

أساليب مواجهة المشكلات وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات المدارس
الثانوية بدولة الكويت

إعداد الدكتورة

طرفة محمد عبد الرحمن الحبيب

مستخلص البحث

تتلخص اهداف البحث الحالي في معرفة العلاقة بين أساليب مواجهة المشكلات وبعض متغيرات الشخصية لدي طالبات المرحلة الثانوية بدولة ، استخدمت الباحثة مقياس اساليب المواجهة للمراهقات (من إعداد انتصار علي محمد) ومقاييسه الفرعية (التركيز على المشكلة ، اللجوء إلي الله، طلب الدعم الاجتماعي، التجنب، التركيز على الانفعال)، واستخبار أيزيك للشخصية، أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعا لدي طالبات المرحلة الثانوية بالكويت هي الأساليب الإيجابية المتمثلة في اللجوء إلي الله، وطلب الدعم الاجتماعي، والتركيز على حل المشكلة، وتأتي الأساليب السلبية في المرتبة الأخيرة متمثلة في أسلوب التجنب والتركيز على الانفعال، كما أنه يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على حل المشكلة وأسلوب التجنب ، وأسلوب طلب الدعم الاجتماعي وبعض ابعاد الشخصية (التركيز على المشكلة ، اللجوء إلي الله، طلب الدعم الاجتماعي، التجنب، التركيز على الانفعال) لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت

Abstract

The research aims at finding out the relationship between the methods of coping with problems and some of the variables of personality of secondary school students in the state. The researcher used the measure of the methods of confrontation for adolescents (prepared by Entesar Ali Muhammad) and its secondary measures (focusing on the problem, resorting to God, Focus on emotion), and Eysenck's personalization of the personality, that the most common confrontation methods of secondary school students in Kuwait are the positive methods of resorting to God, and asked for social support, and focus on solving the problem, and negative methods in the last place (Emphasis on the problem, recourse to God, the request for social support, avoidance, focus on emotion) in the students of the stage. In addition, there is a correlation between the method of focusing on solving the problem and avoidance method.

Secondary school in Kuwait

مقدمة البحث: -

يواجه الفرد في حياته العديد من المواقف الضاغطة، والتي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها، وأحداث تنطوي على الكثير من مصادر القلق، وعوامل الخطر والتهديد في مجالات الحياة كافة، وقد انعكست آثار تلك المواقف الضاغطة على معظم جوانب شخصيته، كما أن التطور السريع الذي تشهده حياتنا المعاصرة أدى إلى ازدياد وتنوع مستلزمات الحياة، وقد فرض ذلك عليه مزيدا من الجهد والعمل المتواصل ليعيش حياة سعيدة، مما جعله يشعر بحالة من التوتر والضغط النفسي. (مايسة النيال وهشام عبد الله ١٩٩٧: ٨٥) ويختلف الأفراد في شعورهم بالضغط وذلك لاختلاف الخصائص الشخصية الفردية بين الأشخاص، والخصائص الشخصية الفردية لها مكونات تشمل الخبرات السابقة لدى الأفراد مع الضغوط، سمات شخصية معينة مع المعتقدات التي يتمسك بها الأفراد. (وفاء عبد الجواد، ٢٤: ١٩٩٤) وكانت أساليب مواجهة الضغوط هدفاً للعديد من الدراسات نظراً لدورها في التعامل الناجح مع الأحداث الضاغطة أو الفشل في مواجهتها (عبد الله محمود جاد ، ٢٠٠٦ ، ٣٩) حيث أن استراتيجية المواجهة الفعالة باستطاعتها تحديد نتائج الفرد في مواجهة ومعالجة الموقف المثير للضغط 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)

ويعتمد ذلك على المرجعية الثقافية والبيئية المحيطة بالفرد حيث أن العوامل الاجتماعية التي يعيش فيها تسيطر على كثير من صفات الفرد، 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. (انتصار يونس ١٩٩٣، ١٩٧)

مشكلة البحث وأسئلته: -

إن المثيرات والمواقف المتعددة في الحياة التي قد تلاحظها أو تعيشها الطالبات في المرحلة الثانوية، جعلتهن يتأثرن بها، ويتمثل ذلك في حدوث الضغوط التي تجعلهن فريسة للمشكلات النفسية والسلوكية، وبذلك يسهل استثارتهن وتكثر انفعالاتهن، وقد ينعكس ذلك على تكيفهن بشكل عام. ويتفاوت الأفراد في تعاملهم وطرق مواجهتهم لهذه الضغوط من خلال الأساليب التي يتبعونها، والاستراتيجيات التي يستخدمونها، وكيفية إدراكهم لهذه الضغوط

ويؤيد ذلك ما ذكره لازاروس (Lazarus) بقوله "ليس الأفراد مجرد ضحايا التوتر، ولكن الكيفية التي يقدرون بوساطتها الحوادث المؤثرة، والكيفية التي يقومون بها مصادر قدراتهم على التعامل مع تلك الحوادث هما اللتان تفرران نوعية العنصر المؤثر وطبيعته" (في مريم ٢٠٠٧: ١٤٨)

وتؤكد نتائج بعض الدراسات على وجود علاقة بين بعض سمات الشخصية وأساليب المواجهة والتي كشفت نتائجها عن التأثير الإيجابي للانبطاح في مواجهة المشكلة وأسلوب مواجهة الانفعال، بينما كان للذهانية والعصابية تأثيرات مباشرة في أسلوب التجنب، ونظرا لأن الباحثة من العاملين بحقل التعليم في دولة الكويت اهتمت ان يكون هذا البحث بعنوان: (العلاقة بين أساليب مواجهة المشكلات وسمات الشخصية في المدارس الثانوية بدولة الكويت)

أسئلة البحث:

- ١- هل يوجد أساليب مواجهة أكثر استخداما لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٢- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على المشكلة وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٣- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التقرب إلى الله وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٤- هل يوجد ارتباط بين أسلوب طلب المساندة الاجتماعية وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٥- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التجنب وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٦- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على الانفعال وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟

أهداف البحث: -

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١- معرفة أساليب المواجهة وبعض متغيرات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت
- ٢- الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط التركيز على المشكلة، اللجوء إلى الله، طلب الدعم الاجتماعي، التجنب، التركيز على الانفعال) ببعض سمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت

أهمية البحث: -

أ - الأهمية النظرية: -

إثراء البحوث الخاصة بالمراهقة الأنثى وكذلك البحوث التي تتناول العلاقة بين أساليب المواجهة وسمات الشخصية في مرحلة الثانوية حيث يوجد ندرة في البحوث التي تناولت هذه الفئة وهي فئة مستهدفة للمشكلات وهذا من واقع عمل الباحثة مع هذه الفئة

ب - الأهمية العملية: -

١ - يكشف البحث عن العلاقة بين سمات الشخصية وأساليب المواجهة والتي يمكن ان تساهم في التخطيط لوضع برامج إرشادية لطالبات الثانوي لمساعدتهن في تنمية أساليب المواجهة الايجابية

٢ - معرفة سمات الشخصية التي تنمي أساليب مواجهة ايجابية للطالبات في المدارس الثانوية

مفاهيم البحث:

أساليب المواجهة: -تتعدد وتتنوع تعريفات المواجهة تبعا للمدرسة التي ينتمي إليها الباحثين ورغم تعددها 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.

وفي هذا الصدد يذكر (Skinner. E.A 2007) إنه منذ عشرين عاما كان مفهوم المواجهة هو "التغير المتسق في المجهود الإدراكي والسلوكي لمعالجة المتطلبات الخارجية أو الداخلية والتي تقدر إنها تتعدى مصادر أو موارد الشخص ولكن على مدار العشر سنوات الأخيرة قام الباحثين بتعريفها على إنها التنظيم تحت وطأة الضغوط بمعنى القدرة على تنظيم الانفعالات والسلوكيات والحالة الفسيولوجية استجابة للأحداث المثيرة للضغوط (Skinner.E.A, et.al, 2013: 120)

أما كومبس وآخرون (comps.ET. Al) يرى أن المواجهة مجهود واع للتنظيم الذاتي لانفعالات الفرد المعرفية والنفسية والسلوكية استجابة لمثيرات الضغوط (Eelin. K, et.al, 2011:22)

أما رادول Rudol F . H Moos 1985 فيعرفها أنها الاستراتيجيات التي تخفف التأثيرات المهددة لأحداث الحياة وتشمل المجهودات السلوكية للتعامل مع الافتراضات المعرفية لا داء الفرد للتهديد (Holahan.C.J, 1985:470)

وتُعرف الباحثة أساليب المواجهة إجرائيا بأنها الأساليب التي تستخدمها المراهقة للتخلص من التوتر الناتج 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

النماذج والنظريات المفسرة لأساليب المواجهة

منذ أن تنبه (سيلى 1959) في بداية خمسينات القرن الماضي للاستجابات الجسمية التكيفية على بعض المواقف المهددة وتوالت الدراسات حول الضغوط، والتي تطورت تاريخيا كالتالي:

- مرحلة تحديد الآثار الفسيولوجية للمشكلات (هانز سيلى)
- مرحلة التعرف على التوجه الإدراكي المعرفي للفرد والأحداث وأساليب مواجهتها ويتبنى هذا الاتجاه لازروس Lazarus
- مرحلة التعرف على المتغيرات النفسية المقاومة للمشكلات تلمس تطورا مفهوم الضغوط، وتعد كوبازا Kobas رائدة هذا الاتجاه.
- المنتبج لأدبيات المشكلات النفسية يلمس تطورا في مفهوم الضغوط وفقا للمراحل السابقة فالبدائيات المبكرة تعود إلى هانز سيلى (عبد الله جاد محمود، ٢٠٠٦، ٤٠٥)
- تنطلق نظرية هانز سيلى من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط أن Stressor يميز 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)

ووجهة نظر سيلى في 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 (1986) ishe (1986) & (1978) Cox، للتأكيد على الدور الذي 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 neuropeptid 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

وضوحاً فأنا لا نحس بالضغط إلا عندما ندرك موقفاً ما يفوق المصادر التكيفية للشخص.

(Davison & Neale, 1994:191)

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

ولقد قدم لازروس وزملائه نموذج التقييم المعرفي وفيما يلي عرض للنموذج

نموذج التقييم المعرفي:

١ - مرحلة التقييم المعرفي الأولى: - وهو تقييم الفرد للحدث هل هو سلبي أم إيجابي أم عادى فإذا أدرك الفرد بأنه سلبي يقوم بتقييمه هل هو ضار Harm أو مهدد Threat أو متحد Challenge، وبهذا يقيم الفرد للحدث على أساس أهمية الصحة والسعادة للشخص

٢ - مرحلة التقييم المعرفي الثانوي: - هو التقييم الذي يهتم بأحكام الشخص مع النظر إلى استراتيجيات المواجهة المتاحة والاختيارات والقيود وتأثيرات استجابات المواجهة للشخص

٣ - مرحلة إعادة التقييم: - والتي تتضمن تغيراً في الأحكام بشأن المواقف أو المصادر المتاحة لمواجهتها وتؤثر معتقدات الفرد على إدراكه كما تؤثر متغيرات الشخصية على المواجهة بشكل مباشر (٣٨ - ٣٩ : Janisse. M. p, 1988)

■ مفهوم الشخصية: تعريف الشخصية مسألة افتراضية بحتة فليس هناك تعريف واحد صحيح والباقي تعريفات خاطئة والوقوف عند تعريف يرتضيه الباحث يقتضي منه دراسة مختلف التعريفات التي وضعت لدراسة الشخصية فمن الطبيعي لمصطلح واسع الانتشار تعريفات متعددة (سمير نعيم، ١٩٨٥: ٤١)

في اللغة الشخص " هو كل جسم له ارتفاع وظهور، وذلك غلب في الانسان (عبد الوهاب السيد عوض؛ د ت: ٩٤)

ويعرفها برنس بأنها كل ما هو فطري بيولوجي من الاستعدادات والنزعات والميول والشهوات وكذلك كل ما اكتسبه الفرد بخبرته من استعدادات وميول (لويس كامل مليكة، ١٩٥٩: ٨)

وتعرف بانها ما يمكننا أن نتنبأ بما يكون عليه سلوك الفرد (عثمان لبيب فرج، ١٩٧٠: ١٦)

أما أيزنك فيذهب إلى إنها ذلك التنظيم الأكثر ثباتاً واستقراراً لخلق الفرد ومزاجه وعقله وجسمه والذي يحدد توافقه المميز للبيئة أما جليفورد فيحددها على إنها نمط من السمات فريد من نوعه يخص الفرد

(Small. G, M, 1981: 4)

علاقة الشخصية بالضغط وأساليب المواجهة: -

يركز الانتباه العام على المتغيرات الشخصية ذلك خلال القدرات المملوءة بالضغط ومن هذه المتغيرات الاستعداد النفسي والثقة بالنفس والادراك ولقد ذكر باندورا وزملائه ١٩٨٢ خلال عدة دراسات أن الاستقلال والثقة بالنفس تنبأ بمدى واسع من سلوكيات التكيف مع الحياة ومقاومة الضغوط، وثمة متغير آخر للشخصية يمكن أن يزيد من مقاومة الفرد للضغط هو الميل إلى التسامح فقط لاحظ هيكلي ١٩٧٤ أن الأفراد الذين يكونون أصحاء تحت الضغط يكونون أكثر تسامحاً

(Holahan .C.J, 1985, 739)

وفيما يلي عرض خصائص الشخصية المقاومة للضغط كما افترضتها كوباسا وآخرون هي: -

- ١ - الالتزام: - وهو شعور بتعلق الفرد بنشاطاته وعلاقاته القربانية والاعتقاد بانها ذات أهمية
- ٢ - التحدي وهو الرغبة في تقبل الخبرات الجديدة وغير المتنبئ بها والاستمتاع بها وأن يرى الفرد أن فرص التغيير أكثر من فقدان، أو يشعر بحب الاستطلاع والاهتمام
- ٣ - التحكم: وهو سهولة القيادة وتعكس الاعتقاد بأن الفرد ليس عاجزاً أو فاقداً العون ولكنه يمكنه ان يؤثر في كثير من الاحداث والناس الآخرين والقدرة على التحكم في الظروف الشخصية (أمال عبد الحلیم الشناوي، ١٩٩٩: ٤٠)

أما **ايجور ندا (2003) Igor & Nada** في دراسته التي هدفت لمعرفة العلاقة بين سمات الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة في مرحلة المراهقة كشفت النتائج عن التأثير الإيجابي للانبساط في مواجهة المشكلة وأسلوب مواجهة الانفعال، بينما كان للذهانية والعصابية تأثيرات مباشرة في أسلوب التجنب. وقد أكد **كارم وآخرون (2004) Kardum, et.al** على نفس الرأي حيث كشفت نتائج دراسته عن: التأثير المباشر لسمات الانبساطيين على التركيز على المشكلة عند مواجهة الضغط، كما يؤكد **(ميدوفيد وليوبا 1997)** أن كل سمات الشخصية ترتبط بفاعلية المواجهة فيما يتعلق بكل من الضمير، الانفتاح، الانبساطية، أو القبول

الدراسات السابقة

دراسة باترسون ومقوبين Patterson & Mecubbin (1987) : هدفت الدراسة إلى الكشف عن أنماط تعامل المراهقين في المرحلة الثانوية مع الأحداث التي تواجههم، وأسفرت النتائج عن أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً بصفة عامة هي الاسترخاء الترفيهي، أما أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدي الإناث هي المساندة الاجتماعية، حل المشكلة، طلب المساندة من صديق بينما الذكور فإنهم أكثر استخداماً لأسلوب السخرية.

دراسة نادر فهمي الزيوت (١٩٩٩): تهدف إلى التعرف على أكثر استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية استخداماً من قبل طلبة جامعة قطر وعلاقتها ببعض المتغيرات، وكان من أهم النتائج أن أكثر الأساليب شيوعاً لديهم هي التفكير الإيجابي واللجوء إلى الله والتنفيس الانفعالي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة في استراتيجيات المواجهة تعزو إلى عامل النوع.

دراسة ايجور ندا (2003) Igor & Nada: وهي بعنوان "السمات الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة في مرحلة المراهقة وهدفت 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 امل علاء الدين علي حسن (٢٠٠٥) : هدفت لمعرفة علاقة أساليب مواجهة الضغوط ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية و عددهم (٨٩١) طالباً طبق عليهم مقياس أساليب مواجهة للضغوط كان من أهم النتائج : أن أهم الأساليب التي يُعتمد عليها الطلاب هي اللجوء إلى الله و المواجهة و تأكيد الذات ثم تحمل المسؤولية و مواجهة المواقف الصعبة و الانعزال.

فروض البحث:

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

- ١- هل يوجد أساليب مواجهة أكثر استخداماً لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٢- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على المشكلة وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٣- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التقرب إلى الله وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٤- هل يوجد ارتباط بين أسلوب طلب المساندة الاجتماعية وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٥- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التجنب وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟
- ٦- هل يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على الانفعال وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في الكويت؟

الاجراءات المنهجية: -**منهج البحث:**

يعتمد البحث على المنهج الوصفي للإجابة على التساؤل الذي ينص على: "علاقة أساليب المواجهة بسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدارس الكويت.

عينة البحث:

تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة من مدارس (الروضة الثانوية بنات، ومدرسة اليرموك الثانوية بنات ومدرسة جمانة بنت ابي طالب الثانوية بنات) تراوحت أعمارهن بين (١٥ : ١٨) عام وروعي في العينة تجانس الحالة الاجتماعية والاقتصادية.

أدوات البحث:

أ- مقياس اساليب المواجهة للمراهقات (من إعداد انتصار علي محمد)

• وصف المقياس

المقياس في صورته النهائية يتكون من (٥٠) عبارة موزعة على خمسة أساليب للمواجهة هي:

- المقياس الفرعي الاول: التركيز على المشكلة

ويقصد به تركيز الشخص على حل المشكلة بهدوء ومثابرة حتى يتمكن من معرفة أسبابها ووضع احتمالات وخطط وبدائل لمواجهتها ويتمكن من اختيار الاحتمال الصحيح في هذه المواجهة، ويتضمن هذا المقياس تسع بنود وهي: (١ - ٦ - ١١ - ١٦ - ٢١ - ٢٦ - ٣١ - ٣٦ - ٤١).

- المقياس الفرعي الثاني: اللجوء إلى الله

وفيه يلجأ الشخص عند مواجهة مشكلة بالتقرب إلى الله بتلاوة القرآن، الاستغفار، الدعاء، الإكثار من الصلاة، الصيام، يقينا منه أن الله يقف بجانبهم وسيعينهم على حل المشكلة، ويحتوي على هذه المقياس الفرعي على تسع بنود وهي: (٢ - ٧ - ١٢ - ١٧ - ٢٢ - ٢٧ - ٣٢ - ٣٧ - ٤٢).

- المقياس الفرعي الثالث: طلب الدعم الاجتماعي

يقصد به أن يلجأ الشخص عند مواجهة مشكلة إلى طلب المساندة إلى الآخرين، سواء الأهل أو الأصدقاء، أو المختصين وأهل الخبرة (الاخصائي النفسي) وذلك لطلب العون والحديث عن المشكلة وحلها، ويشتمل هذا المقياس الفرعي على عشر بنود وهي: (٣ - ٨ - ١٣ - ١٨ - ٢٣ - ٢٨ - ٣٣ - ٣٨ - ٤٣ - ٤٦).

- المقياس الفرعي الرابع: التجنب

يقصد به الأسلوب الذي يستخدمه الفرد متجنباً مواجهة المشكلة بالتقليل من أهميتها والهروب منها أما بالنوم أو مزاولة الأنشطة الأخرى والتي تشغله عن التفكير فيها مثل (مشاهدة التلفزيون وزيارة الأهل والأقارب) ويتضمن هذا المقياس إحدى عشر بنود وهي: (٤ - ٩ - ١٤ - ١٩ - ٢٤ - ٢٩ - ٣٤ - ٣٩ - ٤٤ - ٤٧ - ٤٩).

- المقياس الفرعي الخامس: التركيز على الانفعال

وهو أسلوب يفكر فيه الفرد أثناء مواجهته للمشكلة على الانفعالات والمشاعر ومنها (لوم الذات، الشعور بالضيق والحزن والعصبية، وقد يصل الأمر إلى الصراخ) ويتضمن إحدى عشر بنوداً وهي (٥ - ١٠ - ١٥ - ٢٠ - ٢٥ - ٣٠ - ٣٥ - ٤٠ - ٤٥ - ٤٨ - ٥٠).

تصحيح المقياس

توجد ثلاثة احتمالات امام كل عبارة:

- الاحتمال الأول (دائماً) يُعطى ثلاث درجات، ويعني أن البند ينطبق تماماً على الطالبة
- الاحتمال الثاني (أحياناً) يُعطى درجتان، ويعني ان الموقف أو البند قد ينطبق على الطالبة في بعض الاحيان

- الاحتمال الثالث (ابدا) ويُعطى درجة واحدة ومعناه أن البند لا ينطبق على الطالبة إطلاقاً هذا فيما عد العبارات (١٣ - ٢٣ - ٣٥) يتم التصحيح فيها بصورة عكسية، حيث يُعطى الاحتمال دائماً (١) والاحتمال ابدا (٣)، لأنها عبارات معكوسة، وفي النهاية يتم جمع الدرجات التي حصلت عليه الطالبة حيث تمثل درجة الطالبة في كل اختبار فردي.

• ثبات المقياس

• الاختبار الثابت هو الذي يعطي نفس النتائج إذا ما طبق على نفس العينة من الأفراد وفي ظروف متشابهة، ويُعبر عن الثبات عادة بمعامل الثبات، ويعرف إحصائياً بأنه نسبة التباين الحقيقي الداخل في تباين الدرجات التجريبية (ناجي محمد قاسم: ٢٠٠٨، ٣١٩)

جدول (١) يوضح معاملات الثبات لأبعاد مقياس أساليب المواجهة بطريقة الفا كرونباخ

م	ابعاد العبارات	معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ
١	التركيز على المشكلات	٠,٦٠٦
٢	التقرب إلي الله	٠,٥٦١
٣	طلب الدعم الاجتماعي	٠,٧٠٤
٤	التجنب	٠,٦٠٦
٥	التركيز على الانفعال	٠,٦١٤

صدق المقياس:

صدق المحكمين: -تم عرض المقياس في صورته الأولية المكونة من ٦٠ عبارة على (٨) من المحكمين من أساتذة علم النفس، وتم الإبقاء على العبارات التي لاقت اتفاقاً بنسبة ٨٠ % من نسبة المحكمين وقد حازت ٥٠ عبارة على اتفاق ٦ من المحكمين،

ب - اختبار أيزنك للشخصية

وضع هانز ايزنك وسبين ايزنك Eysenck & Eysenck عام ١٩٧٥ وقام بترجمة البنود (مصطفى سويف) في نسخة غير منشورة ومتداولة بين الباحثين (محسن لطفي، ١٩٩٥: ١٩٦). ويعد هذا الاختبار نتاج عدد كبير من الدراسات التي أجريت في تصنيف الشخصية ابتداءً من قائمة مونسلي للشخصية M P I ثم قائمة أيزنك للشخصية E.P. I وانتهاءً باختبار ايزنك E, P, Q (أحمد عبد الخالق، ١٩٩١: ٧)

وهذا الاختبار آخر تطورات سلسلة أيزنك وأهم ما يميزه عن قائمة أيزنك للشخصية E, P, Q هو احتوائه على مقياس إضافي هو مقياس الذهانية Psychoticism كما أجريت بعض التحسينات على مقياس الانبساطية، العصائية، الكذب. (محسن لطفي، ١٩٩٥: ١٩٩٦)

الهدف من الاختبار

يكمن الهدف من الاختبار الكشف عن ثلاث أبعاد أساسية للشخصية وهي الذهانية والانبساطية والعصائية، فضلاً عن احتوائه على مقياسين أحدهما يكشف عن الميل إلى السلوك الإجرامي والآخر يكشف عن مجارة الفرد للمعايير الاجتماعية.

مكونات الاختبار

- يتكون من (٩٠) سؤالاً يعطي أبعاد الشخصية الذهانية والانبساطية والعصائية والكذب والجريمة
- ١- **العصائية:** وهي عامل ثنائي القطب يشير أحد أقطابه إلى أعلى درجات الاتزان الوجداني وحسن التوافق والثبات الانفعالي والآخر يشير إلى أكبر قدر من الاختلال والذي يتخذ شكل تقلبات وجدانية عنيفة متلاحقة وليس لها ما يرد لها لضبط النفس والسيطرة على تلك التقلبات.
 - ٢- **الانبساطية:** تقيس خصال خاصة بالاجتماعية والميل إلى مخالطة الآخرين والاندفاعية واللامبالاة والتساهل والميل إلى النشاط والحركة.

- ٣- **الذهانية:** تعبر عن مجموعة من الخصال ترتبط ببعضها البعض مثل البرود الوجداني والشعور بالعدوانية تجاه الآخرين وعدم التعاطف معهم، والتمركز حول الذات والعدوانية.
- ٤- **الميل إلى السلوك الإجرامي:** تشير الدرجة المرتفعة على هذا المقياس إلى ميل الفرد إلى السلوك الجانح وميله إلى انتهاك القوانين أو النزوع إلى السلوك الإجرامي بحكم ما ينطوي إليه هذا السلوك من سمات عدوانية اندفاع واضطراب سلوكي.
- ٥- **المجاراة الاجتماعية:** ويعتبر هذا المقياس مؤشرا لبعد المجاراة الاجتماعية ويشير إلى ميل الفرد إلى الانصياع والمجاراة للمعايير الاجتماعية السائدة، في الوقت الذي تشير فيه الدرجة المنخفضة على هذا المقياس إلى السلوك غير مقبول اجتماعيا والتمرد وعدم المجاراة للمعايير الاجتماعية (مني حسين ١٩٨٩، ١٥٦-١٥٧)

ثبات المقياس

قام (أحمد عبد الخالق) بحساب ثبات الاستخبار على عينة قوامها (١٣٣٠) مفحوص (٦٤١) ذكر و(٦٨٩) أنثى، تضمنت فئات مختلفة من المجتمع. وتم حساب معاملات ثبات ألفا للمقاييس الفرعية الأربعة وكانت مرتفعة، وتراوح ما بين (٠,٤٥ : ٢,٨) وتعد معاملات ثبات بدرجة مقبولة فيما عدا مقياس الذهانية والذي يعد منخفضا خاصة لدي الإناث (أحمد عبد الخالق ١٩٩١ : ٧٩)

أ- معامل ألفا

ب- التصميم النصفى لجزئي الاختبار، وفيها يقسم الاستخبار إلى فقرات زوجية وفردية، ثم حساب ارتباط بيرسون للقيم الخام للحصول على الارتباط بين نصفي الاختبار ثم التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان

جدول (٢) يوضح معاملات الثبات عن طريق معامل ألفا والتصميم النصفى باستخدام معادلة

سبيرمان لاختبار أيزيك للشخصية

المقاييس الفرعية	معامل ثبات ألفا	معامل الثبات عن طريق التصميم النصفى
الذهانية	٠,٤٤	٠,٥٥
الانبساطية	٠,٣٨	٠,٥٧
العصابية	٠,٧٤	٠,٧٤
الميل إلى السلوك الإجرامي	٠,٧١	٠,٦٢
المجاراة الاجتماعية	٠,٧٨	٠,٧٣

ويتضح من الجدول أن معدلات الثبات مرتفعة لحد يدعو للاطمئنان إلى استخدامه فيما عدا الانبساطية كان معامل الثبات ألفا منخفض إلى حد ما.

صدق الاستخبار

قام أحمد عبد الخالق بحساب الصدق عن طريق التحليل العاملي للارتباط بطريقة المكونات الأساسية للتدوير المتصاعد للعوامل بطريقة (كاريماكس) ثم التدوير المائل بطريقة (برماكس) مع استخدام العوامل الأربعة الأولى فقط لأغراض التدوير.

وأظهرت التحليلات العاملية تشعبات مرتفعة بدرجة مقبولة لعوامل الانبساط والعصابية والكذب ونتج عن عامل الذهانية تشيعات منخفضة وبرغم ذلك تشير المقارنات العاملية أن العوامل الأربعة متطابقة وتراوحت معاملات تشابه العوامل بين (٠,٩٦٠ : ٠,٩٦٦) (أحمد عبد الخالق ١٩٩١ : ٧٧)

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

اعتمدت الباحثة في المعالجة الإحصائية على استخدام الحزمة الاجتماعية S PSS (المتوسطات- الانحرافات المعيارية، T. Test، اختيار Wilcox on اللابامتري، اختيار Mann Whitney test، معادلة الفاكرونباخ والتجزئة النصفية لحساب الثبات للاختبارات).

نتائج البحث ومناقشتها

سيتم عرض - خلال العرض التالي - ما توصل إليه البحث من نتائج والتعبير عنها في صورة كمية من حيث أتساقها أو تعارضها مع الأطر النظرية والدراسات السابقة وثيقة الصلة بمتغيرات البحث.

أولاً: الفرض الأول ونتائجه:

وهو: توجد أساليب مواجهة المشكلات أكثر استخداماً لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدارس الكويت. وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة على طالبات الصف الثالث الثانوي بمدارس الكويت ويوضح جدول (٣) ما أسفرت عنه المعالجة الإحصائية.

جدول (٣) يوضح درجات أساليب مواجهة المشكلات الأكثر شيوعاً لدى طالبات الثانوي

النسبة المئوية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	المنوال	أساليب المواجهة
٥,٢	٢١,٣٧	٣,٤٨	٢١,٥	٢٠	التركيز على حل المشكلة
٢١,٦	٢٢,٧	٤,٤	٢٣	٢١	اللجوء إلى الله
٢٠,٣	٢١,٤٣	٢,٢٥	٢٢	٢٢	طلب الدعم الاجتماعي
١٩,٢	٢٠,٢٣	٣,٧٩	٢٠	١٩	التجنب
١٨,٤	١٩,٤	٣,٥٧	١٩	٢٢	التركيز على الانفعال

يتضح من الجدول أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت كالآتي: جاء أسلوب اللجوء إلى الله بمتوسط (٢٢,٧) وانحراف معياري (٤,٤) ومنوال (٢١) ونسبة مئوية (٢١,٦)، ويليه أسلوب طلب الدعم الاجتماعي بمتوسط (٢١,٤٣) وانحراف معياري (٢,٢٥) ومنوال (٢٠,٣) ونسبة مئوية (٢١,٦)، ويليه أسلوب التركيز على حل المشكلة بمتوسط (٢١,٣٧) وانحراف معياري (٣,٤٨) ومنوال (٢٠) ونسبة مئوية (٥,٢)، ويليه أسلوب التجنب بمتوسط (٢٠,٢٣) وانحراف معياري (٣,٧٩) ومنوال (١٩) ونسبة مئوية (١٩,٢) وأخيراً أسلوب التركيز على الانفعال في المرتبة الأخيرة بمتوسط (١٩,٤) وانحراف معياري (٣,٥٧) ومنوال (٢٢) ونسبة مئوية (١٨,٤).

مما يعني أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت هي الأساليب الإيجابية المتمثلة في اللجوء إلى الله، وطلب الدعم الاجتماعي، والتركيز على حل المشكلة، وتأتي الأساليب السلبية في المرتبة الأخيرة متمثلة في أسلوب التجنب والتركيز على الانفعال.

وتتسق نتائج هذا البحث مع بعض الدراسات السابقة التي تؤكد أن أساليب المواجهة الشائعة في مرحلة المراهقة كما في دراسة (أمل علاء الدين ٢٠٠٥)، كما تتسق مع نتائج دراسة (باترسون ومكوبين Patterson & Meeubbin ١٩٨٧) والتي تؤكد نتائجها أن الأساليب الإيجابية الأكثر استخداماً والمتمثلة في الاسترخاء وطلب المساندة الاجتماعية، وكذلك دراسة (نادر فهمي ١٩٩٩) والتي تؤكد أن أكثر الأساليب شيوعاً والتي يستخدمها الطلاب هي التفكير الإيجابي واللجوء إلى الله.

ثانياً: الفرض الثاني ونتائجه

والذي ينص على: يوجد ارتباط بين أسلوب اللجوء إلى الله وابعاد الشخصية كما يقيسها (مقياس أيزيك) لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدارس الكويت، وقد استخدمت الباحثة للإجابة على هذا الفرض حساب معاملات الارتباط باستخدام معادلة سبيرمان

جدول (٤) يوضح معاملات ارتباط أسلوب اللجوء إلى الله وسمات الشخصية كما يقيسها اختبار ايزنك

م	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	الذهانية	-٠,٣٦٧	٠,٠٤٦
٢	الانبساطية	٠,٥١٠	٠,٠٤
٣	العصابية	-٠,١٦	٠,٤٤٢
٤	الميل إلى السلوك الاجرامي	-٠,١٧	٠,٣٦٨
٥	الكذب (المجاراة الاجتماعية)	-٠,١٤٦	٠,٣٨٥

ويتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود ارتباط سالب ودال بين أسلوب اللجوء إلي الله والعصابية والذهانية
- وجود ارتباط سالب وغير دال بين أسلوب اللجوء إلي الله ومقياس المجارة الاجتماعية
- وجود ارتباط موجب ودال بين أسلوب اللجوء إلي الله ومقياس الانبساطية

ثالثاً: الفرض الثالث ونتائجه

- والذي ينص على: يوجد ارتباط بين أسلوب طلب الدعم الاجتماعي وابعاد الشخصية كما يقيسها (مقياس أيزيك) لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت.

جدول (٥) يوضح معاملات ارتباط أسلوب طلب الدعم الاجتماعي وسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت

م	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	الذهانية	-٠,٤٠	٠,٠٢٨
٢	الانبساطية	٠,٥١٠	٠,٠٤
٣	العصابية	٠,٤٢٦	٠,٠١٩
٤	الميل إلى السلوك الاجرامي	-٠,١٧٠	٠,٥٢٣
٥	الكذب (المجارة الاجتماعية)	-٠,٠٦١	٠,٥٧١

ويتضح من الجدول

- وجود ارتباط سالب ودال بين أسلوب طلب الدعم الاجتماعي والذهانية
- وجود ارتباط سالب وغير دال بين أسلوب طلب الدعم الاجتماعي والميل إلى السلوك الاجرامي والكذب (المجارة الاجتماعية)
- وجود ارتباط موجب ودال بين أسلوب الدعم الاجتماعي والانبساطية والعصابية

رابعاً: الفرض الرابع ونتائجه

- والذي ينص على: يوجد ارتباط بين أسلوب التركيز على حل المشكلة وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت.

جدول (٦) يوضح معاملات ارتباط أسلوب التركيز على حل المشكلة وسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت

م	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	الذهانية	-٠,٤٠	٠,٠٢٨
٢	الانبساطية	٠,٣٥٨	٠,٠٦٢
٣	العصابية	-٠,١٧٠	٠,٥٧٣
٤	الميل إلى السلوك الاجرامي	-٠,٠٦١	٠,٧٥١
٥	الكذب (المجارة الاجتماعية)	٠,١٧٧	٠,٣٤٩

ويتضح من الجدول:

- يوجد ارتباط سالب ودال بين أسلوب التركيز على حل المشكلة والذهانية
- يوجد ارتباط موجب بين أسلوب التركيز على حل المشكلة والانبساطية
- يوجد ارتباط سالب وغير دال بين أسلوب التركيز على حل المشكلة والعصابية والميل إلى السلوك الاجرامي

خامساً: الفرض الخامس ونتائجه

- والذي ينص على: يوجد ارتباط بين أسلوب التجنب وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت.

- جدول (٧) يوضح معاملات ارتباط أسلوب التجنب وسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت

م	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	الذهانية	٠,٧٦٣	٠,٥٠
٢	الانبساطية	٠,٤٠-	٠,٠٥٨
٣	العصابية	٠,٤٨٧	٠,٠٦
٤	الميل إلى السلوك الاجرامي	٠,١٧٧	٠,٣٤٩
٥	الكذب (المجاراة الاجتماعية)	٠,١١٣	٠,٥٦٢

ويتضح من الجدول:

- يوجد ارتباط سالب ودال بين أسلوب التجنب والانبساطية
 - يوجد ارتباط موجب ودال بين أسلوب التجنب والعصابية والذهانية
 - يوجد ارتباط موجب وغير دال بين أسلوب التجنب والميل إلى السلوك الاجرامي والكذب
- سادسا: الفرض السادس ونتائجه
والذي ينص على: يوجد ارتباط بين التركيز على الانفعال وابعاد الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت.

- جدول (٨) يوضح معاملات ارتباط أسلوب التركيز على الانفعال وسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالكويت

م	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوي الدلالة
١	الذهانية	٠,٧٦٣	٠,٠٠
٢	الانبساطية	٠,١٢٢-	٠,٦٢٠
٣	العصابية	٠,٣٩٠	٠,٠٣٣
٤	الميل إلى السلوك الاجرامي	٠,١٧٧	٠,٣٤٩
٥	الكذب (المجاراة الاجتماعية)	٠,١١٣	٠,٥٦٢

ويتضح من الجدول:

- يوجد ارتباط موجب ودال بين أسلوب التركيز على الانفعال والذهانية والعصابية
- يوجد ارتباط سالب وغير دال بين أسلوب التركيز على الانفعال والميل إلى السلوك الاجرامي والكذب (المجاراة الاجتماعية)

المراجع

- ١- أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩١) اختبار ايزنك للشخصية الصيغة العربية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية
- ٢- انتصار يونس (١٩٩٣): السلوك الإنساني، دار المعارف، القاهرة.
- ٣- جمعة سيد يوسف (٢٠٠٧): إدارة الضغوط، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث، (ط ١)، دار الكتب المصرية، القاهرة.
- ٤- رجاء محمود مريم (٢٠٠٧) الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية "دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد الخامس، العدد الأول، دمشق.
- ٥- سمير نعيم (١٩٨٥): الدراسة العلمية للسلوك الإجرامي، جامعة عين شمس، مكتبة سعيد رأفت
- ٦- عبد الله محمود جاد (٢٠٠٦): السلوك التوكيدي كمتغير وسيط في علاقة الضغوط بكل من الإكتئاب والعدوان، المؤتمر العلمي الأول، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة.
- ٧- عبد الوهاب السيد عوض (د ت): اللغة العربية، المعجم الوسيط، الجزء الأول، ط ٣
- ٨- عثمان لبيب فراج (١٩٧٠): أضواء على الشخصية والصحة العقلية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ط ١
- ٩- لويس كامل مليكة وآخرون (١٩٥٩): الشخصية وقياسها، مكتبة النهضة، العربية، القاهرة
- ١٠- مایسة النیال، هشام إبراهيم عبد الله (٩٩٧) أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة، وعلاقتها ببعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة قطر، المؤتمر الدولي الرابع لمركز الإرشاد النفسي (الإرشاد والمجال التربوي)، جامعة عين شمس.
- ١١- محسن لظفي (١٩٩٥): الخصائص النفسية للعاملين في المجال الصناعي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب جامعة عين شمس
- ١٢- منى حسين أبو طيرة (١٩٨٩): علاقة الاضطرابات السيكوسوماتية بالشخصية والتنشئة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب جامعة عين شمس
- ١٣- نبیلة أحمد أبو حبيب (٢٠١٠) : " الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسی لدى أبناء الشهداء بمحافظة غزة ، ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الأزهر بغزة .
- 1- Davison. G.C , (1994): Abnormal Psychology , sixth ed .,New York , J0hen Wiley & Sons , Ine
- 2- Pitts .M , & Phillips .K , (1991) , The Psychology of health an introduction , Essential hypertension Kiethphillips ,London & New York .
- 3- 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
- 4- Holahan .C.J,& Moos .R.H ,(1985),Life Stress and Health : Personality, Coping and Family. Support in Stress Persist. Journal of Personality and Social Psychiatry, 9 (3),
- 5- Janisse , M .P (1988): Individual differences – stress and health psychology” springer uer lag , new york . I . N C
- 6- Skinner .E.A, Zimmer. M. J,(2007) , The Development of Coping , Journal Annual review of Psychology ,58:119 -144
- 7- Small .g.M (1981) : psychological correlates of violent behavior dissertation abstracts international , vol 41 , no 7