الأزمات وأساليب التعامل معها لدى طالبات الجامعة
(دراسة عبر ثقافية مقارنة)

إعـــــداد

د/ حنان خليل الحلبي

أستاذ علم النفس المساعد

كلية التربية– جامعة القصيم

د/ نشوة كرم أبو بكر

أستاذ علم النفس المساعد

كلية التربية– جامعة القصيم

الأزمات وأساليب التعامل معها لدى طالبات الجامعة
(دراسة عبر ثقافية مقارنة)

د/ حنان خليل الحلبي ود/ نشوة كرم أبو بكر

مقدمـــة:

يختلف الأفراد ويتنوعون في استخدامهم لأساليب التعامل مع الأزمات التي تعترضهم، فمنهم من أصقلت خبراته ومكنته مهاراته وتجاربه العديدة من استخدام أساليب واستراتيجيات مواجهة إيجابية وعلمية؛ تساعده في تخطي الأزمات التي تعترضه، ومنهم من لا يمتلك تلك الأساليب العلمية ويستخدم أســاليب مواجهــة تقليدية غير مجدية فى التعامل مع الأزمات، فتبقى الأزمات وتتراكم؛بل وقد يزداد تأثيرها السلبي ويترتب عليها مشكلات وأزمات أخرى، ووفقاً لتنــوع الثقافــات بالبلدان المختلفة واختلاف الظروف الاقتصادية والاجتماعية، قد تتنوع المجتمعات فيما تفرزه من أزمات ومــشكلات، فقــد أشــار(Piet, V.et.Al, 2014) إلــى أن الظروف الاقتصادية والثقافية تلعب دوراً في تحديد الأزمات التي يتعــرض لهــا الفرد، وتحديد التواصل مع هذه الأزمات، وكيفية التعامل معها.

وشهد الوطن العربي فى الآونة الأخيرة ظروفاً وأحداثاً سياسية اجتاحت كافة بلدانه، وأثقلت المجتمع بأزمات متعددة، تحمل الأفراد عقباتهــا، وعــانوا مــن تأثيراتها السلبية، وهذه الأحداث خارجة عن إرادتهم، وقد تعوقهم عن اســتخدام أساليب التعامل العلمية، حتى وإن كانوا يتقنوها.ويتوقف تمتــع الفــرد بالــصحة النفسية على مدى إتقانه لاستخدام أساليب تعامل إيجابية علمية تمكنه مــن حــل أزماته ومواجهة مشكلاته بفاعلية، وبالتالي يستطيع تخطــي الأزمــات، وعلــى الجانب الآخر عندما يستخدم الفرد أساليب تعامل تقليدية سلبية غير مجدية فى حل ومواجهة الأزمات التى تعترضه، وتتراكم أزماته، ويزداد إحساسه بها.بالرغم من أن نفس الأزمات التى يتعرض لها كلا الفردين واحدة، والفيصل في ذلــك هــو أساليب التعامل التي يستخدمها كل فرد.

مشكلة الدراسة:

تعد الأزمات واقعاً حتمياً يواجه الأفراد فى حياتهم، ويعتبر أسلوب التعامــل مع الأزمة الذى يتخذه الفرد أساساً لنجاحه أو فشله في حل الأزمات التي تعترض

حياته، وتتنوع هذه الأساليب في صورة حلول إيجابية وفعّالة تثري حياة الفرد، وحلول سلبية تقليدية وانسحابية تؤثر فى حالته الراهنة؛ فتنعكس على صحته الجسدية والنفسية، وتنذر بفشله فى التوافق والتكيف مع الأزمات.وتعد فئة الطالبات الجامعيات من أكثر الفئات تعرضاً للضغوط والأزمات التي تعرقل حياتهن، فأشارا خزاعلة والغرايبة (٢٠١١) إلى أن أكثر الضغوط التي يتعرض لها طالبات جامعة القصيم، هي الضغوط النفسية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الأكاديمية.ويمكن القول: إنه لا يوجد حياة تخلو من الأزمات، ولكن الفيصل يكمن في استخدام الفرد لأساليب إيجابية وعلمية تقوده للتمتع بالصحة النفسية، فأحداث الحياة وضغوطها وأزماتها تسيران سوياً، وفى هذا الصدد تشير دراسة دامرة والأشقر (٢٠١٠) إلى تنوع استراتيجيات التوافق لدى الطلاب وشيوع استراتيجية المواجهة والاستراتيجيات المعرفية وحل المشكلات، وعليها يختلفون فى مدى تمتعهم بالصحة النفسية. ويوضح (Jone, 2004) كيفية استخدام الفرد لأساليب إيجابية، وذلك بأن يلزم الفرد الهدوء ثم ينظر إلى المشكلة من جميع نواحيها نظرة فاحصة شاملة موضوعية، ثم يأخذ في تحليل عناصرها السارة وغير السارة، ووزن كل عنصر من غير تهور أو اندفاع، متوخياً الحذر من أن يخدع نفسه بأن يقلل من خطورة الأزمة، أو أن يتعالى عن عيوبه الخاصة ونواحي ضعفه، أو أن يفخم من قدراته وإمكاناته، أي ليعمل على أن يكون منطقياً وواقعياً في تفكيره، فقد يهديه التفكير إلى مضاعفة جهوده أو إلى تحصيل معلومات جديدة أو كسب مهارات جديدة أو يحمله على طلب النصح أو التعاون مع الغير أو على تعويض ما يعتريه من نواحي النقص تعويضاً واقعياً مباشراً.

وكلما كانت طريقة إدارة الفرد وتعامله مع الأزمة صحيحة؛ كلما استطاع أن يواجه الأزمات والضغوط بشكل أفضل، وبالتالي يمكن الحد من الآثار السلبية للأزمة من خلال التعامل السليم مع الأزمات وباستخدام عمليات منهجية علمية؛ حيث أكدت أغلب الدراسات على أن إدارة الأزمات بفاعلية يتطلب منهجية علمية سليمة مثل: التخطيط، والتنظيم، والاستعداد، والمتابعة.

ولكن قد يخضع المجتمع بأكمله لأحداث وظروف مفاجئة وقاسية ترهق الفرد وتشتت تفكيره وتصيبه بالعجز عن التعامل السليم والفعّال مع الأزمة، فالظروف التي تتعرض لها البلاد من حروب داخلية واضطرابات سياسية تنعكس سلبياً على تمتع الأفراد بالصحة النفسية، وينعكس ذلك على تصرفاتهم وردود

أفعالهم تجاه الأزمات التي يواجهونها، وقد تغير فى أساليب التعامل التى اعتادوا على استخدامها، فأحداث الحياة قد تجبر الفرد على استخدام أساليب المواجهة المركزة على الانفعال، وتسبب له عجزاً عن المواجهة الفعّالة التي تمكنه من التعامل مع الأزمة.وفي ذلك يشير لازورس (Lazarus, 2000) إلى وجود نوعين من المواجهة، مواجهة مركزة على المشكلة، ومواجهة مركزة على الانفعال، فالأولى فعّالة فى مواجهة الأزمة والتعامل معها، أما المواجهة المركزة على الانفعال فيقتصر دورها على تخفيض التوتر الناتج عن تعرض الفرد للأزمة.

من هنا تشكل مفاهيم الأزمات وأساليب التعامل معه الدى شريحة الطالبات ولاسيما الجامعيات منهن، مشكلة تستحق البحث وتسليط الضوء على أهم مكوناتها ومجالاتها المختلفة والمتداخلة مع بعضها البعض.وتتلخص مشكلة الدراسة فى السؤال الرئيس التالي: ما مدى اختلاف الأزمات وأساليب التعامل معها لدى طالبات الجامعة (السعوديات– المصريات– السوريات).

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

١- تحديد أهم الأزمات التى تعترض طالبات الجامعة في كل من "السعودية، مصر، سوريا".
٢- تحديد أساليب التعامل مع الأزمات التى تستخدمها طالبات الجامعة في كل من "السعودية، ومصر، و سوريا".
٣- الكشف عن الفروق بين الطالبات السعوديات والمصريات والسوريات في الأزمات التى يتعرضون لها.
٤- الكشف عن الفروق بين الطالبات السعوديات والمصريات والسوريات فى أساليب التعامل التى يستخدمونها.

أهمية الدراسة:

١- ترجع أهمية الدراسة إلى أهمية دراسة أساليب التعامل مع الأزمات لدى طالبات الجامعة، وخاصة أنهن بالمرحلة الجامعية، والتي تعد بمثابة بداية الطريق لخوض الحياة العملية والمهنية والاجتماعية بكل ما تحمله الحياة من مواقف وأحداث ضاغطة تتطلب من الشخص القدرة على مواجهتها بفعالية من خلال استخدام أساليب علمية مجدية.

٢- يعد التعامل الفعّال مع المشكلات والأزمات التى تعترض الفرد أياً كانت أنواعها مؤشراً لتمتع الفرد بالصحة النفسية؛ وعلى الجانب الآخر، فإن استخدام الأساليب التقليدية والتى تعد بمثابة حل مؤقت للهروب من التوتر الناتج عن حدوث الأزمة، إلا أنها تبقي الأزمة كما هى، وتثقل الفرد بأزمات متتالية.

٣- مع زيادة التقدم العلمي المتلاحق الذى يشهده المجتمع؛ زادت الأزمات التى تعترض الفرد بكل أنواعها: دراسية، نفسية، انفعالية، أسرية، وغيرها، وتراكم مثل هذه الأزمات على عاتق الفرد تعكر صفو حياته، بل وتعرقلها، وبالتالي فإن إلقاء الضوء على أساليب التعامل مع الأزمات بكافة أنواعها؛ يعود بالفائدة على الفرد ذاته، من حيث تحديد نقاط القوة ونقاط الضعف لديه.

مصطلحات الدراسة:

١-**الأزمة:** هي "صدمة شديدة لها جميع خصائص المشكلة ولكن ترتفع عنها درجة، وشدة الصدمة والخلل الوظيفي الذي يصيب الفرد إلى مستوى ما يعرف بالأزمة، يصيب النظام (فرد، مجتمع، مؤسسة) بالعجز والقصور الذاتي" (كامل، ١٩٩٩).

ويمكن تعريف الأزمة إجرائياً: بأنها الدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس كشف الأزمات المعتمد فيه ذا البحث وهي: (الدراسية، الاقتصادية، الصحية، الأسرية، الاجتماعية، الانفعالية، النفسية).

٢-**الأسلوب العلمي للتعامل مع الأزمة:** هو استخدام المنهج العلمي كأسلوب للتعامل مع الأزمات وهو الأسلوب الأكثر ضمانا ً للسيطرة على الأزمة لما يحققه من نتائج إيجابية، ويتضمن الدراسة المبدئية لأبعاد الأزمة ودور الفرد في نشوئه أو النتائج المترتبة عليها ثم الدراسة التحليلية لها ثم التخطيط لتشخيصها وعلاجها ومواجهتها (هلال، ٢٠٠٤).

ويمكن تعريف الأسلوب العلمي إجرائياً: بأنها لدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس الأسلوب العلمي للتعامل مع الأزمات المعتمد في هذا البحث.

٣- **الأسلوب التقليدي للتعامل مع الأزمة:** هو خليط أسالي بمتنوعة وليس أسلوبًا واحداً، وهولا يعالج الأزمة علاجا ً ناجحاً بل يؤدي إلى تجاه لا لمشكلة

أو الهروب منها أو القفز فوقها أو إنكارها، مما يزيد من حدتها أو الأضرار الناجمة عنها على الفرد (هلال، ٢٠٠٤).

ويمكن تعريف الأسلوب التقليدي إجرائياً: بأنها لدرجة التي تحصل عليها الطالب في مقياس الأسلوب التقليدي للتعامل مع الأزمات المعتمد في هذا البحث.

الجانب النظـــري:

مفهوم الأزمة والمصطلحات ذات الصلة:

قبل البدء بتوضيح مفهوم الأزمة، ينبغي التمييز بين مفهوم الأزمة، وبعض المفاهيم الأخرى الشائعة، والتي قد تتشابه مع الأزمة في خصائصها، ولكنها في واقع الأمر ليست أزمة:

-**الأزمة** (Crisis): تعني في اللغة العربية: الشدة والقحط، وأزم عن الشئ أي أمسك عنه، والأزمة الحمية، والمأزم هو المضيق (الرازي، ١٩٧٩ :١٥)، فيما يقصد بها في اللغة الإنكليزية تغير مفاجئ نحو الأفضل أو الأسوأ (البعلبكي، ١٩٨٠: ١٠٥). وتعرف (Nathan, M. 2012) الأزمة بأنها "مصطلح يستخدم للإشارة إلى أي موقف غير متوقع، ويمثل خطورة أو تحدي، وقد يكون الموقف متوقع الحدوث، عندما تكون الأزمة غير متوقعة؛ فإنه يزداد تأثيرها السلبي، وعندما يساء إدارتها والتعامل معها؛ فإنها تفجر سلسلة من ردود أفعال الآخرين، ويترتب عليها أزمات أخرى".

-**المشـكلة**: Problem هي حالة من التوتر وعدم الرضا نتيجة لوجود بعض الصعوبات التي تعوق تحقيق الأهداف والوصول إليها،وهي السبب لحالة غير مرغوب فيها وبالتالي يمكن أن تتكون وتعمل بمثابة تمهيد للأزمة إذا اتخذت مساراً حاداً ومعقداً، وتكون الأزمة إحدى الظواهر المتفجرة عن المشكلة.وتعد العلاقة بين المشكلة والأزمة وطيدة الصلة، فهي قد تكون سبباً في حدوثا لأزمة، ولكنها ليست الأزمة في حد ذاتها (تيشوري، ٢٠٠٥).

-**مفهوم الكارثة** Disaster: حدث مروع يصيب قطاعاً من المجتمع أو المجتمع بأكمله بمخاطر شديدة وخسائر مادية وبشرية ويؤدي إلى ارتباك وخلل، وعجز التنظيمات الاجتماعية في سرعة الإعداد للمواجهة وتعم الفوضى في الأداء وتضارب الأدوار على مختلف المستويات (كامل، ٢٠٠١).

ويشير عثمان (١٩٩٩) في هذا السياق أن الأزمة أعمّ وأشمل من الكارثة، فعندما نقول أزمة فهذا يعني كافة الأزمات الصغيرة والكبيرة، الاقتصادية والاجتماعية والصحية والنفسية وحتى الأسرية.وأيضاً تعني بشكل عام الكوارث.أما الكارثة فإن مدلولها يكاد ينحصر في الحوادث ذات الدمار الشامل والخسائر الكبيرة في الأرواح والممتلكات.

-**الضغط Stress**: هو تلك الصعوبات والأحداث التي يتعرض لها الإنسان بحكم الخبرة والتي تنجم عن إدراكه لتهديداتها وتشكل عبئاً عليه وتسبب له توتراً (الأمارة، ٢٠٠٦).ويعتبر الضغط رد فعل شخصي للمواقف والأحداث، وتتنوع هذه الردود بتنوع أنواع وأنماط الشخصيات.(Dhawan, S.2013)

الأزمة Crisis: نوع من الضغط الشديد الذي يؤثر تأثيرا سلبيا على قدرة الفرد على التفكير مما يجعله في حالة من الاضطراب وعدم التنظيم (سليمون، ٢٠٠١). وهي حدث أو موقف مفاجئ يؤدي إلى تغير في البيئة الداخلية أو الخارجية ينشأ عنه تهديد للقيم أو الأهداف أو المصالح ويتطلب سرعة التدخل، والمواجهة للتحكم في تأثيرات الأزمة المختلفة المنتظرة أو المتوقعة (مهنا، ٢٠٠٦).

أسباب الأزمات: تسهم المعرفة بأسباب الأزمة في تحقيق استجابة صحيحة تتجلى في اتخاذ قرار فاعل وسريع، ولكل أزمة أسباب تنتج عنها أهمها: (ماهر، 2006)

- **سوء الفهم:** خطأ في استقبال وفهم المعلومات المتوافرة عن الأزمة نتيجة قلتها أو تداخلها.
- **سوء التقدير:** أما بالشك في المعلومات أو إعطاء قيمة للمعلومات مبالغ فيها، نتيجة الثقة الزائدة بالنفس.
- **تعارض المصالح والأهداف:** لاختلاف شخصية أو اهتمامات أو ميول أطراف الصراع، ومن ثم أهدافهم ووسائل تحقيقها.
- **الأخطاء البشرية:** ضعف قدرة ورغبة أطراف الأزمة على التعامل معها، لغياب التدريب أو قلة الخبرة أو انخفاض الدافعية.
- **اليأس:** الإحباط أو عدم القدرة أو فقدان الأمل في حل المشكلات.

أساليب التعامل مع الأزمة:

أساليب التعامل مع الأزمات: يعدُّ المنهج العلمي في مواجهة الأزمات بشكل عام، الأسلوب الأكثر ضمانا ً للسيطرة عليها، وتوجيهها إلى مصلحة الفرد، وأصبحت الأساليب التقليدية وحدها غير كافية للتعامل مع الأزمات، لتعقدها وتشابكها، ولم يعد هناك مفر من إتباعا لأساليب العلمية والتفكير ألابتكاري في مواجهة الأزمات (حنورة، ٢٠٠٦)، والهدف من مواجهة الأزمات هو إدارة الموقف من خلال ما يلي: وقف التدهور والخسائر، تأمين وحماية الموقف، السيطرة على الأزمة والقضاء عليها الاستفادة من الموقف الناتج عن الأزمة في الإصلاح، دراسة الأسباب والعوامل التي أدت للأزمة لاتخاذ إجراءات الوقاية لمنع تكرارها أو حدوث أزمات مشابهة لها (هلال، ٢٠٠٤). ويمكن تحقيق الأهداف السابقة باستخدام أسلوب أو أكثر من الأساليب العلمية لمواجهة الأزمات، والتيمن أهمها:

- الدراسة المبدئية لأبعاد الأزمة Initial Study OF Crisis Dimensions.
- الدراسة التحليلية للأزمة Analytic Study Of Crisis.
- التخطيط للمواجهة والتعامل مع الأزمة: Planning to Deal With Crisis

وتحدد خطة المواجهة التحرك في الاتجاهات التالية:

(أ) الاستعداد للمواجهة: وهي الخطة اللازم إتباعها في اللحظات التي تسبق المواجهة والتعامل مع الأزمة.

(ب) التخطيط للتعامل مع الأزمة (هلال، ٢٠٠٤).

الأساليب التقليدية لمواجهة الأزمات: Conventional Methods Of Crisis

تختلف أشكال الهروب من الأزمة، وتأخذ صورا ً مختلفة منها: الهروب المباشر، ا لهروب غير المباشر،التنصل من المسؤولية، التركيز على جانب آخر، العنف. وأسلوب القفز فوقا لأزمة – ويؤدي هذا الأسلوب غالبا ً إلى ترك النار تحت الرماد حيث قد يعتقد المسئول نفس هو المحيط ونبه في مجتمع الأزمة أنه قد تم السيطرة عليها في حين أنها تستعد للظهور مرة أخرى ويكون تأثيرها أكثر قوة (الخضيري، ٢٠٠٣).

-**أسلوب (الهروب)**: وهو أسلوب سلبي يلجأ إليه الفرد بطريقة لاشعورية للتخلص من الحالة التي لا يستطيع معيشتها مدة طويلة.

١- **الهروب المباشر**: هى السلوكيات التي تتضمن انفصال الفرد عن الآخرين أو الأشياء والانسحاب دون إيجاد حلا ومعالجة للأزمة.

٢- **الهروب غير المباشر:** وذلك عن طريق الإصابة الحقيقية ببعض الأعراض الصحية التي تستدعي النقل بعيداً عن مجتمع الأزمة أو الإصابة المصطنعة التي تحقق الغرض نفسه والهروب غير المباشر هو اصطناع المواقف التي تظهر الفرد بعيداً عن الأحداث أثناء وقت الأزمة أو تعذر الاتصال بـــه أو عدم علمه بها.

٣- **التنصل من المسؤولية:** عن طريق إلقاء المسؤولية على الآخرين، وتبرير المواقف التي أدت إلى حدوث الأزمة بأسباب منطقية تبدو ســليمة فـــي ظاهرها ولكنها لا تغير من الواقع الفعلي، حيث يقدم أعذارًا بعيـــدة عـــن مسؤولياته ولا ترتبط بقصوره أو عجزه، وهو لا يعترف بعجزه أو فشله أمام الناس وحتى بينه وبين نفسه.

٤- **التركيز على جانب آخر:** حيث يعمل الفرد على تحاشي الفشل المتوقع في مواجهة الأزمة بالتركيز على جانب آخر من الموضوع، أو تأجيل الحاجة إلى التعامل مع الأزمات والبحث عن بدائل أخرى.(Dattilio.1998).

٥- العنف: أي عمل عدائي أو مؤذٍ أو مهين يرتكب بأي وسيلة، يخلق معاناة جسدية أو نفسية وبطريقة مباشرةً أو غير مباشرة، ويتضمن هذا الأسلوب السلوكيات التي تتضمن إلحاق الأذى المادي بالأفراد أو الأشـــياء، كمـــا تتضمن الأذى اللفظي كتوجيه الشتائم للطـــرف الآخـــر (كينـــان، ١٩٩٩). ويعرف طه (١٩٩٣) السلوك المشوب بالقسوة والعدوان القهر والإكـــراه بأنه: عادة سلوك بعيد عن التحضر والتمدن، تُستثمر فيها لدوافع والطاقات العدوانية استثمارا ًصريحا ًبدائيا ًكالضرب والقتل، والتكـــسير والتـــدمير للممتلكات، واستخدام القوة لإكراه الخصم وقهره.

٦-**القفز فوق الأزمة:** يتركز هذا الأسلوب على الاهتمام بالتظاهر بأنه قد تـــم السيطرة على الأزمة عن طريق التعامل مع الجوانب المألوفـــة، والتـــي هناك خبرة في التعامل معها أو هناك أوجه تشابه فيهـــا مـــع الخبـــرات القديمة، ويؤدي ذلك إلى تناسي العوامل الجديدة الأكثر غموضاً وتجاهـــل تأثيرها كلياً أو جزئيا ًكما لو كان تغير موجودة أصلاً، حيث قد يعتقد الفرد أنه قد تمت السيطرة على الأزمة، في حين أنها تـــستعد للظهـــور مـــرة أخرى، ويكون تأثيرها أكثر قوة، وهنا يسلك الفرد أسلوب إدعـــاء عـــدم

وجود الأزمة أو المشكلة أصلاً، ويتظاهر بأن الأمور تسير على ما يرام مع أنها تبدو للجميع عكس ذلك (Dattilio& Freeman.1994).

بعد أن تم إلقاء الضوء على أساليب التعامل والمواجهة للأزمات، تجدر الإشارة إلى أن هذه الأساليب تتم وفق عملية المواجهة، والتي يمكن إيجازها فى التالي:

عملية المواجهة:

وفيها يستخدم الفرد الأساليب المتوفرة لديه لمواجهة الحدث الضاغط، أو الأزمة، وتصنف عملية المواجهة إلى:

- **مواجهة مركزة على المشكلة** problem- focused coping:

وهى الإجراءات السلوكية والمعرفية، التي يستخدمها الفرد لمواجهة الحدث الضاغط، ومن هذه الأساليب: المواجهة، طلب المساندة، التخطيط لحل المشكلة، قمع النشاطات المتعارضة.

-**مواجهة مركزة على الانفعال:** Emative focused coping

وهى الإجراءات السلوكية والمعرفية التي تستهدف تنظيم انفعالاتنا تجاه المواقف الضاغطة، ومن هذه الأساليب: التحكم الذاتي، إعادة تأويل إيجابي، تقبل المسئولية، الهروب، التجنب، التوجه للدين. (Lazarus, R.2000)

الدراسات السابقة:

فيما يلي عرضاً للدراسات السابقة وفقاً للمحاور التالية:

١-دراسات تناولت العلاقة بين الأزمات وأساليب التعامل (دراسات عبر ثقافية)

أشار حسن مصطفى عبد المعطى (١٩٩٤) إلى وجود فروق بين المصريين والاندونيسيين في الإحساس بضغوط الحياة، حيث كان المصريون أعلى في الضغوط: الوالدية، والضغوط الناتجة عن الزواج، والعلاقة بالجنس الآخر، والصداقة، والأحداث الشخصية، في حين كان الاندونيسيون أكثر معاناة لضغوط العمل، والدراسة، والنواحي المالية، والنواحي الصحية.كما كان إدراك المصريين للأحداث الضاغطة إدراكًا سلبيًا في حين كان الإندونيسيون أكثر إيجابية في إدراكهم لنفس الأحداث (حسن مصطفي، ١٩٩٤: ٤٧- ٨٨).

وقامت المهدي (٢٠٠٢) بدراسة بهدف تعرف بعض المشكلات التي تواجه طالبات الجامعة في كل من مصر والسعودية، حيث تكونت عينة الدراسة من (٤٠٧) طالبة، وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية بين الطالبات المصريات والسعوديات في المشكلات في المجال الدراسي التربوي والاجتماعي، كما أظهرت النتائج أن أكثر المشكلات الدراسية تأزماً لدى الطالبات في كل من مصر والسعودية تأتي على الترتيب الآتي: الحفظ والاستظهار، نظام الدراسة التقليدي، غياب المدرسين المتكرر، صعوبة المواد الدراسية، نقص التقنيات، بينما أكثر المشكلات الاجتماعية تأزماً لدى الطالبات فكانت على الترتيب: انتشار الأمراض الاجتماعية، الاختلاط، الفجوة بين الطالبات والإدارة، افتقاد القيم.

وتناول عبدالرازق (٢٠٠٦) العلاقة بين ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها لدي ٣٣٢طالبًامصريًا، ٢٦٨ طالبًا جامعيًا سعوديًا، وأشارت نتائج الدراسة إلي وجود فر وقد آلة بين المصريين والسعودي ينف بإدراك أحداث الحياة الضاغطة: الأسرية، والاقتصادية، والعلاقة بالجنس الآخر لصالح العينة المصرية، أي أن المصريين كانوا أكثر إدراكًا لهذه الضغوط عن السعوديين، ووجدت كذلك فر وقد آلة فبإدراك أحداث الحياة الضاغطة المتعلقة بالمستقبل المهني، والضغوط الأكاديمية لصالح العينة السعودية (عماد علي عبدالرازق، ٢٠٠٦: ٤٢٣- ٥١٨).

هدفت دراسة سوزان بسيونى، وفاروق السعيد (٢٠١١) إلى تعرف الفروق فى أحداث الحياة الضاغطة بين طالبات الجامعة المصريين والسعوديين، وتعرف الفروق فى أساليب المواجهة، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين العينة المصرية والسعودية فى ضغوط الحياة، حيث كانت العينة المصرية أكثر تعرضا للضغوط المرتبطة بالأسرة، والضغوط الاقتصادية، والضغوط المترابطة بالمستقبل المهني، ووجود فروق فى أساليب المواجهة الاقدامية والاحجامية بين العينتين المصرية والسعودية.

٢- دراسات تناولت العلاقة بين الأزمات وأساليب التعامل:

هدفت دراسة داندا وآخرون Denda, et.Al (2000) إلى تعرف أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠٧ طالبًا جامعيًا بمختلف الفرق الدراسة، أجابوا على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، أشارت نتائج الدراسة إلى تمتع المقياس بالصدق والثبات، وأشارت إلى أن التخطيط أكثر أساليب المواجهة أهمية لدى طلاب الجامعة، وكان أسلوب لوم الذات إقلال أساليب استخداماً، واستخدمت الإناث أسالي بمواجهة أكثر فعالية من الذكور، وكان الطلاب الجدد يستخدمون أساليب مواجهة تعتمد على

طلب من العون من الآخرين، وعلى التركيز على الانفعال، والهروب من الأزمات، وجدت فروق بين طلاب الريف وطلاب المدن فى استخدام أساليب المواجهة.حيث كان طلاب الريف أكثر استخداماً لأسلوب الهروب، وطلاب المدينة أكثر استخداماً لأسلوب التنفيس الانفعالي.(من خلال: الزيناتي، ٢٠٠٣)

هدفت دراسة حسن وآخرين (٢٠٠٧) إلى تعرف العلاقة بين استراتيجيات مقاومة الضغوط ومستوى التعرض للضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة، وتعرف الفروق في استراتيجيات مقاومة الضغوط ومستوى الضغوط النفسية وفقا لمتغير جنس الطالب ونوع الكلية (كليات علمية – كليات إنسانية)، تكونت عينة الدراسة من ١٨٣ طالبا وطالبة لجامعة السلطان قابوس، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق على مقياس الضغوط النفسية ومقياس استراتيجيات مقاومة الضغوط بين الطلاب والطالبات، كان طلاب الكليات الإنسانية أعلى في مستوى الضغوط من أقرانهم في الكليات العلمية، ولم توجد فروق بينهم في استخدام استراتيجيات الضغوط النفسية (معرفية– دينية– الدفاعية – الحركية الرياضية – السلوكية – الاجتماعية).

هدفت دراسة (Palmer, 2009) إلى تعرف العلاقة بين التفكير والضغوط وأساليب مواجهتها لدى طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من ١٣٥ طالبًا من طلاب الفرقة الأولى، طبق عليهم أدوات: قياس التفكير، وأساليب المواجهة، وإدراك الضغوط.أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية دالة بين التفكير والمواجهة العقلانية، ووجود علاقة سلبية بين المواجهة المركزة على الأحجام والانفعال، وأشارت نتائج الانحدار إلى تنبؤ المواجهة الإحجامية بإدراك الضغوط، ووجود علاقة إيجابية بين التفكير وأساليب المواجهة.

هدفت دراسة حكيمة حمودة (٢٠١٢) إلى التعرف على علاقة أساليب المواجهة بقلق الامتحان وأثرها فى النجاح والرسوب فى شهادة دراسة الثانوية العامة لدى ١٠٨ طالب فى المرحلة الثانوية، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الناجحين والراسبين فى شهادة الثانوية العامة، حيث استخدم الراسبون أساليب مواجهة سلبية أكثر من الناجحين.

هدفت دراسة (O'Brien, L.et.al, 2012) إلى اختبار مستويات الضغوط واستراتيجيات المواجهة لدى ٥٦٠ من طلاب الجامعة طبق عليهم مقياس إدراك الضغوط والقائمة المختصرة للمواجهة، واعتمادا على ذلك تم اختيار ١٤٦ منهم

وهم الفئة الأكثر إدراكاً للضغوط، وأشارت نتائج الدراسة إلى معاناة الطلاب من العصبية والضغوط ومشاعر الفقد وعدم القدرة على التحكم في عادات الحياة وفي إدارة مشكلات الحياة ومعاناتهم من اضطراب الذات ولوم الذات، وكانوا أكثر استخداماً لأساليب المواجهة غير الصحية (غير الفعالة) عدا استخدامهم لأسلوب المواجهة النشطة وطلب المساندة الانفعالية.

هدفت دراسة Yamashita, K.et.Al (2012) إلى تعرف الضغوط وأساليب مواجهتها لدى طلاب كلية التمريض في اليابان طبق عليهم مقياس الصحة العامة (GHO) والقائمة المختصرة للمواجهة، تكونت العينة من ١٣٢٤ طالبا وطالبة، أشارت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب يعانون من الضغوط، اضطراب الأكل، عدم ممارسة الأنشطة اليومية، النوم المتقطع، كانت أكثر الأساليب المستخدمة الهروب غير المباشر، وطلب المساندة الأدائية، وأشارت نتائج الانحدار إلى أن أساليب المواجهة السلبية ترتبط وتتنبأ بدرجات مقياس (GHO).

هدفت دراسة Sanchez,y.et.al (2013) إلى اختبار تأثير الحالة الاقتصادية على إدراك أحداث الحياة لدى ٣٥٣ من الشباب الأفريقيين الأمريكيين في المناطق الحضرية، أشارت نتائج الدراسة إلى أن أحداث الحياة العنيفة ترتبط خارجياً بالسلوك الخارجي للأفراد، في حين أن الضغوط الاقتصادية والضغوط العنصرية ارتبطت بالسلوك الداخلي، واختلف الذكور والإناث في استخدامهم لأساليب المواجهة، حيث أظهرت الإناث تجنبًا أكبر للمشكلات مقارنة بالذكور.

هدفت دراسة Kepalaite, A.(2013) إلى تعرف كيفية مواجهة كل من طلاب وطالبات الجامعة للضغوط، تلك التي تؤهلهم للتكيف مع متطلبات الحياة الجامعية.أشارت نتائج الدراسة إلى أن الطالبات أقل خبرة في التعامل مع الضغوط ومع الأزمات الأكاديمية، ووجدت فروق دالة بين الإناث والذكور في استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط فى اتجاه الإناث، وأوصت الدراسة إلى أهمية تعريف الطلاب والطالبات باستراتيجيات مواجهة الضغوط.

هدفت دراسة إيناس بدير (٢٠١٣) إلى تعرف الأوزان النسبية لأحداث الحياة الضاغطة والأوزان النسبية للأساليب الاقدامية والإحجامية لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة، تعرف الفروق فى أساليب المواجهة (أساليب التعامل) وأحداث الحياة الضاغطة تبعا لمتغيرات (الجنس- المستوى التعليمي للوالدين- الدخل

الشهري للأسرة- عمل الأم)، وتعرف العلاقة بين الدعم الأسرى وأحداث الحياة الضاغطة، وتعرف العلاقة بين الدعم الأسري وأساليب المواجهة، تكونت العينة من ٢٤٧ طالباً وطالبة، توصلت الدراسة إلى أن أكثر الأحداث الضاغطة هي: الأحداث الأسرية، الاجتماعية، الشخصية، وكانت أكثر الأساليب الاقدامية (الإيجابية) استخداما من قبل الذكور (البحث عن المساعدة والمعلومات، التحليل المنطقي، إعادة التقييم الايجابي، أسلوب حل المشكلات) ولدى الإناث (أسلوب حل المشكلة، إعادة التقييم الإيجابي، البحث عن المساعدة والمعلومات، التحليل المنطقي) وبالنسبة للأساليب الإحجامية كان انتشار استخدامها لدى الذكور كالتالي: البحث عن الإثابات البديلة، الأحجام المعرفي، التنفيس الانفعالي، التقبل والاستسلام، ولدى الإناث: التقبل والاستسلام، التنفيس الانفعالي، البحث عن إثابات بديلة، إحجام معرفي.

هدفت دراسة Deatherage, S.et.Al (2014) إلى تعرف العلاقة بين إدراك الضغوط (أحداث الحياة الضاغطة) واستخدام الإنترنت وأساليب المواجهة التقليدية (على اعتبار أن استخدام الإنترنت أثناء الأزمات نوع من الهروب غير مباشر) تكونت عينة الدراسة من ٢٦٧ طالبا جامعيا، أشارت نتائج الدراسة أكثر استخداما للإحجام الانفعالي للمواجهة واللجوء إلى الإنترنت للهروب من الأزمات والضغوط، وارتبط اللجوء إلى الانترنت ايجابياً بالإدراك السلبي للضغوط، وكان مستخدمو الانترنت أكثر معاناة من ضغوط أحداث الحياة.

وتوصلت دراسة عبد الهادي وأبو جدي (٢٠١٢) إلى أن أكثر الاستراتيجيات استخداما لدى طلبة الجامعات إستراتيجية الأفكار الدينية، تليها إستراتيجية تحليل الانفعالات والموقف، ثم إعادة التشكيل، يليها التقليل من أهمية الموضوع.

تعليق عام على الدراسات السابقة:

عند إلقاء نظرة تفحصية للدراسات السابقة تتضح الأمور الآتية:

١. أظهرت معظم الدراسات وجود أزمات عديدة تعاني منها طالبات الجامعة، كان منها: الأزمات الدراسية، والاقتصادية، والنفسية، وغيرها.
٢. كانت أكثر الأزمات انتشاراً تلك المتعلقة بالعوامل االإقتصادية والتربوية والاجتماعية، والتى مثلت أكثر الأزمات التي تعاني منها الطالبات الجامعيات.

٣. تناولت الدراسات عبر الثقافية مقارنة بين بلدين كمصر والسعودية، أو مصر واندونيسيا، ولا يوجد فى حدود علم الباحثتين دراسة تناولت ثلاثة بلدان كما فى الدراسة الحالية، و خاصة فى ظل الأحداث السياسية التى شهدها المجتمع العربي فى الآونة الأخيرة.

٤. تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات الأخرى في البيئة، حيث تم اختيارها من ثلاث ثقافات مختلفة في الظروف الاقتصادية والاجتماعية والسياسية، وهي (السعودية، مصر، سوريا).

إجراءات البحث:

المنهج: يعتمد البحث على المنهج الوصفي المقارن، من خلال تعرف علاقة أساليب التعامل بالأزمات التي يتعرض لها طالبات الجامعة بكل من: السعودية- مصر- سوريا.وتحديد الفروق فى الأزمات التي يتعرض لها طالبات الجامعة، وكذلك أساليب التعامل التي تستخدم بكل من: السعودية، مصر، سوريا.

العينة:

١- **العينة الاستطلاعية:** وتكونت من ١٤٤ طالبة جامعية (٥٠ طالبة سعودية- ٤٥ طالبة مصرية- ٤٩ طالبة سورية) وذلك بهدف التأكد من ثبات الأدوات ومناسبتها لأفراد العينة.

٢-**العينة الأساسية:** وتكونت من ٤٢٣ طالبة جامعية (١٤٤ طالبة سعودية- ١٣٩ طالبة مصرية- ١٤٠ طالبة سورية)، طبق عليهن مقياس كشف الأزمة، ومقياس أساليب التعامل مع الأزمة.

تم تطبيق الدراسة فى الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠١٣-٢٠١٤.

أدوات الدراسة:

١- **مقياس كشف الأزمة إعداد:** حنان الحلبي

يشتمل المقياس في صورته النهائية على (٧٠) بنداً لكشف الأزمة ويجاب عنه على أساس مقياس ليكرت الخماسي، ويتضمن المقياس الأزمات التالية وعددها سبع لكل بعد منها عشرة بنود، وهى: (الدراسية، الاقتصادية، الاجتماعية، النفسية، الانفعالية، الأسرية، الصحية).وقد تم التأكد من صدقه وثباته فى دراسة سابقة لحنان الحلبي؛ حيث تراوحت معاملات ثبات ألفا بين٠,٦٧ و٠,٩٠، وتم التأكد من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين.وقد قامت الباحثتان بالتأكد

من ثبات المقياس فى الدراسة الحالية من خلال حساب معامل ثبات ألفا، وذلك كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١) معامل ثبات ألف لمقياس الأزمات

الأزمات	معامل الثبات للعينة السعودية ن= ٥٠	معامل الثبات للعينة المصرية ن= ٤٥	معامل الثبات للعينة السورية ن= ٤٩
الأزمة الدراسية	٠,٧٥٦	٠,٧٠٣	٠,٧١٧
الأزمة الاقتصادية	٠,٨١٠	٠,٨١٣	٠,٨٩١
الأزمة الصحية	٠,٨٧٩	٠,٧٨٩	٠,٨٩٨
الأزمة الأسرية	٠,٨٨٧	٠,٨٨٢	٠,٩٠٩
الأزمة الاجتماعية	٠,٨٧١	٠,٧٩٨	٠,٦٨٦
الأزمة الانفعالية	٠,٩١٩	٠,٨٨٥	٠,٨٦٥
الأزمة النفسية	٠,٨٣١	٠,٨٩٠	٠,٨٥٢
الدرجة الكلية للأزمات	٠,٩٥٥	٠,٩٥١	٠,٩٥٧

يتضح من العرض السابق تمتع مقياس الأزمات لمعدلات ثبات مقبولة لدى عينات الدول الثلاث.

٢- **مقياس أساليب التعامل مع الأزمات إعداد:** حنان الحلبي.

يشتمل المقياس في صورته النهائية على (٤٠) بنداً لتحديد أساليب التعامل مع الأزمة ويجاب عنه على أساس مقياس ليكرت الخماسي، ويتضمن المقياس الأساليب التالية:[**الأساليب العلمية:** وإجمالها ١٦ بنداً، بواقع ٤ بنود لكل أسلوب، وتشمل: الدراسة المبدئية، الدراسة التحليلية، الاستعداد للمواجهة، التخطيط للتعامل مع المشكلة؛ الأساليب التقليدية: وإجمالها ٢٤ بنداً، بواقع ٤ بنود لكل أسلوب، وتشمل: الهروب المباشر، الهروب غير المباشر، التنصل من المسئولية، التركيز على جانب آخر، العنف، القفز فوق الأزمة.وقد تم التأكد من صدقه وثباته فى دراسة سابقة لحنان الحلبي؛ حيث تراوحت معاملات ثبات ألفا بين ٠,٧٩ و٠,٨٣ ، وتم التأكد من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين.كما قامت الباحثتان بالتأكد من ثباته ومناسبته لأفراد العينة فى الدراسة الحالية، وذلك كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٢)
معامل ثبات ألفا لمقياس أساليب التعامل مع الأزمة

الأساليب	العينة السعودية ن= ٥٠	العينة المصرية = ٤٥	العينة السورية ن= ٤٩
مجموع الأساليب العلمية	٠,٩١٣	٠,٨٠٩	٠,٧٨٧
مجموع الأساليب التقليدية	٠,٨٩٣	٠,٨٢٥	٠,٦٢٤

يتضح من العرض السابق تمتع مقياس أساليب التعامل مع الأزمة بمعدلات ثبات مقبولة لدى عينات الدول الثلاث.

أسئلة وفروض الدراسة:

السؤال الأول: ما الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة السعوديات والمصريات والسوريات؟

السؤال الثاني: ما أساليب التعامل العلمية والتقليدية التى تستخدمها طالبات الجامعة السعوديات والمصريات والسوريات؟

الفرض الأول: توجد فروق دالة على مقياس كشف الأزمة لدى طالبات الجامعة السعوديات والمصريات والسوريات.

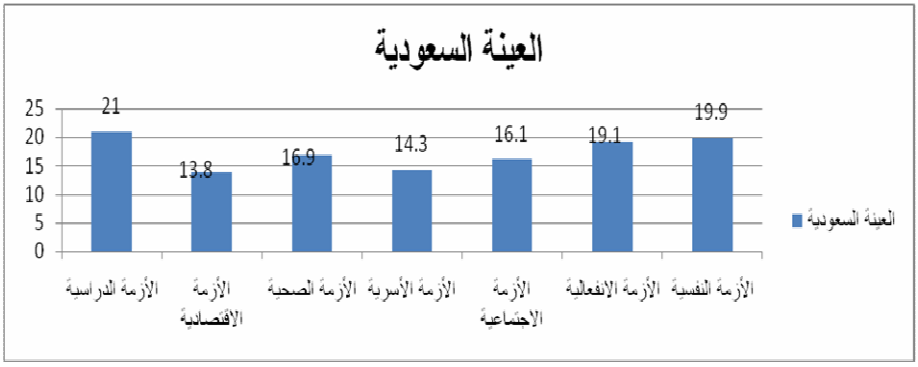
الفرض الثاني: توجد فروق دالة على مقياس التعامل مع الأزمة لدى طالبات الجامعة السعوديات والمصريات والسوريات.

السؤال الأول: ما الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة؟ وينبثق من هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة السعوديات؟

جدول (٣)
الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة السعوديات

الطالبات السعوديات	الأزمة الدراسية		الأزمة الاقتصادية		الأزمة الصحية		الأزمة الأسرية		الأزمة الاجتماعية		الأزمة الانفعالية		الأزمة النفسية	
	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%
	٢١	%٧٠,٣	١٣,٨	%٤٦	١٦,٩	٥٦,٣	١٤,٨	٤٩,٣	١٦,١	٥٣,٧	١٩,١	٦٣,٧	١٩,٩	٦٣,٧



شكل (١) يوضح متوسطات الأزمات لدى طالبات الجامعة السعوديات.

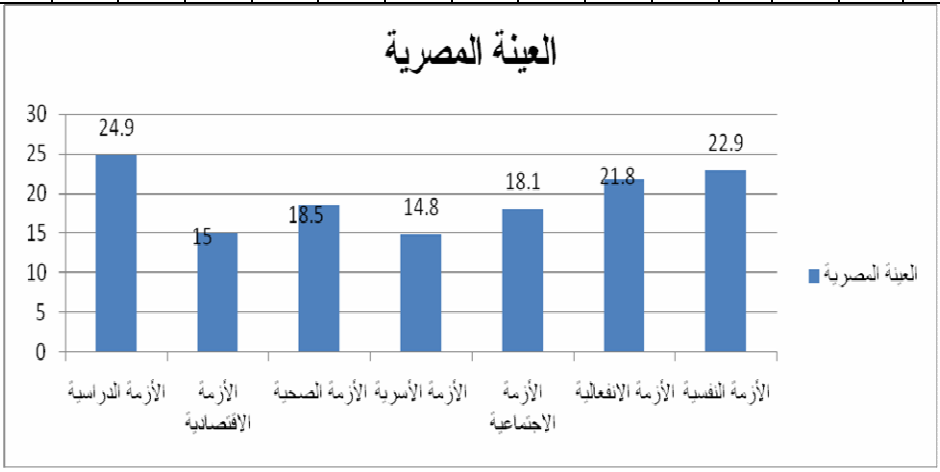
يتضح من الجدول والشكل السابق أن أكثر الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة السعوديات هي على التوالي: الأزمة الدراسية، الأزمة النفسية، الأزمة الانفعالية، الأزمة الصحية، الأزمة الاجتماعية، الأزمة الأسرية وأخيراً الأزمة الاقتصادية.وتتفق هذه النتيجة مع دراسة داندا وآخرون Denda, et.Al٢٠٠٠ في أن الطلاب يعانون من مستويات عالية في الأزمات الدراسية، ودراسة واين wayne 2005 إلى أن أكثر الحالات أو القضايا أزمة لدى الطلاب تلك المتعلقة بالتحصيل الدراسي، وكذلك دراسة العويضة (٢٠٠٦) التي أشارت إلى أن أبرز مصادر الضغوط النفسية في حياة الطلبة هي مشكلات الجانب الأكاديمي، المشكلات الأسرية، وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بما يلي: أننا نعيش اليوم في ظل عالم مليء بالأزمات وظروف حياتية قاسية ومعقدة، حيث أصبح التغير السريع سمة من سمات العصر بحيث لا يكاد الإنسان يستقر جاهدا على أمر من الأمور، إلا ويستجد في حياته أمور تجعله يسعى للتنقيب والبحث من جديد عن حلول جديدة، وبما أن طلاب الجامعة جزء من عالم اليوم يشعرون بالإحباطات نتيجة الظروف المحيطة التي يعيشونها وكل اهتماماتهم تقع في مجال دراستهم ومستقبلهم ونجاحهم وتفوقهم أو خوفهم من التعثر والفشل...مما يجعل الأزمات الدراسية تحتل المركز الأول لدى الطالبات السعوديات، أما الأزمات النفسية فتحتل المركز الثاني بين الأزمات فالطالبة في هذا السن لا تتمتع بالاستقلالية، تشعر بالخوف والإحباط نحو المستقبل، بالإضافة إلى خبرتها المتواضعة في مواجهة الأزمات، ووجود فجوة بينها وبين من حولها في الجامعة كغياب الإرشاد الأكاديمي، مما يسبب لها القلق والتوتر مع عدم القدرة في كثير من الأحيان على التقدم والاستمرار والوصول لطريق مسدود مما يمهد الطريق لظهور الأزمات النفسية وتليها الأزمات الانفعالية، أما باقي الأزمات فنراها عند الطالبات

السعوديات أقل وهذا بالطبع يعود إلى الترابط الأسري والاستقرار الاقتصادي لدى العينة، لذلك نرى أن الأزمات الاجتماعية والأسرية والاقتصادية هي الأدنى لدى العينة السعودية.

٢- ما هي الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة المصريات؟

جدول (٤) الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة المصريات

الطالبات المصريات	الأزمة الدراسية		الأزمة الاقتصادية		الأزمة الصحية		الأزمة الأسرية		الأزمة الاجتماعية		الأزمة الانفعالية		الأزمة النفسية	
	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%
	٢٤,٩	%٨٣	١٥	%٥٠	١٨,٥	٦١,٧	١٤,٣	٤٧,٧	١٨,١	٦٠,٣	٢١,٨	٧٢,٧	٢٢,٩	٧٦,٣



شكل (٢) يوضح متوسطات الأزمات لدى طالبات الجامعة المصريات

يتضح من الجدول والشكل السابق أن أكثر الأزمات التي تعانى منها طالبات الجامعة المصريات أن أكثر الأزمات كانت على التوالي: الأزمة الدراسية، الأزمة النفسية، الأزمة الانفعالية، الأزمة الاجتماعية، الأزمة الاقتصادية، الأزمة الأسرية.وتتفقهذهالنتيجةمعدراسةدانداواخرون٢٠٠٠ Denda, et.Alفي أن الطلاب يعانون من مستويات عالية في الأزمات الدراسية، وكذلك دراسة بسيوني والسعيد (٢٠١١) والتي توصلت إلى وجود فروق بين العينة المصرية والسعودية فى ضغوط الحياة، حيث كانت العينة المصرية أكثر تعرضا للضغوط المرتبطة بالأسرة، والضغوط الاقتصادية، والضغوط المترابطة بالمستقبل المهني، ودراسة المهدي (٢٠٠٢) بدراسة بهدف التعرف على بعض المشكلات التي تواجه طالبات

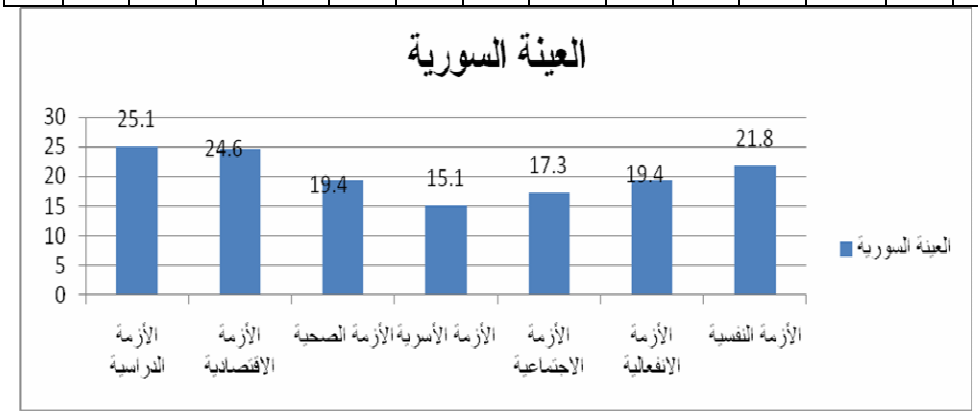
الجامعة في كـــل من مصر والسعودية، وقد أظهرت نتائج هذه الدراســـــة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المصريات والسعوديات فـــــــي المـــشكلات فـــي المجـــال الدراسي التربوي والاجتماعي، كمـــا أظهرت النتائج أن أكثـــر المشكلات تأزماً لدى الطالبات في كـــل من مصر والسعودية هـــي المشكلات الدراسية.

وتفسر الباحثة أن هذه النتيجة بما يلي: أن اعتقاد الطالبات الجامعيات بأن بعض المواد التي تقدمها الجامعات لا تأخذ بعين الاعتبار ضغوطهن وهمومهن، ولا تساعدهن في فهم الواقع والتعامل الناجح مع الحياة، بالإضافة إلى الخوف من الفشل أو الرسوب الأكاديمي الذي يوقع الطالبة في القلق والتوتر والإحباط، وظهور أزمات نفسية وانفعالية، والتي تتفوق على الأزمات الاقتصادية والاجتماعية والأسرية.

٣- ما هي الأزمات التي تعاني منها طالبات الجامعة السوريات؟

جدول (٥) الأزمات التي تعاني منها طالبات الجامعة السوريات

الطالبات السوريات	الأزمة الدراسية		الأزمة الاقتصادية		الأزمة الصحية		الأزمة الأسرية		الأزمة الاجتماعية		الأزمة الانفعالية		الأزمة النفسية	
	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%
	٢٥,١	%٨٣,٧	٢٤,٦	%٨٢	١٩,٤	٦٤,٧	١٥,١	٥٠,٣	١٧,٣	٥٧,٧	١٩,٤	٦٤,٧	٢١,٨	٧٢,٧



شكل (٣) متوسطات الأزمات لدى طالبات الجامعة السوريات.

يتضح من الجدول والشكل السابق أن أكثر الأزمات التي تعانى منها العينة السورية كانت على التوالي: الأزمة الدراسية، الأزمة الاقتصادية، الأزمة النفسية، الأزمة الانفعالية، الأزمة الصحية، الأزمة الاجتماعية، الأزمة الأسرية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة داندا وآخرون Denda, et.Al ٢٠٠٠ في أن الطلاب يعانون من مستويات عالية في الأزمات الدراسية، ودراسة خزاعلة والغرايبة (٢٠١١) التي أشارت إلى أن أهم الضغوط التي يتعرض لها الطلاب هي (النفسية، الاجتماعية، الأكاديمية) كما أشارت دراسة واين (2005) Wayne في جامعة اتلانتك، إلى أن أكثر الحالات أو القضايا تأزماً لدى الطلاب تلك المتعلقة بالتحصيل الدراسي.

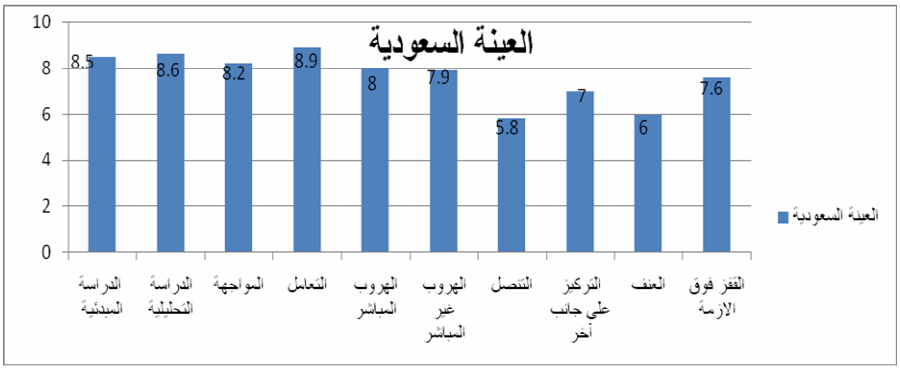
وتفسر الباحثتان النتيجة بما يلي: أن الظروف السياسية الاقتصادية والاجتماعية التي تعيشها الطالبات السوريات في وقتنا الراهن تنعكس على إدراكهن للأزمات، ولعل الأزمة الدراسية تتصدر قائمة الأزمات في ظل ظروف صعبة أصبح المستقبل فيها مجهولاً ضبابياً غير واضح، ولعل ظهور الأزمات الاقتصادية في المرتبة الثانية دليل واضح على الواقع الاقتصادي الصعب الذي يعيشه الإنسان بشكل عام والذي ينعكس على الطالب بشكل خاص، ولعل الترتيب المختلف للأزمات عند الطالبات السوريات عن الطالبات السعوديات والمصريات فرضه واقع مرير تعيشه البلاد في هذه الفترة الزمنية، بالإضافة إلى الظروف السياسية وما أفرزته من أزمات اقتصادية ستجعل الإنسان يعاني من أزمات نفسية وانفعالية وبالتالي يعد هذا الترتيب ترتيباً منطقياً نظراً للأوضاع التي تمر بها سورية في هذه الفترة والتي تجعل الإنسان مصابا بعجز لا يستطيع تغيير واقعه أو تعديله كما يرغب.

السؤال الثاني: ما أساليب التعامل العلمية والتقليدية التي تستخدمها طالبات الجامعة؟ وتتفرع الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما هي أساليب التعامل العلمية والتقليدية التي تستخدمها طالبات الجامعة السعوديات؟

جدول (٦) أساليب التعامل التي تستخدمها طالبات الجامعة السعوديات

الطالبات السعوديات	الدراسة المبدئية		الدراسة التحليلية		المواجهة		التعامل مع الأزمة		الهروب المباشر		الهروب غير مباشر		تنصل		تركيز على جانب آخر		عنف		تفوق فوق الأزمة	
	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%
	٨,٥	٧٠,٨	٨,٦	٧١,٧	٨,٢	٦٨,٣	٨,٩	٧٤,٢	٨	٦٦,٢	٧,٩	٦٥,٨	٥,٨	٤٨,٣	٧	٥٨,٣	٦	٥٠	٧,٦	٦٣,٣



شكل (٤) متوسطات أساليب التعامل لدى طالبات الجامعة السعوديات.

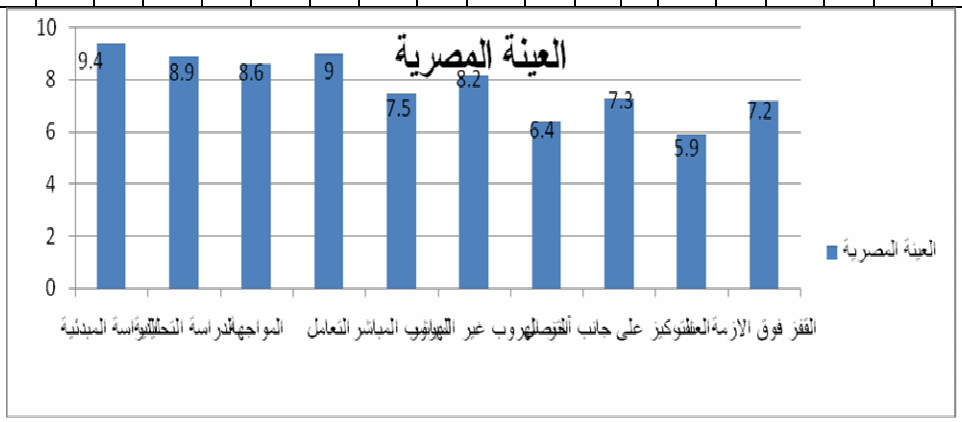
يتضح من الجدول والشكل السابق أن أكثر أساليب التعامل التي تستخدمها طالبات الجامعة السعوديات كانت الأساليب العلمية، وكانت على التوالي: التعامل مع المشكلة، الدراسة التخطيطية، الدراسة المبدئية؛ وتليها الأساليب التقليدية حيث كانت أكثر الأساليب التقليدية هي الهروب المباشر،يليها الهروب غير المباشر، ثم القفز فوق الأزمة، التركيز على جانب آخر، العنف، التنصل من المسؤولية .وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Yamashita,K.et.Al, 2012) والتي أشارت إلى أن أكثر الأساليب المستخدمة الهروب غير المباشر، وطلب المساندة الأدائية، ودراسةDeatherage, S.et.Al 2014 التي أشارت إلى أن أسلوب الإحجام الانفعالي للمواجهة واللجوء إلى الانترنت للهروب من الأزمات والضغوط هو الأكثر استخداماً أيضًا. وكذلك دراسة اليمانيو الزعبي (٢٠١٣) التي أشارت إلى تنوع استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي لدى العينة (طلب المساعدة، التجنب والهروب، والاسترخاء، حل المشكلات، العادات السلوكية غير الملائمة، المواجهة).

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بما يلي: لعل تفوق العينة السعودية في الأسلوب العلمي لمواجهة الأزمات يعود إلى الظروف المحيطة بالطالبة من استقرار اجتماعي وسياسي واقتصادي ووجود مؤسسات المجتمع التي يجعل الطالبة قادرة أكثر على استخدام الأسلوب العلمي بشكل أكبر، من الأسلوب التقليدي، وبالمقابل فإن استخدام العينة للأسلوب التقليدي وخاصة الأساليب الهروبية نتيجة لتخفيف درجة القلق والتوتر الذي تشعر به الطالبة.

٢- ما أساليب التعامل العلمية والتقليدية التي تستخدمها طالبات الجامعة المصريات؟

جدول (٧) أساليب التعامل التي تستخدمها طالبات الجامعة المصريات

الطالبات المصريات	الدراسة المبدئية		الدراسة التحليلية		المواجهة		التعامل مع الأزمة		الهروب المباشر		هروب غير مباشر		تنصل		آخر تركيز على جانب		عنف		القفز فوق الأزمة	
	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%
	٩,٤	٧٨,٣	٨,٩	٧٤,٢	٨,٦	٧١,٧	٩	٧٥	٧,٥	٦٢,٥	٨,٢	٦٨,٣	٦,٤	٥٣,٣	٧,٣	٦٠,٨	٥,٩	٤٩,٢	٧,٢	٦٠



شكل (٥) متوسطات أساليب التعامل لدى طالبات الجامعة المصريات.

يتضح من الجدول والشكل السابق أن أكثر أساليب التعامل التي تستخدمها طالبات الجامعة المصريات هي الأسلوب العلمي وهي على التوالي: الدراسة المبدئية ومن ثم الدراسة التحليلية وأخيرا المواجهة، أما بالنسبة للأساليب التقليدية فهي على التوالي: الهروب غير المباشر، الهروب المباشر، التركيز على جانب آخر، القفز فوق الأزمة، التنصل من المسؤولية، العنف.وتتفق هذه الدراسة مع دراسةKepalaite, A.2013 في أن الطالبات أقل خبرة في التعامل مع الضغوط ومع الأزمات الأكاديمية، ووجدت فروق دالة بين الإناث والذكور فى استخدامهم لاستراتيجيات مواجهة الضغوط فى اتجاه الإناث، وأوصت الدراسة إلى أهمية تعريف الطلاب والطالبات باستراتيجيات مواجهة الضغوط.

وتفسر الباحثتان النتيجة التالية بما يلي: نلاحظ أن العينيتين السعودية والمصرية أكثر استخداماً للأسلوب العلمي في مواجهة الأزمات نظرا لوجود

الظروف المحيطة التي تجعل الفرد قادرا على التفكير والسيطرة والتحكم باختياراته، أما بالنسبة للأساليب التقليدية كانت الأساليب الهروبية الأكثر استخداما من قبل العينة، لذلك علينا أن نهتم بمناهجنا بشكل أكبر وبالتنشئة الاجتماعية القائمة على تعليم الأبناء التفكير الإيجابي في حل مشكلاتهم اليومية، عن طريق الهدوء والتأمل والموضوعية وليس بالهروب والتنصل. بالإضافة إلى أهمية تقييم الفرد لفعالية أساليب التعامل المستخدمة من حيث مدى نجاحها في علاج الأزمة.

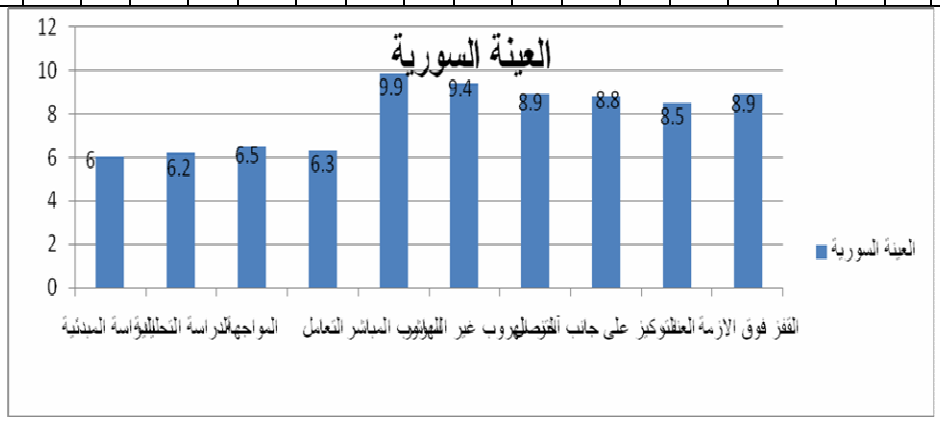
(MTD TRAINING, 2010).

ونستطيع الحكم على إستراتيجية المواجهة بنجاحها في التعامل مع الضغوط، بالإضافة إلى أنه يتم اختيارها بعناية، والتركيز على الأساليب التي تحسن الشعور الإيجابي.(David, N.New lh, D.2012)

٣- ما أساليب التعامل العلمية والتقليدية التي تستخدمها طالبات الجامعة السوريات؟

جدول (٨) أساليب التعامل التي تستخدمها طالبات الجامعة السوريات

الطالبات السوريات	الدراسة المبدئية		الدراسة التحليلية		المواجهة		التعامل مع الأزمة		الهروب المباشر		هروب غير مباشر		تنصل		تركيز على جانب آخر		عنف		قفز فوق الأزمة	
	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%	م	%
	٦	٥٠	٦,٢	٥١,٧	٦,٥	٥٤,٢	٦,٣	٥٢,٥	٩,٩	٨٢,٥	٩,٤	٧٨,٣	٨,٩	٧٤,٢	٨,٨	٧٣,٣	٨,٥	٧٠,٨	٨,٩	٧٤,٢



شكل (٦) متوسطات أساليب التعامل لدى طالبات الجامعة السوريات.

يتضح من الجدول والشكل السابق أن أكثر أساليب التعامل التي تستخدمها طالبات الجامعة السوريات هي الأساليب التقليدية وهي على التوالي: الهروب

المباشر، الهروب غير المباشر، التنصل من المسؤولية، القفز فوق الأزمة، التركيز على جانب آخر، العنف، أما بالنسبة للأساليب العلمية فهي منخفضة وعلى التوالي: المواجهة، الدراسة التحليلية، الدراسة المبدئية .وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (O'Brien, L.et.al ٢٠١٢) والتي أشارت إلى معاناة الطلاب من العصبية والضغوط ومشاعر الفقد وعدم القدرة على التحكم في عادات الحياة وفي إدارة مشكلات الحياة ومعاناتهم من اضطراب الذات ولوم الذات، وكانوا أكثر استخداماً لأساليب المواجهة غير الصحية (غير الفعالة)، وفي دراسة Sanchez, y2013 التي أشارت إلى أن أحداث الحياة العنيفة ترتبط خارجياً بالسلوك الخارجي للأفراد، في حين أن الضغوط الاقتصادية والضغوط العنصرية ارتبطت بالسلوك الداخلي.

وتفسر الباحثتان النتيجة كما يلي: يعيش المجتمع السوري في ظل ظروف سياسية واقتصادية واجتماعية صعبة بل وقاسية، وبالطبع فإن النتائج التي ستفرزها مثل هذه الظروف ستنعكس على الإنسان نفسه في عدم قدرته على التركيز،أو التفكير السليم والصحيح، في إيجاد حلول علمية ومنطقية، فكيف نطلب من شخص أن يواجه أزماته بشكل علمي وهو أصلاً لا يحيا حياة مستقرة، فكيف يستطيع أن يدرس ويحلل ويواجه، في ظل ظروف أصابته بالشلل الفكري وجعلته أسيراً للخوف والقلق والتوتر وأفقدته الاستقرار النفسي...هو لا يعلم متى تنتهي أزمته وكيف ستنتهي..هو أسير لواقع مرير يعيشه، لم يختاره وغير قادر على تغييره، ويؤثر تعرض الأفراد للضغوط على مستوى أدائهم، وأشار Larsson, G. & Larson, B.(2012) إلى وجود علاقة بين تعرض الفرد للضغوط ومستوى أدائه.

عرض نتائج الفرض الأول ومناقشتها: وينص على:

- توجد فروق دالة على مقياس التعامل مع الأزمة لدى طالبات الجامعة السعوديات والمصريات والسعودية.

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب تحليل التباين الأحادي للجنسية، وتم إجراء اختبار شيفيه لمعرفة دلالات الفروق بين المجموعات.

جدول (٩)
تحليل التباين الأحادي للأزمات التي يتعرض لها طلاب الجامعة (الأزمة الدراسية- الاقتصادية- الصحية- الأسرية- الاجتماعية- الانفعالية- النفسية) تبعاً للجنسية (سعوديين- مصريين- سوريين)

الأزمات	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	درجة الحرية	الدلالة
الدراسية	بين المجموعات	١٤٤٠,٨٨	٧٢٠,٤٤	٣٥,٤٣	٢	دالة
	داخل المجموعات	٨٥٣٩,٥٥	٢٠,٣٣		٤٢٠	
	المجموع	٩٩٨٠,٤٣			٤٢٢	
الاقتصادية	بين المجموعات	٩٨١٢,٦٣	٤٩٠٦,٣١	٢١٦,٦٩	٢	دالة
	داخل المجموعات	٩٥٠٩,٧٣	٢٢,٦٤		٤٢٠	
	المجموع	١٩٣٢٢,٤٠			٤٢٢	
الصحية	بين المجموعات	٥٤٦,١٣	٢٧٣,٠٧	٧,٨٣	٢	دالة
	داخل المجموعات	١٤٦٤٣,٥٧	٣٤,٨٧		٤٢٠	
	المجموع	١٥١٨٦,٧٠			٤٢٢	
الأسرية	بين المجموعات	٢٩٢,٧١	١٤٦,٣٦	٥,٣٩	٢	دالة
	داخل المجموعات	١١٤١٣,٧٢	٢٧,١٨		٤٢٠	
	المجموع	١١٧٠٦,٤٣			٤٢٢	
الاجتماعية	بين المجموعات	٢٨٥,١٦	١٤٢,٥٨	٤,٩٧	٢	دالة
	داخل المجموعات	١٢٠٥٧,٧٥	٢٨,٧١		٤٢٠	
	المجموع	١٢٣٤٢,٩١			٤٢٢	
الانفعالية	بين المجموعات	٥٧٦,٢٣	٢٨٨,١١	٦,٤٣	٢	دالة
	داخل المجموعات	١٨٨١٢,٣٦	٤٤,٧٩		٤٢٠	
	المجموع	١٩٣٨٨,٥٧			٤٢٢	
النفسية	بين المجموعات	٨٢١,٤٢	٤١٠,٧١	١١,٠٣	٢	دالة
	داخل المجموعات	١٥٦٣٣,٦٤	٣٧,٢٢		٤٢٠	
	المجموع	١٦٤٥٥,٠٥			٤٢٢	

أظهرت نتائج الجدول وجود فروق بين المجموعات الثلاث (الطالبات السعوديات- الطالبات المصريات- الطالبات السوريات) على مقياس الأزمات [الدراسية- الاقتصادية- الصحية- الأسرية- الاجتماعية- الانفعالية- النفسية]، وقد كانت جميع الفروق دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١، ولمعرفة طبيعة هذه الفروق تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، وكانت كالتالي:

جدول (١٠) يوضح اختبار شيفيه للمقارنات البعدية للأزمات تبعا لاختلاف الطالبات (سعوديات– مصريات– سوريات).

الأزمات	الجنسية		متوسط الخطأ	الخطأ المعياري	الدلالة
الدراسية	مصر	السعودية	٣,٧٧	٠,٥٣٦	٠,٠٠٠
	سوريا	السعودية	٤,٠١	٠,٥٣٥	٠,٠٠٠
		مصر	٠,٢٤٤	٠,٥٤٠	٠,٩٠٣
الاقتصادية	مصر	السعودية	١,١٥	٠,٥٦٥	٠,١٢٧
	سوريا	السعودية	١٠,٧٥	٠,٥٦٥	٠,٠٠٠
		مصر	٩,٦٠	٠,٥٧٠	٠,٠٠٠
الصحية	مصر	السعودية	١,٧٩	٠,٧٠٢	٠,٠٤
	سوريا	السعودية	٢,٧٣	٠,٧٠١	٠,٠٠٠
		مصر	٠,٩٣٩	٠,٧٠٧	٠,٤١٤
الأسرية	مصر	السعودية	٠,٥٢٠	٠,٦٢٠	٠,٧٠٤
	سوريا	السعودية	١,٩٦	٠,٦١٩	٠,٠٠٧
		مصر	٠,١٤٥	٠,٦٢٤	٠,٠٧٠
الاجتماعية	مصر	السعودية	١,٩٩	٠,٦٣٧	٠,٠٠٨
		سوريا	٠,٧٧٢	٠,٦٤٢	٠,٤٨٥
	سوريا	السعودية	١,٢٢	٠,٦٣٦	٠,١٦٢
الانفعالية	مصر	السعودية	٢,٦٢٣	٠,٧٩٦	٠,٠٠٥
		سوريا	٢,٣١	٠,٨٠١	٠,٠١٦
	سوريا	السعودية	٠,٣١١	٠,٧٩٤	٠,٩٢٦
النفسية	مصر	السعودية	٣,٠٤	٠,٧٢٥	٠,٠٠٠
		سوريا	٠,٢٠٧	٠,٧٣١	٠,٩٦١
	سوريا	السعودية	٢,٨٣	٠,٧٢٤	٠,٠٠١

أظهرت نتائج الجدول (٨) وجود فروق دالة بين العينات الثلاث على الأزمات التالية:

- **الأزمة الدراسية:** وجود فروق بين الطالبات المصريات والطالبات السعوديات فى اتجاه المصريات.بمعنى أن الطالبات المصريات أكثر تعرضاً للأزمات الدراسية مقارنة بالسعوديات.ووجدت فروق بين الطالبات السوريات والسعوديات فى اتجاه السوريات؛ حيث كانت السوريات أكثر تعرضاً للأزمات الدراسية مقارنة بالسعوديات.
- **الأزمة الاقتصادية:** وجود فروق بين الطالبات السوريات وكل من الطالبات السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات ؛ حيث كانت السوريات أكثر تعرضاً للأزمات الاقتصادية مقارنة بالسعوديات والمصريات.
- **الأزمة الصحية:** وجود فروق بين الطالبات المصريات والسعوديات فى اتجاه المصريات، ووجود فروق بين السوريات والسعوديات فى اتجاه السوريات.
- **الأزمة الأسرية:** وجود فروق بين الطالبات السوريات والسعوديات فى اتجاه السوريات.

- **الأزمة الاجتماعية:** وجود فروق بين المصريات والسعوديات في اتجاه المصريات.
- **الأزمة الانفعالية:** وجود فروق بين المصريات وكل من: السعوديات والسوريات في اتجاه المصريات.
- **الأزمة النفسية:** وجود فروق بين المصريات والسعوديات في اتجاه المصريات، ووجود فروق بين السوريات والسعوديات في اتجاه السوريات.

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن الطالبات المصريات والسوريات يتعرضن لأزمات متعددة ومتباينة، ويرجع هذا التباين إلى التغيرات المتلاحقة والسريعة التي طرأت على البلدين خلال السنوات الأخيرة التي عاشتها البلدان، وما شهده المجتمع من تغيرات سياسية واقتصادية واجتماعية كان لها التأثير المباشر على تدني الخدمات، بل وانعدام بعضها، فضلا عن فقدان الاستقرار وخاصة بالمجتمع السوري.الأمر الذي يشير إلى أن هذه الظروف تعد ظاهرة حتمية لظهور الأزمات التي لا يمكن تجاهلها أو تجنبها أو حتى القضاء عليها، وقد ذكر كاسبرسون casperson أن الأزمة تتمثل في التهديدات التي تواجه حياة الإنسان وممتلكاته ومقومات بنيته.

إن من طبيعة الطالبات أنهن أكثر إحساساً بالضغوط مقارنة بالذكور، وذلك كما أشار واين ٢٠٠٥wayne في دراسته، وكانت أهم الأزمات هي الأزمات المتعلقة بالتحصيل الدراسي. ودراسة المهدي التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين المصريات والسعوديات في مشكلات المجال الدراسي والتربوي والاجتماعي، وأشار مصطفى عبد المعطي (١٩٩٤) إلى أن المصريين أكثر إحساساً بالضغوط من الاندونيسيين الوالدية والأحداث الشخصية بينما كان الاندونيسيين أعلى في ضغوط العمل والدراسة والنواحي المالية الصحية.ودراسة عبد الرازق (٢٠٠٦) التي توصلت إلى أن المصريين أكثر إدراكاً وإحساساً بالضغوط من السعوديين، وكانت هذه الضغوط الأسرية، الاقتصادية، بينما كان السعوديون أكثر إدراكاً للضغوط المتعلقة بالمستقبل المهن والضغوط الأكاديمية، بالإضافة إلى ما توصلت إليه دراسة بسيوني والسعيد (٢٠١١) العينة المصرية أكثر تعرضاً للضغوط المرتبطة بالأسرة، يليها الاقتصادية، ثم المرتبطة بالمستقبل المهن، كما أشارت دراسة خزاعلة والغرايبة (٢٠١١) إلى أن أكثر الضغوط التي يتعرض لها طالبات جامعة القصيم هي الضغوط النفسية، الاجتماعية، الأكاديمية.

الفرض الثاني:توجد فروق دالة على مقياس التعامل مع الأزمة لدى طالبات الجامعة ترجع لاختلاف الدولة (السعودية- مصر- سوريا).

شكل يوضح متوسطات أساليب التعامل التى يستخدمها العينة السعودية والسورية والمصرية.

جدول (١١) تحليل التباين الأحادي لأساليب التعامل التى يستخدمها طلاب الجامعة (سعوديات- مصريات- سوريات)

أساليب التعامل	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	درجة الحرية	الدلالة
الدراسة المبدئية	بين المجموعات	٨٤٩,٩٣	٤٢٤,٩٦	١٠١,٢٥	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٧٦٢,٨٨	٤,٢٠		٤٢٠	
	المجموع	٢٦١٢,٨١			٤٢٢	
الدراسة التحليلية	بين المجموعات	٦٠٣,٥٨	٣٠١,٧٩	٧٩,٩٣	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٥٨٥,٧٤	٣,٧٨		٤٢٠	
	المجموع	٢١٨٩,٣٢			٤٢٢	
الاستعداد للمواجهة	بين المجموعات	٣٤٧,٧٠	١٧٣,٨٥	٤٩,٢٠	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٤٨٤,١٧	٣,٥٣		٤٢٠	
	المجموع	١٨٣١,٨٧			٤٢٢	
التخطيط للتعامل	بين المجموعات	٦٨٨,٢٧	٣٤٤,١٤	١٠٤,٤٩	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٨٣,٣١	٣,٢٩		٤٢٠	
	المجموع	٢٠٧١,٦٠			٤٢٢	
مجموع الأساليب العلمية	بين المجموعات	٩٦٥٣,٨٩	٤٨٢٦,٩٥	١٣٩,٦٩	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٤٥١٢,٧٤	٣٤,٥٥		٤٢٠	
	المجموع	٢٤١٦٦,٦٣			٤٢٢	
الهروب المباشر	بين المجموعات	٤٢٥,٣١	٢١٢,٦٦	٦٧,٩٦	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣١٤,١٨	٣,١٣		٤٢٠	
	المجموع	١٧٣٩,٤٩			٤٢٢	
الهروب غير المباشر	بين المجموعات	١٧٩,٣٨	٨٩,٦٩	١٩,٩١	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٨٩٢,٢٠	٤,٥١		٤٢٠	
	المجموع	٢٠٧١,٥٨			٤٢٢	
التنصل من المسئولية	بين المجموعات	٧٧١,٣٢	٣٨٥,٦٦	١٧١,٤٩	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٧٨,٦٤	٣,٢٨		٤٢٠	
	المجموع	٢١٤٩,٩٦			٤٢٢	
التركيز على جانب آخر	بين المجموعات	٢٧٤,٩٥	١٣٧,٤٨	٤٣,٢٧	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٣٤,٢٣	٣,١٨		٤٢٠	
	المجموع	١٦٠٩,١٨			٤٢٢	
العنف	بين المجموعات	٦١٢,٠٦	٣٠٦,٠٣	٩٣,٠٥	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٨١,٣٧	٣,٢٩		٤٢٠	
	المجموع	١٩٩٣,٤٢			٤٢٢	
القفز فوق الأزمة	بين المجموعات	٢٢٨,٢٣	١١٤,١١	٣٦,١٢	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	١٣٢٦,٧٧	٣,١٦		٤٢٠	
	المجموع	١٥٥٤,١٠			٤٢٢	
مجموع الأساليب التقليدية	بين المجموعات	١٣٦١٧,٠٤	٦٨٠٨,٥٢	١٤١,٣١	٢	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	٢٠٢٣٥,٩٣	٤٨,١٨		٤٢٠	
	المجموع	٣٣٨٥٢,٩٨			٤٢٢	

أظهرت نتائج الجدول وجود فروق بين المجموعات الثلاث (الطالبات السعوديات- الطالبات المصريات- الطالبات السوريات) على مقياس أساليب التعامل مع الأزمات [الدراسة المبدئية- الدراسة التحليلية- الاستعداد للمواجهة- التخطيط للتعامل- الدرجة الكلية للأساليب العلمية]، ووجدت فروق على الأساليب

التقليدية التى شملت [الهروب المباشر- الهروب غير المباشر- التنصل من المسئولية- التركيز على جانب آخر- العنف- القفز فوق الأزمة]، ولمعرفة طبيعة هذه الفروق؛ تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، وكانت كالتالي:

جدول (١٢)

اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لأساليب التعامل تبعاً للجنسية (سعوديات- مصريات- سوريات)

الأساليب	الجنسية		متوسط الخطأ	الخطأ المعياري	الدلالة
الدراسة المبدئية	السعودية	سوريا	٢,٤٩	٠,٢٤٣	٠,٠٠٠
	مصر	السعودية	٠,٨٧٥	٠,٢٤٤	٠,٠٠٢
		سوريا	٣,٣٦	٠,٢٤٥	٠,٠٠٠
الدراسة التحليلية	السعودية	سوريا	٢,٤٠	٠,٢٣١	٠,٠٠٠
	مصر	السعودية	٠,٢٧	٠,٢٣١	٠,٥١٦
		سوريا	٢,٦٦	٠,٢٣٣	٠,٠٠٠
الاستعداد للمواجهة	السعودية	سوريا	١,٦٩	٠,٢٢٣	٠,٠٠٠
	مصر	السعودية	٠,٤١٦	٠,٢٢٤	٠,١٧٨
		سوريا	٢,١٠	٠,٢٢٥	٠,٠٠٠
التخطيط للتعامل	السعودية	سوريا	٢,٦٣	٠,٢١٥	٠,٠٠٠
	مصر	السعودية	٠,١٥٤	٠,٢١٦	٠,٧٧٤
		سوريا	٢,٧٩	٠,٢١٧	٠,٠٠٠
مجموع الأساليب العلمية	السعودية	سوريا	٩,٢٠	٠,٦٩٨	٠,٠٠٠
	مصر	السعودية	١,٧١	٠,٦٩٩	٠,٠٥
		سوريا	١٠,٩١	٠,٧٠٤	٠,٠٠٠
الهروب المباشر	السعودية	مصر	٠,٤٩	٠,٢١٠	٠,٠٦٤
	سوريا	السعودية	١,٨٤	٠,٢١٠	٠,٠٠٠
		مصر	٢,٣٤	٠,٢١٢	٠,٠٠٠
الهروب غير المباشر	مصر	السعودية	٠,١٨	٠,٢٥٢	٠,٧٨١
	سوريا	السعودية	١,٤٦٣	٠,٢٥٢	٠,٠٠٠
		مصر	١,٢٨	٠,٢٥٤	٠,٠٠٠
التنصل من المسئولية	مصر	السعودية	٠,٥٨	٠,٢١٥	٠,٠٢٩
	سوريا	السعودية	٣,١١	٠,٢١٥	٠,٠٠٠
		مصر	٢,٥٣	٠,٢١٧	٠,٠٠٠
التركيز على جانب آخر	مصر	السعودية	٠,٣٤	٠,٢١١	٠,٢٦٩
	سوريا	السعودية	١,٨٦	٠,٢١١	٠,٠٠٠
		مصر	١,٥١	٠,٢١٣	٠,٠٠٠
العنف	السعودية	مصر	٠,١٥	٠,٢١٦	٠,٧٨٤
	سوريا	السعودية	٢,٤٨	٠,٢١٥	٠,٠٠٠
		مصر	٢,٦٣	٠,٢١٧	٠,٠٠٠
القفز فوق الأزمة	السعودية	مصر	٠,٣٦	٠,٢١١	٠,٢٣٤
	سوريا	السعودية	١,٣٥	٠,٢١١	٠,٠٠٠
		مصر	١,٧١	٠,٢١٣	٠,٠٠٠
مجموع الأساليب التقليدية	مصر	السعودية	٠,٠٨	٠,٨٢٥	٠,٩٩٤
	سوريا	السعودية	١٢,١٠	٠,٨٢٤	٠,٠٠٠
		مصر	١٢,٠١	٠,٨٣١	٠,٠٠٠

أظهرت نتائج الجدول وجود فروق دالة بين العينات الثلاث على أساليب التعامل مع الأزمات وهي:

- **الدراسة المبدئية:** وجود فروق بين الطالبات السعوديات والطالبات السوريات في اتجاه الطالبات السعوديات، وبين الطالبات السعوديات والمصريات والسوريات في اتجاه المصريات.
- **الدراسة التحليلية:** وجود فروق بين الطالبات السعوديات والسوريات فى اتجاه السعوديات، ووجود فروق بين المصريات والسوريات فى اتجاه المصريات.
- **الاستعداد للمواجهة:** وجود فروق بين الطالبات السعوديات والسوريات فى اتجاه السعوديات، ووجود فروق بين الطالبات المصريات والسوريات فى اتجاه المصريات.
- **التخطيط للتعامل:** وجود فروق بين الطالبات السعوديات والسوريات فى اتجاه السعوديات، ووجود فروق بين المصريات والسوريات فى اتجاه المصريات.
- **مجموع الأساليب العلمية:** وجود فروق بين المصريات والسوريات عند مستوى دلالة ٠,١ فى اتجاه المصريات، ووجود فروق بين المصريات والسعوديات عند مستوى دلالة ٠,٥ فى اتجاه المصريات.
- **الهروب المباشر:** وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات.
- **الهروب غير المباشر:** وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات.
- **التنصل من المسئولية:** وجود فروق بين المصريات والسعوديات عند مستوى دلالة ٠,٥ فى اتجاه المصريات.و وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات.
- **التركيز على جانب آخر:** وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات.
- **العنف:** وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات.
- **القفز فوق الأزمة:** وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات.
- **مجموع الأساليب التقليدية:** وجود فروق بين السوريات وكل من: السعوديات والمصريات فى اتجاه السوريات؛ حيث كانت السوريات أكثر استخداما لأساليب التعامل التقليدية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن إيجاد حلول للأزمات ومواجهتها يتطلب البحث بهدوء عن طريق مناسب للحل وإتباع أسلوب علمى منهجي للوصول إلى الحل يكون بتحديد الأزمة وأبعادها وتأثيرها على الفرد وطرح أكثر من رؤية لحلها

والوصول للحل المناسب، هذا الأمر يقتضى ظروف محيطة بالفرد مستقرة وواضحة بعيدة عن التوترات والصراعات الأمر الذى لم يتوفر بالمجتمع السورى، ويلاحظ أن العينة السورية اتجهت للحلول التقليدية فى التعامل مع الأزمة نتيجة الخبرة السلبية التى تعيشها فى ظل الظروف السياسية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية القاسية؛ حيث يعتبر استخدام الأساليب التقليدية للتعامل مع الأزمات بمثابة مسكن ملائم وليس حل جذري للتخلص من الأزمة. ففى أسلوب الهروب المباشر لا تعالج الأزمة علاجا ناجحا، بل يتم تجاهلها فتتفاقم وتزداد دون حل، وفى التركيز على جانب آخر تعمل الطالبات على تجنب الفشل المتوقع فى مواجهة الأزمات بالتركيز على جوانب أخرى ليست فى صميم الأزمة، وإنما تحقق نوعا من الرضا من خلال عملها على تخفيض الانفعال، والتى تعد بمثابة أساليب تعامل موجهة نحو الانفعال.

وفى أسلوب التنصل من المسئولية فتلجأ إليه الطالبات كتبرير لعجزهن وقصورهن بإيجاد أعذار بعيدة عن المسئوليات وفيها هروب من مواجهة المواقف والأزمات التى أصبحت صعبة الحل فى ظل ظروف سياسية أفرزت مصاعب اقتصادية واجتماعية ونفسية؛ فضلا عن الكوارث والأحداث السلبية التى يتعرضون لها وبصفة مستمرة؛ تشعرهن بالعجز والفشل الذى أدى إلى انخفاض وتدنى نظرتهن وتقديرهن لذواتهن، مما أصابهن بعجز متعلم نتيجة لتكرار مواقف الفشل التى يجدون فيها أنفسهن غير قادرين على إيجاد حلول لما يعترضهن من أزمات.

أما عن استخدام أسلوب العنف وسط هذه الظروف والأوضاع السياسية التى يشهدها المجتمع السورى من مشكلات سياسية واقتصادية وزيادة مستوى الفقر وارتفاع معدل البطالة وارتفاع معدل الجريمة؛ تجعل الفرد يعانى من قصور فى التفكير وحجب للرؤية الصائبة للأمور وفقدان التركيز والتفكير المنطقي، حيث لا يجد الإنسان نفسه إلا أمام استخدام هذا الأسلوب نتيجة عدم القدرة على التحكم، إضافة إلى ما يعانيه من صراعات نفسية نتجت عن كثرة تعرضه للمشاهدات اللإنسانية بالمجتمع؛ جعلته يشعر باللاهوية وفقدان السيطرة على الموقف وتداعياته، وصعوبة إيجاد حل أو التعامل معه بطريقة صحيحة، وقد أكدت دراسة (Atkinson, 1990) أن كل أشكال السلوك الخاطئ هى نتيجة المواجهة غير الناجحة، بالإضافة إلى ما توصلت إليه دراسة بسيوني والسعيد (٢٠١١) أن العينة المصرية كانت أكثر استخداما للأساليب الإقدامية.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

المهدي، سوزان محمد (٢٠٠٢): بعض مشكلات طالبات المرحلة الجامعية في مصر والسعودية. مستقبل التربية العربية، م.٧،ع.١٦٣- ١٢٩، ٢٠ مصر: المركز العربي للتعليم والتنمية ٢١.

الأمارة، أسعد (٢٠٠٦): مشكلات نفسية اجتماعية معاصرة. كلية الآداب والتربية، قسم علم النفس، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

بدير، إيناس ماهر (٢٠١٣) الدعم الأسري وعلاقته بأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة للشباب الجامعى، مجلة علوم وفنون دراسات وبحوث مصر، مجلد ٢٥، ع ١، ص ص ٢٢٧- ٢٥٤.

سيونى، سوزان؛ السعيد، فاروق (٢٠١١): أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والقلق والاكتئاب لدى طالبات الجامعة دراسة مقارنة بين المجتمع المصرى والسعودى، المؤتمر العلمى السنوى العربي السادس

تيشوري، عبد الرحمن (٢٠٠٥). إدارة الأزمات والمشكلات.
aataych@scs-net.org

حسن، عبد الحميد سعيد؛ المحرزي، راشد بن سيف؛ إبراهيم، محمود محمد (٢٠٠٧): جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، العلوم التربوية، مصر مج ١٥- ع٣- ص ص ١١٤- ١٤٨.

حمودة، حكيمة (٢٠١٢): دور أساليب المواجهة فى التعامل مع قلق الامتحان وأثرها فى النجاح والرسوب فى شهادة الدراسة الثانوية العامة، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، سوريا مج ١٠، ع ١ ، ص ص ٩٩- ١٣٠.

حنورة، مصري عبد الحميد (٢٠٠٦): سيكولوجية إدارة الأزمات.مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

خزاعلة، أحمد خالد؛ الغرايبة، سالم علي (٢٠١١): الضغوط النفسية التي تواجه الطلبة في جامعة القصيم، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، الكويت، س٣٧،ع١٤١، ص ص ٣٢٣-٣٥٧.

الخضيري، محسن (٢٠٠٣).إدارة الأزمات. مجموعة النيل العربية، القاهرة.

الزيناتي، اعتماد (٢٠٠٣): أنماط الشخصية الصبورة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة -رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية بغزة.

سليمون، ريم (٢٠٠١): الخطط المستقبلية لإدارة الأزمات المدرسية.دراسة نفسية لمستقبليات المواجهة،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة طنطا كلية التربية.

السيد عثمان، فاروق (١٩٩٩): سيكولوجيا التفاوض وإدارة الأزمات، منشأة المعارف الإسكندرية.

طه، فرج عبد القادر (١٩٩٣): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. الطبعة الثانية،دار سعاد الصباح، الكويت.

عبد المعطي، حسن(١٩٩٤): ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها، دراسة حضارية مقارنة بين المجتمع المصري والمجتمع الاندونيسي، دراسات نفسية، الجمعية المصرية للصحة النفسية بالقاهرة، ع(٨).

عبد الهادي، سامر عدنان، أبو جدي، أمجد أحمد (٢٠١٢): الاستراتيجيات المعرفية الشائعة لتنظيم الانفعالات لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية في ضوء متغيرات النوع والجامعة والتخصص، المجلة التربوية – الكويت-مج ٢٦ – ع ١٠٣ ص ص ٣٠٥- ٣٥٥.

عبدالرازق، عماد (٢٠٠٦): أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة فى مصر والسعودية، المؤتمر السنوى الثالث عشر للإرشاد النفسي من أجل التربية المستدامة، مصر مج ١، ص ٤٢٣- ٥١٨.

العويضة، سلطان موسى(٢٠٠٦): العلاقة بين مصادر الضغوط وأساليب التدبر لدى عينة من طلبة الجامعات الخاصة الأردنية، رسالة تربية وعلم النفس السعودية – ع ٢٧ ص ص١٧٣-٢١.

كامل، عبدالوهاب (١٩٩٩): مبادئ علم النفس بين النظرية والتطبيق. مكتبة النهضة، القاهرة.

كامل، عبد الوهاب (٢٠٠١): مبادئ علم النفس بين النظرية والتطبيق (سيكولوجية مواجهة الأزمات والكوارث). مكتبة الانجلو المصرية،القاهرة.

كينان، كيت (١٩٩٩): السيطرة على الضغوطات النفسية. سلسلة الدليل الإداري، ترجمة مركز التعريب والبرمجة، الدار العربية للعلوم.

ماهر، أحمد (٢٠٠٦): إدارة الأزمات.الدار الجامعية، الإسكندرية، مصر.

هلال، محمد (٢٠٠٤): مهارات إدارة الأزمة بين الوقاية والسيطرة عليها. الطبعة الرابعة مركز تطوير الأداء والتنمية، القاهرة.

اليماني، عبد الرؤوف٠ الزعبي، نزار محمد (٢٠١٣): استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة بكالوريوس في كليات التربية في الجامعات الأردنية الرسمية، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية– فلسطين– مج١–ع٢ – ص ص ٢١٣–٢٤٦.

ثانيًا– المراجع الأجنبية:

Aselton, P (2000): Sources of Stress and coping in American College Students Who have been Diagnosed with Depression cap, Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing ISSN 1073-6077

Dattilio, Frank M.(1998): CASE STUDIES IN COUPLE AND FAMILY THERAPY: SYSTEMIC AND COGNITIVE PERSPECTIVES PUBLISHED GUILFORD PRESS NEW YORK.P.P1-486.

DattilioI, F.M. & Freeman (1994): FAMILIES IN CRISIS EDS..COGNITIVE- BEHAVIORAL.STRATEGIES IN CRISIS INTERVENTION.NEW YORK GULIFORD PRESS.PP.278-301

David,N.(2011): Stress and work- life Balance Insights for managers, Bookboon. com, ISBN 978-87-7681-914-9

Deatherage, S.; Heather L.; Aksoz, I;.(2014) Stress, Coping, and Internet Use of College Students. Journal of American College Health.Jan, Vol.62 Issue 1, p40-46.7p.

Dhawan, S (2013): Finding a Panacea for stress .Move from distress to de-stressVentus Publishing Aps,ISBN 978- 87-403-0461-9 www.bookboon.com DOI 10.1007/s10826-012-9657-2

Jones,E.(2004): Student stress survival pack, WWW.Depression alliance.Org/Content.Student.hota1

kepalatie, A (2013): Stress Coping Strategies Of First Year Students Of Social Pedagogy.Special Education.Issue 2, p101-108.8p

Larson, G.& Larson, B.(2012): Self- Managed and coach led Stress Management- Atheory- Based Practical Guide for Stressed People. Ventus Publishing Aps, ISBN 978-87-463-0228-8 www.bookboon.com

Larson, G.& Larson, B.(2012): Stress measurement in less than one minute Ventus Publishing Aps,ISBN 978-87-403-0234-9 www.bookboon.com

Lazarus, R.(2000).Toward better research on stress and coping. Journal of Americam Psychologist , 55, 6, pp.665-673.

MTD Training (2010): Managing Tress, 1st edition ISBN978-87-7681-658-2

Nathan, M. (2012): The Crisis Management Classroom. Global Education Journal, Vol.Issue 4, p115-135.21p.

O'Brien, L.; Mathieson, K.; Leafman, J.; Spearman,L.(2012): Level of Stress and common Coping Strategies Among Physician Assistant Students, The Journal of Physician Assistant Education, Vol 23, No 4

Palmer, A (2009): Mindfulness, Stress, and Coping among university Students.Canadian Journal of Counselling / Revue canadienne de counseling / 2009, Vol.43:3.

Rodger, S.(2005): A Research on College Students' Coping Styles of Psychological Stress, Department of Social Psychology, Jilin University, Changchun.

Sanchez, Y; Lambert, S; Strickland, M.(2013): Adverse Life Events, Coping and Internalizing and Externalizing Behaviors in Urban African American Youth.. Journal of Child & Family Studies. Jan, Vol.22 Issue 1, p38-47.10p.

Steeger, C.; Gondoli, D.; Morrissey, R.(2013): Maternal avoidant Coping Mediates the Effect of Parenting Stress on Depressive Symptoms During Early Adolescence. J Child Fam Stud (2013) 22:952–961

Verhoeven, P.; Tench, R.; Zerfass, A.; Moreno, A.; Verčič, D. (2014):Crisis? What crisis?: How European professionals handle crises and crisis communication. Public Relations Review.Mar2014, Vol.40 Issue 1, p107-109.3p.

Wayne, E.(2005)."The Measurement of Stress among College Students".http://searchERIC.org/ericdb/ED339288.htm

Yamashita, K.; Saito, M.; Takao, T. (2012): Stress and coping styles in Japanese nursing students. International Journal of Nursing Practice18: 489–496.