

<p>د/ محمد أحمد شلبي قسم علم النفس كلية الآداب - جامعة المنيا</p>	<p>سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة : تنقية لبعض المفاهيم النفسية واختبار لنموذج بحثي</p>
--	--

أجريت هذه الدراسة على عينة عددها ٤٤٠ من طلبة وطالبات الجامعة متوسط أعمارهم (١٩,٤) سنة بانحراف معياري + (١,٢١) . تهدف الدراسة الحالية إلى وضع تعريفات دقيقة ومحددة (وضيقة) لكل من : أ - سمات الشخصية : وقد أظهرت النتائج وجود عاملان قويان للإنفعالية (العصابية) والإنبساط مقارنة بالدراسات العربية السابقة . ب - استراتيجيات المواجهة : وقد تم اقتراح فصل المفهوم الى أربعة مكونات هي : الحوار الداخلي وطرق خفض التوتر وأساليب المواجهة واستراتيجيات المواجهة ، وقد تم أيضا اقتراح نموذج بحثي لدراسة العلاقات بين سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة مع التركيز على المفهوم الأخير ، حيث تم اقتراح نموذج رباعي متسلسل يفترض ان مكونات استراتيجيات المواجهة متسلسلة وقد تم اقتراح الحوار الداخلي (الإيجابي والسلبي) باعتباره في مقدمة التسلسل بل إن النتائج توحي بالنظر إلى هذا المكون باعتباره أحد المكونات المعرفية - الإنفعالية لمفهوم الشخصية ، وقد تم اقتراح طريقة جديدة للدرجات على مقياس الحوار الداخلي ، وأظهرت النتائج وجود ثلاثة أنماط للحوار الداخلي الأول إيجابي خالص (P I D) والثاني السلبي المقاوم (M I D) والثالث السلبي الخالص (N I D). أكدت الدراسة أهمية عامل الإنفعالية (أو العصابية)

والحوار السلبي في اختيار استراتيجية معينة مثل استراتيجية التجنب . كما أظهرت نتائج تحليل التباين المتعدد MANOVA ان هناك تفاعل بين سمة الاتزان الانفعالي والحوار الإيجابي في اختيار استراتيجية التركيز على حل المشكلة . بينما وجد تفاعل بين الإنطواء ونمط الحوار السلبي في اختيار استراتيجية التجنب.

حظي موضوع سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة باهتمام مفرط من جانب علماء النفس، بل إن الباحث عن الموضوعين في مواقع البحوث النفسية على شبكة الإنترنت مثل PSYCHO INFO (الملخصات النفسية) و EBESCO (المقالات الكاملة) سيجد آلاف البحوث التي تدرس كل موضوع على حدة، وسيجد عددا محدودا من البحوث التي تدرس العلاقة بين سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة. وفي مجال السمات الكبرى في الشخصية فلا زال هناك جدل بشأن عدد هذه السمات فالبعض يقترح وجود ثلاثة عوامل كبرى هي العصابية والانبساط والذهانية (Eysenck & Eysenck, 1975) وهناك مجموعة ثانية تفترض وجود خمسة عوامل كبرى هي العصابية والانبساط والالتزام Conscientiousness والعشرية (السماحة) Agreeableness والتفتح على الخبرة (Norman, 1963; Costa & McCrae, 1985; McCra & Costa, 1988). وهناك مجموعة ثالثة تفترض وجود سبعة عوامل هي : التوجه الإيجابي والتوجه السلبي والانبساط (الإنفعالية الإيجابية) والعصابية (الإنفعالية السلبية) والالتزام والعشرية (السماحة) والسلوك المحافظ (Benet- Martinez & Waller,

(1991, Tellegen, et al., 1995). ويعد نموذج العوامل الخمسة للكبرى أكثر النماذج شيوعاً بسبب البحوث العديدة التي قام بها "كوستا" و "ماكراي". وهم يتبعون نفس خطوات "هانز أيزنك" الذي قدم مئات البحوث التي تدعم نموذج العوامل الثلاثة الكبرى. ولكن حتى الآن هناك عدم اتفاق بين علماء الشخصية على عدد العوامل الكبرى في الشخصية ، ولذلك فإن الباحث الحالي سيتبنى نموذج العاملين الكبيران الانفعالية (أو العصائية) والانبساطية لأنهما القاسم المشترك في جميع نماذج نظرية السمة ، مع ملاحظة ان هذان العاملان - خاصة الانبساط - لم يظهرنا بنقاء تام في دراسات عربية عديدة .

(الأصاري ، ١٩٩٧؛ شلبي، ٢٠٠٠؛ شلبي وآخرون ، ٢٠٠٠).

كما يوجد عدم اتفاق بشأن العوامل الكبرى في الشخصية فهناك - أيضا - عدم اتفاق بشأن مفهوم المواجهة فالبعض يعتبرها أحد عمليات الشخصية (Bolger, 1990; Schwartz, et al ., 1999) . ويعتبرها آخرون أفكار وسلوكيات (Folkman & Moskowitz, 2004) بينما تعتقد مجموعة ثالثة أن المواجهة عبارة عن قدرة عقلية أو استعداد (Epstein & katz, 1990; Carver, Scheier & Weintraub, 1989) .

بل أن هناك عدم اتفاق بشأن تعريف المفهوم فالبعض يضع عشرات البنود ثم يحللها عاملياً أو يصنفه عقلياً وآخرون يضعون فئات رئيسية مثل التمرکز حول حل المشكلة أو التمرکز حول الانفعال أو التجنب (Skinner et al ., 2003; Pearlin & Billings, 1982;

Folkman & Lazarus, 1980; 1984; Levneh & Liveneh, 1996).

وهناك اختلافات بشأن مكونات استراتيجيات المواجهة وذلك بسبب أن كل مقياس يبنى على أسس نظرية واقعية مختلفة (Folkman & Lazarus, 1980; 1988; Moos, 1993 ; Amirkhan, 1990; Endler & Parker, 1990).

وقد أدت هذه الاختلافات حول المفهوم وطرق قياسه إلى عدم الاتفاق بشأن مفهوم استراتيجيات المواجهة ، ويبدو أن جزءاً من المشكلة يكمن في التعريفات الشاملة والعريضة للمصطلح كما أن مجال استراتيجيات المواجهة يخلو من نموذج جيد يجمع المكونات المختلفة للمفهوم ، فالباحثون يضعون استراتيجيات التمرکز حول الانفعال واستراتيجية التمرکز حول الحل والتجنب والمساندة الاجتماعية في مقياس واحد باعتبارهم مكونات متوازنة وأنية ، ويقترح الباحث الحالي فصل هذه المكونات وإزالة وضعها في نموذج متسلسل سيرد تفصيله لاحقاً.

أما فيما يتعلق بالعلاقات بين سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة فهناك نتائج متضاربة وغير حاسمة Kenrick & Funder, 1988; Vickers, Kolar & Hervig, 1989; Parkes, 1986; Folkman & Lazarus, 1980; 1985; Folkman, et al ., 1980 . مما أدى إلى ندرة البحوث حول العلاقة بين سمات الشخصية والواجهة .

مشكلة البحث :

تكمن مشكلة البحث في النقاط التالية :

١- استخدام علماء الشخصية لمفاهيم عريضة وشاملة لوصف سمات الشخصية الكبرى ، ويحاول الباحث في الدراسة الحالية وضع تعريفات ضيقة ومحددة مع التركيز على العاملين الكبارين في الشخصية (الانفعالية والانبساط) في محاولة لاستعادتهم في الثقافة العربية حيث اظهرت دراسات عربية سابقة عدم نقاء العاملين ، ويطرح ذلك تساؤلات هامة هي :

أ- هل تحديد (تضييق) مفهوم الانفعالية سيؤدي إلى زيادة تشعبات البنود على عامل الانفعالية؟

ب- هل تحديد (تضييق) مفهوم الانبساط سيؤدي الى زيادة تشعبات البنود على عامل الانبساط؟

٢- تتمثل المشكلة الثانية في الاستخدام الأني (المتوازي) لمكونات مفهوم استراتيجيات المواجهة ، رغم أن هناك مكونات تسبق مكونات أخرى ، ويطرح ذلك تساؤل هام وهو : هل سيؤدي فصل مكونات مفهوم المواجهة إلى فهم أفضل للآليات المعرفية - الانفعالية للمفهوم ، كما اقترح الباحث نموذج بحثي متسلسل لدراسة مفهوم استراتيجيات المواجهة.

أهداف الدراسة :

ويمكن تحديد أهداف البحث على النحو التالي :

- ١- إعادة تعريف وتحديد مفهوم العصابية.
- ٢- إعادة تعريف وتحديد مفهوم الانبساط.
- ٣- محاولة فهم تسلسل وترتيب مكونات مفهوم استراتيجيات المواجهة، خاصة المكون المعرفي - الانفعالي (الحوار الداخلي).
- ٤- إعادة بحث العلاقة بين سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة بعد إعادة التعريف وطبقاً لترتيب نموذج بحثي يقترحه الباحث الحالي.

أهمية الدراسة :

يعتبر تنقية بعض مفاهيم علم النفس ومنها مفاهيم أبعاد الشخصية الأساسية (مثل العصابية والانبساط) ذو أهمية بالغة خاصة في المجال البحثي والإكلينيكي. كما أن تنقية مفهوم استراتيجيات المواجهة سيكون له دلالة هامة في مجال البحث حيث تختلط المفاهيم والنتائج ولا تتفق على إطار واضح، والدراسة الحالية محاولة لتقليل الخلط في مجال الشخصية واستراتيجيات المواجهة.

المفاهيم الأساسية في الدراسة

السمات الكبرى في الشخصية

هناك عدة توجهات فيما يتعلق بالسمات الكبرى في الشخصية وأهمها السمات الثلاثة الكبرى والسمات الخمسة الكبرى والسمات السبعة الكبرى.

أولاً : السمات الثلاثة الكبرى :

اقترحها "هانز آيزنك" في أواخر الأربعينات من القرن العشرين ، وقد أجرى "آيزنك" عشرات البحوث التي تعرف فيها على عاملين كبيرين (Eysenck & Eysenck, 1968)، وقد أدت التحليلات التالية إلى التعرف على عامل كبير ثالث هو "الذهانية" أو "العقل المتصلب" (Eysenck & Eysenck, 1975). ويتميز بعد الذهانوية بانخفاض السيطرة على الذات (مثلا سلوكيات غير مسيطر عليها) مقابل قوة السيطرة على الذات (Digman, 1990; Watson & Clark, 1993). وقد اقترح علماء آخرون نماذج ثلاثية للسمات (Tellegen, 1985; Gough, 1987; Watson & Clark, 1993).

ورغم الفروق الجوهرية في المصطلحات والتفسيرات فإن هذه النماذج تقترح سمات رئيسية هي :

أ - العصائية (أو الانفعالية السلبية)

ب- الانبساط (أو الانفعالية الإيجابية)

ج- السيطرة على الذات (Tellegen, 1985; Watson & Clark, 1993; Watson et al., 1994).

ثانيا : السمات الخمسة الكبرى :

يرجع أساسها إلى "ألبرت" و "أودبرت" (Allport & Odbert, 1936) الذين حاولوا البحث عن المصطلحات المرتبطة بسمات ووصف الشخصية في اللغة الإنجليزية . وخلصا فيها إلى وجود ٤٥٠٤ وصف للشخصية . وقد خفض "كاتل" (Cattell, 1945; 1946) هذه السمات إلى عدد أقل (١٧١ سمة) وذلك عن طريق تصنيف السمات في مجموعات كبرى ، ثم خفضت إلى ٣٥ بعد (ذو قطبين مثل الانبساط - الانطواء)، وقد تعرف " كاتل" على ما بين ١٢ إلى ١٥ عامل في بحوث تقديرات الأقران عند وصفهم لشخصية من يعرفونهم.

وقد نبعت العوامل الخمسة من تحليلات تقديرات الأقران، وظهرت بقوة في العديد من البحوث (Digman & Inouye, 1986; Norman, 1963; Norman & Goldberg, 1966; Tupes & Christal, 1992).

كما ظهرت العوامل الكبرى في دراسات حديثة استخدمت التقارير الذاتية والاستخبارات (Costa & McCrae, 1988; McCrae & Costa, 1985; 1987). كما ظهرت العوامل الخمسة في الدراسات عبر الثقافية (John, Goldberg & Angleitner, 1984) .

وقد خصصت العديد من الدراسات إلى التأكيد على وجود خمسة عوامل قوية هي :

- أ- العصابية (الإتزان الانفعالي). ب- الانبساط (أو الصخب).
ج- الالتزام (أو الاعتمادية). د- العشرية. هـ- التفتح على
الخبرة (أو التخيل أو الذكاء أو الثقافة).

(Borgatta, 1964; Fisk, 1949; Norman, 1963; Tupes
& Christal, 1992)

وقد وجهت انتقادات لنموذج العوامل الخمسة لأنه يفتقر إلى الأساس
النظري. (Eysenck, 1992; Tellegen, 1993) وانتقدها آخرون لعدم
ظهورها في ثقافات غير غربية (الأنصاري، ١٩٩٧، شلبي، ٢٠٠٠؛
شلبي وآخرون، ٢٠٠٠).

ثالثاً : العوامل السبعة الكبرى :

تعتبر تطوير أعمال "تلجين" (Tellegen, 1985) وظهرت في
عدد من الدراسات الحديثة (Benet-Martinez & Waller, 1997;
Tellegen, et al., 1991) شلبي وديغم، ٢٠٠٠ عبد الفتاح
وآخرون، (٢٠٠٣). وهي على النحو التالي :

- ١- التوجه الإيجابي : ويشير للتميز والتفوق. ٢- التوجه السلبي
- : ويشير للفساد الأخلاقي والشر. ٣- الانفعالية الإيجابية
- (الانبساط). ٤- الانفعالية السلبية (العصابية). ٥- الالتزام .
- ٦- العشرية. ٧- السلوك المحافظ (التمسك بالتقاليد).

وبنظرة فاحصة لبعض الدراسات التي اهتمت بتحديد عدد العوامل
(انظر عبد الخالق والأنصاري، ١٩٩٦، ص ١٤؛ شلبي، ١٩٩١ ص

(١٧) سوف يلاحظ اختلاف مضمون العوامل وأسمائها من دراسة لأخرى ، مثلا هناك عدد كبير من التعريفات بشأن مفهوم العصابية والانبساط.

أولا : تعريفات العصابية :

يشير أيزنك إلى الشخص العصابي النموذجي بأنه :

هو استجابات انفعالية ، يشكو من اضطرابات بدنية ، أرق ، الشعور بالذنب مهموم ، قلق ، لديه انخفاض في التقدير الذاتي . (عبد الخالق ، ١٩٨٠ ، ص ١٢ ، ١٩٨٧) .

بينما يعرفه "كوستا" و "ماكراي" (Costa & McCrae, 1978; 1992) بأنه يشمل كل من القلق والعدائية والاكنتاب والوعي بالذات والانفعالية والاستهداف وعدم القناعة.

كما يعرف " بينت " و "والر" العصابية (الانفعالي السلبي) بأنها تشير إلى سرعة الإحباط وسهولة الغضب والشعور بالذنب والعصبية وسهولة التهيج (Benet & Waller, 1995).

ولكن هناك ملاحظة هامة للغاية هي أن بنود المقاييس التي تقيس بعد العصابية تختلف من نموذج لآخر ويبين ملحق (١) مقارنة بين أربعة مقاييس لقياس الشخصية وهي BFI و EPQ و NEO ومقياس العوامل السبعة IPC-7 وتقتصر المقارنة أن كل المقاييس إنما تقيس مكونات مختلفة إلى حد ما .

ثانيا : تعريفات الانبساط :

وما ينطبق على العصابية ينطبق على مفهوم الانبساط(أنظر المقارنة بين المقاييس في ملحق ٢) مثلا يعرف أيزنك الانبساطي بأنه شخص اجتماعي ، يحب الحفلات ، له أصدقاء كثيرون، يحب الناس ، لا يحب القراءة ، يحب الإثارة ، انتهازي للفرص، يتصرف طبقاً للحظة الراهنة ولا يقدر العواقب، محب للدعابات إجاباته حاضرة ، يحب التغيير لا مبالي ، متفائل ، ويحب الضحك والمرح، يميل للعدوانية ، يفقد أعصابه بسرعة ، لا يعتمد عليه لديه سرعة بديهية (أيزنك ، هـ، ١٩٦٩ ص ٦٢ عبد الخالق ، ١٩٨٧).

بينما يعرف "كوستا" و "ماكرابي" (Costa & McCrae, 1978; 1992) مفهوم الانبساط بأنه يشمل كل من الدفء وحب التجمع والتأكيدية والنشاط والبحث عن الإثارة والانفعالات الإيجابية .

كما يعرف "بينت" و "والر" الانبساط (الانفعال الإيجابي) بأنه يشير إلى الثرثرة والاندفاعية وعدم الهدوء ، وتجنب العزلة وعدم التحفظ (Benet & waller, 1995).

ويذكر "ماكرابي" وآخرون (McCrae et al., 2004) أن سمة الانبساط هي أكثر السمات اتفاقاً في الدراسات عبر الثقافية ، ولكن ذلك لا يتفق مع الدراسات التي أجريت في الثقافات العربية (الأنصاري ، ١٩٩٧ ، شلبي ، ٢٠٠٠ ، عبد الفتاح وآخرون ، ٢٠٠٠)

دراسات لم يظهر فيها العاملان الكبيران :

في دراسة لـ "بلاس" و "فورزي" ظهرت لديهم ثلاث عوامل كبرى ليس من بينها العصابية (Diblas & Forzi, 1999, p.470) بينما لم يظهر عامل الانبساط في دراسة لـ "كاتيجباك" وبدلاً من ذلك ظهر عامل اجتماعي يختلط فيه بنود من الانبساط والعشرية (Katigbak, et al., 1996, p. 104).

ولم يظهر عامل الانبساط في دراسة لـ "شيونج" حيث ظهرت خمسة عوامل كبرى هي الاجتماعية والذاتية والاتباعية والاتزان الانفعالي والعشرية (Cheung et al., 1992).

وفي دراسة أخرى لم يظهر العاملان الكبيران بصورة نقية وبدلاً من ذلك ظهر عاملان الأول اشتمل على بنود من العشرية والالتزام والاتزان الانفعالي واشتمل العامل الثاني على بنود من الانبساط والتفتح على الخبرة (Digman, 1997) وفي دراسة إيطالية (Caprara & Perugini, 1994) لم يظهر عامل العصابية . وفي دراسة عربية لم يظهر عامل نقي للانبساط (الأنصاري، ١٩٩٧) وفي دراستين مصريتين لم يظهر العاملان الكبيران ببقاء (شليبي، ٢٠٠٠ ، عبد الفتاح وآخرون ، ٢٠٠٠).

وهناك العديد من الدراسات الكلاسيكية الهامة لم يظهر فيها عامل الانبساط (Fisk, 1949; Tupes & Christal, 1961; Borgatta, 1964; Norman 1963; Hogan, 1986; Pebody & Goldberg, 1986; Lorr, 1986). وقد أظهرت نتائج دراسة مصرية (عبد الله ،

١٩٩٨) إلى انخفاض تشبعت البنود على عامل الانبساط حيث ظهر في عدة عوامل وليس عاملا واحدا قويا .

كما أن هناك دراسات أخرى كلاسيكية هامة لم يظهر فيها عامل العصابية (Cattell & Coan, 1957; Hogan, 1986; Pebody & Goldberg, 1989; Botwin & Buss, 1989).

وكما هو واضح فإن أغلب نتائج الدراسات تتفق على وجود العاملين الكبيرين إلا أن هناك دراسات لا تدعم هذه النتائج ، ويبدو أن هذان البعدان بحاجة إلى تعديل مناسب لكي يمكن استخدامهم في البحوث ، خاصة البحوث التي تجرى في الثقافات غير الغربية مثل الثقافة المصرية والعربية .

وهذا ما دفعنا نحو إعادة تعريف مفهومي العصابية (عدم الاتزان الانفعالي) والانبساط وذلك باستخدام تعريفات محددة وتتمركز حول محور أو عامل واحد ، مع استبعاد التعريفات الشاملة السابق عرضها.

مفهوم استراتيجيات المواجهة

ازدهرت بحوث استراتيجيات المواجهة خلال العقود الثلاثة الماضية في مجالات علم النفس والاجتماع والطب والصحة العامة. وقد أجريت دراسات على عينات كبيرة وقد حاولت هذه الدراسات استكشاف العلاقات النظرية المجردة للمفهوم ومحاولة تطبيقها في المجالات الإكلينيكية وقد حاول الباحثون الكشف عن أسباب المواجهة الفعالة لبعض الناس عند مجابتهم لمواقف عصبية ، وقد درست المواجهة في ضوء مفاهيم أخرى مثل الثقافة والارتقاء والشخصية.

ويعود المفهوم الى بداية القرن العشرين حيث قدم "فرويد" إطار لفهم الطريق التي يتكيف بها الناس ولكن مع صراعاتهم الجنسية والعدوانية الداخلية (هول ولندزي، ١٩٧١) وقدم مفهوم ميكانيزمات الدفاع باعتبارها وسائل لا شعورية للمواجهة . وقد افترض بعض المحللين النفسيين بعد ذلك التهديدات الخارجية باعتبارها مصدر من مصادر الصراع (Haan, 1977) وقد افترض بعض المحللين النفسيين أن ميكانيزمات الدفاع تغير من إدراكات الفرد للأحداث الضاغطة لكي ينخفض الكرب (Vaillant, 1994) وقد اقترح "فيلانت" (Vaillant, 1994) أن ميكانيزمات الدفاع تتنظم في ترتيب هرمي وأطلق على بعضها ميكانيزمات ناضجة وعلى الأخرى ميكانيزمات تكيفية ، وطبقا " لفالانت " فإن هناك أربعة مستويات لدفاعات الأنا :

- أ- ميكانيزمات ذهانية : مثل الإنكار وتشويه الواقع . ب-
- ميكانيزمات غير ناضجة : مثل الانفصال عن الواقع . ج-
- ميكانيزمات عصابية : مثل التبرير والكبت . د-
- ميكانيزمات ناضجة : مثل الضحك والتسامي .

ويعتقد "فالانت" أن الميكانيزمات الناضجة هي فقط الواقعية . ويميز "هان" (Haan, 1963; 1977) بين ميكانيزمات الدفاع وميكانيزمات المواجهة ويفترض أن ميكانيزمات الدفاع تتصف بالصلابة وتشويه الواقع والتأثر بخبرات الماضي وتكون لا شعورية، كما يفترض أن ميكانيزمات المواجهة تتصف بالمرونة والغرضية والواقعية وتكون مرتبطة بالمستقبل وترتبط بالشعور .

ويعتبر "ريشارد لازاروس" (Lazarus, 1966) أول من قدم المفهوم باعتباره مفهوم سلوكي - معرفي يستخدمه الناس لتدبير الكرب وتحديد المشكلات في حياتهم اليومية وتؤكد نظرية "لازاروس" على دور التقويمات المعرفية في تشكيل الطريقة التي سيستجيب بها الفرد انفعالياً في مواجهة المشكلات اليومية. وهذا التوجه المعرفي لـ "لازاروس" حدث في سياق التوجه المعرفي في منتصف السبعينات من القرن العشرين حيث اهتم الباحثون بالعلاقة بين المعارف والانفعالات.

وكذلك عندما ازداد اهتمام الباحثون بأثر أحداث الحياة فإنهم نقلوا اهتمامهم إلى مفهوم استراتيجيات المواجهة مع مثيرات المشقة الخارجية، وقد تأثر الباحثون بقوة بأعمال لازاروس (Lazarus & Launier, 1978) والذي ركز على دور التقويم المعرفي في تشكيل استجابات الأفراد للمشقة والتي توجه جهود المواجهة .

وتعرف المواجهة بأنها جهود سلوكية ومعرفية يفعلها الفرد لكي يسيطر أو يتحمل أو يخفف الأعباء التي ترهق أو تزيد عن إمكانيات الفرد عند مواجهته لمشكلات وضغوط نفسية (Pearlin & Schooler, 1978; Cohen & Lazarus, 1979) .

وتعرف "فولكمان" و "موسكوفيتس" (Folkman & Moskowitz, 2004) , المواجهة بأنها الأفكار والسلوكيات التي يستخدمها الفرد لتدبير manage الاحتياجات الداخلية والخارجية للمواقف التي يقيمها على انها ضاغطة ومثيرة للمشقة. وينظر للمفهوم باعتباره مفهوم معرفي - سلوكي . وهذا التعريف منفق بشأنه على نطاق واسع (Tennen et al., 2000).

ويعتقد بعض الباحثين أن استراتيجيات المواجهة هي إحدى عمليات الشخصية (Bolger, 1990; Schwartz, et al., 1999) بينما ينظر البعض (Epstein & Katz, 1999) للمواجهة باعتبارها قدرة (ability) يذكر سكينر وآخرون (Skinner, et al., 2003) أن هناك منحيان رئيسان يستخدمان عند البحث عن مكونات المواجهة هما : ١-منحنى القاع - القمة (استقرائي). ٢-منحنى القمة - القاع (استنتاجي).

في المنحى الأول يتم تجميع بنود كثيرة ثم يتم تصنيفها عن طريق التحليل العاملي أو التصنيف العقلي المنطقي وفي المنحى الثاني يتم وضع فئات عليا مثل التجنب والتمركز حول الانفعال والتكيف.

وقد افترض "لازاروس" و "فولكمان" (Folkman & Lazarus, 1966; 1984; Lazarus, 1980) نوعين من المواجهة هما : ١- التمركز حول الانفعال. ٢- التمركز حول المشكلة.

وافترض الباحثان أن استخدام استراتيجيات معينة يعتمد على تقديرات الفرد للموقف. وفي المواقف التي يقدرها الفرد بأنها قابلة للتغيير فإنه يستخدم استراتيجيات التمركز حول المشكلة وعلى النقيض فإنه يستخدم استراتيجيات التمركز حول الانفعال في المواقف التي تكون صعبة التغيير. (Folkman & Lazarus, 1986; Lazarus, 1966; Lazarus, 1984; Schwartz & Stone, 1993).

ويفترض بعض الباحثين (Pearlin & Billings, 1982) وجود ثلاثة أبعاد للمواجهة هي : أ- تغيير المشكلة مباشرة . ب- تغيير طريقة رؤية المشكلة . ج- تدبير الكرب الانفعالي

(Parker & Endler, 1992) وينظر بعض الباحثين لاستراتيجيات المواجهة باعتباره وسيطة بين المقدمات (أحداث المشقة) والعواقب مثل القلق والاكتئاب والأمراض الجسمية (أنظر النموذج الرباعي المقترح في الدراسة الحالية). ويفترض ليفنه " و ليفنه" (Livneh & Livneh, 1996) وجود ثلاثة أبعاد لاستراتيجيات المواجهة :

أ- المواجهة الفعالة مقابل الإنكار والهروب.

ب- البحث عن الدعم الاجتماعي مقابل للبحث عن الراحة في الدين.

ت- عدم الانشغال المعرفي مقابل الانشغال الوجداني.

وفي دراسة موسعة أجراها "تامرس" وآخرون (Tamres, k., Denise, J. & Helgeson, 2002) لدراسة الفروق بين الذكور والإناث في استراتيجيات المواجهة وجدوا أن الإناث ينشغلون بأغلب استراتيجيات المواجهة خاصة التعبيرات اللفظية للآخرين أو للذات للبحث عن الدعم الانفعالي كما يجترونها المشكلة مراراً وكذلك يتصف حديثهم بالإيجابية تجاه الذات وتفترض هذه النتيجة وجود استعداد داخلي لدى الإناث والفروق الأخرى تعتمد على طبيعة المشقة كما تدعم النتائج أن الإناث يقدرن المشكلة بطريقة أكبر مما هي في الواقع ويواجه الرجال المشقة عن طريق مواجهة المشكلة مباشرة أو إنكار وجود المشكلة ووجدوا أن الإناث ذو توجه انفعالي وكذلك يبحثن عن الدعم الاجتماعي مع ملاحظة أن استراتيجيات مواجهة المشكلة هي سلوك تكيفي بينما استراتيجيات التوجه الانفعالي هو سلوك غير تكيفي.

في دراسة "بيرلين" و "شولر" (Perlin & Schooler, 1978) وجدنا أن أساليب المواجهة تختلف باختلاف الدور الذي يلعبه الفرد مثلا دوره كزوج أو أب أو موظف.

وتوصل "شانج" (Chang, 1996) إلى وجود عاملين الأول امتحان المشكلة وتتضمن محاولة حل المشكلة وإعادة فهمها والانفعال المنظم وطلب الدعم الاجتماعي ويتضمن العامل الثاني (تجنب المشكلة) مكونات مثل تجنب التفكير والأمل في الحل والتبذل الانفعالي وانتقاد الذات .

في دراسة أجراها لطفي إبراهيم (إبراهيم ، ١٩٩٤) ظهر لديه أحد عشر عاملاً هي :

- ١- السلبية. ٢- الانسحاب المعرفي. ٣- البحث عن المعلومات والدعم الاجتماعي.
- ٤- إعادة التفسير. ٥- التفكير الإيجابي. ٦- التحول إلى الدين. ٧- التنفيس.
- ٨- الاستسلام. ٩- التريث الموجه. ١٠- الإنكار. ١١- المواجهة النشطة.

ويستعرض "تامرز" وآخرون (Tamres, Denise & Hilgeson, 2002) أساليب المواجهة التي ترد في البحوث النفسية ، وينكرون أن هناك ١٧ فئة تنضوي تحت هذا العنوان وهي كالآتي :

أولا : سلوكيات متمركزة حول المشكلة :

وهي السلوكيات التي تهدف إلى إيدال مثيرات المشقة ولها مكونان:

١- الإعداد (البحث عن المعلومات والتخطيط). ٢- الفعل (حل المشكلة والتعامل النشط).

(أ) التعامل النشط يشمل جهود الفرد لتغيير أو إزالة

مثير المشقة ، وممارسة الفعل تجاه مثير المشقة هو محور هذا المكون .

(ب) التخطيط : تشمل جمع المعلومات ومراجعة الحلول

، وكذلك النية لاتخاذ عمل معين تجاه المشكلة .

(ت) البحث عن الدعم الاجتماعي (وسيلي) من

الأصدقاء أو العائلة ، ويشمل الدعم الوسيلى تلقى أموال ، أو المساعدة في رعاية الأطفال أو تقديم النصيحة أو القيام بجولة (تمشية)

(ث) استراتيجية التمرکز حول المشكلة (عام) :

السلوكيات السابقة تذكرها كثير من البحوث تحت هذا المتغير .

وكما هو واضح فإن هناك استراتيجيات مواجهة واضحة مثل

التعامل النشط وجمع المعلومات وهناك طرق لخفض التوتر مثل البحث عن الدعم الاجتماعي.

ثانياً : سلوكيات متمركزة انفعالياً :

تهدف إلى تغيير استجابة الفرد نحو مثيرات المشقة والسلوكيات تحت هذا التصنيف تختلف عن بعضها البعض وهذا يضع صعوبة في تفسير هذا المكون.

فالبعض يصنف استراتيجية التمرکز الانفعالي باعتبارها توليفة من البحث عن التدعيم والتفيس Venting بينما تولف دراسة أخرى بين الاستراتيجيات المعرفية والانفعالية وترکز على الأنشطة خارج العمل والحصول على الأجازات والراحات.

أ- البحث عن الدعم الاجتماعي (انفعالي) .

ب- التجنب : جهود الفرد للتشيت وتجنب المشقة ويشمل ذلك جهود سلوكية وعقلية لكي يحفظ الفرد عقله بعيداً عن مثيرات المشقة مثل الانشغال بالعمل أو التلفزيون أو الأنشطة الترويحية ومحاولة التفكير في الموضوعات السارة والهدف هو محاولة لعدم التفكير في المشقة وتجنب مثير المشقة نفسه.

ت- الإنكار : إنكار وجود مثيرات المشقة والابتعاد معرفياً عن المشقة والتقليل من أهمية مثيرات المشقة ويتم التمييز بين الإنكار والتجنب بأن الإنكار ينتج عنه الفشل في الاعتراف بوجود المشكلة بينما التجنب ينتج عنه تجنب مشكلة معروفة

ث- إعادة التقدير الإيجابي : Positive reappraisal : يشمل محاولة البحث عن الجوانب الجيدة في الموقف عن طريق محاولة الفرد التطور والتعلم واستخلاص العبر من مثيرات المشقة. ومصطلحات مثل إعادة البناء المعرفي وإعادة التشكيل المعرفي يتم تصنيفها باعتبارها إعادة تقدير إيجابي إذا لم يتضمن ذلك إنكار للمشقة.

ج- العزلة Isolation : وتشير إلى عدم الحديث عن المشقة وتجنب الناس بصفة عامة.

ح- التنفيس Venting : إطلاق الانفعالات والتهور وكذلك البكاء والغضب والصراخ في الآخرين والسخرية وتكسير الأشياء وتعاطي العقاقير .

خ- الاجترار : التركيز على مشكلات الفرد وعواقبها. وهي عكس تجنب المشكلة ، ويعتقد الناس أن التفكير بشأن المشكلة يؤدي لحل أفضل مع أن هناك أدلة على أن الاجترار يؤثر بالسلب على حل المشكلة.

د- التفكير التفاولي Wishful : الرغبة في اختفاء مثير المشقة أو تخيل أن المشكلة ستنتهي . ويصنف استراتيجيات الهروب ضمن هذه الفئة ، ويشمل ذلك التخيلات الجميلة والأمل في المعجزات.

ذ- لوم الذات : هو التركيز على مسئولية الفرد في حدوث المشقة وهي نقد للذات وتشويه الذات ، مثلا الاجترار ، ولا يشمل ذلك التوجه لحل المشكلة.

ر- الحديث الذاتي الإيجابي : حوارات داخلية تشجع الفرد للشعور بأنه أفضل (مثلا يذكر نفسه بالجوانب المشرقة في الحياة) وطمأنة الذات بأنه قادر على التعامل مع المشقة.

ز- التمارين الرياضية : التنفيس outlet الجسمي (التمارين الرياضية) للتشتيت بعيدا عن المشقة وهو نشاط انفعالي .

وكما هو واضح فإن المكونات السابقة تشمل خلط لمكونات لا علاقة بينها، فالبعض يمثل حوار داخلي (اجترار ولوم الذات والحديث الإيجابي) والبعض يمثل طرق لخفض التوتر مثل التمارين الرياضية أو البكاء وهناك مجموعة ثالثة تشير لاستراتيجية مواجهة مثل التجنب.

ثالثا : استراتيجيات غير مصنفة :

أ- البحث عن دعم اجتماعي (غير محدد) :

هناك دراسات عديدة تؤلف بنود تحت فئة واحدة هي البحث عن الدعم ويشمل ذلك الدعم الوسيطي والدعم الانفعالي أو كلاهما. وجوهر ذلك هو بذل الجهد للبحث عن المساعدة والراحة لدى الآخرين . وتتضمن هذه الفئة كلا من التمركز حول المشكلة والتمركز الانفعالي .

ب- الدين : الصلاة والأنشطة الدينية والحديث مع رجال الدين والتعبير عن الروحانيات ولا يسهل تصنيفها في التمرکز الانفعالي أو التمرکز حول المشكلة .

ويرى الناس هذه الطريقة في التعامل باعتبارها بحث عن الحل (مثلاً الصلاة من أجل الهداية من الله أو الصلاة لإيجاد حل أو كطريقة لإدارة الكرب (الراحة مع الدين) ويمكن أن يكون الدين مصدر وسيلي مثل الدعم الانفعالي ، وكما هو واضح فإن الطريقتين تشيران إلى طرق لخفض التوتر وليس أسلوب للمواجهة .

الحوار الداخلي كمكون أساسي في دراسة استراتيجيات المواجهة :

يستخدم مصطلح الحوار الداخلي Internal dialogue والأفكار الآلية automatic thoughts وأحاديث الذات Self-Statement باعتبارهم مترادفات . ويندرج مصطلح الحوار الداخلي ضمن التقدير السلوكي المعرفي حيث إنصب اهتمام الباحثون بالتحليل الوظيفي للمعارف (بدلاً من تحليل الظروف المحيطة بالفرد) المرتبطة بمهمة (أو سلوك) معينة. والتوقعات غير المنطقية وكذلك بالحوارات السلبية المرتبطة بالشخص أو الموقف أو الاضطراب (Kendall, 1982) وقد صممت عدة مقاييس تعبر عن مفهوم الحوار الداخلي.

ومثال ذلك اختبار الأفكار الآلية Automatic Thoughts Questionnaire (ATQ) الذي طوره "هولون" و "كندال" (Hollon & Kendall, 1980) وذلك لقياس تكرار حدوث الأفكار الآلية السلبية

المرتبطة بالاكتئاب، وهذا مبني على المعارف المرتبطة بالخبرات المقلقة، ودرجاتها التي وجد أنها مرتبطة إكلينيكياً بالاكتئاب ومثال ذلك الجمل التالية التي ترد كحوار داخلي (أو حديث الفرد لنفسه) :

١- أشعر أنني ضد العالم بأسره. ٢- أرغب من أن أكون شخص كويس .

٣- حياتي ملخبطة. ٤- مستقبلي كئيب. ٥- لا أستطيع إنجاز أي شيء (المرجع السابق) .

وقد وجد أن أحاديث الذات لها أهمية كبرى على السلوك الاجتماعي ، مثلا حلل "شوارتز" و "جوتمان" (Sshwartz& Gottman, 1976) جوانب السلوك التوكيدي ووجدوا أن الشخص منخفض التوكيد يقول لنفسه جمل سلبية أكثر عن ذاته إذا قورن بمرتفعي التوكيد.

كما وجد أن الحوارات الداخلية الإيجابية والسلبية لها لدور هام في تسهيل ارتباط الذكور بعلاقة مع الإناث (Mandel & Sharauger, 1980) حيث أن الحوارات الداخلية يمكن أن تسهل أو تعوق سلوكيات الفرد في مواقف أو مهام معينة.

ويفرق الباحثين بين الحوارات الداخلية المرتبطة بكل من القلق والاكتئاب فكل مرض له حوارات داخلية مميزة للمرض رغم أن هناك تداخل بينهما (Safren et al., 2000).

وهناك مقاييس لدراسة الحوارات الداخلية فيما يتعلق بالمخاوف المرضية الاجتماعية والقلق الاجتماعي (Glass & Arnkaff, 1994).

والدراسات التي استخدمت مفهوم الحوار الذاتي قليلة للغاية وترتبط بالاكنتاب والعدوان والسلوك التوكيدي والعلاقة مع الجنس الآخر والقلق واضطرابات الأكل والألم.

وقد استعرض "جلاس" و "أرنكوف" (Glass & Arnkoff, 1998) مقاييس الحوار الداخلي في مجالات الاكنتاب والقلق واضطرابات الأكل والألم وباستعراض التراث لم يجد الباحث الحالي مقاييس للحوار الداخلي ترتبط بمفهوم استراتيجيات المواجهة او سمات الشخصية، وهو ما سيحاول الباحث الحالي تكوينه في الدراسة الحالية .

ويستخدم علماء النفس مفهوم الحوار الذاتي باعتباره أحد مكونات استراتيجية التمرکز حول الانفعال ، وقد اقترح الباحث في الدراسة الحالية اعتبار الحوار الداخلي أحد المكونات المنفصلة لاستراتيجيات المواجهة بل واعتباره في مقدمة تسلسل مكونات المفهوم.

السياق الموقفي والمعرفي للمواجهة : المواجهة هي عملية تتكشف في سياق موقف أو ظرف يقيمه الفرد باعتباره مثيرا للمشقة وتدفع الفرد لمجابهته (Lazarus & Folkman, 1984) وعملية المواجهة تبدأ عندما يقيم الفرد مواقف أو أحداث معينة على أنها مهددة أو مؤذية له. وتتصف هذه التقسيمات بالانفعالات السلبية التي غالبا ما تكون شديدة. وتبدأ استجابات المواجهة في بيئة انفعالية وأول مهام المواجهة هو تخفيض الانفعالات السلبية للضاغطة إذا نجح الفرد في المواجهة عندئذ تسود الانفعالات الإيجابية وإذا فشل الفرد عندئذ تسود الانفعالات السلبية.

يعتبر مفهوم استراتيجيات المواجهة من المفاهيم المعقدة ومتعددة الأبعاد، حيث أن المواجهة حساسة لكل من البيئة واستعدادات الشخصية والتي تؤثر على تقييم الفرد لمثيرات المشقة واستراتيجيات المواجهة .

وتذكر "فولكمان" و "موسكوفيتش" بأن المواجهة ترتبط بقوة مع تنظيم الانفعال في مواجهة الكرب. وقد أظهرت البحوث (المرجع السابق) أن هناك أنواع معينة من استراتيجيات المواجهة الهروبية ترتبط باتساق مع الصحة النفسية الضعيفة، بينما وجد أن الاستراتيجيات الأخرى مثل البحث عن الدعم الاجتماعي أو الوسيلى وأشكال المواجهة المتمركزة حول المشكلة ترتبط أحياناً بالنواتج السلبية وأحياناً بالإيجابية ويعتمد ذلك على الخصائص التي يقيم بها الفرد المواقف الضاغطة. فالمواجهة ظاهرة معقدة ودينامية تشمل الفرد والبيئة العلاقة بينهما.

ويذكر "بيرلين" و "شولر" (Pearlin & Schooler, 1978) أن الناس يظهرون اتساقاً نسبي عند استخدامهم لاستراتيجيات المواجهة عند مجابهتهم لنفس المشكلة.

وتذكر "فولكمان" و "لازاروس" أن هناك اتساق ضئيل طبقاً لاختلاف المواقف (Folkman & Lazarus, 1980) وكذلك يكون الاتساق منخفض طبقاً لاختلاف أدوار الفرد مثل دوره كوالد أو زوج أو عامل (Pearlin & Schooler, 1978) .

يبدو أن استراتيجيات المواجهة تختلف من ظرف لآخر ، فقد تكون استراتيجية معينة فعالة في موقف معين ولكنها لا تكون كذلك في موقف آخر، ورغم المنطق الواضح في الجملة السابقة إلا أن هذا

الموضوع (فعالية استراتيجيات المواجهة) لا يزال من أكبر المشكلات تعقيداً في مجال البحوث (Sommerfelds & McCrae, 2000) ، وأغلب البحوث واضحة في تحديدها بأنه لا توجد استراتيجية جيدة أو سيئة (Lazarus & Folkman, 1984) وبدلاً من ذلك فإن عملية المواجهة تحتاج للتقويم في نطاق السياق الضاغط النوعي الذي تحدث فيه مثلاً عند الأعداد لامتحان فإن الاستراتيجية المناسبة هي المواجهة المتمركزة حول المشكلة وبعد الامتحان وفي فترة انتظار النتيجة فإن استراتيجية البعد والتشتيت تكون مناسبة (Folkman & Lazarus, 1985) وفي حالات أخرى مثل فقد عزيز (الزوج أو الزوجة) فمن الملائم استخدام استراتيجية للتخفيف والطمأننة وبعد أن يعود التوازن للفرد فمن الأفضل استخدام استراتيجيات وسيلية . Instrumental للتعامل مع خطط المستقبل (Stroebe & Schut, 2001) ويعتقد بعض الباحثين (Zeidnex & Saklofske, 1996, p.158) أن استراتيجية المواجهة المناسبة هي التي تؤدي لحل دائم للمشكلة بدون وجود لأي صراعات جانبية إلى جانب احتفاظ الفرد بحالة انفعالية إيجابية.

وقد طرح بعض الباحثين (Aldwin & Revenson, 1987; Gignac & Gottlieb, 1996, Natoumanis & Biddle, 1998) سؤال على المبحوثين لتقويم كفاءة بعض استراتيجيات المواجهة التي يستخدمونها، مثلاً في دراسة "جيجناج" و "جوتليب" (Gignac & Gottlieb, 1996) تم قياس تقويم المبحوثين لاستراتيجيات المواجهة التي يستخدمونها في مواجهة أعراض عته الشيخوخة عند أحد أفراد الأسرة وقد وجدوا أن الاستراتيجيات المستخدمة غير فعالة . وفي دراسات أخرى

تمت دراسة فعالية استراتيجيات المواجهة في مواقف أدائية مثل الامتحانات. (Carver & Scheier, 1994; Folkman & Lazarus, 1985).

أثر المواقف المثيرة للمشقة على المواجهة : تفترض العديد من الدراسات أن المواجهة تكون حساسة تبعاً للموقف الذي يواجهه الفرد (Eckenrode, 1991; Lazarus & Folkman, 1984; Wethington & Kessler, 1991).

وقد وجد أن المواقف المتشابهة تميل لاستثارة أنماطاً متشابهة من المواجهات مثلاً وجد بعض الباحثين (Stone & Neale, 1984; Compas, Forsythe, & Wagner, 1988) أن الناس يظهرون مستويات من الاتساق عندما يواجهون نفس المشكلة عدة مرات وبالمثل وجد آخرون عندما يتم تقييم المواجهة عبر أنماط مختلفة من مثيرات المشقة فإن مستويات الاتساق تكون منخفضة .

وهناك عدة طرق للتمييز بين المواقف الشاقة حيث يتم تجميعها حسب أنماط الأحداث المثيرة للمشقة مثل الحالة الصحية أو فقد عزيز أو وجود مشكلة مالية أو مشكلة اجتماعية (Maitlin, Wethington & Kessler, 1990) أو طبقاً للدور الذي يقوم به الشخص مثل العمل أو الأبوة أو الأمومة أو الزواج (Fleishman, 1984; Pearlin & Schooler, 1978) أو يصنف طبقاً للتقدير المعرفي الذي يستثيره الموقف الشاق هل هو مهدد أو منحدي (McCrae, 1984; McCrea & Costa, 1986).

وقد ميز بعض العلماء بين نوعين من مثبرات المشقة (المواقف الشاقة) :

الأول : خاص الثاني : عام (Bakan, 1966; Helgeson, 1994; Wiggins & Trapnell, 1996).

وتتميز المواقف الخاصة بأنها ترتبط باحتياجات مثل التفوق والسيطرة والإنجاز والكفاءة في العمل، بينما تتميز المواقف العامة بأنها ترتبط باحتياجات مثل الحب والصدقة والانتماء والعلاقات الانفعالية وتماسك الجماعة .

ويبدو أن المواقف الخاصة تتميز باستراتيجيات متمركزة حول المهمة بينما المواقف العام تستثير استراتيجيات عامة مثل التوجه الاجتماعي.

وقد أظهرت دراسات عديدة أن الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكلة مثل الحل المخطط للمشكلة والأفعال الوسيالية تستخدم أكثر في مواقف العمل عن ما إذا كانت المواقف شخصية (Falkman & Lazarus, 1986; Folkman et al., 1986; Terry, 1994).

وقد وجد في إحدى الدراسات أن التحكم في الذات يستخدم بفعالية أكثر في مواقف العمل أكثر من المواقف الاجتماعية (Folkman et al., 1986).

وعلى النقيض من ذلك فإن هناك دراسات سابقة أشارت إلى أن البحث عن الدعم والتطهر والمجابهة والحذر والبحث عن المعنى هي

الاستراتيجيات السائدة في المواقف الاجتماعية (compass et al., 1988; Folkman et al., 1986; Terry, 1994) وتفترض الدراسات السابقة أن فعالية استراتيجية معينة يختلف من المواقف الخاصة والعامة Hart, 1991; Maitlin et al., 1990; Pearlin & Pearlin & Schooler, 1978).

وهناك دليل متزايد على أن المواقف الخاصة والعامة لها أثر مختلف على الحالة الانفعالية. مثلاً قارن "بولجر" (Bolger et al., 1989) وآخرون بين أثر كل من المواقف الاجتماعية والمواقف في العمل ، ووجدوا أن المواقف الشخصية حصلت على ٨٠ % من تباين الحالة الانفعالية. كما أن أشارت النتائج على أن المواقف الشخصية تميل للاستمرار في عدة أيام.

بحث "أوبرين" و "دولوجيس" (O'brien & Delongis, 1996) دور المواقف الضاغطة المختلفة في التأثير على استراتيجيات التعامل وقد حدد أنماط المواقف الضاغطة بأنها:

- ١- مواقف العمل. ٢- المواقف الشخصية للمقربين. ٣- المواقف العامة Communal مثل الغرباء.

وأظهرت النتائج أن المواقف الضاغطة منبئ قوى عن الطريقة التي يستخدمها الناس في التعامل مثلاً العصائبيون يخبرون كرب انفعالي أكثر وتظهر الدراسات السابقة وجود علاقة بين الانبساط واستراتيجية التمركز حول المشكلة.

وفي الدراسة الحالية ينصب الاهتمام بالمواقف الضاغطة المتعلقة بمواقف الأسرة والأصدقاء والأقارب أي ما يطلق عليها مشكلات اجتماعية أو المواقف الشخصية للمقربين (المرجع السابق) وذلك حتى لا تختلط بالمشكلات الصحية أو المراقبة أو الحالة المادية أو المشكلات الدراسية .. الخ.

النتائج المتضاربة في بحوث المواجهة :

ورغم مرور سنوات عديدة على ظهور مفهوم ونظريات المواجهة وتطوير مقاييس لبحثها فإن الباحثين ليس لديهم فهم شامل لبناء مفهوم المواجهة .

وتظهر الدراسات نتائج متضاربة مثلاً أظهرت دراسة لـ "فولكمان" و "لازاروس" (Folkman & Lazarus, 1980) استخداماً فيها طريقتي المواجهة (حول المشكلة وحول الانفعال) أن هناك عاملين يتطابقان مع نظريتهما. ولكن "الدوين" وآخرون ظهرت لديهم سبعة عوامل عند بحثهم لنفس نتائج "فولكمان" و "لازاروس" (Aldwin et al., 1980) والعوامل السبعة هي : أ- التمرکز حول المشكلة . ب- التفكير بالتمنى. ج- النمو. د- النمو.

هـ- تقليل التهديد. و- البحث عن الدعم الاجتماعي. س- لوم الذات. ص- خليط من التجنب والبحث عن المساعدة.

وأظهرت دراسات تالية مثلاً "ريفينسون" (Revenson, 1981) وجود خمسة عوامل ، وظهرت ستة عوامل في دراسة أخرى لـ "فولكمان" و "لازاروس" (Folkman & Lazarus, 1985) .

وأظهرت نتائج "فيتالينو" وآخرون (Veitaliano et al., 1985) باستخدام نفس المقياس وجود خمسة عوامل هي : أ- التمرکز حول المشكلة . ب- البحث عن الدعم الاجتماعي . ج- لوم الذات . د- التفكير بالأمنيات . هـ- التجنب .

ولم يستطع باحثون آخرون (Parker, Endler & Bagby, 1993) من استعادة عاملي المواجهة (التمرکز حول المشكلة والتمرکز حول الانفعال في دراسة لهم). وينتقد "ستون" و "كيندي" (Stone & Kennedy - Moore, 1992) استخدام التحليل العاملي في تطوير مقاييس المواجهة.

يذكر "إلين سكينر" وآخرون (Skinner, et al., 2003) أن النموذج التقليدي (التمرکز حول المشكلة مقابل التمرکز حول الانفعالات - والاقتراب مقابل التجنب - والمعرفي مقابل السلوكي) لم يعد مناسباً ويوصي في مقالته بتبني النموذج الهرمي لأنماط الفعل (مثلاً البحث عن الحل والتكيف). وتنتمي الدراسة الحالية للمنحى النظري المفاهيمي .

قياس استراتيجيات المواجهة :

تم تطوير العديد من المقاييس لقياس المواجهة ، وكل مقياس به قائمة للأفكار والسلوكيات التي يستخدمها الناس في تدبير الأحداث الضاغطة . ويطلب من المفحوصين أن يسترجعوا retrospective ويسجلوا الطريقة التي واجهوا بها حدث معين ضاغط ، أو أن يصفوا أو يسجلوا تفاصيل المواقف الضاغطة ، ويتم تسجيل استجاباتهم بـ (نعم) أو (لا) أو بطريقة "ليكرت" Likert وهناك العديد من المقاييس التي طبقت

في دراسات عديدة مثل مقياس طرق المواجهة، Folkman & Lazarus, (1980, 1988). ويتكون المقياس من ٦٨ بند تعكس طريقة تعامل الفرد مع موضوعات ضاغطة معينة. وقد طورت العديد من المقاييس لقياس الأفكار والسلوكيات المتعلقة باستراتيجيات المواجهة. (Billings & Moos, 1981; Folkman & Lazarus, 1980, Pearlin & Schooler, 1978).

ومن أهم المقاييس التقليدية مقياس COPE (Carver et al., 1989) الذي قدمه "كارفر" وآخرون ويقيس ١٤ استراتيجية للمواجهة. ويعتقد "كارفر" أن كل نمط عريض تتضمن استراتيجيات متميزة عديدة مثل الإنكار وإعادة التأويل والبحث عن الدعم الاجتماعي وكل استراتيجية منها لها استخدامات مختلفة في المواقف الضاغطة.

كما توجد مقاييس أخرى هامة مثل مقياس الأساليب العامة لمواجهة المشقة (شكري، ١٩٩٩). وقد تطورت مقاييس المواجهة لتصبح أقل في عدد البنود ولكنها شاملة لاستراتيجيات أكثر ومثال ذلك مقياس المواجهة متعدد الأبعاد. (Endler & Parker, 1990).

ويقيس استراتيجيات المواجهة المتمركزة: أ- حول المهمة. ب- حول الانفعال. ج- التجنب.

وهناك مقياس آخر يسمى مؤشر استراتيجيات المواجهة (Amirkhan, 1990) ويقيس:

أ- التوجه لحل المشكلة. ب- البحث عن الدعم الاجتماعي. ج- التجنب.

وهناك جوانب تشابه بين المقياسين السابقين .

وقد اقترح "ستون و "نيل" (Stone & Neale, 1984) مقياساً للمواجهة الموقفية وتستخدم في تسجيل المواقف اليومية. وهما يعتقدان أن سلوك معين قد يستخدمه فرد باعتباره استراتيجية تشبّيت بينما يستخدمه آخر باعتباره استراتيجية استرخاء . ويتكون المقياس من ٨ بنود فقط (التشبّيت وإعادة تعريف الموقف، والفعل المباشر ، والتطهير والموافقة والدعم الاجتماعي والاسترخاء والتدين) . ويصف الأفراد الأحداث المزعجة في كل يوم ويؤشروا على الاستراتيجية التي استخدموها وهذا المقياس لم يبنى على أساس أسلوب إحصائي مثل التحليل العاملي حيث ينتقده بعض الباحثين. (Stone & Kennedy - Moore, 1992) ولا زال بناء مفهوم المواجهة والمقاييس المستخدم لقياسه موضع استفهام لم يحل حتى الآن (Suls, David, & Harvey , 1996 p. 723).

ويذكر "ليفنة" و "ليفنة" (Livneh & Livneh, 1996) أن مقياس استراتيجيات التعامل المتباينة قد أدت إلى تجزأة المعرفة وكذلك أدت لنتائج متضاربة ويذكر أن البعض يستخدم استراتيجيات التعامل على أنها عملية ديناميكية رغم أنها تقاس على أنها بناء ثابت (مثل أسلوب Style ، واستعداد وميل) ، والبعض يستخدمها باعتبارها حالة يستثيرها المواقف البيئية (حالة مؤقتة) ويعتبرها البعض سمة شخصية أو معتقد عام.

مشكلات قياس مفهوم استراتيجيات المواجهة :

تواجه بحوث استراتيجيات المواجهة بنقد شديد خاصة ما يتعلق بالمفهوم والتعريف ; Costa, Sojerfield, & McCrae, 1996;

(Parker & Tennen & Affleck, 1996) وكذلك عن طرق القياس (Endler, 1992) وهل من المفيد قياسه باعتباره استعداد أو استجابة للمواقف (Schwarzer & Schwarzer, 1996; - Moore, 1992) Stone & Kennedy وكذلك يوجه النقد لمستوى العمومية والتجريد لمقاييس التعامل والمواجهة (Coyne & Samerfield, 1997) ; (Racioppo, 2000).

ويستخدم بعض الباحثين مفهوم المواجهة باعتباره استعداد أو تفضيل نمطي لمواجهة المشكلات مثل الإنكار (Pearlin & Schooler, 1978) وهذا يجعله مكون معرفي في بناء الشخصية.

وأحد أهم مشكلات مقاييس استراتيجيات المواجهة هو انخفاض الاتساق الداخلي بين بنود مقاييس استراتيجيات المواجهة، بسبب أن استخدام الفرد لاستراتيجية واحدة قد تغنيه عن استخدام الاستراتيجيات الأخرى سواء من نفس المكون أو من مكون آخر. (Billings & Moos, 1981, p. 145). ويذكر "سكنر" وآخرون (Skinner, et al., 2003) أن هناك إجماع قليل حول النظريات والنماذج المقترحة وكذلك طرق قياس مفهوم المواجهة .

وقد ذكرت فولكمان وموسكوفيتس (Folkman & Moskowitz, 2004) أن هناك عدة عيوب في المقاييس المتاحة حالياً وهي : أ- الطول المرهق. ب- البنود غير الملائمة حيث تكون صعبة في تفسيرها. ج- ضعف ذاكرة بعض المفحوصين . د- اختلاط البنود مع نواتجها.

وهناك اتجاه حالياً لتطوير مقاييس موجزة في مجالات الشخصية
والمواجهة، Carver, 1997; Endler & Parker, 1990; Gosling,
Rentfrow & Swann, 2003; Stone & Neal, 1984

وهناك عدة مشاكل تتعلق بالأسس النظرية والسيكومترية :

أولا المشكلات النظرية : مثلا قدم "اندلر" و "باركر" (Endler & Parker, 1990) مقياس للمواجهة على أساس نظري ويتضمن ثلاث مقاييس فرعية: ١- قياس المواجهة بالتوجه نحو المشكلة . ٢- المواجهة ذات الطابع الانفعالي. ٣- المواجهة بالتجنب. ويوجه نقد لهذا المقياس لأنه يقيس أنماط من المواجهة متداخلة وغير متميزة عن بعضها (Stanton, Danoff- Burg, Cameron, & Ellis, 1994)

ويطور بعض الباحثين مقاييس تبعاً لنموذج نظري أو منطقي،
مثلا قدم "موس" (Moos, 1992) نظرية تفترض أن استجابة الشخص
لمثيرات المشقة يمكن تصنيفها في ضوء مفهوم الاقتراب - التجنب وينقسم
كل منهم إلى أربعة أنماط.

وقدم "كارفر" وآخرون (Carver, et al., 1989) مقياس يشمل
١٣ مقياس فرعي . وقد تم بناء كل مقياس منها في ضوء نظرية مصغرة
. mini-theory

وفي المقاييس ذات الأساس النظري ربما يهمل الباحث بعض
المكونات مثلاً لم يوضح "موس" بجلاء أسلوب المواجهة المسمى "التعبير
الانفعالي" وهل ينتمي إلى الاقتراب أو إلى التجنب .

ثانيا : المشكلات السيكومترية : لا تغطي مقاييس المواجهة كل المجالات المتعلقة بعملية المواجهة مثلاً حدد "كارفر" وآخرون (Carver et al., 1989) عدة أنواع من المواجهة المتمركزة حول المشكلة (مثلاً كبت الأنشطة المنافسة) والتي لا ترد في المقاييس الأخرى.

وتشير "ستانتون" وآخرون (Stanton, et al., 1994 , Stanton, Kirk, Cameron, & Donoff- Burge, 2000) إلى أن المقاييس المتمركزة حول المواجهة بالانفعال تفشل في قياس الانفعال (تحديده وفهمه والتعبير عنه).

كما ينتقد استخدام التحليل العاملي في تكوين المقاييس (Aldwin & Revenson, 1987; Endler & Parker, 1990 : Folkman & Lazarus, 1985) حيث يتم كتابة عدد كبير من استجابات المواجهة ثم استخدام التحليل العاملي الاستكشافي في التعرف على المقاييس الفرعية، ولأن هذه المقاييس تفتقر إلى الأساس النظري الجيد فإنهما تثمر عن نتائج متضاربة (أنظر (Folkman et al., 1986 Vitaliana, et al., 1985).

وهناك عدد من الباحثين رفضوا أسلوب التحليل العاملي لتكرار استخدامه وهذا يترك مساحة ضئيلة لتطوير مقاييس المواجهة في ضوءه (Zuckerman & Gagne, 2003 p. 171).

كما تنتقد المقاييس لتكرار استخدام نفس المعنى في عدة جمل بغرض زيادة عدد بنود المقياس ، ويفترض أن يؤدي ذلك لارتفاع معاملات الثبات. مثال ذلك مقياس لوم الذات في مقياس COPI المعدل (Zuckerman & Gagne, 2003) ، بنود المقياس على النحو التالي :

- ١- ألوم نفسي . ٢- جلبت لنفسي المشكلة . ٣- أنتقد نفسي . ٤
- أنا أصل المشكلة.

وكل بنود المقياس تتبع نفس النمط من تشابه البنود .

وينتقد بعض الباحثين طرق قياس المواجهة (Coyne & Gottlieb, 1996) . وأحد أهم الانتقادات تتعلق بطول المقاييس وقد قدم بعض الباحثين مقاييس مختصرة لاستراتيجيات المواجهة وذلك تجنباً لطول المقاييس المتاحة (Carver, 1997). ولا يوجد معنى لاستعراض كل استراتيجية في عدد من البنود، فالاستراتيجية (أو محك التقويم) تعني إما أن الاستراتيجية موجودة (نعم) أو غير موجودة (لا) ، وإذا كانت هناك بند مختلف في نفس المجال فهذا يعني اختيار (أو استراتيجية) مختلفة .

ولذلك فإن كل بند يمثل استراتيجية مختلفة ولا يجوز تجميع هذه الاستراتيجيات تحت فئة عامة نوعية أو عامة وكذلك لا يفضل استخدام أساليب إحصائية تقوم بالبحث عن الأنماط أو الفئات العامة في المقياس مثل الأسلوب الإحصائي المسمى التحليل العاملي.

ويظهر استعراض التراث السابق أن مفهوم استراتيجيات المواجهة يمكن اعتباره مفهوم مركب من عدة مكونات (وليس عوامل) فهناك عدم اتفاق بشأن طبيعة ومكونات المفهوم ومقاييسه. والدراسة الحالية محاولة لطرح نموذج جديد حول طبيعة ومكونات المفهوم.

اختلاف مكونات مقاييس استراتيجيات المواجهة بين الباحثين :

سنعرض لاختلاف مكونات ثلاثة مقاييس للمواجهة لكي نبرز الاختلاف الشاسع بين مكونات هذه المقاييس رغم أنها تقيس نفس المفهوم.

أ : مقياس COPE المعدل :

يتضمن المقياس المكونات التالية :

- ١- لوم الذات : وتشير لنقد الذات باعتبار الفرد أساس المشكلة.
- ٢- اجترار المشكلة : وتشير إلى التفكير مراراً في المشكلة.
- ٣- التعبير عن الانفعال : وتشير إلى إظهار المشاعر بدل كبتها.
- ٤- فهم المشاعر : وتشير لمحاولة الفرد توضيح مشاعره وإبعاد الخلط.
- ٥- الاحتفاظ بالتقاول : وتشير لمحاولة الفرد لاحتفاظ بالتقاول رغم المشكلات.
- ٦- إبدال الهدف : البحث عن هدف بديل.
- ٧- لوم الآخرين : وتشير الاتهام الآخرين بأنهم السبب في المشكلة .
- ٨- عدم الانشغال بالمشكلة : محاولة الفرد تشتيت أفكاره بعيداً عن المشكلة (Zuckerman & Gagne, 2003).

ب- مقياس الأبعاد المتعددة للمواجهة :

ويقيس ثلاثة مكونات هي : ١- المواجهة المتمركزة حول حل المشكلة.
٢- المواجهة المتمركزة حول الانفعالات. ٣- تجنب المشكلة (Endler & Parker, 1990)

ج- مقياس استراتيجيات المواجهة : ويتكون المقياس من :

١- أنماط مواجهة المشكلة (المواجهة النشطة والتخطيط لحلها).

٢- البحث عن الدعم (الوسيلي والانفعالي).

٣- المواجهة الانفعالية . (Carver et al., 1989)

وكما هو واضح فإن مشكلة عدم اتفاق الباحثين على تعريفات واضحة محددة أدت إلى ظهور مقاييس للمواجهة تدرس جوانب لا يتم الاتفاق بشأنها، والدراسة الحالية محاولة للخروج من المفاهيم التقليدية عن طريق اقتراح نموذج بحثي يستوعب مفاهيم استراتيجيات المواجهة.

الدراسات السابقة لبحث العلاقة بين سمات الشخصية

والمواجهة :

هناك أدلة حديثة تفترض أن كل من المواقف وسمات الشخصية لهما تأثير دال في كمية التباين في استراتيجيات المواجهة (Parkes, 1986; Terry, 1991) وقد وجدت "باركز" (Parkes, 1986) أن كل من الشخصية وخصائص البيئة والعوامل الموقفية تكون منبئة باستراتيجيات المواجهة (المعرفية والسلوكية) ، بينما تكون الشخصية

وعوامل الموقف منبئة بالمحاولات المباشرة لتغيير الظروف الضاغطة أو لتجنب التشويهاً المعرفية .

ويذكر " واطسون " و " هوبارد " (Watson & Hubbard, 1996) أن سمات الشخصية مهمة للغاية في تحديد تكيف الفرد للضغوط المستمرة وشدائد الحياة. وهناك من يقرون بذلك كحقيقة ثابتة والبعض يجادل بشأنها ، وعدم الاجتماع بشأن هذه الحقيقة يعكس التاريخ المتقلب لنماذج الاستعداد dispositional في علم النفس مع أن مفاهيم الاستعداد كان لها السيطرة أحياناً وأحياناً أخرى كانت نماذج الاستعداد (مثل السمات) تهمل وتعتبر أبنية عاجزة عن التنبؤ (Kenrick & Funder, 1988; Vickers, kolar & Hervig, 1989) و لازاروس " (Folkman & Lazarus, 1980 p. 150) أن سمات الشخصية لها تأثير ضئيل على المواجهة لأن مفاهيم الشخصية ثابتة (أبنية) بينما مفاهيم المواجهة دينامية (عمليات).

وقد أجريت العديد من الدراسات التي تدعم وجهة النظر السابقة (Folkman & Lazarus, 1985: Folkman, et al., 1980) وقد أدت وجهة نظر "فولكمان" و "لازاروس" إلى تساؤل الاهتمام بالعلاقة بين سمات الشخصية والمواجهة.

وقد ذكرت " سولس " وآخرون (Suls, David, & Harvey, 1996, P. 720) أن المواقف ليست وحدها هي المسؤولة عن استراتيجيات المواجهة المتبعة .

وقد ذكر "كوهن" و "لازاروس" (Cohen & Lazarus, 1979) أن هناك العديد من الدراسات التي تؤكد على أن المواجهة تكون غالباً غير متسقة من موقف لآخر، وأن المواقف لها تأثير على عملية المواجهة وأن السمات لها تأثير ضئيل.

ويذكر "واطسون" و "هوبارد" (Watson & Hubbard, 1996). أن هناك اهتمام متجدد - مرة أخرى - ببحوث الشخصية والمواجهة لأن بحوث المواجهة أثمرت عن نتائج غامضة ومتناقضة ومخيبة للأمال (Aldwin & Revenson, 1987; Costa & McCrae, 1989).

دراسات العصابية وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة :

رغم النتائج المتناقضة والغامضة للعلاقة بين سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة (Aldwin & Revenson, 1987; Costa & McCrae, 1989; Kenrick & Funder, 1988; Vickers, Kolar & Hervig, 1989) إلا أن هناك عدد من البحوث التي أظهرت وجود علاقة قوية بين العصابية وبين استراتيجيات المواجهة غير التكيفية.

وفيما يلي عرض لأهم الدراسات التي اهتمت ببحث العلاقة بين سمات الشخصية (العاملان الكبيران) واستراتيجيات المواجهة.

تلعب العصابية دور هام في عملية الضغوط- المواجهة وقد أشارت البحوث السابقة إلى روابط دالة بين سمة العصابية والمواجهة للمواقف الصاغطة. وتظهر بعض الدراسات أن درجات العصابية يمكن التنبؤ في ضوءها على حدوث أحداث صاغطة رغم أن هذه الأحداث تكون محزنة (Heady & Andreski, 1995; Hrosjan Fuchs & Andreski, 1995).

Wearing, 1989; Ormel & wohlfarth, 1991) ويبدو أن العصابين يخلقون المشكلات لأنفسهم (Watson, et al., 1994).

ويبدو أن العصابين يميلون إلى التقديرات السلبية للأحداث البيئية ويدركون المنبهات المحايدة بطريقة سلبية أكثر مما يفعل الآخرون. (Costa & McCrae, 1990; Watson & Clark, 1984).

كما أن العصابين من السهل إغضابهم ومن ثم يسلكون لطريقة مبالغ فيها لمشكلات الحياة اليومية (Clark, 1993; Watson et al., 1994) وترتبط العصابية بدلالة مع استراتيجيات المواجهة غير الفعالة (Costa & McCrae, 1989; Endler & Parker, 1990) وقد ارتبطت العصابية باستراتيجيات التمني وتوبيخ الذات والهروب والتمركز حول الانفعال (Bolger, 1990; Hooker, Frazier, & Monahan, 1994; Rim, 1986; smith et al., 1989; Vickers et al., 1989). وفي دراسة أخرى وباستخدام مقياس COPE وجد "كارفر" و "شبير" (Carver et al., 1989; Scheier et al., 1994) أن العصابية ترتبط بدلالة مع عدم الانشغال السلوكي وعدم الانشغال العقلي والإنكار والتنفيس عن الانفعالات.

وقد أشار "ماكرابي" و "كوستا" (McCrae & Costa, 1986) في دراستين لهما أن العصابية ترتبط بعدم الحسم والعدائية والتمني والهروب بالتخييل ولوم الذات والانسحاب والسلبية والسكون. كما أن نتائج التحليل العاملي أظهر عاملين أحدهما يسمى "المواجهة العصابية" وتشير الى ميكانزمات مواجهة أقل فاعلية مثل العدائية وعدم الحسم والتمني ولوم الذات والسلبية. وقد طبق "راتسب" وآخرون (Ratsep., et al., 2000)

مقياس NEO للعوامل الخمسة ووجد أن بعض العصابية هو الذي يرتبط بدلالة مع التمرکز الانفعالي ، وارتبط كل من الانبساط والفتح مع استراتيجية التمرکز حول المشكلة لدى العينة الضابطة من الأسوياء.

وقد أجرى "فرجسون" و "هوروود" (Fergusson & Horwood, 1987) دراسة على امرأة لديها أطفال في مراحل تعليمية مختلفة ، وأظهرت متابعتها أن العصابية هي أقوى منبأ عند لتعرض لأحداث الحياة الكبرى. وفي دراسة أخرى (Buss et al., 1987) وجد أن العصابية منبأ جيد عن دخول الفرد في صراعات اجتماعية.

أجرى "بولجر" و "شيلنج" (Bolger & Schilling, 1991) دراسة على عينة من ٣٣٩ شخص لقياس أثر العصابية على استراتيجيات المواجهة لمواقف الحياة اليومية والانفعالات ومشاعر الكرب distress المرتبطة بها، وأظهرت النتائج أثر العصابية على استراتيجية المواجهة التي يستخدمها الفرد خاصة الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال.

ويتميز العصابيون بالميل إلى الوجدان (والمشاعر) السلبية مثل القلق والاكتئاب والعدائية والخجل والميل للاندفاعية (McCrae, 1992; McCrae & Costa, 1987).

وتفترض نتائج عدة دراسات أن مرتفعي العصابية يكونوا أقل انشغالاً بالاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكلة (Endler & Parker, 1990; Hooker, Frazier, & Monahan, 1999; Parkes, 1986) وبدلاً من ذلك فهم يميلوا إلى الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال خاصة استراتيجيات الهروب والتجنب ولوم الذات. Bolger

1990; Endler & Parker, 1990; Hooker et al., 1994;
McCrae & Costa, 1986; Terry, 1994)

وعلى أساس من البيانات السابقة فهناك عدم جزم بان العصابية تلعب الدور الرئيسي في تحديد كيف يواجه الأفراد الضغوط وفي الدراسة الحالية سيتم بحث العلاقة بين مفهوم عدم الاتزان الانفعالي (بعد تنقية مفهوم العصابية وتحديده) وأساليب المواجهة (بعد تنقيتها أيضاً).

دراسات الانبساط وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة : يتصف

الشخص المنبسط بالمتعة والنشاط والاهتمام والحماس اكثر من الشخص المنطوي. وتؤكد النتائج أن المنبسط أكثر استخداماً لاستراتيجيات مواجهة فعالة (McCrae & Costa, 1986) فهو يستخدم أكثر استراتيجيات الفعلي المنطقي والتفكير الإيجابي وإبدال المكان المزعج كما أظهرت نتائج التحليل العاملي عامل يسمى "المواجهة الناضجة" يرتبط بالانبساط.

وقد أظهرت نتائج بحوث أخرى علاقات ارتباط إيجابية مع استراتيجيات التمرکز حول المشكلة وإعادة التقييم الإيجابي والبحث عن الدعم ويرتبط سلبياً بالمواجهة المتمركزة حول الانفعال (Amirkhan, Risinger & Swickert, 1995; Hooker et al., 1994; Rim, 1987; Vickers et al., 1989).

وتظهر نتائج "أميرخان" وآخرون (Amirkhan, Risinger & Swickert, 1995) ارتباط الانبساطية ببعض استراتيجيات المواجهة الفعالة مثل البحث عن الدعم الاجتماعي والتفاوض.

ويميل المرتفعون في سمة الانبساط إلى المشاعر الإيجابية مثل الدفء وحب التجمع وحب الهزار والتوكيد (McCrae, 1992; McCrae & Costa 1987) والدراسات التي بحثت العلاقات بين الانبساط والمواجهة وجدوا أن المرتفعين في الانبساط يستخدموا أكثر أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة (Hooker et al., 1994; McCrae & Costa, 1986; Parkes, 1986) كما ينشغل المرتفعين في الانبساط بصورة أقل بالاستراتيجيات السلبية مثل التجنب ويستخدمون استراتيجيات انفعالية إيجابية (Hooker et al., 1994; McCrae & Costa, 1986) مثل البحث عن الدعم الاجتماعي (Hooker et al., 1994) ويستخدمون استراتيجيات لوم الذات والتجنب بصورة أقل من الانطوائيين (Hooker et al., 1994) وفي دراسة أخرى (Endler & Parker, 1990) لم تظهر علاقات دالة بين الانبساط والاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال، وقد وجدت علاقة دالة بين الانبساط والاستراتيجية المتمركزة حول المهمة لدى الإناث.

ويشير ذلك إلى أن النتائج متسقة فيما يتعلق بالعلاقة بين الانبساط واستراتيجيات المواجهة التقليدية . ولكن ذلك لا يمنع من دراسة العلاقة بينهما مرة أخرى بعد إجراءات التنقية التي اتبعت في الدراسة الحالية فيما يتعلق بالسماوات الكبرى واستراتيجيات المواجهة.

تعريف المفاهيم الأساسية للدراسة :

تم تقديم عدد من التعريفات المقترحة للعاملين الكبارين في الشخصية وكذلك لمكونات النموذج الرباعي في المواجهة ، وهي على النحو التالي :

أولاً : مفهوم الشخصية

أ- الانفعالية : تشير إلى حالة من عدم الاتزان الوجداني ويشمل ذلك تقلب المزاج والعصبية والقلق وسهولة الانهيار والقلق. وهذا تعريف أكثر تحديداً من التعريفات السابقة لمفهوم العصابية . (انظر ملحق ١).

ب- الانبساط : يشير إلى حب التواصل مع الناس والاستمتاع بذلك مثل الاستمتاع بقاء أشخاص جدد وتفضيل التعامل مع الناس وتكوين الصداقات وحب الهزار وسهولة الضحك والعلاقات الدافئة وهو تعريف أكثر تحديداً من التعريفات السابقة (انظر ملحق ٢).

ثانياً : مفهوم المواجهة :

تم تصنيف مفهوم استراتيجيات المواجهة في أربعة فئات متسلسلة:

أ- المكون المعرفي الإنفعالي (الحوار الداخلي) :

يشير إلى الجمل والعبارات الآلية التي ترد على ذهن الفرد عند مواجهته مشكلة (محددة بالمشكلات الاجتماعية في الدراسة الحالية) وقد تكون الجمل إيجابية أو سلبية أو تجتمع فيها جمل سلبية وإيجابية في نفس الوقت .

ب- أسلوب المواجهة :

يشير إلى الهدوء والثبات (في مقابل الاندفاعية) عند مواجهة المشكلات ، كما تشير إلى محاولة فهم التفاصيل (ويطلق عليها استراتيجية إعادة التقويم المعرفي في الدراسات السابقة).

ج- استراتيجيات (أو عمليات) المواجهة :

تشير إلى الطريقة التي يستخدمها الفرد عند مواجهة لمشكلة، وقد تم تحديد أربعة استراتيجيات هي :

١- وضع خطة منظمة للأفعال (التخطيط العقلاني)

٢- التمرکز حول حل المشكلة (التفكير الموجه لحل المشكلة)

٣- التجنب (خشية التصرف فيزداد الأمر سوء).

٤- التمني (قد تحل المشكلة لوحدها).

وقد تم استبعاد استراتيجية التمرکز حول الانفعال، حيث أنها لا تمثل استراتيجية أو أسلوب إنما هي رد فعل تجاه المواقف الضاغطة ، وهي تدخل ضمن نطاق مفهوم الحوار الداخلي كما ورد في الدراسة الحالية .

د- طرق خفض التوتر :

تشير إلى أي وسيلة يستخدمها الفرد إما :

لكي ينفس عن انفعالاته مثل (السب أو الشتيمة) (وتعتبر أحد أساليب التمركز حول الانفعال في البحوث التقليدية) أو لكي يشتت ذهنه عن الانشغال بالمشكلة مثل مشاهدة التلفزيون أو اللجوء للمساندة الاجتماعية مثل الجلوس مع صديق أو اللجوء للدين مثل الصلاة وقراءة الكتب الدينية.

س - المواجهة مع المشكلات الاجتماعية :

وقد تم تحديد نوعية المشكلات في الدراسة الحالية بأنها المشكلات الاجتماعية داخل الأسرة أو مع الأصدقاء أو الأقارب وهذا التحديد مهم حتى لا يخلط المفحوص بين المشكلات الاجتماعية وبين المشكلات الشخصية الناجمة عن عيوب خلقية في الشكل أو حجم الجسم أو ضعف الجنس أو مشاكل العمل أو الدراسة أو الأمراض الجسمية المزمنة أو الأمراض النفسية أو الإعاقات الجسمية .. الخ.

فروض الدراسة :

- ١- استخدام تعريفات محددة (وضيقة) للعاملين الكبيرين في الشخصية (الانفعالية والانبساط) سيزيد من تشعبات البنود على كل عامل في البيئة العربية خاص المصرية.
- ٢- المتزنون انفعالياً والانبساطيون يستخدمون طرق استرخاء تكيفية أكثر من غير المتزنين والانتطوائيين.

- ٣- لا توجد فروق بين المرتفعين والمنخفضين في المتغيرين المستقلين (الانفعالية ونمط الحوار) في تأثيرهم على المتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة).
- ٤- لا توجد فروق بين المرتفعين والمنخفضين في المتغيرين المستقلين (الانبساط ونمط الحوار) في تأثيرهم على المتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة).
- ٥- لا يوجد تفاعل بين المتغيرين المستقلين الانبساط ونمط الحوار في تأثيرهم على : أ- أسلوب المواجهة . ب- استراتيجيات المواجهة .
- ٦- لا يوجد تفاعل بين المتغيرين المستقلين الانفعالية ونمط الحوار في تأثيرهم على أ- أسلوب المواجهة . ب - استراتيجيات المواجهة .
- ٧- يفترض أن البندين المذكوران في مقياس التآني - الاندفاعية لهما أهمية متساوية ، ويعتبران وجهان لعملة واحدة.

إضافات مقترحة لمفهوم سمات الشخصية واستراتيجيات

المواجهة

اقترح الباحث الحالي إضافات واقتراحات لمفهوم سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة وكانت هذه الاقتراحات على النحو التالي :

أولاً : العاملان الكبيران تم التركيز على عاملين كبيرين فقط من عوامل الشخصية وهما الانفعالية (عدم الالتزام الانفعالي أو العصائية) والانبساط. وكانت الخطوة الأولى هي تصنيف بنود أهم أربعة مقاييس لدراسة عاملي العصائية والانبساط والملاحق (١) و (٢) يعرضان لهذا التصنيف والذي يظهر بوضوح اختلاف مضمون كل مقياس ، بل إن الأمر يبدو وكأن كل مقياس يقيس مفهوم مختلف عن الآخر .

وهناك عدة ملاحظات هامة يمكن استنتاجها من الملحق (١) .

٢- أن مقياس EPQ يشمل أكبر عدد من السمات يمكن تصنيفها في ثلاث فئات هي العصبية والقلق والاكتئاب .

٣- أما مقياس BFI فإنه يعرض لعدد محدود من البنود تقيس العصبية والقلق والتشاؤم والخوف.

٤- أما مقياس NEO-FFI-R فإنه يقيس سمات مختلفة عن ما سبق فهناك بنود عن الخجل والتميز والانهيال والغضب وقلة الحيلة بالإضافة إلى العصبية.

٥- أما مقياس العوامل السبعة 7-IPC فإنه يقيس العصبية والاكتئاب- بالإضافة إلى أثر الضغوط والشعور بالذنب والأفكار المزعجة وغرابة الأطوار وهذا يعنى بوضوح أن المقارنات التي تتم بين الدراسات المختلفة إنما هي مقارنات غير دقيقة ، فكل مقياس يقيس سمات وأعراض مختلفة عن المقاييس الأخرى وتظهر المقارنات ، وجود مكونات أساسيان في مقاييس العصائية هما :

١- عدم الاتزان الانفعالي

٢- الاضطراب النفسي مثل القلق والاكتئاب والضعف النفسي
والوسواس القهري.

ويقترح الباحث أن يحل مفهوم عدم الاتزان الانفعالي (الانفعالية) محل مفهوم العصابية، حيث أن مفهوم عدم الاتزان الانفعالي ، وقد تم إعادة تعريف المفهوم ليشير إلى كل السلوكيات والمشاعر المذبذبة والمتقلبة بالإضافة إلى القلق والتوتر وهذا يعني استبعاد بنود مثل الاكتئاب والوسواس القهري والمخاوف المرضية التي وردت في بعض المقياس مثل مقياس EPQ و NEO ، وبناء على التعريف المحدد المقترح تم اختيار البنود التي تتناسب هذا التعريف وذلك من المقاييس الأربعة EPQ, BFI, NEO, IPC-7 .

وبالنسبة لمفهوم الانبساط فإن الباحثين يستخدمون تعريفات فضفاضة أيضاً تشمل جوانب غير مرتبطة بالمفهوم مثل ممارسة الهوايات والانشغال بالهوموم والسرعة في الأداء والتوكيد والتقاؤل وسرعة مرور الوقت وكنم الأسرار وعدم التفكير بالعواقب، والخجل (أنظر ملحق رقم [٢]). وهذا مما دفع الباحث الحالي إلى تقديم تعريف جديد محدد ومتركز حول العلاقات مع الناس والاستمتاع بذلك .

ويتيح للتعريف الجديد لمفهومي الاتزان الوجداني والانبساط دقة ووضوح أفضل للمفهومين، مما ساعد على حسن اختيار البنود المناسبة للتعريفين الجديدين.

اتجاه البحث يبدأ من مكونات الشخصية والحوار الداخلي وينتهي باستراتيجيات المواجهة.

يعرض النموذج لأربعة مكونات متسلسلة في مفهوم استراتيجيات المواجهة وهي تقترض ان مكونات تسبق مكونات أخرى مثلا سمات الشخصية تسبق الحوار الداخلي والحوار الداخلي يسبق طرق خفض التوتر وكل ما سبق يسبق كل من أسلوب واستراتيجيات المواجهة .

أولا : الحوار الداخلي : ويشير إلى الحوار الداخلي وينقسم إلى ثلاثة أنماط:

١- النمط الإيجابي : الذي يغلب على حوار الداخلي جمل وعبارات إيجابية مثل "كل مشكلة ولها حل" ، "يمكن التوقف في التفكير في المشكلة عندما أريد".

٢- النمط السلبي : الذي يغلب على حوار الداخلي جمل وعبارات سلبية مثل "المشكلات لا تنتهي أبداً ، و" المشكلة كبيرة وعويصة ولا أستطيع تحملها " ..

٣- النمط المختلط: ويشمل جمل إيجابية وسلبية في نفس الوقت .

وسيرد تفصيل ذلك في الجزء الخاص بإجراءات الدراسة .

ثانيا : طرق الاسترخاء :

أي طريقة أو وسيلة يستخدمها الفرد في محاولة منه لتشتيت ذهنه عن الانشغال بمشكلة معينة مثل مشاهدة التلفزيون أو الجلوس مع صديق أو ربما التمشي مع الآخرين أو قراءة الكتب الدينية.

ثالثا : أسلوب المواجهة :

ويشير إلى أسلوب وخصائص المواجهة وهو ما يطلق عليه التآني - الاندفاعية" مثل التعامل بهدوء وتآني مع المشكلات ومحاولة فهم تفاصيل المشكلة (التقويم المعرفي) قبل بدء حل المشكلة.

رابعا : استراتيجيات المواجهة :

وتشير إلى طرق مواجهة الفرد للمشكلة ، وقد تم تحديدها في أربعة استراتيجيات أساسية :

١- خطة منظمة للأفعال (التخطيط) لحل المشكلة : أضع خطة منظمة لما سوف أفعله.

٢- التركز حول حل المشكلة (أو الإنشغال المفرط) : أركز على التعامل مع المشكلة وأؤجل عمل أي شيء في الموضوعات الأخرى .

٣- التجنب : أخشى أن أتصرف فيزداد الأمر سوءا.

٤- التمني : لا أفعل شيء فقد تحل المشكلة بدون تدخل مني.

إجراءات الدراسة

تحدد إجراءات الدراسة في الخطوات التالية :

وبالإضافة للفروض السابقة فسيتم اختبار طريقة جديدة مقترحة "طريقة البنود المسيطرة" حيث

يختبر الباحث طريقة جديدة لإعطاء الدرجات في نوعية معينة من مقاييس الشخصية، ويبدو أن الطريقة المقترحة تناسب مقياس الحوار الداخلي.

إجراءات الدراسة :

تحدد إجراءات الدراسة الحالية في كل من :

١- عينة الدراسة :

تم تطبيق مقياس الدراسة على ٤٤٠ (منهم ٩٢ طالب و ٣٤٨ طالبة) من جامعة المنيا من كليات الآداب (علم نفس ، فلسفة ، إعلام) والهندسة والتربية في السنوات الدراسية الأربعة بمتوسط عمر ١٨,٦ وانحراف معياري ١,٧٥ للطلبة ومتوسط عمر ١٩,٢ وانحراف معياري ٠,٩٢ للطالبات وبالنسبة للعينة الكلية فقد بلغ متوسط عمرها ١٩,٤ بانحراف معياري ١,٢ .

أدوات الدراسة :

تكونت أدوات الدراسة من ستة مقاييس (جميعها من اقتراح الباحث) ، إثنان منهما لقياس السمات الكبرى في الشخصية (العاملان الكبيران) وأربعة لقياس مفهوم المواجهة طبقاً للنموذج الرباعي المقترح:

النتائج :

تم حساب ثبات المقاييس المستخدمة بعدة أساليب وذلك للتحقق من معايير السيكونومترية وجدول (١) يبين معاملات ثبات المقاييس المستخدمة.

جدول (١) معاملات الثبات كما تظهرها طرق إعادة التطبيق و "جوتمان" و "سبيرمان-براون" و "الفا"

ألفا	سبيرمان براون	جوتمان	إعادة التطبيق	
٠,٧٢	٠,٨٣	٠,٧٢	٠,٧٨	عدم الاتزان
٠,٨٦	٠,٨٤	٠,٨٤	٠,٨٦	انقباض
٠,٠٠,٧٣	٠,٧١	٠,٧١	٠,٦٤	حوار إيجابي
٠,٦٩	٠,٧٧	٠,٧٧	٠,٦١	حوار سلبي
-	-	-	٠,٣	اندفاعية
-	-	-	٠,٥	أسلوب مواجهة
٠,٦٤	٠,٥٤	٠,٥٤	٠,٦٤	خفض التوتر
			٠,٩١	نمط الحوار

أولاً : مقاييس السمات الكبرى :

أ- مقياس الانفعالية :

(عدم الاتزان الانفعالي) : ويتكون من ١٢ بند ، وقد أعده الباحث الحالي في ضوء التعريف الجديد السابق اقتراحه ، وقد تم اختيار بنوده من مقاييس العصائية المعروفة مثل EPQ و NEO و PFI والعوامل السبعة

IPC-7. علما بأنه قد تم استبعاد البند السادس لانخفاض تشعبه على العامل (أكون قلق على أمور لا يصح فعلها).

أظهر المقياس معاملات ثبات مرتفعة (ما بين ٠,٧٢-٠,٨٢) وذلك باستخدام معاملات ثبات إعادة التطبيق و "جوتمان" و "سبيرمان - براون" و "ألفا".

وبالنسبة لصدق المقياس الداخلي فقد تم حساب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية وأظهرت النتائج معاملات ارتباط تراوحت ما بين (٠,٤ - ٠,٨٤) وبالنسبة لصدق المحكمين * فقد وضع الباحث بنود المقياس المقترح مع بنود أخرى من مقاييس العصابية (تشير إلى أعراض مرضية مثل القلق والاكتئاب والوسواس) وقد رفض المحكمين البنود المرضية (عندما وضعت في فئة واحدة) واعتبروها غير مندرجة تحت فئة عدم الاتزان الوجداني.

وفيما يتعلق بالصدق العاملي فقد أظهرت نتائج التحليل العاملي تشعبات مرتفعة للبنود (أعلى من ٠,٤) فيما عدا البند السادس .

ب- مقياس الانبساط :

ويتكون المقياس من ١٥ بند ، واختيرت عباراته من مقاييس الانبساط السابقة خاصة المقاييس الأربعة السابق ذكرها.

*يشكر الباحث الزملاء المشاركون في التحكيم وهم : د. هبة إبراهيم و د. إيمان صبري و د. حمزة بركات و د. محسن ديعم و د. النايفة فتحي و د. السعيد عبد الصالحين و د. خالد جلال و د. زيزي إبراهيم .

وقد أظهر المقياس معاملات ثبات مرتفعة (ما بين ٠,٨٤-٠,٨٦) وذلك لطرق إعادة الاختبار ومعاملات "جوتمان" و "سبيرمان- براون" وألفا. ولم يتم استبعاد أي بند.

وبالنسبة للصدق فقد تم حساب معاملات الصدق الداخلي (ارتباط البند بالدرجة الكلية) وأظهرت النتائج معاملات ارتباط مرتفعة تراوحت ما بين (٠,٤٥ - ٠,٧٤).

وبالنسبة للصدق العامي فقد ظهرت تشبعات مرتفعة للبند على العامل (وجميعها أعلى من ٠,٤)

ثانيا : مقاييس المواجهة :

أ- مقياس التآني - الاندفاعية : وقد تكون من بندين فقط الأول يتعلق بالتعامل الهادئ مع المشكلات والتآني ويتعلق الثاني بمحاولة فهم تفاصيل المشكلة (إعادة التقويم المعرفي) ، وكلاهما مستمد من مقاييس المواجهة التقيدية.

الثبات : أظهرت النتائج معاملات ثبات منخفضة وهي نتيجة متوقعة وذلك لقلة عدد البنود (بندان فقط) ولكن ذلك لم يمنع الباحث من الاعتماد على نتائجه .

الصدق : تم الاعتماد على صدق المضمون والبندان متكرر وجودهما في كل مقاييس واستراتيجيات المواجهة ولكن دون تصنيفهم في فئة واحدة كما ورد في الدراسة الحالية .

ب- مقياس استراتيجيات المواجهة :

ويتكون من أربعة بنود فقط تقيس التعريفات السابقة لمفهوم استراتيجيات المواجهة ، علماً بأن الباحث الحالي يتعامل منها باعتبارها بنود منفصلة فهي لا تكون وحدة واحدة ، ولا يصلح معها المعالجات الإحصائية التي تفترض أحادية أو ثنائية القطب (مثل أبعاد الشخصية).

وقد أظهرت معاملات ثبات إعادة التطبيق معاملات ثبات منخفضة نسبياً (٠,٥) ويجب الإشارة إلى أن إعادة التطبيق قد تم بعد ثلاثة أسابيع ويبدو أن المواقف الاجتماعية الضاغطة تكون متغيرة في الفترات القصيرة (خلال الأسابيع الثلاثة) ويعنى ذلك أن هذا المقياس حساس لمتغير الزمن ويبدون أن إعادة التطبيق سيزيد من عامل الثبات إذا تم إعادة التطبيق خلال أسبوع إلا أن ذلك الإجراء سيكون غير سليم بسبب تدخل متغير التنكر ، ولذلك فضل الباحث عدم إعادة حساب الثبات لكي يرتفع معامل الثبات . ويبدو أن مفهوم الثبات نفسه بحاجة للمراجعة لعدم مناسبة استخدامه مع بعض المكونات النفسية وكذلك لعدم مناسبته للاستخدام مع المقاييس قليلة البنود. ويجب الإشارة إلى أن استراتيجيات المواجهة الأربعة ترد في أغلب النماذج والمقاييس التي تدرس المفهوم .

والبنود كلها تشير إلى استراتيجيات متفق بشأنها بين علماء النفس المهتمين بالمقياس ، وهذا مؤشر لصدق المضمون .

ج - مقياس طرق خفض التوتر :

ويتكون من ١٨ بند تمثل الطرق الشائعة في خفض التوتر والقلق (شلبي ، ٢٠٠٠) وتعتبر هذه الطرق طرقاً منفصلة، فقد تتجح وسيلة معينة مع الفرد ولا تتجح معه وسيلة أخرى مشابهة فقد يفضل الفرد الاستماع للأغاني كطريقة لخفض التوتر ولا يفضل مشاهدة الأفلام ، ويمكن تصنيف طرق خفض التوتر إلى طرق تكيفية مثل الجلوس مع الأصدقاء وطرق غير تكيفية مثل تناول المواد المخدرة.

أظهر المقياس معاملات ثبات مرتفعة (٠,٦٤-٠,٥٤) رغم أنها تمثل وحدات منفصلة ولا تنتمي لبعده واحد مع ملاحظة أن هناك استراتيجيات مواجهة تقليدية قد وضعت ضمن طرق خفض التوتر مثل البكاء والتشاجر وكانا ضمن التمرکز حول الانفعال وكذلك الصلاة وكانت ضمن استراتيجية التوجه الديني كما أن اللجوء لصديق كانت ضمن استراتيجية المساندة الاجتماعية.

د - مقياس الحوار الداخلي :

تكون المقياس من ١٨ بند بعضها يشير لحوار داخلي إيجابي والآخر يشير لحوار داخلي سلبي ، ويتم الحصول على درجتين الأولى للحوار الإيجابي والثانية للحوار السلبي . وقد قام الباحث بتكوين المقياس من خلال استعراض التراث المنشور.

إجراءات إعطاء الدرجات على مقياس الحوار الداخلي :

طلب من كل مفحوص شارك في البحث أن يكتب جملتين من
جمل الحوار الواردة في المقياس، على أن تكون هذه الجمل هي الأكثر
إلحاحاً على عقل المفحوص عند مواجهته مشكلة اجتماعية، وتم تصنيف
جمل الحوار المختارة في ثلاثة فئات هي :

١- نمط الحوار الداخلي الإيجابي الخالص Positive Internal Dialogue (PID Type) وهو الذي يختار بندين من الجمل الإيجابية.

٢- نمط الحوار الداخلي الخليط او السلبي المقاوم Mixed Internal Dialogue (MID Type) وهو الشخص الذي يختار جملة إيجابية وأخرى سلبية .

٣- نمط الحوار الداخلي السلبي الخالص Negative Internal Dialogue (NID Type) وهو الشخص الذي يختار بندين من الجمل السلبية وهذه الطريقة مبنية على نتائج دراسة سابقة (سلبية، ٢٠٠٠ ص ص ١٧٢-١٨٤) والتي تشير إلى أن بنود المقياس تختلف في أهميتها وقوتها لدى الفرد ، فهناك بنود تكون أكثر تكراراً (سلوكيات) أو إلحاحاً (أفكار أو مشاعر) من غيرها، وكان من الضروري أن نختبر هذه الطريقة المقترحة.

وقد ظهرت معاملات ثبات مرتفعة للغاية (٠,٩١) عند استخدام طريقة إعادة الاختبار،

وبالنسبة للصدق فقد أظهر التحليل العاملي وجود ثلاثة عوامل

هي:

١- الإيجابي. ٢- السلبي المقاوم (الخليط). ٣- السلبي المستسلم.

وبذلك يتفق مع افتراضات الباحث في وجود ثلاثة عوامل هي الإيجابي والسلبي والخليط
التصميم البحثي :

تم تصميم هذا البحث على أساس وجود ثلاثة متغيرات مستقلة هي :

١- الانفعالية (عدم الاتزان الانفعالي) . ٢- الانبساط . ٣- الحوار الداخلي .

والمتغيرات التابعة هي :

١- بنود مقياس (بندان) أسلوب المواجهة (التأني - الاندفاعية) . ٢ - بنود مقياس استراتيجيات المواجهة .

إجراءات جمع البيانات :

تم تطبيق المقاييس المستخدمة في الدراسة الحالية في جلسات جمعية داخل المدرجات الدراسية بجامعة المنيا ، تراوح عدد الأفراد ما بين ٣٠-٨٠ طالب وطالبة في الجلسة الواحدة وقد قام بالتطبيق عضوان* من أعضاء هيئة التدريس .

التحليلات الإحصائية :

* يشكر الباحث الزميل د. النابعة فتحي لمساعدته الباحث في تطبيق استمارة البحث .

تم وضع خطة للتحليل الإحصائي شملت عدة أساليب لاختبار فروض الدراسة.

خطة التحليل الإحصائي :

- ١- تحليل عاملي لمقياس الانفعالية والانبساط.
- ٢- "كا" للمقارنة بين المرتفعين والمنخفضين في عاملي الشخصية فيما يتعلق بطرق خفض التوتر.
- ٣- تحليل التباين المتعدد MA NOVA وذلك لدراسة أثر المتغيرات المستقلة (مرتفعي ومنخفضي الانفعالية والانبساط) على المتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة) ، وكذلك لمعرفة التفاعل بين المتغيرات المستقلة في تأثيرها على المتغيرات التابعة .

نتائج الدراسة

نعرض في هذا الجزء لنتائج التحليلات الإحصائية التي أجريت من أجل اختبار فروض الدراسة، وسوف يتم استعراض النتائج في ضوء الفروض الأساسية .

نتائج الفرض الأول :

لاختبار صحة الفرض الأول الخاص بأن استخدام تعريفات محددة للعاملين الكبيرين سيؤدي الى وضوح ونقاء العاملين في البيئة العربية . وقد تم إجراء أسلوب التحليل العملي لمقياسي الانفعالية والانبساط

أولا : العاملان الكبيران :

تم حساب التحليل العملي للعاملين الكبيرين (الانفعالية والانبساط) وذلك بتحديد عدد العوامل الناتجة وباستخدام طريقة المكونات الأساسية والتدوير بطريقة (Equamax with Kaiser Normalization) وقد أظهرت النتائج وجود عاملين كبيرين هما الانفعالية والانبساط.

وكما تظهر النتائج يتعلق العامل الأول بعدم الاتزان الانفعالي وتشبع عليه جميع بنود المقياس وتتراوح التشبعات ما بين (٠,٧ و ٠,٤) وهي تشبعات مرتفعة تدل على تجانس المقياس ، فيما عدا البند السادس (تشبع ٠,٢٧) وقد تم استبعاد البند عند إجراء التحليلات الإحصائية التالية. وبلغت نسبة التباين للعامل الأول ١٩,٩٨% من مجموع مربع التشبعات.

كما أظهرت النتائج وجود عامل ثاني يسهل تسميته بالانسياس فقد تشبعت عليه جميع بنود المقياس وتراوحت التشبعات ما بين (٠,٧٥ - ٠,٤٤) وهي تشبعات عالية.

وقد بلغت نسبة التباين للعامل الثاني ١٢,٣% وهي نسبة عالية لم تظهر في دراسات عديدة.

وتفترض نتائج التحليل العاملي قوة العاملين الكبيرين في الشخصية (تشبعت كل بنود المقياسين على العاملين فيما عدا بند واحد في مقياس العصائية) إذا تم مقارنتها بنتائج دراسات أخرى عربية لم يظهر فيها العاملان الكبيران بمثل هذا النقاء في الدراسة الحالية (قارن شلبي ، ٢٠٠٠ شلبي وآخرون ، ٢٠٠٠ الانتصاري ، ١٩٩٦) ويبدو أن إعادة تعريف العاملان الكبيران إنما هو خطوة في الطريق الصحيح.

الفرض الثاني :

لاختبار الفرض الثاني الخاص بوجود ثلاثة عوامل واضحة في مقياس الحوار الداخلي وقد تم إجراء التحليل العاملي لمقياس الحوار الداخلي . ويظهر جدول (٣) نتائج التحليل العاملي وتظهر النتائج وجود ثلاثة عوامل تتطابق مع افتراض الباحث وهي :

- ١- النمط الإيجابي (PID) . ٢- النمط السلبي المستسلم (NID)
- ٣- السلبي المقاوم (MID) مع ملاحظة أن أغلب البنود المتشعبة على هذا العامل هي بنود تشير الى الاكتئاب.

جدول (٢) نتائج التحليل العاملي لمقياس الانفعالية والانبساط

العوامل		مضمون البند	مقياس الانفعالية
الثاني	الأول		
	٠,٥٢	تقلب المزاج	١
	٠,٦٩	الترفضة لمشكلات بسيطة	٢
	٠,٧٠	سهولة الترفزة	٣
	٠,٥٧	عصبية المزاج	٤
	٠,٦٢	التضايق من المشكلات الصغيرة	٥
	٠,٢٧	القلق من أمور لا يصح فعلها	٦
	٠,٤٥	شيل الهم	٧
	٠,٤٩	مواجهة أحداث سيئة	٨
	٠,٥٣	المرور بخيرة عجلة	٩
	٠,٤٤	جرح المشاعر	١٠
	٠,٤٨	الانهيار بسهولة	١١
	٠,٤٢	الخجل	١٢
		مقياس الانبساط	
٠,٨٦		كثرة الكلام	١
٠,٥٨		الاستمتاع بأشخاص جدد	٢
٠,٥٨		ألوان في مركز الضوء	٣
٠,٤٨		أفضل التعامل مع الناس	٤
٠,٥٩		لي اصدقاء كثيرون	٥
٠,٦٥		أبادر بالتعرف على الأصدقاء	٦
٠,٥٤		أقول نكت	٧
٠,٥٧		أحب الاختلاط	٨
٠,٧٥		أبعث الحيوية	٩
٠,٧٠		أحب الإثارة	١٠
٠,٥٨		يراني الآخرون نشيط	١١
٠,٥٣		أضحك بسهولة	١٢
٠,٤٤		علاقتي دافئة	١٣
٠,٥٧		أحب الهزار	١٤

جدول (٣) يعرض لنتائج التحليل العاملى لمقياسى الحوار الداخلى
بافتراض وجود ثلاثة عوامل

رقم البند	مضمون البند			العوامل		
	١	٢	٣	١	٢	٣
١٧	التغلب على المشكلات	٠,٧٠	٠,٠٠	٠,١٧-		
١٤	المستقبل مشرق	٠,٦٨	٠,٠٠	٠,١٠-		
١٥	أنا محظوظ	٠,٦٧	٠,٠٠	٠,٠٠		
٥	كل مشكلة لها حل	٠,٦٦	٠,٠٠	٠,١٢		
٨	أنا متفائل	٠,٦٥	٠,٠٠	٠,٠٠		
٦	ربنا يهون المشكلات	٠,٤٨	٠,٢٩	٠,٢٠		
١٨	إن يهزمنى أحد	٠,٤٥	٠,٢١	٠,٣٦-		
٤	التوقف عن التفكير في المشكلة	٠,٣٩	٠,١٧-	٠,٣٣		
١١	أنا تعيس منذ طفولتي	٠,٣١-	٠,٣٠	٠,٢٦		
٢	المشكلات لا تنتهي	٠,١٠٠	٠,٦٩	٠,٠٠		
٩	الناس أشرار	٠,١٥	٠,٦٦	٠,١١-		
١٦	لماذا أنا بالذات	٠,١٢-	٠,٦١	٠,١٥		
١٣	الخوف من العواقب	٠,٠٠	٠,٥١	٠,٣٤		
١	المشكلة عويصة	٠,٠٠	٠,٤٦	٠,٣٦		
٧	الله يعاقبني	٠,١١	٠,٠٠	٠,٣٣		
١٠	أنا سبب للمشكلات	٠,٠٠	٠,٢٧	٠,٧١		
١٢	أخطائي وغبائي هما السبب	٠,٠٠	٠,٢٧	٠,٥٧		
٣	أنا فاشل	٠,٢٥-	٠,٢٠	٠,٤٤		

وقد أظهرت وجود ثلاثة عوامل (بعد التدوير بطريقة

(Equamax with Kaiser) هذه العوامل هي

١- العامل الأول : الحوار الإيجابي (الخالص)

وتشبعته عليه أغلب مقياس الحوار الإيجابي (ما بين ٠,٤-٠,٧) .

٢- العامل الثاني : حوار السلبي (الخالص) المستسلم.

وتشبع عليه بنود تتعلق بمواجهة مشكلات اجتماعية صعبة (أي أن الأمر لا يتعلق بالفرد إنما يتعلق بالظروف المحيطة بالفرد) مثل المشكلات لا تنتهي والناس أسرار ولماذا المشكلات معي بالذات . وكذلك بنود مثل الخوف من العواقب وأن المشكلة كبيرة وأن الله يعاقب الفرد.

٣- العامل الثالث : الحوار السلبي المقاوم (أو الخليط) ويتشبع عليه بنود خاصة بالتقليل من الذات والشعور بالفشل والخوف من العواقب وأن هناك عقاب من الله للفرد بالإضافة إلى بند إيجابي هو إمكانية التوقف عن التفكير في المشكلة . وتستحوذ العوامل الثلاثة على نسب التباين التالية (١٧,٧% و ١٦,٥% و ٦,٦% على التوالي).

وتدعم هذه النتائج الفرض الثاني الخاص بوجود ثلاثة أنماط :

أ- النمط الإيجابي.

ب- النمط الخليط (أو السلبي المقاوم).

ت- النمط السلبي .(السلبي المستسلم).

وكان على الباحث أن يختار بين نتائج التحليل العاملي وبين أسلوب البنود المسيطرة ، وقد فضل الباحث الأسلوب الأخير باعتباره أكثر تعبيراً عن الإطار النظري للبحث. وذلك بحثاً عن طرق جديدة لبحث في علم النفس، وحيث أن طريقة البنود المسيطرة التي يفترضها الباحث قد تثمر عن نتائج أفضل من تلك الناتجة عن التحليل العاملي. كما أن معاملات ثباته المرتفعة تجعله مفضلاً عن استخدام نتائج التحليل العاملي.

الفرض الثاني :

لاختبار الفرض الثاني الخاص بوجود فروق في استخدام طريق خفض التوتر خاصة الطرق التكيفية وذلك لصالح المتزنين والانبساطيين .
تدعم النتائج (جدول ٤) صدق الفرض الثاني من أن المتزنين انفعالياً والمنبسطين يستخدمون طرق استرخاء تكيفية وصحيحة.

أولاً : المقارنة بين المرتفعين والمنخفضين على مقياس عدم الاتزان الانفعالي :

تم استخدام (كأ) حيث أن هذه الطريقة تستخدم في اختبار مدى دلالة الفرق بين تكرارات الدراسة وبين تكرار مبني على الفرض الصفري (خيري ، أ ، ١٩٦٣؛ أبو النيل ، م ، ١٩٧٤) وأحد الاستخدامات المألوفة لـ (كأ) هو استخدامه لاختبار التوافق بين النظرية والواقع (سميث ، م ، ١٩٧٨).

وقد تم حساب الربيع الأعلى والأدنى لتحديد المرتفعين والمنخفضين على السمة.

وتجيب (كا^٢) عن التساؤل بأن المرتفعين والمنخفضين (في بعد عدم الاتزان الانفعالي) يختلفوا في الطرق التي يستخدمونها لخفض التوتر وفيما يلي عرض لنتائج (كا^٢) انظر جدول (٤).

جدول (٤) يعرض لنتائج (كا^٢) لبحث الفروق بين مرتفعي ومنخفض عدم الاتزان الانفعالي فيما يتعلق بطرق خفض التوتر.

البند	(كا ^٢)	الدلالة واتجاهها	البند	(كا ^٢)	الدلالة واتجاهها
١ - التركيز على شيء ثابت	٠,٠١		١٠ - مشاهدة أفلام كوميدية	١,٤	
٢ - تخيل منظر هادي	٦,٨	** متزن	١١ - حمام دافئ	٧,٩	** متزن
٣ - ممارسة العادة السرية	٥,٠٢	* غير متزن	١٢ - أقرأ في كتاب	٩,٤	** متزن
٤ - تخيل صورة المحبوب	٦,٢	* غير متزن	١٣ - أبكي	٨,٧	** غير متزن
٥ - اتمد على السرير	٠,٤٥		١٤ - أشاجر أو أسب	٢٤,١	*** غير متزن
٦ - أجلس مع صديق	٠,٢٣		١٥ - أتناول مادة مخدرة	١,٥	
٧ - أصلي	١,٦		١٦ - أتناول نواء مهدئ	٧,٢	** غير متزن
٨ - أتناول مأكولات	١,١		١٧ - أحلام يقظة .	٧,٦	** غير متزن
٩ - استمع للموسيقى	٠,١٤		١٨ - أهزر وأتكت	٢,٨	

*** دلالة عند مستوى ٠,٠٠١ (١٠,٨٣)

** دلالة عند مستوى ٠,٠١ (٦,٦٤)

* دلالة عند مستوى ٠,٠٥ (٣,٨٤)

تظهر النتائج وجود فروق دالة في بعض البنود بين المرتفعين والمنخفضين على بعد الانفعالي فيما يتعلق بطرق خفض التوتر وكانت أكبر الفروق (دلالة عند ٠,٠٠١) البند رقم (١٤) والخاص بالتشاجر والسب لأي شخص وتلاها البنود (٢، ١١، ١٣، ١٦، ١٧) وتتعلق :

- ٢- يتخيل منظر هادئ لصالح المتزنين.
 - ١٢- أقرأ في كتاب أو أجلس أمام الكمبيوتر لصالح المتزنين.
 - ١٣- أبكي أحيانا لصالح غير المتزنين.
 - ١٦- أتناول دواء مهدي لصالح غير المتزنين.
 - ١٧- أعيش في أحلام اليقظة لصالح غير المتزنين.
- وفي المرتبة الثالثة (دلالة ٠,٠٠٥) كانت البنود (٣، ٤) وتتعلق
- ٣- استرخاء بالعادة السرية.
 - ٤- أتخيل صورة من أحب لصالح غير المتزنين.

وتظهر النتائج أن المرتفعين في الانفعالية يستخدمون طرق غير تكيفية مثل طريقة التشاجر والسب لأي شخص وكذلك البكاء وتناول المهدئات وأحلام اليقظة والعادة السرية وتخيل صورة المحبوب ، ويحدث عكس ذلك من المتزنين انفعالياً حيث يستخدمون طرق تكيفية مثل تخيل منظر هادئ أو أخذ حمام دافئ أو قراءة كتاب أو الجلوس أمام الكمبيوتر أو قراءة كتاب.

وتظهر نتائج النسب المئوية للعينة الكلية أن البنود التالية هي الأكثر استخداماً من عينة البحث الكلية سواء من مرتفعي أو منخفضي عدم الاتزان الوجداني بل ترتفع النسبة لبندى قراءة الكتب الدينية (٨٨%) والبكاء (٨٣%). باعتبارهما الأكثر استخداماً.

- ٥- أتمدد على السرير
- ٦- أجلس مع صديق
- ٧- أصلي أو أقرأ في الكتب الدينية (٨٨%)
- ٩- استمع للموسيقى والأغاني
- ١٠- أشاهد أفلام أو مسرحيات
- ١١- أخذ حمام دافئ
- ١٣- أبكي أحياناً (٨٣%)
- ١٨- هزاز ونكت يستخدمها أكثر من ٦٠%.

ثانياً : المقارنة بين المرتفعين والمنخفضين في الانبساط فيما يتعلق بطرق خفض التوتر:

تم استخدام الأسلوب الإحصائي (كا^٢) وذلك للتعرف على الفروق بين المجموعتين .

جدول (٥) نتائج (كا^١) لبحث دلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي بعد الانبساط فيما يتعلق بطرق خفض التوتر

البند	(كا ^٢)	الدلالة واتجاهها	البند	(كا ^١)	الدلالة واتجاهها
١- التركيز على شيء ثابت	٠٠,١٥		١٠- اشاهد أفلام كوميدية	٢٠,٥	***منبسط
٢- تخيل منظر هادئ	١,٩		١١- حمام دافئ	٥,٧	*منبسط
٣- ممارسة العادة السرية	٠,٣٧		١٢- أقرأ كتاب	٠,٢٨	
٤- تخيل صورة المحبوب	٠,٦٤		١٣- أبكي	٠,٠١	
٥- اتمد على السرير	٢,٣		١٤- أشاجر أو أسب	٠,٧٤	
٦- اجلس مع صديق	٩,٨	**منبسط	١٥- أتناول مادة مخدرة	١,٧	
٧- أصلي	٠,٠٠		١٦- أتناول نواء مهدء	٠,٨٤	
٨- أتناول مأكولات	٢,٧		١٧- أحلام يقظة	٠,٣٢	
٩- استمع للموسيقى	١٥,٥	***منبسط	١٨- أهزر وأتكت	٣٧,٢	***منبسط

*** دلالة عند مستوى ٠,٠٠١ (١٠,٨٣)

** دلالة عند مستوى ٠,٠١ (٦,٦٤)

* دلالة عند مستوى ٠,٠٥ (٣,٨٤)

تظهر النتائج وجود فروق دالة مرتفعة (دلالة ٠,٠٠١) للبنود (٩)،

(١٠، ١٨) لصالح مرتفعي الانبساط

وتتعلق هذه البنود بما يلي :

- الاستماع للموسيقى والأغاني والتلفزيون.

- مشاهدة الأفلام والمسرحيات .

- إطلاق النكت والهزار، ثم تلاها البند (٦) بمستوى

دلالة (٠,٠١) ويتعلق بالجلوس مع صديق وفي النهاية

البند رقم (١١) بمستوى دلالة (٠,٠٥) ويتعلق بأخذ

حمام دافئ وجميعها لصالح المنبسطين.

ويبدو أن المنبسطين لديهم طرق عديدة لتخفيض التوتر والملاحظة الهامة هي أن اقصر طرق خفض التوتر هي الطرق الشخصية المتاحة مثل الموسيقى والتلفزيون والأفلام ويليها إطلاق النكت فإذا لم يجد المنبسط شخص يخفف عنه فإنه يسلك بطريقة عملية أي البحث عن أسرع الطرق لخفض التوتر مثل الجلوس مع صديق.

وتظهر نتائج النسب المئوية للعينة الكلية أن البنود التالية :

٤- تخيل صورة المحبوب. ٥- أتمدد على السرير. ٦- أجلس مع صديق.

٧- أقرأ في الكتب الدينية (٨٨%)

٩- استمع للموسيقى والأغاني. ١٠- اشاهد الأفلام. ١١- أخذ حمام دافئ.

١٣- أبكي أحياناً. ١٧- أحلام اليقظة. ١٨- نكت وهزار، يستخدمها أكثر

من ٦٠% من مرتفعي ومنخفضي الانبساط على حد سواء.

وتؤكد النتائج السابقة صحة الفرض الثاني الخاص بوجود فروق

دالة بين مرتفعي ومنخفض الانفعالية والانبساط فيما يتعلق بطرق خفض

التوتر فقد استخدم المتزنين والمنبسطين أساليب أكثر تكيفية من مرتفعي الانفعال والمنطويين.

الفرضان الرابع والخامس :

وبالنسبة للفروض الرابع والخامس فقد تم استخدام أسلوب تحليل التباين المتعدد MANOVA لاختبار هذه الفروض وذلك لبحث الفروق بين مرتفعي ومنخفضي سمة معينة وكذلك أنماط الحوار (الإيجابي والمختلط والسلبى) وذلك في تأثيرهم على أسلوب المواجهة (التأني- الاندفاعية) واستراتيجيات المواجهة الأربعة. وذلك تبعاً للتخطيط التالي :

نمط الحوار

	سلبى	مرتفع	
✓		✓	منخفض
✓		✓	
		إيجابى	مختلط

شكل (٦) يبين التصميم العاملي ٢×٢ والذي يبحث تأثير كل من نمط الحوار (الربيع الأعلى والأدنى) والانتعالية (فتان) على أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة الأربعة.

نمط الحوار

	سلبى	مرتفع	
✓		✓	منخفض
✓		✓	
		إيجابى	مختلط

شكل (٧) يبين التصميم العاملي ٢×٢ والذي يبحث تأثير كل من نمط الحوار (الربيع الأعلى والأدنى) والانتعاط (فتان) على أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة الأربعة.

تحليل التباين المتعدد - اختبارات آثار ما بين المجموعات

جدول (٨) تحليل التباين المتعدد MANOVA لدراسة آثار كل من الانفعالية ونمط الحوار على كل من أساليب المواجهة واستراتيجيات المواجهة.

الدلالة	قيم F	مربع المتوسطات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المتغيرات المستقلة	
٠,٠٠٠ **	١٤,٣٣	٢٣,٧٦	١	٢٣,٨	١- أسلوب التأني	الانفعالية
٠,١٢٧	٢,٣٤	١,٨٩	١	١,٩	الاستراتيجية (١)	
٠,٨٧٥	٠,٠٣	٠,٠٢	١	٠,٠٢	الاستراتيجية (٢)	
٠,٠٠٠ **	١٣,٤٠	١٢,٩٩	١	١٢,٩٩	الاستراتيجية (٣)	
٠,١٤٣	٢,١٥	٢,٠٣	١	٢,٠٢	الاستراتيجية (٤)	
٠,٠٠٩ **	٤,٨٤	٨,٠٠	٢	١٦,٠٣	١- أسلوب التأني	نمط الحوار
٠,٠١٢	٤,٤٦	٣,٦٢	٢	٧,٢٤	الاستراتيجية (١)	
٠,٩٤٩	٠,٠٥	٠,٠٤	٢	٠,٠٨	الاستراتيجية (٢)	
٠,٠٠٩ **	٤,٨١	٤,٦٦	٢	٩,٣	الاستراتيجية (٣)	
٠,٠٨٩	٢,٤٤	٢,٣٠	٢	٤,٥٩	الاستراتيجية (٤)	
٠,٦٢٦	٠,٤٧	٠,٧٨	٢	١,٥٥	١- أسلوب التأني	التفاعل الانفعالية ونمط الحوار
٠,٦٧٦	٠,٤٠	٠,٣٢	٢	٠,٦٤	الاستراتيجية (١)	
٠,٠٦٤ **	٤,٣٥	٣,٥٨	٢	٧,١٦	الاستراتيجية (٢)	
٠,٦٣٤	٠,٤٦	٠,٤٤	٢	٠,٨٩	الاستراتيجية (٣)	
٠,٦٤٨	٠,٤٤	٠,٤١	٢	٠,٨٢	الاستراتيجية (٤)	

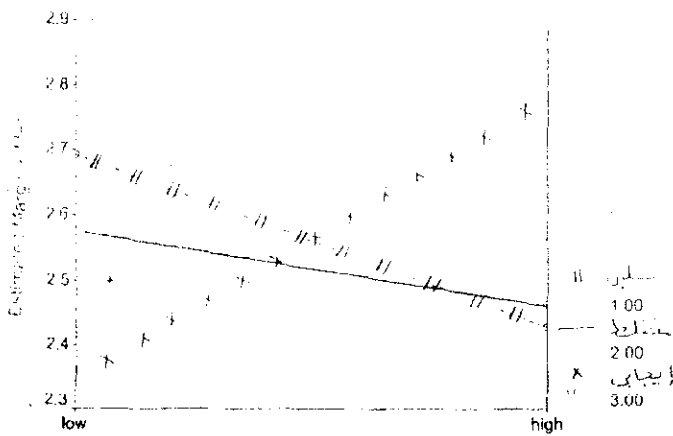
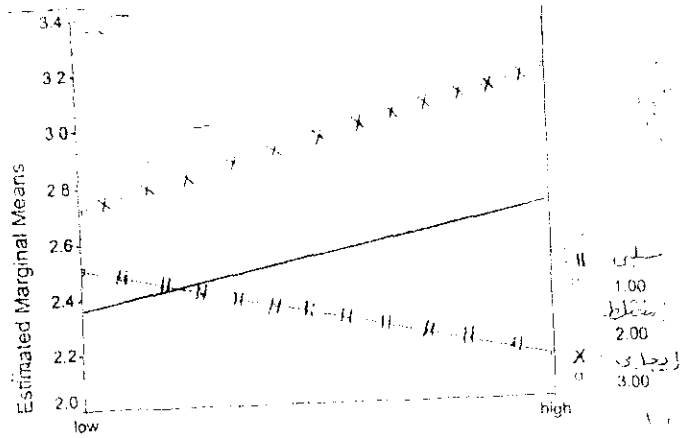
* دالة عند ٠,٠٥

** دالة عند ٠,٠١

كما أظهرت نتائج تحليل التباين المتعدد و MANOVA أن هناك فروق دالة بين المتزنين وغير المتزنين انفعالياً في استخدام استراتيجية التجنب لصالح غير المتزنين ، وكذلك وجدت فروق بين المجموعتين فيما يتعلق بنمط الحوار، فقد استخدم ذوي النمط الإيجابي استراتيجيات وضع خطة منظمة أكثر من النمط السلبي، كما أن ذوي النمط السلبي استخدموا أكثر استراتيجيات التجنب وهذه النتائج تعنى رفض الفرض الصفري الثالث بعدم وجود فروق بين مرتفعي ومنخفضي الانفعالية وكذلك نمط الحوار على المتغيرات التابعة (اسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة). وتتشابه نتائج غير المتزنين وذوي النمط الأول (السلبي) في استخدامهم لاستراتيجية التجنب.

وفيما يتعلق بالتفاعل بين سمة عدم الاتزان ونمط الحوار بين التأثير على أسلوب واستراتيجيات المواجهة فقد أظهرت النتائج أن الشخص المتزن وذو الحوار الإيجابي يختار الاستراتيجية الثانية (التركيز على حل المشكلة) بطريقة أكثر من الفئات الأخرى. وهذه النتائج تقترض رفض الفرض الصفري الخامس الخاص بعدم وجود تفاعل بين المتغيرات المستقلة (الانفعالية ونمط الحوار)

تحليل التباين المتعدد - اختبارات تأثيرات ما بين المجموعات



شكل (١) يبين الرسم البياني لنتائج تحليل التباين المتعدد فيما يتعلق بالتفاعل بين الانبساط ونمط الحوار وتظير وجود تفاعل بين الأنطواء ونمط الحوار السليبي في استخدامهم للاستراتيجية الثالثة (التجنب) وتظير نتائج جدول (٢) أن نمط الحوار السليبي أن نمط الحوار السليبي (النمط ١) يؤثر على استراتيجية المواجهة الثالثة (التجنب) وفيما عدا ذلك لا يوجد أي تأثير

جدول (٩) تحليل التباين المتعدد MANOVA لدراسة آثار كل من الانبساط ونمط الحوار على كل من أساليب المواجهة واستراتيجيات المواجهة .

الدالة	قيم F	مربع المتوسطات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المتغيرات المستقلة	
٠,١٢٧	٢,٠٨	٣,٨٣	٢	٧,٦٥	١- أسلوب الثاني	نمط الحوار
٠,٠٦١	٢,٨١	٢,٣٣	٢	٤,٦٥	الاستراتيجية (١)	
٠,٨٧٧	٠,١٣	٠,١٢	٢	٠,٢٣	الاستراتيجية (٢)	
**٠,٠٠٠	٧,٩٨	٧,٩٦	٢	١٥,٩٢	الاستراتيجية (٣)	
٠,٠٧٥	٢,٦١	٢,٤٢	٢	٤,٨٤	الاستراتيجية (٤)	
٠,١٤٥	٢,١٣	٢,٩٢	١	٢,٩٢	١- أسلوب الثاني	الانبساط
٠,٠٧٤	٣,٢١	٢,٦٦	١	٢,٦٦	الاستراتيجية (١)	
٠,٢٤٠	١,٣٨	١,٢١	١	١,٢١	الاستراتيجية (٢)	
٠,٢٦٧	١,٢٤	١,٢٣	١	١,٢٣	الاستراتيجية (٣)	
٠,٤٠٠	٠,٧١	٠,٦٦	١	٠,٦٦	الاستراتيجية (٤)	
٠,٧٤٦	٠,٢٩	٠,٥٤	٢	١,٠٨	١- أسلوب الثاني	التفاعل بين الانبساط ونمط الحوار
٠,٦٣٣	٠,٤٦	٠,٣٨	٢	٠,٧٦	الاستراتيجية (١)	
٠,٦٠٦	٠,٥٠	٠,٤٤	٢	٠,٨٨	الاستراتيجية (٢)	
٠,٠١٠	٤,٦٥	٤,٦٣	٢	٩,٢٦	الاستراتيجية (٣)	
**	٠,٦٤	٠,٦٠	٢	١,١٩	الاستراتيجية (٤)	
٠,٥٣٩						

* دالة عند ٠,٠٥

** دالة عند ٠,٠١

وتظهر نتائج جدول (٩) أن نمط الحوار السلبي أن نمط الحوار السلبي (النمط ١) يؤثر على استراتيجية المواجهة الثالثة (التجنب) وفيما عدا ذلك لا يوجد أي تأثير .

وفيما يتعلق بالتفاعل بين المتغيرات المستقلة (الانبساط ونمط الحوار) فقد وجد تفاعل بين الانطواء ونمط الحوار السلبي في اختيارهم بالاستراتيجية الثالثة (التجنب) وفيما عدا ذلك لا توجد أي علاقات تفاعل.

وهذه النتائج تدعم الفرض الصفري الرابع الذي يفترض عدم وجود فروق بين المرتفعين والمنخفضين في المتغيرين المستقلين (الانبساط ونمط الحوار) والمتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة) فيما عدا نتيجة مفردة ، تتعلق بذوي النمط السلبي الذي يستخدم (بدلالة أكثر) استراتيجية التجنب.

والنتائج تدعم رفض الفرض الخامس والسادس الخاص بالتفاعل بين المتغيرات المستقلة (الانفعالية والانبساط) ونمط الحوار في تأثيرهم على أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة، فقد دعمت النتائج في جدولي (٨) و (٩) وجود تفاعلي بين الاتزان الانفعالي وذوي الحوار الإيجابي في اختيار استراتيجية التركيز حول حل المشكلة وكذلك يوجد تفاعل بين الانطواء وذوي الحوار السلبي في استخدام استراتيجية التجنب بشأن بندي أسلوب المواجهة متلازمان ويمثلان وجهان لعملة واحدة ، ويشير ذلك إلى رفض الفرض السابع.

وقد أجرى تحليل التباين ANOVA * لبحث الفروق بين آثار الأنماط الثلاثة على الاندفاعية (كل بند على حدة) وقد ظهرت نتائج دالة ($0,005$) وذلك لصالح النمط الثالث (الإيجابي) حيث يستخدم أكثر أسلوب التعامل المتأنسي والهادئ ولم تظهر فروق فيما يتعلق بالبند الثاني (فهم تفاصيل المشكلة) ويتعارض ذلك مع فرض الباحث.

* البيانات متاحة عند الباحث .

مناقشة النتائج

أولاً : العاملان الكبيران في الشخصية :

أظهرت نتائج التحلي العاملي لمقياس الانفعالية والانبساط ظهور عاملان قويان (الأول استحوذ على ١٩,٩% من التباين والثاني استحوذ على ١٢,٣% من التباين) وهذا مما يدعم افتراضات الباحث من أن تحديد وتضيق مفاهيم أبعاد الشخصية سيؤدي إلى نقاء وتشبع أفضل لبنود المقياس وقد تشبعت كل بنود المقياسين على العاملين (أكثر من ٠,٤) فيما عدا بند واحد من مقياس الانفعالية .

ويبدو أن ذلك أفضل من التعريفات الشاملة التي نقل فيها التشبعات بل ويختفى العاملان الكبيران أو أحدهما ، وإذا وجد العامل يكون ضعيف ويتشبع عليه بنود قليلة (Capraro & Perugini, 1994; Diblas & Forzi, 1998;1999 Digman, 1979; Cheung et al., 1992; Somer, & Goldberg; 1999) (شليبي ، ٢٠٠٠ ، شليبي والضوي واحمد ، ٢٠٠٠).

وتدعم هذه النتائج ضرورة أن يهتم علماء النفس بأبعاد الشخصية الكبرى القوية التي تدعمها نتائج الدراسات ويستبعنوا أبعاد الشخصية الضعيفة والتي يختلفوا بشأنها.

ويبدو أن تعريف عدم الاتزان الانفعالي (المقترح) في الدراسة الحالية يمثل تحديداً دقيقاً للمفهوم ويعبر عن حالة مزاجية محورية في تكوين الشخصية.

وينطبق ما سبق على تعريف الانبساط حيث تحدد تعريفه على أساس الرغبة في التعامل مع الناس والاستمتاع بالتعامل، ويعتبر ذلك تضيق وتحديد للمفهوم باعتباره النقيض لمفهوم الانطواء.

وبالنسبة للفرض الأول الخاص بتحديد تعريفات العاملين الكبيران (الانفعالية والانبساط) فإن نتائج التحليل العملي تؤكد وضوح العوامل وذلك مقارنة بالدراسات العربية السابقة. (الأنصاري ١٩٩٧؛ شلبي ٢٠٠٠؛ شلبي والضوي وأحمد ٢٠٠٠)

ثانياً : الحوار الداخلي :

تعتبر الدراسة الحالية إحياء لمفهوم الحوار الداخلي باعتباره مكون هام في النموذج المقترح، وكان هناك خياران أمام الباحث إما الاعتماد على نتائج التحليل العملي للمقياس أو الاعتماد على الطريقة الجديدة المقترحة (البنود المسيطرة) وقد فضل الباحث استخدام طريقة البنود المسيطرة باعتبارها الأفضل من حيث التعبير عن أكثر الحوارات سيطرة على تفكير الأفراد . ومما يدعم استخدام الطريقة المقترحة ما أظهرته نتائج معاملات الثبات المرتفعة (٠,٩١) ، كما أن نتائج الدراسة الحالية تؤكد أن هذا المكون المعرفي -الانفعالي مهم وأساسي في تكوين الشخصية وأنه يسبق أساليب واستراتيجيات المواجهة.

وقد أظهرت النتائج بروزاً واضحاً لهذا المكون ، بل أن ينافس مفهوم الانفعالية (عدم الاتزان الانفعالي) في التأثير على أسلوب واستراتيجيات المواجهة.

بالنسبة للفرض الثاني الخاص بأهمية مفهوم الحوار الداخلي وقد أظهرت نتائج المجموعات الطرفية (الربيع الأعلى والأدنى) أن هذا المفهوم يعتبر محوري وأساسي في دراسات الشخصية والمواجهة ، إلا أن نتائج الدراسة الحالية تقترح أن يكون هذا المكون المعرفي - الانفعالي أحد أبعاد الشخصية وليس ضمن مكون مفهوم استراتيجيات المواجهة.

سمات الشخصية وطرق خفض التوتر :

أظهرت نتائج الدراسة أن الأشخاص غير المتزنين انفعالياً يستخدموا طرق غير تكيفية مثل التشاجر والسب لأي شخص وذلك عند مقارنتهم بالمتزنين انفعالياً ، كما استخدم غير المتزنين انفعالياً طرق البكاء وتناول الأدوية المهدئة والعيش في أحلام اليقظة وممارسة العادة السرية. بينما استخدم المتزنين انفعالياً طرق تكيفية مثل تخيل منظر هادئ أو أخذ حمام دافئ أو قراءة كتاب .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج البحوث السابقة من أن العصابين يميلون إلى الاستجابات العدائية (McCrae & Costa, 1986) مع ملاحظة أن استراتيجيات التشاجر (ميكانزم دفاعي) قد صنفت في الدراسة الحالية كأحد طرق خفض التوتر التي يستخدمها الأفراد في مواجهة المواقف الضاغطة، وكانت تصنف في البحوث السابقة تحت استراتيجيات التمركز حول الانفعال. وهذا ما يدعم نتائج البحوث السابقة التي تؤكد على سهولة إغصاب العصابين ومن ثم فإنه يسلكون بطريقة مبالغ فيها لمشكلات الحياة اليومية. (Clark, 1993; Watson, et al., 1994).

ويتفق ذلك من نتائج الدراسات السابقة التي تؤكد على ارتباط العصابية بدلالة مع استراتيجيات المواجهة غير الفعالة مثل الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال (Costa & McCrae, 1989; Endler & Parker, 1990)

ويرجع ذلك إلى ميل العصابين إلى التقديرات السلبية للأحداث البيئية وإدراكهم للمنبهات المحايدة بطريقة سلبية أكثر مما يفعل الآخرون (Costa & McCrae, 1990; Watson & Clark, 1984).

وفيما يتعلق بالانبساط فقد أظهر الانبساطيون طرق خفض التوتر تكيفية مثل الاستماع للموسيقى والغناء ومشاهدة الأفلام وإطلاق النكت والجلوس مع صديق وأخذ حمام دافئ. من الواضح أن المنبسطين يستخدمون طرق ترفيهية واجتماعية لتخفيض التوتر وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة التي تؤكد على استخدام الانبساطيون استراتيجيات انفعالية إيجابية مثل البحث عن الدعم الانفعالي (طريقة استرخاء) (Hooker et al., 1994; McCrae & Costa, 1986) وكذلك ما يسمى "بالمواجهة الناضجة" وهي استخدام - أكثر - لاستراتيجيات منطقية وتكبير إيجابي. وطرق استرخاء (McCrae & Costa, 1986). كما يميل الانبساطيون إلى المشاعر الإيجابية مثل الدفء (علاقات اجتماعية) وحب الهزار (McCrae, 1992; McCrae & Costa, 1987).

والدراسة الحالية تعرض لمدى أوسع لمفهوم طرق خفض التوتر، حيث شمل المفهوم طرق عديدة كانت تتدرج تحت مفهوم استراتيجيات المواجهة مثل الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والمساعدة الاجتماعية والحرور، الذين والمود، المواد المخدرة والأدوية

كما هو واضح فإن هذه المكونات لا تمثل استراتيجية لحل المشكلات (كما افترضتها البحوث السابقة)، فجميعها لا تؤدي لحل المشكلة، إنما هي فقط طرق يستخدمها الفرد لتخفيض التوتر.

سمات الشخصية وأساليب واستراتيجيات المواجهة :

أظهرت النتائج أن المتزنين انفعالياً يتعاملوا مع المواقف الضاغطة بهدوء وتأنى ويحاولوا فهم تفاصيل المشكلة وذلك عند مقارنتهم بغير المتزنين انفعالياً الذين يظهرون اندفاعية وتعجل في مواجهة المواقف الضاغطة ، ويبدو أن الاتزان الانفعالي يمثل المكون الأساسي لسلوكيات الفرد، وهل سيكون ثائراً ومندفعاً ومتهوراً أم سيكون متأنياً وصبوراً في حل المشكلات.

ويتفق ذلك مع نتائج الدراسات السابقة حيث ارتبطت العصابية باستراتيجيات التمني وتوبيخ الذات (حوار سلبي) والهروب والتمركز حول الانفعال. (Bolger, 1990; Hooker, Frazier & Monahan, 1994; Rim, 1986; Smith et al., 1989; Vickers et al., 1989)

كما تظهر النتائج أن الانفعاليين يستخدمون استراتيجية التجنب (حتى لا تزداد الأمور سوءاً) . ويتفق ذلك مع نتائج البحوث السابقة التي أظهرت أن العصابية أقوى منبأ عند التعرض للضغوط والصراعات الاجتماعية (Buss et al., 1987; Fergusson & Horwood, 1987) . وقد وجد أن العصابية ترتبط بالعدائية ولوم الذات والسلبية (حوار سلبي) والتمني (الاستراتيجية الرابعة في الدراسة الحالية) والهروب بالتخيل (طريقة استرخاء) (McCrae & Costa, 1986) وقد أطلق "ماكراي" و"

كوستا" اسم "المواجهة العصابية" على هذا النوع من الاستجابة وكما نلاحظ فإن بعض مكونات مفهوم استراتيجيات المواجهة التقليدية قد وضعت تحت عناوين مستقلة مثلاً لوم الذات والسلبية يوضع تحت مفهوم الحوار السلبي ويوضع التمني تحت مفهوم استراتيجيات المواجهة بينما التخيل يوضع تحت طرق خفض التوتر.

وفيما يتعلق بسمة الانبساط فقد أظهرت النتائج أن لا فرق بين الانبساطيين والانطوائيين فيما يتعلق بأسلوب المواجهة (الاندفاعية - التروي) أو استراتيجيات المواجهة. ويعني ذلك استبعاد بعد الانبساط - الانطواء . ويتناقض ذلك مع نتائج الدراسات السابقة التي تؤكد على ميل المرتفعون في الانبساط إلى استخدام أساليب مواجهة متمركزة حول المشكلة (Hooker et al., 1994; McCrae & Costa, 1986; Parkes, 1986; Ratsep, et al., 2000) كما أظهرت الدراسات السابقة ارتباطات إيجابية بين الانبساط واستراتيجيات التمرکز حول المشكلة وإعادة التقييم الإيجابي ، كما يرتبط سلبياً باستراتيجية التمرکز حول الانفعال (Amirkhan, Risinger & Swickert, 1995; Hooker et al., 1994; Rim, 1987; Vickers, et al., 1989).

ويبدو أن اختلاف النتائج يرجع إلى اختلاف التعريفات الإجرائية (ومن ثم المقاييس) التي بنيت عليها الدراسة الحالية، حيث أصبحت المفاهيم أكثر وضوحاً في تحديد العلاقات الافتراضية بين المفاهيم موضع الدراسة . فمفهوم الانبساط في الدراسة الحالية اقتصر على الرغبة في

إقامة علاقات اجتماعية والاستمتاع بذلك ويختلف ذلك عن المفهوم التقليدي للانسباط. (انظر تعريف المفاهيم).

كما أن مفهوم استراتيجيات المواجهة قد تم تصنيفه في أربعة فئات متسلسلة ، فالمواجهة المتمركزة حول الانفعال أصبحت جزءاً من طرق خفض التوتر وليست استراتيجية مواجهة من وجهة نظر النموذج الرباعي المقترح . وتشير هذه النتائج إلى رفض الفرض الصفري الرابع والخامس حيث أظهرت النتائج وجود فروق بين المجموعات.

وفيما يتعلق بالتفاعل بين المتغيرين المستقلين (الانفعالية ونمط الحوار) والمتغير التابع (استراتيجيات المواجهة) فقد وجد أن الشخص المتزن يركز أكثر على (استراتيجية التمركز حول المشكلة) ويؤجل عمل أي شيء في الموضوعات الأخرى وهي نتيجة تتسق مع نتائج البحوث السابقة.

أنماط الحوار الداخلي وأثرها على أسلوب الاندفاعية واستراتيجيات المواجهة :

وتظهر النتائج أن النمط الإيجابي الخالص (٣) والسلبى المقاوم (٢) يكون أكثر تنظيماً فهو يضع خطة منظمة لمواجهة المشكلة ويكون متأنياً على العكس من النمط السلبى الذي يخشى المواجهة (استراتيجية تجنب) حتى لا تزداد الأمور سوءاً وإذا واجهه الموقف فإنه يكون مندفعاً.

كما أظهرت النتائج وجود فروق بين النمط (السلبى) و (الإيجابى) لصالح الأول في الاستراتيجية الرابعة (قد تحل المشكلة بدون تدخل مني) ، ويسندو أن الشخص ذو الحوار السلبى لا يرغب في التعرض للعواقب

السلبية للمشكلات ويتمنى (استراتيجية التمني) أن تحل بأي وسيلة ، ولا يرغب في فعل سلوك قد يؤدي لنتائج سلبية.

ومن خلال نتائج تحليل التباين المتعدد نستطيع أن نقول أن نمط الحوار الإيجابي كان العامل المشترك بين الانبساط والاتزان الانفعالي ، فالشخص المنبسط ذو الحوار الإيجابي والمتزن ذو الحوار الإيجابي يستخدمان استراتيجية واحدة هي التركيز على حل المشكلة.

وهذه النتائج تدعم افتراضات الباحث الحالي من ضرورة الفصل بين مكونات مفهوم استراتيجيات المواجهة ، حيث أظهرت النتائج أن الاختلافات تكمن في أنماط الحوار (الإيجابي والمختلط والسلبى) وأن نمط الحوار يؤثر على أسلوب المواجهة (الاندفاعية) وكذلك على الاستراتيجية المستخدمة.

وفيما يتعلق بعلاقات التفاعل بين المتغيرات المستقلة (الانبساط والانفعالية وأنماط الحوار) في علاقاتها بالمتغيرات التابعة (أسلوب واستراتيجيات الحوار) فقد وجد أن الشخص المتزن ذو الحوار الإيجابي والشخص المنبسط ذو الحوار الإيجابي يستخدمان استراتيجية تكيفية هي التركيز على حل المشكلة .

وهذه النتائج تدعم رفض الفرض الخامس الخاص بعدم وجود علاقة تفاعل بين مرتقي ومنخفضي العاملين الكبيران ونمط الحوار فيما يتعلق بأسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة .

بالنسبة للفرض الثالث الصفري (عدم وجود فروق بين المتغيرين المستقلين (الانفعالية ونمط الحوار) والمتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة) فقد ظهرت فروق دالة بين المجموعتين (الرابع الأعلى والأدنى للمتغيرين المستقلين) مما يعنى رفض الفرض الصفري والتأكيد على وجود فروق بين المجموعات.

تأتى أهمية هذه النتائج من أنها تدرس علاقة سمات الشخصية بينود مفردة في أساليب واستراتيجيات المواجهة مع أن البنود المفردة نادراً ما تظهر دلالة في العلاقات الارتباطية أو علاقة التأثير السلبي والتأثر (العلاقات السببية) .

وبالنسبة للفرض الصفري الرابع الخاص بعدم وجود فروق بين المتغيرين المستقلين (الانبساط ونمط الحوار) والمتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة) فقد ظهرت فروق دالة بين المجموعتين (الرابع الأعلى والأدنى للمتغيرين المستقلين) مما يعنى رفض الفرض الصفري ، والتأكيد على وجود فروق بين المجموعات.

وبالنسبة للفرض الخامس والسادس فلم يظهر تفاعل بين المتغيرات المستقلة (الانفعالية والانبساط ونمط الحوار) والمتغيرات التابعة (أسلوب المواجهة واستراتيجيات المواجهة) كما وجد تفاعل بين الانبساط والحوار الإيجابي حيث يفضل من يجمع بينهم استخدام استراتيجية التمركز حول المشكلة ، ولم توجد فروق في باقي المجموعات .

وبالنسبة للفرض السادس فقد أظهرت النتائج رفض الفرض السابع حيث ظهرت فروق دالة لصالح الأسلوب الثاني (فهم التفاصيل) في حين لم تظهر فروق في الأسلوب الأول (التأني) وهذا يعنى أنهما مكونات منفصلان.

وبالنسبة للطريقة المقترحة "البنود المسيطرة" فقد أظهرت النتائج فائدة هذه الطريقة فيما يتعلق بمقياس الحوار الداخلي ويبدو أنها ستكون ناجحة ومناسبة في مقاييس الحالات الانفعالية والوجدانية أيضا.

هناك عدة ملاحظات مهمة تتعلق بنتائج الدراسة :

- ١- أن التركيز على البعدين القويين (الانفعالية والانبساط) يكون أفضل من تشتيت جهد الباحثين في افتراضات ونماذج لا يتفقوا بشأنها.
- ٢- أن تحديد وتقييد تعريفات سمات الشخصية يساعد على بناء مقاييس على أسس سيكومترية أفضل .
- ٣- أن الفصل بين مكونات مفهوم استراتيجيات المواجهة التقليدية قد ساهم في فهم أفضل لمسار مواجهة الأفراد للمواقف الضاغطة في حياتهم ، حيث أبرز أهمية بعض المفاهيم مثل مفهوم أنماط الحوار.
- ٤- يبدو أن أسلوب التصحيح المقترح (البنود المسيطرة) يقدم إضافة مهمة عند استخدام بعض المقاييس النفسية.

٥- ينبغي استبعاد أسلوب التحليل العاملي عند التعامل من مقاييس تبني على مفاهيم شاملة ولا تتركز حول محور واحد.

اقتراحات :

١- يقترح الباحث استخدام مقياسي الانفعالية والانبساط في المجال الإكلينيكي حيث أنهما قد أصبحا أكثر وضوحا وقوة عن ذي قبل.

٢- يجب التركيز على مفهوم الحوار الداخلي باعتباره مفهوما محوريا في دراسات الشخصية .

٣- يجب الاهتمام بالوزن النسبي في المقاييس النفسية ، فهناك بعض البنود تكون ذات دلالة بالغة في حياة الفرد ويهملها الباحثون لأنهم يهتمون بالدرجة الكلية للمقياس فقط ويهملون أهمية البنود المفردة.

المراجع

- إبراهيم ، ل ، ع (١٩٩٤) . مقياس عمليات تحمل الضغوط .
القاهرة : الأنجلو .
- أبو حطب ، ف وصادق ، أ (١٩٩٦) مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي ، (ط٢) . القاهرة : الأنجلو .
- الأنصاري ، ب (١٩٩٧) مدى كفاءة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في المجتمع الكويتي ، دراسات نفسية ، ٧ ، ١٧٧-٣١٠ .
- أيزنك (هانز) (١٩٦٩) الحقيقة والوهم في علم النفس (ترجمة د. قدرى حفني ورؤوف نظمي) ، القاهرة : دار المعارف .
- سمث ، م (١٩٧٨) . الدليل إلى الإحصاء في التربية وعلم النفس ، القاهرة : دار المعارف .
- شعبان ، ر . وشعبان ر . (١٩٩٠) . مقياس أساليب استيعاب المواقف الضاغطة: كراسة التعليمات (تأليف رودلف موس) . الفيوم : مكتبة أم القرى .
- شكري ، م (١٩٩٩) . التداول والتشاؤم وعلاقتها بأساليب مواجهة المشقة ، دراسات نفسية . ٩ ، ٣ ، ٣٨٧-٤١٥ .
- شلبي ، م (٢٠٠٠) . البحث عن نماذج العوامل الشائعة في الشخصية عن طريق استخدام التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي ، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية ، ٣٧ ، ١١-١٠٤ .

- شلبي ، م (١٩٩١) النسبية النفسية. القاهرة : دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- شلبي ، م وديغم ، م (٢٠٠٣) ، عوامل الشخصية السبعة الكبرى والتوجهات الاجتماعية المنبئة بالهناء الذاتي . دراسات طفولة ، ٦ ، ٧٠-٥٩ .
- شلبي ، م والضوي ، هـ و أحمد ، ع (٢٠٠٠) . البحث عن النماذج العاملة الشائعة في الشخصية : دراسات في مناهج البحث. مجلة الآداب والعلوم الإنسانية ، ١١ ، ٩١-٢٠٧ .
- عبد الخالق ، أ ، م (١٩٨٧) الأبعاد الأساسية للشخصية ، الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
- عبد الخالق ، أ. (١٩٨٠) استخبارات الشخصية ، القاهرة : دار المعارف.
- عبد الخالق أ ، الأنصاري ، ب (١٩٩٦) العوامل الخمسة الكبرى في مجال الشخصية ، علم النفس ، ٣٨ ، ٦-١٩ .
- عبد الخالق ، أ والنيال ، م (١٩٩٢) . سن البلوغ وعلاقته بأبعاد الشخصية لدى الفتيات . المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢ ، ص ص ٧٢-٩٢ .
- عبد الفتاح ، س وشلبي ، م وديغم ، م (٢٠٠٢) اختبار لصدق نموذج العوامل السبعة الكبرى والسمات الاجتماعية في الشخصية ، دراسات طفولة ، ٥ ، ٣٥-٢٥ .

- عبد الله ، م (١٩٩٨) الشخصية الانبساطية . القاهرة : دار غريب.
- هول ، ك ولندرزى ، ج (١٩٧١) نظريات الشخصية (ترجمة فرج أحمد وآخرون) القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر.
- Adelson, J. (1969). Personality. Annual Review of Psychology, 20,217-252.
- Aldwin, C. Folkman, s., Schaefer, C., Coyne, J. C., & Lazaus, R.s (1980). Ways of Coping : A Process Measure. Paper presented at the 88th annual Convention of the American Psychological Association, Montreal, Quebec. (Cited in suls et al., 1996).
- Aldwin, C.M., & Revenson, T.A. (1987). Does Coping help ? A reexamination of the relation between coping and mental health. Journal of Personality & Social Psychology, 53, 337-348.
- Allport, G.W., & Odbert, H.S. (1936). Trait-names : A psycho- lexical study. Psychological Monographs, 47 (I, whole No. 211).
- Almagor, M., & Ben-Porath, Y, (1989). The two-factor model of self- reported mood : Across-cultural replication. Journal of Personality Assessment, 53, 10-21.
- Amirkhan, J. H. (1990) . Afactor analytically derived measure of coping : the coping
-

strategy indicator. Journal of Personality & Social Psychology, 59, 1066-1074.

Amirkhan, J. H., Risinger, R.T., Swickert, R.J. (1995) Extraversion : A hidden Personality factor in coping ? Journal Personality , 63, 189-212.

Bakan, D. (1966). The Duality of Human Existence. Chicago : Rand McNally.

Benet- Martinez , V., & Waller, N. G. (1997). Further evidence for cross- cultural generality of the Big Seven Factor Model : Indigenous and imported spanish personality constructs. Journal of Personality, 65, 567-598.

Benet – Martinez, V., & Waller N.G. (1995). The Big Seven Factor Model of personality description ; Evidence for its cross-cultural generality in a spanish sample. Journal of Personality & Social Psychology , 69, 4, 401-718.

Billings, A. G., & Moos, R.H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. Journal of Behavioral & Medicine, 4, 139-157.

- Bolger, N. (1990). Coping as personality process : A prospective study, Journal of Personality & Social Psychology, 59, 525-537.
- Bolger, N., & Shilling , E. (1991). Personality and the problems of everyday life : the role of neuroticism in exposure and reactivity to daily stressors. Journal of Personality, 59, 355-386.
- Borgatta, E. F. (1964). The structure of personality characteristics. Behavioral Science, 9, 8-17.
- Botwin, M. D. & Buss, D.M. (1989). Structure of report data : is the five factor model of personality recaptured ? Journal of Personality & Social Psychology, 56, 988-1001.
- Breslau, N., Davis, G.C. & Andreski, p. (1995). Risk factors for PTSD- related traumatic events : A prospective analysis . American Journal of Psychiatry, 152, 529-535.
- Buss, D.M., Gomes, M., Higgins, D.S & Lauterbach, K. (1987). Tactics of manipulation . Journal of Personality & social Psychology, 52, 1219-1229.
- Caprara, G.V., & Perugini, M. (1994). Personality described by adjectives : Generalisability of
-

- the Big Five to the Italian lexical context, European Journal of Personality, 8, 357-369.
- Carlson, R. (1984). What's social about social psychology ? where's the person in personality research? Journal of Personality & Social Psychology, 47, 6, 1304-1309.
- Carlson, R. (1975), Personality, Annual Review of Psychology, 26, 393-413.
- Carver, C.S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope . International Journal of Behavioral Medicine, 4, 92-100.
- Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies : A theoretically based approach. Journal of Personality & Social Psychology, 56, 267-283.
- Cattelle, R. B. (1946). The Description & Measurement of Personality. Yonkers-on-Hudson, NY: World Book.
- Cattell, B.B. (1945). The principal trait clusters for describing personality, Psychological Bulletin, 42, 129-161.
- Cattell, R.B., & Coan, R.W. (1957), Child personality structure as revealed in teacher's

- rating, Journal of Clinical Psychology, 13, 315-327.
- Chang, E(1996) . Cultural differences in optimism, Pessimism and coping : Predictors of subsequent adjustment in Asian American and Caucasian American college students, Journal of Counseling Psychology, 43, 113-123.
- Cheung, P.C., Conger, A.J., Hau, J. T., Lew, W., & Lau,s. (1992), Development of the Multi-Trait Personality Inventory (MTPT) : Comparison among four Chinese populations. Journal of Personality Assessment, 59, 528-551.
- Clark, L.A. (1993). Schedule for Nonadaptive and Adaptive Personality (SNAP): Manual for administration, Scoring, and Interpretation. Minneapolis : University of Minnesota Press
- Clark, L.A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression : Psychometric evidence and taxonomic implications. Journal of Abnormal Psychology, 100, 316-336.
- Clark, L.A., watson, D., & Mineka, s. (1994). Temperament, personality, and the mood and
-

- anxiety disorders. Journal of Abnormal Psychology, 103, 103-116.
- Cohen, F., & Lazarus, R.S. (1979). Coping with the stresses of illness, In G.C. Stone, F. Cohen, & N. E. Adler (Eds.), Health Psychology, San Francisco : Jossey-Bass.
- Compas, B.F. Forsythe, C.J., & Wagner, B.M. (1988). Consistency and variability in causal attributions and coping with stress. Cognitive Therapy & Research, 12, 305-320.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R.R. (1989). Personality, stress, and coping : Some lessons from a decade of research. In K.S. Markides & C.L. Cooper (Eds.), Aging, Stress, Social Support and Health, N.Y : Wiley.
- Costa, P.T., Somerfield, M.R., & McCrae, R.R. (1996). Personality and coping : A reconceptualization. In M. Zeidner & N. S. Endler (Eds.) Handbook of Coping : Theory, Research, Applications. Oxford, England : Wiley.
- Coyne, J.C., & Gottlieb, B. (1996) The mismeasure of coping by checklist. Journal of Personality, 64, 959-991.

- Coyne, J.C., & Racioppo, M.w. (2000) Never the twain shall meet ? closing the gap between coping reseatrch and clinical intervention research American Psychologist, 55, 655-664.
- DiBlaas, L., & Forzi, M. (1999). Refining a descriptive structure of personality attributes in the Italian language : the abridged Big three circumplex structure, Journal of Personality & Social Psychology, 76, 451-481.
- Digman, S.M. (1997). Higher order factors of the Big Five. Journal of Personality & Social Psychology, 73, 124-156.
- Digman, J. M. (1990). Personality structure : Emergence of the five- factor model. Annual Review of Psychology, 41, 417-440.
- Digman, J. M., & Inouye, J. (1986). Further specification. Of five robust factors of personality. Journal of personality & Social Psychology, 50, 116-123.
- Duke, M., & Nowicki, S. (1986). Abnormal Psychology : A New Look, N.Y. : Holt.
- Eckenrode, J. (Ed.). (1991), The Social Context of Coping. NY : Plenum.
-

- Endler, N.S., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping : A critical evaluation. Journal of Personality & Social Psychology, 58, 844-854.
- Epstein, s., & Katz, L. (1992). Coping ability, stress, productive load, and symptoms, Journal of Personality & Social Psychology, 62, 813-825.
- Eysenck, H. J. (1992). Four ways five factor are not basic. Personality & Individual Differences, 6, 667-673.
- Eysenck, H.J., & Eysenck, S.B.G. (1975). Manual of the Eysenck Personality Questionnaire. San Diego: Educational & Industrial Testing Service.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S.B.G. (1968). Manual for the Eysenck Personality Inventory. San diego : Educaltional & Industrial Testing Service.
- Fennell, M.J.V., & compbell, E.A. (1984). The cognitive questionnaire : specific thinking errors in depression, British Journal of Clinical Psychology, 23, 81-92.
- Fergusson, D.M., & Horwood, L.J. (1987) Vulnerability to life events exposure, Psychological Medicine, 17, 739-749.

- Fisk, D.W. (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. Journal of Abnormal & Social Psychology, 44, 329-344.
- Fleishman, J.A. (1984). Personality characteristics and coping patterns, Journal of Health & Social Behavior, 25, 229-244.
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1985). If it changes it must be a process : study of emotion and coping during three stages of a college examination. Journal of Personality & Social Psychology, 48, 150-170.
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. Journal of Health & Social Behavior, 21, 219-239.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-schetter, C., DeLongis, A., Gruen, R.J. (1986). Dynamics of a stressful encounter : Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes, Journal of Personality & Social Psychology, 50, 992-1003.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. (2004). Coping : Pitfalls and promise. Annual Review of Psychology, 55, 745-774.
-

- Gignac, M.M., & Gottlieb, B.H. (1996). Caregivers' appraisals of efficacy in coping with dementia. Psychology of Aging, 11, 2, 214-225.
- Glass, C.R., & Arnkoff, D.B. (1994). Validity issues in self- statement measures of social phobia and social anxiety . Behavior Research & therapy, 32, 255-267.
- Glass, C.R. & Arnkoff, D.B. (1998). Questionnaire methods of cognitive self- statement assessment. Journal of Consulting & Clinical Pssychology, 65, 911-927.
- Gosling, S., Rentfrow, P., & Swann, W.L.(jr) (2003). A very brief measure of the big five personality, Journal of Research in Personality, 37, 504-528.
- Gough, H.G. (1987) California Psychological Inventory, Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press,
- Gunthert, k., Cohen, L., & Armeli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. Journal of Personality & Social Psychology, 77, 1087-1100.
- Haan, N, (1977). Coping and Defending : Processes of self- environment Organization. NY : Academic Press.

- Haan, N. (1963). Proposed model of ego functioning : coping and defense mechanisms in relationship to IQ change, Psychological Monographs, 77 (8, whole No. 571).
- Hart, k. E. (1991). Coping with anger-provoking situations : adolescent coping in relation to anger reactivity. Journal of Adolescent Research, 6, 357-370.
- Headey, b., & Wearing, A . (1989). Personality, life events, and subjective well-being : toward a dynamic equilibrium model . Journal of Personality & Social Psychology, 57, 731-739.
- Helson, R., & Mitchell, V. (1978). Personality, Annual Review of Psychology, 29, 555-585.
- Helgeson, V.F. (1994), Relation of agency and communion to well-being : Evidence and potential explanations . Psychological bulletin, 116, 312-428.
- Hogan, R (1986). Hogan Personality Inventory Manual. Minneapolis : National Computer Systems.
- Hollon, S.D., & kendall, P.C. (1980). Cognitive self-statements indepression : Development of an Automatic Thoughts Questionnaire, Cognitive Therapy & Research, 4, 383-395.
-

- Hooker, K., Frazier, L.D., & Monahan, D.J. (1994). Personality and coping among caregivers of spouse with dementia. The Gerontologist, 34, 386-392.
- Ingram, R.E., Kendall, P.C., Siegle, G., Guarino, J., & McLaughlin, S.C. (1995). Psychometric properties of the Positive Automatic Thoughts Questionnaire. Psychological Assessment, 7, 485-507.
- John, O.P., Goldberg, I.R., & Angleitner, A. (1984). Better than the alphabet : taxonomies of personality – descriptive terms in English, Dutch, and German, In H.C.J. Bonarims, G.Hek, & N.Smid (Eds.), Personality Psychology in Europe. Lisse, The Netherlands : Swets & Zeithlinger.
- Katigbak, M.S., Chutch, T., & Akamine, T.X. (1996). Cross-cultural generalizability of personality dimensions : relating indigenous and imported dimensions in two cultures. Journal of Personality & Social Psychology, 70, 99-114.
- kendall, P.C. (2000). Differentiating Anxious and depressive self-statement : combined factor structure of the Anxious self-statements questionnaire and the automatic thoughts

Questionnaire -Revised. Cognitive Therapy
& Research, 24, 327-345.

- Kendall, P.C. (1982). Behavioral assessment and methodology, in C.M. Franks; G.T. Wilson; P.C. Kendall & K.D. Brownell (Eds.), Annual Review of Behavior Therapy : Theory & Practice, N.Y. McGraw-Hill.
- Kenrick, D.T., & Funder, D.C. (1988). Profiting from controversy: lessons from the person-situation debate, American Psychologist, 43, 23-34.
- Lazarus, R.S. (1966). Psychological Stress and the Coping Process. NY : McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal and Coping. N Y : Springer.
- Livneh, H, Livneh, C. (1996) A multidimensional approach to the study of the structure of coping with stress, Journal of Psychology, 30,5
- Lorr, M. (1986). Interpersonal style Inventory Manual. Los Angeles : Western Psychological Services.
- Mandel, N.M., & Shrauger, J.S (1980). The effects of self-evaluative statements on heterosexual approach in shy and non-shy males, Cognitive Therapy Research, 4, 369-381.
-

- Monicas, P. & Secord, P. (1983). Implication for psychology of the new philosophy of science. American Psychologist, 38, 399-413.
- Marmor, J. (1981). Systems thinking in psychiatry, American Journal of Psychiatry, 140- 833-845
- Maner, J.D., & Gaschke, Y. N. (1988). The experience and meta-experience of mood. Journal of Personality & Social Psychology, 55, 1092-1111.
- McCrae, R.R. (Ed.). (1992). The Five-Factor Model : Issues and applications. Journal of Personality, 670 (2).
- McCrae, R.R. (1984). Situational determinants of coping responses : loss, threat, and challenge. Journal of Personality & Social Psychology, 46, 919-928.
- McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr, (1987). Validation of the Five -Factor Model of personolity across instruments and observers. Journal of Personality & Social Psychology, 54, 81-90.
- McCrae, R.R., & Costa, P.T., Jr. (1986). Personality coping, and coping effectiveness in an adult sample. Journal of Personality 54, 385-405

- McCrae, R., Costa, P., Martin, T. Orgole, V., Rukaavishnikove, a., Senin, I., Hrebickova , M., Urbanek, T. (2004). Consensual validation of personality traits across cultures. Journal of Research in Personality 38, 179-201
- Matlin, J.A., Wethington, E., & Kessler, R.X.(1990). Situational determinantes of coping and coping effectiveness. Journal of Health & Social Behavior 31, 103-122
- Meyer, G.J., & shack, J.R. (1989). The structural convergence of mood and personality : Evidence for old and new directions. Journal of Personality & Social Psychology, 57, 691-706.
- Moos, R.H. (1992). Coping Response Inventory Manual. Palo Alto, CA : center for Health care Evaluation, Department of Veteran Affairs & Stanford University Medical Centers.
- Norman, W.T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. Journal of Abnormal & Social Psychology. 66, 574-583.
-

- Norman, W.T., & Goldberg, L.R. (1966). Raters, Rates, and randomness in personality structure. Journal of Personality & Social Psychology, 4, 681-691.
- Magley, V.J. (2002). Coping with sexual Harassment; Reconceptualizing women's resistance Journal of Personality & Social Psychology, 83, 930-946.
- Ntoumanis, M., & Biddle, S.H. (1998). The relationship of coping and its perceived effectiveness to positive and negative affect in sport. Personality & Individual Differences, 24, 773-788.
- O'Brien, T.B., & DeLongis, A. (1996). The interactional context of problem, emotion, and relationship- focused coping : the role of the Big five personality factors. Journal of Personality, 64, 4, 773-813
- Ormel, J., & Wohlforth, T. (1991). How neuroticism, Long- term difficulties and life situation change influence psychological distress : A longitudinal model. Journal of Personality & Social Psychology, 60, 744-755.
- Parker, J.A., Endler, N.S., & Babdy, R.M. (1993). If it changes it might be unstable : Examining

the factor structure of the ways of coping questionnaire, Psychological Assessment, 5, 361-368.

Paker, J. & Endler, N. (1992). Coping with coping assessment : A critical review. European Journal of Personality, 6, 321-345.

Parkes, K.R. (1986). Coping in stressful episodes: the role of the individual differences, environmental factors, and situational characteristics. Journal of Personality & Social Psychology, 51, 1277-1292.

Peabody, D., & Goldberg, L.R. (1989). Some determinants of factor structures from personality -trait descriptors. Journal of Personality & Social Psychology, 57, 552-567.

Pearlin, L.I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. Journal of Health & Social Behavior, 19, 2-21.

Phares, E.J., & Lamiell, J.T. (1977). Personality. Annual Review of Psychology, 28, 113-140.

Pracek, J.T., Smith, R.E., Espe, K., & Raffety, B.(1994). Limited correspondence between daily coping reports and retrospective coping recall. Psychological Assessment, 6, 41-49.

- Ratsep, T., Kallasmaa, T., Pulver, A., & Gross-Paju, K. (2000). Personality as a predictor of coping efforts in patients with multiple sclerosis. Multiple Sclerosis, 6, 397-402.
- Revenson, T.A. (1981). Coping with loneliness : the impact of causal attributions. Personality and social Psychology Bulletin, 7, 565-571.
- Rim, Y. (1987). A comparative study of two to anomies of coping, personality, and sex. Personality and Individual Differences, 8, 521-526.
- Rim, Y. (1986). Ways of coping, personality, age, sex and family structural variables. Personality & Individual Differences, 7, 113-116.
- Sanford, N. (1982). Social psychology : its place in personalogy. American Psychologist, 37, 896-903.
- Scheier, M.f., Carver, C.S., & Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism: A reevaluation of the life orientation Test. Journal of Personality & Social Psychology, 67, 1063-1078.
- Schwartz, R.M., & Gottman, J.M. (1976). Toward a task analysis of assertive behavior, Journal

of Consulting & Clinical Psychology, 44,
910-920.

Schwartz, J.E., Neale, J., Marco, C., Shiffman, S.S., & Stone, A.A. (1999). Does trait coping exist? A momentary assessment approach to the evaluation of traits. Journal of Personality & Social Psychology, 77, 360-369.

Schwarzer, R., & Schwarzer, C. (1996). A critical survey of coping instrument, In M. Zeidner & N.S. Endler (Eds). Handbook of coping : theory, Research, Application's. Oxford, England : Wiley.

Schwartz, J.E., & Stone A.A. (1993). Coping with daily work problems: contributions of problem content, appraisals, and person factors. Work & Stress, 7, 47-62.

Skinner, E.A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003) Searching for the structure of coping : A review and critique of category systems for classifying ways of coping. Psychological Bulletin, 129, 216-269.

Somer, O., & Goldbery, L.R. (1999). The structure of Turkish trait-descriptive adjective, Journal of Personality & Social Psychology. 76, 431-450.

- Somerfield, M.R., & McCrae, R.R. (2000). Stress and coping research : Methodological challenges, theoretical advances, and clinical application, American Psychologist, 55, 6, 620-625.
- Stanton, A.L., Donoff-Burg, S., Cameron, C.L., & Ellis, A.B. (1994). Coping through emotional approach : Problems of conceptualization and confounding. Journal of Personality & Social Psychology, 66, 350-362.
- Stanton, A.L., Kirk, S.B., Cameron, C.L., & Danoff-Burg, S. (2000). Coping through emotional approach : Scale construction and validation. Journal of Personality & Social Psychology, 78, 1150-1169.
- Stone, A.A., & Kennedy-Moore, E. (1992). Comentary to part three : Assessing situational coping : Conceptual and methodological considerations. In H.S. Friedman (Ed.), Hostility, Coping, and Health. Washington : American Psychological Association.
- Stone, A.A., & Kennedy - Moore, E. (1992). Assessing situational coping: conceptual and empirical considerations. In H.S. Friedman (Ed.) Hostility, Coping and Health.

washington, D C : American Psychological Association.

- Stone, A.A., & Neale, J.M. (1984). New measure of daily coping: Development and preliminary results. Journal of Personality & Social Psychology, 46, 892-906.
- Stone, A.A., Schwartz, J.E., Neale, J.M., shiffman, S., Marco, C A, (1998). A comparison of coping assessed by ecological momentary assessment and retrospective recall. Journal of Personality & Social Psychology, 74, 1670-1680.
- Suls, J., David, J.P., & Harvey, J.H. (1996). Personality and coping : three generations of research . Journal of Personality 64, 4, 711-735.
- Tamres, K., Denise, J., & Helgeson, S. (2002). Sex differences in coping behavior : Ameta-analytic review and an examination of relative coping, Personality & Social Psychology Review, 6, 1-18
- Tellegen, A. (1993). Folk concepts and psychological concepts of personality and personality disorder. Psychological Inquiry, 4, 122-130.
-

- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with an emphasis on self-report. In A.H. Tuma & J.D. Maser (Eds.), Anxiety and Anxiety Disorder. Hillsdale, N J : Erlbaum.
- Tellegen, a., Grove, W.M., & waller, N. G. (1991). Inventory of personel Characteristics 7 (IPC-7). Unpublished materials, Univ. of Minnesota.
- Tennen, H., & Affleck, G. (1996). Daily processes in coping with chronic pain : Methods and analytic strategies In M. Zeidner & N.S. Endler (Eds). Handbook Of Coping : Theory, Research, Applications . Oxford, England : Wiley.
- Tennen, H., Affleck, G., Armeli, S. & Carney, M. A. (2000). A daily process approach to coping. Linking theory research and practice, American Psychologist, 55, 626-636.
- Terry, D.J (1994). Determinants of coping : the role of stable and situational factors, Journal of personality & Social Psychology, 66, 895-910.
- Tupes, E.C., & Christal, R.E. (1992). Recurrent personality factors based on trait ratings. Journal of Personality , 60, 225-251

- Vaillant, G.E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology, Journal of Abnormal Psychology, 103, 44-50.
- Vickers, R.R., Jr., Kolar, D.W., Hervig, L.K. (1989). Personality correlates of Coping with Military Basic Training (rep. No. 89-3). San Diego : Naval Health Research Center.
- Vitalino, P.P., Russo, J., Carr, J.E., Maiuro, R.D., & Becker, J. (1985). The ways of coping checklist ; Revision and psychometric properties. Multivariate Behavioral Research, 20, 3-26.
- Watson, D. (1988). The vicissitudes of mood measurement ; Effects of varying descriptors, time frames, and response formats on measures of positive and Negative Affect. Journal of personality & Social Psychology, 55, 128-141.
- Watson, D., & Clark, L.A. (1993). Behavioral disinhibition versus constraint: A dispositional perspective, In D.M. Weagner & J.W. Penne baker (eds.) Handbook of Mental Control. N.Y. : Prentice – Hall.
- Watson, D., & Clark, L.A. (1992). On traits and temperament ; General and specific factors of emotional experience and their relation to the
-

- five-factor model. Journal of personality 60, 441-476
- Watson, D., & Clark, L.A. (1984). Negative affectivity : the disposition to experience aversive emotional states. Psychological Bulletin, 96, 465-490.
- Watson, D., Clark, L.A., & Harkness, A.R. (1994). Structures of personality and their relevance to psycho pathology, Journal of Abnormal Psychology, 103, 18-31.
- Watson, D., Clark, L.A., McIntyre, C.W., & Hamaker, S. (1992). Affect, personality , and social activity, Journal of Personality & Social Psychology, 63, 1011-1025.
- Watson, D., & Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure : coping in the context of the five-factor model. Journal of Personality 64, 737-774.
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood, Psychological bulletin, 98, 219-235.
- Wethington, E., & Kessler, R.C. (1991) Situations and processes in coping, In J. Eckenrode (Ed.), the Social Context of Coping. N Y: plenum

- Wiggins, J.S., & Trapnell, P.D (1996) Adyadic – interactional perspective on the Five – Factor Model. In J.S. Wiggins (Ed.). The Five-Factor Model of Personality : Theoretical Perspectives. N Y : Guilford.
- Zautra, A.J., Sheets, V.L., & Sandler, I.N. (1996) An examination of the construct validity of coping dispositions for a sample of recently divorced mothers. Psychological Assessment, 8, 256-264.
- Zeidner, M., & Saklofske, D. (1996). Adaptive and maladaptive coping. In M. Zeidner N.S. Endler, Handbook of Coping . N Y : Wiley.
- Zuckerman, M., & Gagne, M.(2003). The COPE revised: Proposing a 5-factor model of coping strategies, Journal of Research in Personality, 37, 169-204.
-

ملحق (١) تصنيف بنود أهم أربعة مقاييس على بعد العصائية

IPC-7	NEO FF1-R	BFI	EPQ	
✓		✓	✓	تقلب المزاج
✓			✓	التعاسة
	✓	✓	✓	القلق
✓	✓	✓	✓	النرفزة
✓	✓		✓	الحساسية تجرح مشاعري
			✓	الزهمان
		✓	✓	التشاؤم
			✓	اضطراب النوم
			✓	الإرهاق
			✓	الحياة مملة
			✓	تمنى الموت
			✓	قلق شديد
			✓	الاضطراب النفسي
			✓	الشعور بالوحدة
		✓		الخوف الشديد
	✓			الكآبة
	✓	✓		الخجل
✓	✓			الانهيار في مواجهة الصعوط
	✓			الغضب

IPC-7	NEO FF1-R	BFI	EPQ	
	✓			العجز وقلة الحيلة
	✓			الضحك بسهولة
	✓			الابتهاج
	✓			سرعة مرور الوقت
✓				علاقات دافئة
✓				كتم الأسرار
✓				تلقائي لا يفكر في العواقب
	✓			الانشغال بالآخرين

ملحق (٢) تحليل المقاييس الأربعة فيما يتعلق بالانبساط

IPC-7	NEO	PF1	EPQ	
			✓	هويات كثيرة
✓	✓	✓	✓	كثرة الكلام
✓	✓	✓	✓	نشط وحيوي
✓			✓	المشاركة في الأنشطة الاجتماعية
✓	✓		✓	تفضيل مقابلة الناس
			✓	صداقات كثيرة
			✓	غير مهموم
			✓	المبادرة بالتعرف على أصدقاء جدد
✓	✓	✓	✓	خفة الظل
			✓	السرعة في الأداء
			✓	الانشغال بأكثر من نشاط
		✓		إثارة نشاط الآخرين

IPC-7	NEO	PF1	EPQ	
		✓		مؤكد
	✓			الفرح
	✓			تفاؤل
✓				الشعور بالذنب
✓				الأفكار المزعجة
✓				غرابية الأطوار
		✓		الاسترخاء

J