	٠,٠٤

ويتضح من الجدول السابق

١- وجود ارتباط موجب ودال بين اسلوب التجنب واضطرابات العلاقة بالجنس الاخر كأحد المقاييس الفرعية لمقياس المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات الثانوي التجاري.

٢- وجود ارتباط موجب وغير دال بين اسلوب التجنب وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (الاكتئاب، الكذب، اضطرابات النوم، اضطرابات الآكل، الانسحاب، المشكلات المدرسية، العناد)
٣- وجود ارتباط سالب ودال بين اسلوب التجنب والعداون كأحد المقاييس الفرعية لمقياس المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات الثانوي التجاري
٤- وجود ارتباط سالب وغير دال بين اسلوب التجنب والسرقة

نتائج الفرض السابع والذي ينص: يوجد ارتباط موجب ودال إحصائيا بين اسلوب التركيز على الإنفعال وبعض والمشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

وقد استخدمت الباحثة للإجابة على هذا الفرض معاملات الإرتباط باستخدام معادلة (سبيرمان)

الجدول (٧) يوضح معلاملات ارتباط اسلوب التركيز على الإنفعال وبعض المشكلات النفسية والسلوكية لطالبات المرحلة الثانوية التجارية

م	المتغيـــــــــــــــــرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	العدوان	٠,٧٦٣	٠,٠٠
٢	السرقة	٠,١٤٧	٠,٤٣٩
٣	الإكتئاب	٠,١٠٧	٠,٥٧٢
٤	الكذب	٠,٦١٩	٠,٠٠
٥	اضطرابات النوم	٠,١١٣	٠,٥٦٢
٦	اضطرابات الآكل	٠,٤٨٧	٠,٠٠٦
٧	الانسحاب	٠,٣٩٠	٠,٠٣٣
٨	المشكلات المدرسية	٠,١٧٧	٠,٣٤٩
٩	العناد	٠,٤٢٦	٠,٠١٩
١٠	اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر	٠,٥١٠	٠,٠٠٤

ويتضح من الجدول السابق

١- وجود ارتباط موجب ودال بين اسلوب التركيز على الإنفعال وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (العدوان، الكذب، اضطرابات الاكل، الانسحاب، اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر)
٢- وجود ارتباط موجب وغير دال بين اسلوب التركيز على الإنفعال وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (السرقة، الاكتئاب، اضطرابات النوم، المشكلات المدرسية).

مناقشة النتائج

أولا: مناقشة نتائج الفروض الخاصة بالعلاقة بين اساليب المواجهة الإيجابية والمشكلات النفسية والسلوكية

١- تؤكد النتائج على وجود ارتباط سالب ودال بين اسلوب التركيز على حل المشكلة وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل السرقة والمشكلات المدرسية والعناد، مما يدل على ان العلاقة عكسية بين اسلوب التركيز على الإنفعال لكل من العناد والسرقة والمشكلات المدرسية، بمعني انه كلما زاد استخدام الشخص لاسلوب التركيز على المشكلة قلت أعراض المشكلات (العناد، السرقة، المشكلات المدرسية)، أما باقي المشكلات النفسية والسلوكية فكانت العلاقة عكسية ولكن بشكل ضعيف

٢- كما أكدت النتائج على وجود ارتباط سالب ودال بمعني وجود علاقة عكسية بين اسلوب التقرب إلي الله وكل من الكذب والعدوان والعناد، بمعني أنه كلما زاد استخدام الشخص لاسلوب التقرب الي الله انخفضت مشكلات الكذب والعدوان والعناد لديهم، كما أكدت النتائج على وجود هذه العلاقة العكسية ولكن بشكل غير دال بين اسلوب التقرب إلي الله وباقي المشكلات النفسية والسلوكية، وتري الباحثة أن النتيجة منطقية حيث ان التقرب إلي الله يقلل من الكذب والعداون والعناد لدي الفرد.

٣- وجود علاقة عكسية بين اسلوب طلب المساندة الاجتماعية والعداون وهي نتيجة منطقية ايضا حيث أن اسلوب طلب المساندة الاجتماعية عندما يستخدمه الفرد يقلل من العدوان لديه.

ثانيا: مناقشة نتائج الفروض الخاصة بالعلاقة بين اساليب المواجهة السلبية والمشكلات النفسية والسلوكية

١- اتضح من النتائج وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيا بين اسلوب التجنب واضطرابات العلاقة بالجنس الآخر، بمعني انه كلما زاد استخدام الفرد لأسلوب التجنب، زاد لديه اضطراب العلاقة بالجنس الآخر، ومن الملاحظ ايضا ان العلاقة موجبة بين اسلوب التجنب وباقي المشكلات النفسية والسلوكية، ولكنها لم تصل إلى حد الدلالة

٢- أكدت النتائج ايضا على وجود علاقة موجبة ودالة بين اسلوب التركيز على الإنفعال وبعض المشكلات النفسية والسلوكية مثل (العدوان، الكذب، اضطرابات الاكل، الانسحاب، العناد، اضطرابات العلاقة بالجنس الآخر) بمعني انه كلما زاد استخدام الفرد لأسلوب التركيز على الانفعال، زادت المشكلات النفسية والسلوكية لديه

٣- **بصفة عامة:** قد أكدت النتائج على وجود علاقة عكسية بين اساليب المواجهة الإيجابية والمشكلات النفسية والسلوكية، ووجود علاقة موجبة بين اساليب المواجهة الإيجابية والمشكلات النفسية والسلوكية.

وفي هذا الصدد يؤكد هاستنجس Hastings 1996، في دراسته التي تهدف إلى دراسة الفروق بين الجنسين في كل من اساليب المواجهة والضغوط، والسلوك المضطرب وغير المضطرب، أن المضطربين سلوكيا يعانون من ضغوط واساليب مواجهة سلبية، وأكدت (مايسة النيال، وهشام عبد الله ١٩٩٧) عن وجود علاقة ارتباطية بين اساليب مواجهة الضغوط وبعض الاضطرابات الانفعالية مثل الاكتئاب، ويوكد كلكبوكان (klopokien 2007) أن المضطربين سلوكيا كانوا أكثر استخداما لأساليب مواجهة غير تكيفية مثل التركيز على الانفعال

توصيات الدراسة

١. ان يدرس العلاج المعرفي الانفعالي ضمن المقررات الدراسية للطالبات.
٢. إقامة مراكز للإرشاد النفسي داخل المدارس نظرا لحاجة الطالبات إلي النصح والإرشاد خاصة في مرحلة المراهقة بصفتها مرحلة حرجة وهامة في حياة الإنسان.
٣. عقد الدورات التدريبية للتربويين والأخصائيين النفسيين لدراسة أساليب مواجهة المشكلات وتنمية الأساليب الإيجابية في المواجهة حتى يتمكنوا من غرسها في نفوس الطالبات والتمكن من حل مشكلاتهن
٤. توجيه الاهتمام بدراسة المتغيرات النفسية الإيجابية كاستعادة والتفاؤل والأمل والتسامح والتعاون

٥. العمل على تثقيف العاملين في القطاع التربوي بأهمية تنمية الاستراتيجيات الإيجابية للمواجهة الضغوط وأثره الإيجابي على الصحة النفسية والشخصية ومواجهة المشكلات.

مراجع البحث

اولا المراجع العربية

١.**أبو حبيب، نبيلة أحمد (٢٠١٠):**" *الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء بمحافظة غزة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة.

٢.**أبو عرام، أمل علاء الدين (٢٠٠٥):** *أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية*، رسالة دكتورة غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٣.**السيد، بكر محمد (٢٠٠٤)** *فاعلية برنامج إرشادي لتخفيف حدة المشكلات الأكثر شيوعا* لدي عينة من المراهقين ، ريالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفول ، جامعة عين شمس.

٤.**الشويخ، هناء أحمد محمد والغباشي، سهير فهيم وعبد الغني، محمود(٢٠٠٧):** *استراتيجيات المواجهة وأثرها في تخفيف حدة المشقة للأعراض الجسمية وزيادة الامتثال للنصح الطبي لدى مرضى الفشل الكلوي الخاضعين للعلاج بالاستقصاء الدموي المتكرر* مجلة كلية **الآداب**، جامعة القاهرة، مجلد (٦٧)، العدد (٤)، أكتوبر.

٥.**بن جزاء، جزاء بن عبيد (١٤٢٩ ه):** *بعض المشكلات النفسية الشائعة لدى طلاب مراحل التعليم العام بمدينة الطائف*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٦.**بهادر، سعدية محمد أحمد (١٩٩٤):** *علم النفس النمو*، ط ١، القاهرة، المؤسسة السعودية.

٧.**جاد، عبد الله محمود (٢٠٠٦):** *السلوك التوكيدي كمتغير وسيط في علاقة الضغوط بكل من الاكتئاب والعدوان*، المؤتمر العلمي الأول، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة.

٨.**جلال، أحمد سعد وحمزة، بركات (٢٠٠٧):** *مشكلات المراهقة الأكثر شيوعا من وجهة نظر المعلمات* المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج ٣، ع٢ مارس ٢٠٠٩

٩.**زكي، عزة حسين (١٩٨٥):**" *المشكلات التي يعاني منها أطفال المدرسة الابتدائي المحرومين من الرعاية* " ماجستير معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

١٠.**ساعد، شفيق (٢٠١٠):** مصادر *الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى المراهقين دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بسكرة، الجزائر

١١.**سلامة، ممدوحة (١٩٨٤):** *أساليب التنشئة وعلاقتها بالمشكلات النفسية في مرحلة الطفولة الوسطى*، دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس

١٢.**شكري، مايسة محمد (١٩٩٩):** *التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بأساليب مواجهة المشقة*، مجلة دراسات نفسية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم) مج (٩) (٣٤).

١٣.**صديق، نجلاء إبراهيم (٢٠١٠):** *الضغوط النفسية لدى المراهقين المعاقين بصريًا بمعهد النور للمكفوفين ببحري وعلاقتها بالمشكلات السلوكية*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الخرطوم

١٤.**صقر، غادة أنور عبد الحميد (٢٠٠١):** *دراسة لبعض المشكلات النفسية لمتعددي الإعاقة ودور الأخصائي النفسي*، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

١٥.**عباس، وسام عزت محمد (٢٠١١):** إدمان *الإنترنت والمشكلات النفسية الأكثر شيوعا لدى المراهقين من الجنسين (دراسة سيكومترية كلينيكيه)*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس

١٦. **عبد الحفيظ، جدو (٢٠١٣)**: *استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة سطيف، الجزائر.
١٧. **عبد الله، هشام إبراهيم والنيال مايسة (١٩٩٧)**:" *أساليب مواجهة ضغوط الحياة وعلاقتها ببعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة قطر*" ، المؤتمر الدولي الرابع للإرشاد النفسي ـ جامعة عين شمس.
١٨. **عثمان، محمد عبد السميع (١٩٩٩)**: *مناهج البحث*، القاهرة، *كلية التربية*، جامعة الأزهر.
١٩. **عسران، كريم منصور محمد** (٢٠١٢): *الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى المراهقين مكفوفي البصر والحاجات الإرشادية لرعايتهم*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة
٢٠. **علاء الدين، جهاد محمود (١٩٩٩)**: "*فاعلية برنامج إرشادي لتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من المراهقات الاردنيات* "رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
٢١. **متولي، فوزية عبد الحميد (١٩٩٦)**: "*المشكلات السلوكية الاجتماعية للمراهقين المقيمين بمساكن الإيواء محافظة البحيرة* "، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
٢٢. **يوسف، جمعة سيد (٢٠٠٧)**: *إدارة الضغوط، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث*، (ط ١)، القاهرة، دار الكتب المصرية.
٢٣. **ياسين، عبد الرازق (٢٠٠٩)**: *الاضطرابات السلوكية، مجلة كلية التربية الأساسية*، الجامعة المستنصرية، العدد (٥٦)
٢٤. **يونس، انتصار (١٩٩٣)**: السلوك الإنساني، القاهرة، دار المعارف.

ثانيا المراجع الاجنبية

1. **Calvete. E, Orue .L, & Hankins. B. L (2013).** Transactional Relationships among Cognitive Vulnerabilities, Stressors, and Depressive Symptoms in Adolescence. Journal of Abnormal Child Psychology ,41 (3) , 399 -410
2. **Davison .G.C, & Neale .J.M.(1989)** Abnormal Psychology , Sixth ed., New York , John Wiley & Sons , Ine
3. **Davison. G.C , (1994**): Abnormal Psychology , sixth ed .,New York , J0hen Wiley & Sons , Ine .
4. **Eelin. K., & Lian .T.C (2011).**Relation Ship between Perceived Parenting Styles and Coping Capability among Malaysian Secondary School Student .International Conference Social Science and human icy, 5, 20-24.
5. **Hastings .T, (1996):** Gender differences in coping and daily stress in adolescents; journal of psychopathology and behavior assessment. 18 (3), 213-226.
6. **Kaipokien. V and Gudait. G (2007):** Ego Functions and their connections with coping strategies in Adolescent with conduct disorders psychological, 35, 4254.
7. **Lube, M, (1997):** Personality Factors and Coping With Streets in pubescent. Psycho logia a pat psychological Dictate , 34 **,**

8. **Pitts .M , & Phillips .K , (1991),** The Psychology of health an introduction , Essential hypertension Kiethphillips ,London & New York
9. **Pugh. L, Alcee. O (2000) understanding Aggressive behavior in black Adolescent girls ; Parquets Dissertations and Theses section 0133 , part 0384 ; P.H.D ; U.S.A ; University of Missouri , Columbia .**
10. **Skinner .E.A, Zimmer. M. J,(2007)** , The Development of Coping , Journal Annual review of Psychology ,58:119 -144