

الإسهام النسبي لاستراتيجيات المواجهة في التنبؤ بمستوي الطموح لدي طلاب الجامعة

The Relative Contribution of Coping Strategies to
Predicting the Level of Aspiration of University Students

بحث للنشر بمجلة كلية التربية جامعة حلوان

مقدم من الباحثة

م.م/ مريم خالد طه محمد اللبان

المدرس المساعد بقسم علم النفس التربوي بكلية التربية جامعة 6 أكتوبر

استكمالاً لمتطلبات الحصول علي درجة الدكتوراه في التربية تخصص (صحة نفسية)
وفقاً لاتفاقية التعاون الأكاديمي للدراسات العليا المبرمة بين جامعة حلوان وجامعة 6 أكتوبر

إشراف

أ.د/ أحمد علي بديوي

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة حلوان

"مستخلص الدراسة"

هدفت الدراسة الحالية إلي التعرف علي طبيعة العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة، وكذلك التعرف علي مدي إسهام استراتيجيات المواجهة في التنبؤ بمستوي الطموح لديهم، وقد تألفت عينة الدراسة من (200) طالباً وطالبة من طلاب الفرق المختلفة بكلية التربية جامعة 6 أكتوبر، وقد استخدمت الدراسة مقياس استراتيجيات المواجهة لدي طلاب الجامعة (إعداد: الباحثة)، ومقياس مستوي الطموح لدي طلاب الجامعة (إعداد: الباحثة)، واعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة العلاقة بين متغيرات الدراسة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (0.01) بين درجات الطلاب علي مقياس استراتيجيات المواجهة ودرجاتهم علي مقياس مستوي الطموح، كما توصلت النتائج إلي أنه يمكن التنبؤ بمستوي الطموح لدي الطالب الجامعي بمعلومية درجته علي استراتيجيات المواجهة (استراتيجية حل المشكلة، واستراتيجية إدارة الانفعال)، وخرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات التربوية في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة.

الكلمات المفتاحية: - استراتيجيات المواجهة - مستوي الطموح - طلاب الجامعة.

Abstract of the Study

The Current Study aimed at Identify the Nature of the Relationship between Coping strategies and the level of Aspiration of University Students, as well as to identify the extent of the Contribution of Coping strategies in predicting their level of Aspiration. The study sample consisted of (200) students from different teams of the Faculty of Education, October 6 University, The study used a measure of coping strategies among university students (Prepared by the Researcher), and a measure of the level of Aspiration among university students (Prepared by the Researcher). The study relied on the descriptive correlational approach to study the relationship between the study variables, and the results of the Study Showed that their is statistically significant correlation at level of significance (0.01) between students 'scores on the scale of Coping Strategies and their scores on the scale of the level of Aspiration, and the results also concluded that the level of Aspiration of the university student can be predicted with the information of its degree on the coping strategies (problem-solving strategy, emotion management strategy), and the study came out with a set of Educational recommendations in light of the results of the study.

Key Words: Coping Strategies - Level of Aspiration - University Students.

مقدمة:

يعيش الإنسان اليوم في وسط أمواج متلاطمة من التغيرات والضغوط والتحديات، ويتعرض الأفراد في جميع مراحل حياتهم إلي العديد من المواقف الصعبة الضاغطة التي من شأنها أن تهدد كيانهم النفسي، وتعتبر أحداث الحياة الضاغطة أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها الحياة المعاصرة؛ فالقرن الحالي يُوصف بأنه عصر القلق؛ فقد تزايدت مشكلات الإنسان حتي أضحى في أزمة حقيقية، فالهيمنة والعولمة وتصادم الحضارات والفوضي الخلاقة والإرهاب والعنف وما إلي ذلك من مصطلحات تتناثر هناك تخفي وراءها من الشر والكراهية والرغبة في استئصال الآخر الشئ الكثير (أحمد بديوي، 2017: 1).

وتعتبر المرحلة الجامعية إحدى المراحل العمرية الخطيرة ونقاط التحول في مسيرة الفرد، بل إنها محطة لا تستغرق سوي بعض الوقت، يرسم الفرد فيها مخططه لأعوام مقبلة وأعمار آتية، إنها مرحلة تعترها كثير من الأحوال والتغيرات، ويتجاذب في تشكيلها أطراف متعددة؛ فالجامعة في أي مجتمع مؤسسة محورية لا غني عنها؛ فهي المؤسسة التعليمية والتكوينية العليا التي تتولي تخريج الأجيال المتتابة من الإطارات المعنية بتولي الوظائف المختلفة التي تُسير بها شؤون المجتمع، وتوفر حاجاته وتحقق مصالحه، وبها يضمن استقراره واستمراره ويحفظ وجوده، فلا يُتصور أن تكون هناك مؤسسة أخرى تغني عن الجامعة أو تقوم مقامها، بل إن المؤسسات الأخرى كلها تحتاج إلي الخدمات التي توفرها الجامعة وتضمنها لها (Rao، D، 2003: 15).

ولقد اهتم الباحثون بدراسة مستويات الضغوط لدى طلاب الجامعة وردود الفعل تجاهها، وعلاقتها بالاضطرابات النفسية والسيكوسوماتية التي يتعرض لها هؤلاء الطلاب (Kumari، S، 2017: 374)، فقد أجري كل من "توابي وقيسي"، Thawabieh، (A. M.، & Qaisy، L. M. (2012). دراسة علي (471) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة

وأشارت نتائجها إلي أن هؤلاء الطلاب يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية. هذا وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلي أن طلاب الجامعة يعانون من ضغوط اجتماعية وأكاديمية عديدة، وقد ارتبطت هذه الضغوط بتعرضهم لاضطرابات نفسية شديدة (Pozos-Radillo، B. E.، de Lourdes Preciado-Serrano، M.، Acosta-Fernández، M.، de los Ángeles Aguilera-Velasco، M.، & Delgado-García، D، 2014: 47

وتأخذ استراتيجيات المواجهة أهمية كبيرة لدى مختلف الأفراد في جميع المراحل العمرية ومختلف الفئات، حيث صارت الضغوط أمراً حتمياً في حياة الفرد، كما أن المواجهة الفعالة للضغوط من شأنها أن تساهم في تحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية للأفراد، إذ أن استراتيجيات المواجهة وإدارة الضغوط بفاعلية تؤثر على كل من التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد، كما أنها ترتبط أيضاً بشكل دال بانخفاض المشكلات السلوكية لدى الفرد، حيث إن الأفراد الذين يستخدمون استراتيجيات مواجهة أكثر فاعلية وتوافقية في مواجهة الضغوط؛ يتمتعون بمستوى ملائم من الصحة النفسية ويظهرون مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة (Lom-ciluli، C.، Bertacchi L.، P.، muratori، P.، & Lochman، j، 2015: 432).

ومع زيادة شدة المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد، فإنه عادة ما يلجأ إلي استخدام أساليب استراتيجيات مواجهة سلبية، ومن هذه المواقف الضاغطة جائحة كورونا (Covid-19). وفي هذا الصدد أجري كل من "وانج واكسيا واكسيونج واكسيانج ويونا ولي" (Wang، H.، Xia، Q.، Xiong، Z.، Li، Z.، Xiang، W.، Yuan، Y.، & Li، Z. (2020) دراسة هدفت إلي دراسة الضغوط النفسية وأنماط المواجهة لدي عينة من سكان مدينة ووهان الصينية في المراحل المبكرة من تفشي فيروس كورونا، وقد أجريت الدراسة علي (1599) فرداً من مدينة ووهان عبر الإنترنت، وقد أشارت النتائج إلي أن هؤلاء الأفراد يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية واتضح ذلك من خلال كثرة الأحلام المتعلقة بالوباء، والضيق النفسي، واستخدامهم لأساليب مواجهة سلبية.

وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلي أن هناك ارتباط وثيق بين استراتيجيات المواجهة الإيجابية للضغوط وبعض المتغيرات النفسية الإيجابية لدي طلاب الجامعة كالقدرة علي مواجهة الاكتئاب والقلق والمرونة المعرفية

،(Soltani، E.، Shareh، H.، Bahrainian، S. A.، & Farmani، A. (2013)

وجودة الحياة والرفاهية النفسية

،(Chen، C، (2016)، Piergiovanni، L. F.، & Depaula، P. D. (2018)،

Wu، Y.، Yu، W.، Wu، X.، Wan، H.، Wang، Y.، & Lu، G. (2020). والمرونة النفسية

ومن جهة أخرى يعتبر مستوى الطموح قوة دافعة للفرد، فمن خلاله يدرك المسؤولية الملقاة علي عاتقه تجاه نفسه والمجتمع، وعندما يكون الإنسان طموحاً ويرغب في تحقيق ذاته، يستطيع أن يكون فاعلاً في مجتمعه متوافقاً مع ذاته ومع الآخرين؛ فقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلي أن تحقيق الذات والوصول إلي مستوى الطموح المطلوب، من شأنه أن يوفر حياة كريمة على المستوى الشخصي والمهني والاجتماعي، ومن ثم الوصول إلي جودة الحياة وتحقيق السلام الداخلي، ومساعدته على مواجهة الضغوط وحل المشكلات التي تواجهه، وحل الصراعات وتوفير حياة متوازنة يستمتع فيها الفرد بجودة صحته النفسية (توفيق بشير، 2005؛ عبد ربه شعبان، 2010).

ويعتبر «ديمبو» (Dembo، 1930) أول من تناول مفهوم مستوي الطموح بالدراسة، وأشار إلي أن مستوي الطموح يتحدد بناءً علي شعور الفرد بالرضا أو عدم الرضا في واجب ما، وجاء بعده "هوب" (Hoppe، 1930) الذي رأى أن الطموح هو المجموع الكلي لتوقعات الفرد وأهدافه وغاياته الذاتية المرتبطة بأدائه المقبل في واجب محدد (سهير كامل، 2000: 183).

ويلعب مستوي الطموح دوراً فعالاً في حياة الفرد؛ فهو أحد المتغيرات التي لها تأثير بالغ الأهمية في ما يصدر عن الفرد من نشاط، حيث يعد مستوي الطموح من المصطلحات الشائعة بين الباحثين لما له من أهمية في تنمية وتقديم الأفراد والمجتمعات (Sin، l،، 2009: 285)، ويضيف «محمد قاسم» (2004: 44) أن مستويات الطموح تلعب دوراً

محورياً في التنبؤ بالنجاح الأكاديمي والمهني والاجتماعي، وأن القدرة علي مواجهة الضغوط والاحباط تؤدي إلي رفع مستوى الطموح، في حين أن الإحباط المتكرر يؤدي إلي الخفض منه.

وقد أشارت نتائج دراسة كل من «محمد العتيبي، وعيسى العيزي» (2016) والتي أجريت علي (498) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الطموح والتوافق النفسي لدي طلاب الجامعة. وفي سياق متصل أشارت نتائج دراسة «ممدوح بنيه» (2020) إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين السعادة النفسية ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة. كما أشارت نتائج دراسة «بوزاتو» (Bozzato، P. (2020). إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الطموح وكل من الكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي.

وفي السياق نفسه أجرت «عالية الطيب» (2019) دراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين فاعلية الذات ومستوي الطموح لدي طالبات الدبلوم العام، وقد تألفت عينة الدراسة من (68) طالبة من طالبات الدبلوم العام بكلية التربية بجامعة الجوف، وأشارت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من مستوى الطموح وفاعلية الذات لدي عينة الدراسة.

وهكذا تتضح أهمية استراتيجيات لدي الطالب الجامعي في علاقتها بمستوي الطموح لديه في ضوء الأطر النظرية والدراسات والبحوث السابقة، وكان هذا من الدوافع القوية لإجراء الدراسة الحالية، وذلك لدراسة العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدي عينة من طلاب الجامعة.

مشكلة الدراسة:-

بدأ إحساس الباحثة بمشكلة الدراسة الحالية من خلال عملها بالجامعة واحتكاكها المباشر وتعاملها اليومي مع طلاب الجامعة، فقد وجدت أن الكثير من المشكلات والضغوط والصعاب التي يواجهها الطالب الجامعي تؤثر على دافعيته في تحقيق مستوى الطموح الذي يرغب في الوصول اليه.

فالمرحلة الجامعية من أهم وأخطر المراحل العمرية التي يمر بها الفرد عبر مساره النمائي؛ فهي مرحلة انتقالية بين مرحلتي المراهقة والرشد، ولها أهميتها الكبرى في بناء شخصية الفرد وتطوير مستوى تفكيره وثقافته، واكتساب القدرة على مواجهة المشكلات وحلها، وبذلك تمده بالدافعية وتحقيق التوافق مع نفسه ومع مجتمعه، والإحساس بهويته، بالإضافة إلى كونها مرحلة إعداد للحياة العملية المشحونة بالقلق والتوتر، مما ينغص على الطالب حياته، الأمر الذي يترتب عليه ضرورة إعداد الطالب الجامعي على مواجهة أي مشكلات وضغوط تواجهه، كي يتوافق مع مجتمعه ومعطيات عصره (Schwarzer، p، 2000: 32).

إن الضغط النفسي جزء لا يتجزأ من حياة طلاب الجامعة؛ فهم يواجهون حالات خاصة عند تركهم لمنازلهم واستخدامهم لوسائل المواصلات، بالإضافة إلى العلاقات الاجتماعية الجديدة التي يتوجب عليهم التعامل معها والقضايا المالية التي تواجههم في رحلتهم الدراسية، لذا يحاول كل فرد التعامل مع حالة الضغط التي تواجهه بأسلوب يتماشى مع بنائه الشخصي. وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى أن طلاب الجامعة يواجهون ضغوطاً عديدة ومختلفة، قد أجري كل من "الجيلاني وعمرو وعوض الله والخواجة"، El-Gilany، (2008) A. H.، Amr، M.، Awadalla، N.، & El-Khawaga، A. H. دراسة هدفت إلى تحديد مستوى الضغط النفسي لدى طلاب القانون والطب، وقد أشارت النتائج إلى أن هؤلاء الطلاب يعانون من مستويات مرتفعة من الضغط النفسي والتوتر والقلق، كذلك أشارت نتائج دراسة "تنهيد عادل" (2011) إلى ارتفاع مستوى الضغط النفسي لدى طلاب كلية التربية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغط النفسي والصلابة النفسية لدى هؤلاء الطلاب.

وفي السياق نفسه أجري كل من «سوكارتوس وميركوس وميدلنتون وكارانيكولا» (Sokratous، S.، Merkouris، A.، Middleton، N.، & Karanikola، M. (2013) دراسة هدفت إلى دراسة العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والأعراض الاكتئابية لدى طلاب الجامعة، وقد أظهرت النتائج أن الطلاب الذين يعانون من درجات مرتفعة من الإجهاد النفسي والأحداث الضاغطة هم أكثر عرضة لإظهار الأعراض الاكتئابية. وهذا أيضاً ما توصلت إليه نتائج دراسات كل من «زو وزهانج ووين وزهو» Zuo، B.، Zhang، X.،

Hetolang، (2020)، ودراسة كل من "هيتولانج وأمون اولاك"، (Wen، F. F.، & Zhao، Y. (2020)، ودراسة كل من "هيتولانج وأمون اولاك"، (L. T.، & Amone-P'Olak، K. (2018). حيث أشارت في مجملها إلي أن أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها طلاب الجامعة تعد من أهم أسباب إصابتهم بالأعراض الاكتئابية. وتختلف استراتيجيات مواجهة وإدارة الضغوط لدي الأفراد تبعاً لاختلاف الخصائص الشخصية، وتبعاً لطبيعة الموقف الضاغط، ونظراً لإدراك العلماء والباحثين لخطورة تأثير الضغوط علي الأفراد، أدي ذلك إلي الاهتمام بدراسة الأساليب التي يتخذها الأفراد في إدارة ما يواجهونه من ضغوط للحد من التأثير السلبي للضغوط النفسية (طه حسين، وسلامة عبد العظيم، 2006: 16). وفي هذا الصدد أجري "ألتون" Altun، F

، (2020) دراسة هدفت إلي فحص أساليب المواجهة لدي طلاب الجامعة الذين لديهم تجارب حياتية مؤلمة، وتألفت عينة الدراسة من (508) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة في تركيا، وقد أشارت النتائج إلي أن أحداث الحياة المؤلمة الأكثر شيوعاً كانت (وفاة / مرض أحد أفراد الأسرة، والانفصال عن أشخاص مهمين، والضغط الأكاديمي، والاعتداء الجنسي) علي التوالي، كما كشفت النتائج أيضاً أن أساليب دعم الأسرة، والدين والروحانية كانت فعالة في مواجهة الأحداث المؤلمة، وأظهرت النتائج أيضاً أن أساليب المواجهة الجماعية مستخدمة علي نطاق واسع بين طلاب الجامعات التركية، وأن أسلوب المواجهة يختلف باختلاف النوع والوضع الضاغط.

هذا وقد أشارت نتائج دراسة كل من "بيرجيوفاني ودييولا" Piergiovanni، L. (2018)، و (F.، & Depaula، P. D. (2018). والتي أجريت علي (126) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، إلي أن طلاب الجامعة ذوي مستويات الكفاءة الذاتية المرتفعة يستخدمون أساليب المواجهة المرتكزة علي المشكلة، بينما يستخدم الطلاب الذين لديهم مستويات منخفضة من الكفاءة الذاتية أسلوب اللوم الذاتي السلبي في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

من جهة أخرى يعد مستوي الطموح من المتغيرات التي لها تأثير بالغ الأهمية في الحياة اليومية، وتلعب دوراً محورياً في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، فالفرد

الطموح يتسم بالتفاؤل تجاه مستقبله، ولديه القدرة علي تحديد أهدافه، ويستطيع التغلب علي ما يواجهه من ضغوط وعوائق ولا يستسلم للفشل ويتحمل الإحباط، وبالتالي فإنه يشعر بقيمة الحياة ومعناها. وتوضح "كاميليا عبد الفتاح" (1990: 64) أن الطموح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتكوين الشخصية في أبعادها المختلفة البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وكلما كان الطموح قريباً من إمكانيات الشخصية كلما كان الفرد قريباً من الاتزان الانفعالي والصحة النفسية كما هو قريب من بلوغ أهدافه وإطراد تقدمه ونجاحه. لذلك اتجهت العديد من الدراسات إلي دراسة مستوى الطموح لدي طلاب الجامعة في علاقته ببعض المتغيرات النفسية، فقد أجري "حسين مظلوم" (2010) دراسة هدفت إلي دراسة مستوى الطموح وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدي عينة من طلاب الجامعة، وأشارت النتائج الي وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى الطموح وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة، وهذا أيضاً ما اتفقت معه نتائج دراسة «مني أبو شنب» (2013) والتي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى الطموح والضغط النفسي لدي طلاب الجامعة. كما أشارت نتائج دراسة كل من «أحمد وحامد وجاناي» Ahmad, P. A., Hamid, M. M., & Ganaie, M. Y. (2012).

إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مفهوم الذات ومستوي الطموح. وباستطاعة الفرد المواجهه للمشكلات والضغوط والقدرة على مواجهه وحلها يستطيع الفرد الوصول الي مستوى الطموح الذي يتوقع الفرد ان يصل اليه على اساس تقدير لمستوى قدراته وامكانياته لتحقيق الا ما يرغب الوصول اليه. وفي إطار دراسة العلاقة بين مستوى الطموح وبعض المتغيرات النفسية لدي طلاب الجامعة، أشارت نتائج دراسة «محمد العتيبي» (2016) إلي وجود علاقة مستوي الطموح والتوافق النفسي لدي طلاب الجامعة، كما توصلت نتائج دراسة «إيمان محمد» (2019) إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الذكاء الثقافي ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.

ومن خلال ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن سؤالين رئيسيين هما:

1. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب علي مقياس استراتيجيات المواجهة ودرجاتهم علي مقياس مستوي الطموح.
2. هل تسهم استراتيجيات المواجهة في التنبؤ بمستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.

أهداف الدراسة:-

تهدف الدراسة الحالية إلي التعرف علي ما يأتي:

1. طبيعة العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.
2. مدى إسهام استراتيجيات المواجهة في التنبؤ بمستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة:

أولاً: الأهمية النظرية: تتمثل فيما يأتي:-

1. دراسة استراتيجيات المواجهة باعتبارها أحد أبعاد الشخصية في علاقتها بمستوي الطموح.
2. قلة الدراسات - في حدود علم الباحثة - التي تناولت العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.
3. أهمية المرحلة الجامعية بما تتضمنه من مشكلات وضغوط، وما يترتب علي ذلك من تناقض وتشتت للشخصية.
4. قد يُستفاد بنتائج الدراسة في إجراء البحوث المستقبلية لتلقي الضوء علي دراسات شاملة لشخصيات طلاب الجامعة.
5. قد تفيد نتائج الدراسة في إثراء المعرفة النظرية حول عمليات المواجهة ومستوي الطموح.

ثانياً: الأهمية التطبيقية: تتمثل فيما يأتي:-

تكمن أهمية الدراسة في فتح آفاق جديدة لدراسة عمليات واستراتيجيات المواجهة وكيفية الاهتمام بها من قبل المربين والقائمين علي عملية التنشئة الاجتماعية والعملية التربوية في كافة مؤسسات المجتمع.

قد تفيد نتائج الدراسة في تطوير برامج إرشادية ونفسية، وكذلك تطوير المناهج الدراسية لتشتمل محتوياتها ومقرراتها علي مفردات تساعد في تنمية مستوي الطموح لدى طلاب الجامعة.

مصطلحات الدراسة:-

1 - استراتيجيات المواجهة: Coping Strategies

لقد بدأ البحث في عمليات المواجهة منذ أواخر القرن التاسع عشر، حينما ابتكر «سيجموند فرويد» Sigmund Freud مفهوم الدفاع Defence كمجموعة من الميكانيزمات النفسية التي يلجأ إليها الفرد للتحكم في المشاعر المؤلمة وبخاصة القلق، ثم عززت «آنا فرويد» Anna Freud عمل أبيها في الميكانيزمات الدفاعية، وقدمت ميكانيزمات أخرى عديدة.

كما عملت «آنا فرويد» علي تدعيم فكرة أن الأفراد يفضلون أساليب ومهارات معينة للسيطرة علي الإحساس بالضغط، وأن هذه الأساليب الدفاعية ترتبط بأنواع محددة من المرض النفسي، ولكن هذه العمليات الدفاعية أعتبرت فيما بعد لا إرادية، كما أن الدلائل الإمبريقية المبكرة أيدتها تأييداً ضعيفاً، وأثبتت صعوبة شديدة في تقدير ثباتها وصدقها؛ لذا لم تصبح العمليات الدفاعية خلال الخمسينيات والستينيات من القرن العشرين موضوعاً مفضلاً من قبل علماء النفس، ولهذا في أواخر السبعينيات اتخذ البحث توجهاً جديداً جعل العديد من الباحثين النفسيين يحولون اهتمامهم إلى دراسة موضوع الضغط من خلال قوائم Checklists لأحداث الحياة الضاغطة، وزيادة الاهتمام المحركة لمواجهة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد

(Somerville, M. R., & McCare, 2000: 620).

وتتضمن المواجهة الفعالة Effective Coping - والتي ربما تتطور إلى التحكم Control - تبني أفكار واستجابات سلوكية هدفها تحييد مصادر الضغوط أو مساعدة الفرد على التمكن من المقاومة واكتساب مناعة ضد هذه المصادر وضد ما يترتب عليها في حالة الفشل (علي عسكر، 2003: 177).

ويعرف معجم مصطلحات الطب النفسي سلوكيات المواجهة Coping Behavior باعتبارها مجموعة من الميكانيزمات والآليات السلوكية التي يستخدمها الفرد للتوافق مع المواقف الضاغطة (لطفي الشرييني، 2017: 35).

كما يذكر كل من «جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كفاي» (1992: 251) أن المواجهة المباشرة تعني أن يطلب من الفرد أن يواجه اتجاهاته النفسية، أو نواحي قصوره والطريقة التي يدرك بها من قبل الآخرين والنتائج الممكنة لسلوكه وتستخدم أساليب المواجهة في الأساس في العلاج الجمعي والنفسي الوجودي، وفي جماعات المواجهة وينبغي أن تستخدم بحكمة؛ لأنها أدوات قوية ذات إمكانيات بناءة وغير بناءة.

ويعرف كل من «طه عبد العظيم، وسلامة عبد العظيم» (2006: 75) استراتيجيات المواجهة بأنها عبارة عن اساليب شعورية وسلوكية ومعرفية يقوم بها الأفراد للتعامل بفاعلية مع الأحداث التي يتعرضون لها في بيئتهم وللتكيف معها.

وتعرفها «جيهان عيسي» (2006: 91) بأنها أساليب التوافق الخاصة بالفرد والتي يستخدمها في مواجهة المواقف الضاغطة.

ويعرف «حسن مصطفى» (2006: 98) استراتيجيات المواجهة بأنها عمليات تحمل الضغوط، والتي تتضمن مجموعة من النشاطات او الاستراتيجيات السلوكية والمعرفية التي يسعى الفرد من خلالها لتطويع الموقف الضاغط وحل المشكلة أو تخفيف التوتر الانفعالي المترتب عليا.

كما تعرفها «هناء شويخ» (2007: 7) بأنها «استعداد عام أو ميل عام للتعامل أو معالجة الأحداث المثيرة للمشقة بطريقة مميزة للفرد عن غيره من الأفراد».

وتعرف الباحثة استراتيجيات المواجهة بأنها عبارة عن «الطرق أو الوسائل التي يستخدمها الفرد والتي يراها مناسبة لشخصيته ليواجه بها الضغط الواقع عليه في محاولة منه لخفض توتره واستعادة توافقه واتزانه النفسى».

وتحدد استراتيجيات المواجهة إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي علي مقياس استراتيجيات المواجهة المستخدم في الدراسة الحالية.

النظريات المضرة لاستراتيجيات المواجهة:-

1 - نظرية التحليل النفسي:-

عمل التحليل النفسي منذ نشأته على فهم وتحديد أشكال المواجهة وبشكل خاص الأشكال اللاشعورية منها، وسميت آليات الدفاع الأولية وأول من أدخلها سيجموند فرويد وعرفها بالدفاع وعرفها لاحقاً بأنها تسمية عامة لكل التقنيات التي يستخدمها الفرد في مواجهة الصراعات التي من المحتمل أن تؤدي للعصاب (سامر جميل، 2002: 261). وتعد آليات الدفاع من منظور التحليل النفسي من أهم استراتيجيات التعامل ومقاومة الضغوط؛ حيث يرى فرويد أن الناس يلجأون إليها لحماية أنفسهم وتساعدهم على معالجة الصراعات والأحباطات وبالتالي فهي أساليب عقلية لاشعورية تقوم بتشويه الخبرات وتزييف الأفكار والصراعات التي تمثل تهديداً وتساعد على خفض التوتر والقلق أثناء المواجهة، وتشتمل عملية المواجهة حسب النظرية التحليلية على سلسلة من الاستراتيجيات تتطور انطلاقاً من آليات أولية غير ناضجة إلى آليات ناضجة (آمال عبد القادر، 2004: 114).

وتعتبر ميكانزمات الدفاع أساليب لاشعورية تهدف إلى محاولة الدفاع عن الشخصية ضد أي تهديد، وتتحكم في تفاعل الشخصية إلى حد كبير، وفي إشباع حاجات الفرد، فيحاول الوصول إلى حالة من التوافق النفسي كلما واجه عائق يحول دون إشباع دوافعه وحاجاته، ويحاول الفرد السوي الوصول إلى هذا التوافق (أحمد بديوي، ووهمان همان، 2019: 38).

2- نظرية سمات الشخصية:-

تنطلق هذه النظرية من فكرة الفروق الفردية ومن ثم مفهوم المواجهة بالنسبة لهذا النموذج ما هو إلا عدد من مكونات سمات الشخصية الإنسانية وإذا كانت السمة تشير إلى استعداد أم للاستجابة بطريقة خاصة ومميزة عبر المواقف المتنوعة التي تواجه الفرد في حياته ويتضح من هذا التعريف للمواجهة مدى التناسق بين مفهوم سمات الشخصية ومفهوم أسلوب المواجهة من حيث كونهما يمثلان طرازاً خاصاً أو أسلوباً خاصاً يميز الفرد أثناء التعامل مع المواقف الحياتية، وذلك لأنه يختص بالمواقف والظروف المثيرة

للمشقة مثلها مثل سمات الشخصية المفسرة لماذا يصبح بعض الأفراد ضحايا للمشقة في حين يصبح البعض الآخر مواجهاً لها (هناك شويخ، 2007: 66).

3- النظرية المعرفية:-

توضح النظرية أن الأهمية العلاجية لتعديل التوقعات والمعتقدات غير المنطقية كوسيلة لخفض الضغط النفسي والقلق، وتشير إلى أنه عندما يصبح الناس مضطربين انفعالياً بسبب تبنيهم أفكاراً لاعقلانية، فإن هناك مبرراً واضحاً للاعتقاد بأنه من خلال تبنيهم التفكير بعقلانية أكثر فإنه يمكن خفض الاضطرابات الانفعالية التي يعانون منها، وتلعب العمليات المعرفية دوراً محورياً في استمرار ردود الفعل الضاغطة أو خفضها، كما أن المثيرات المهددة أو الضاغطة تخضع للتقييم المعرفي من جانب الفرد (فاروق السيد، 2001: 104).

يتضح مما سبق أن هناك ثلاثة مواقف نظرية أساسية في تفسير قوة المواجهة؛ حيث تناولت نظرية التحليل النفسي قوة المواجهة باعتبارها آليات وأساليب دفاعية لا شعورية يلجأ إليها الفرد للدفاع عن شخصيته ضد أي تهديد، بينما ركزت نظرية السمات علي مفهوم الفروق الفردية في تفسيرها لقوة المواجهة، ثم أوضحت النظرية المعرفية أهمية الجانب المعرفي للفرد في علاقته بقوة المواجهة، وأن الأفكار اللاعقلانية هي من الأسباب الرئيسية للتعرض للضغوط النفسية واستخدام أساليب سلبية لمواجهتها.

4-مستوي الطموح: Level of Aspiration

يعتبر مستوى الطموح من العوامل الهامة المميزة للشخصية؛ فبقدر ما يكون الطموح مرتفع بقدر ما تكون الشخصية متميزة وبقدر ما يكون المجتمع متقدم. وتعتبر دراسة مستوى الطموح مهمة جداً لأن أهميتها لا تقتصر على الفرد، وإنما تتعداه؛ لتعود بالفائدة على المجتمع بشكل عام، والفرد يعتبر عنصراً فاعلاً داخل المجتمع، بل يعتبر الأفراد هم الثروة القومية للمجتمع، وبخسارتهم يخسر المجتمع الكثير، فوجود مستوى إيجابي ومرتفع من الطموح عند الأفراد يعني تقدم المجتمع ورفعته، بينما يعني وجود مستوى منخفض من الطموح تراجع المجتمع وانهاره.

ويعد مستوى الطموح جزءاً مهماً وأساسياً في البناء النفسي للإنسان؛ فهو يبلور ويعزز الاعتقادات التفاؤلية عند الفرد بكونه قادر على التعامل مع أشكال مختلفة من الضغوط بشكل إيجابي، ويلعب مستوى الطموح دوراً هاماً في حياة الفرد والجماعة، فهو أحد المتغيرات ذات التأثير البالغ فيما يصدر عن الإنسان من نشاط، ولعل الكثير من إنجازات الأفراد وتقدم الأمم والشعوب يرجع إلي توفر القدر المناسب من مستوى الطموح لديها، ولذلك يمكن القول بأن الطموح هو كنز لا يفنى، حيث يعتبر بمثابة بريق الحياة الذي من خلاله يسعى الإنسان إلي معالي الأمور، وترقية حاله إلي حال أفضل، والصعود من مرتبة إلي مرتبة أعلى، وتحقيق الأهداف المرجوة، كما يعد التعليم متغيراً هاماً في تشكيل طموح الطلاب؛ حيث أنه يساعد في اكتساب المعارف والمعلومات عن العالم الخارجي، ويجعله أكثر تفهماً له وتفاعلاً معه، كما أن محيط العلاقات الاجتماعية يجب أن يؤخذ في الاعتبار عند دراسة مستوى الطموح لدى الشباب، وأن هذه العلاقات والتفاعلات الاجتماعية تؤثر إيجاباً أو سلباً على مستوى الطموح الأكاديمي لديهم (زياد بركات، 2009: 52).

ويعتبر الطموح من أهم السمات التي أدت إلى التطور السريع الذي عاشه العالم في الآونة الأخيرة، فهو الدافع الذي يقوم بشحن الهمم وترتيب الأفكار للارتقاء بمستوى الحياة من مرحلة إلي مرحلة أخرى متقدمة، وما دام الطموح موجوداً عند الإنسان فلا يوجد سقف للتطور العلمي والحضاري؛ لأنه من العوامل المهمة المؤثرة فيما يصدر عن الإنسان من نشاطات وأفكار، ويقاس مستوى تقدم أي أمة من الأمم بما لدى أفرادها من طموح، ويمكن اعتبار الطموح أحد أهم الثوابت التي يمكن أن تميز إنسان عن آخر، ويتأثر هذا الثابت بالعوامل البيئية والنفسية والاجتماعية، وهو ما يتطلع الفرد إلي تحقيقه من أهداف ذات مستوى محدد في جوانب حياته المختلفة أسرياً أو أكاديمياً أو مهنيًا، ويكون للخبرات التي مر بها في حياته دوراً في تحديد مستوى هذا الهدف (أحمد حسان، 2005: 10).

ولقد تعددت التعريفات التي تناولت مفهوم مستوى الطموح، ومنها ما يأتي:

يعرف كل من «جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كفاي» (1992: 268) مستوى الطموح في معجم علم النفس والطب النفسي بأنه المعيار الذي يستخدمه الفرد لتحديد أهدافه ذات المغزي،

وهو مستوي الأداء الذي يتطلع إلى بلوغه، وهو مكون هام في صورة الشخص عن نفسه، وقد يعكس تقويماً معقولاً لذاته وقد يكون مرتفعاً جداً أو منخفضاً جداً على نحو غير واقعي.

ويتفق «محمد معوض» (2005: 3) مع الرأي السابق، حيث يرى أن مستوي الطموح هو سمة ثابتة نسبياً تشير إلى مستوي الطموح الذي يتسم بالتفاؤل والمقدرة في وضع الأهداف وتقبل كل ما هو جديد وتحمل الفشل والإحباط.

ويوضح «حسين أحمد» (2005: 79) أنه يجب التفرقة بين مستوي الطموح كمعني ومستوي الطموح المقاس، وذلك لأن بعض الباحثين لا يفرق بين الطموح ومستوي الطموح على اعتبار أن الحديث عن أحدهما يعني الحديث عن الآخر، وهذا الاستنتاج غير صحيح؛ وذلك لأن الطموح تصور قبلي، أما مستوي الطموح فهو نتاج بعدي لقياس كمي، ويضيف على ذلك أن الفرد لن يكون لديه مستوي طموح بالنسبة لجميع الأعمال وذلك على الرغم من أن لديه أهداف محددة، ولكي يحدد مستوي طموحه لابد أن تتوافر لديه فكرة ما عن صعوبة العمل وعن قدرته على تعلمه أو أدائه.

بينما يعرف «عبد الرحيم الزبيدي» (2006: 12) مستوي الطموح بأنه مستوى توقعات الفرد ورغباته المتميزة في تحقيق أهدافه المستقبلية في ضوء خبراته السابقة وإطاره المرجعي.

ويوضح «حسيب محمد» (2007: 9) أن مستوي الطموح هو الحد الأقصى للأداء المتوقع أخذاً في الاعتبار مظاهر النمو ومستوي القدرات والظروف الاجتماعية، وقد يكون مستوي الطموح غير واقعي إذا كان مرتفعاً مبالغاً فيه، أو منخفضاً دون المستوي الذي يمكن تحقيقه أو يكون واقعياً إذا كان مناسباً ويمكن تحقيقه.

ويشير كل من «نيميك وريان وديسي» (Niemiec، C. P.، Ryan، R. M.، & Deci،) (2009: 261) إلى أنه يمكن تقسيم الطموح إلى قسمين هما:

الطموح الداخلي؛ ويعبر عن النمو الموروث الذي يؤدي إلى إشباع الحاجات النفسية الأساسية الثلاث (الكفاءة، الاستقلال، والانتماء).

الطموح الخارجي، ويعبر عن السعي وراء الأهداف كوسيلة لا ترتبط بشكل مباشر بإشباع الحاجات النفسية الأساسية.

ويصف كل من «كومار وجوبتا» 2014:338، kumar & gupta.m الشخص الطموح بعدد من الصفات أهمها أنه غير راض عن وضعه الراهن، ولا يرى أن وضعه الحالي هو أفضل ما يمكن أن يصل إليه كما أنه لا يؤمن بالحظ ولا يترك الأمور للصدفة. وفي ضوء ما سبق تعرف الباحثة مستوى الطموح بأنه الأهداف التي يضعها الطالب الجامعي لذاته في مختلف المجالات النفسية والأكاديمية والاجتماعية، ويحاول بشتي الطرق تحقيقها.

ويمكن تحديد مستوى الطموح إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي علي مقياس مستوى الطموح المستخدم في الدراسة الحالية.
بعض النظريات المفسرة لمستوي الطموح:-

1- نظرية الفريد أدلر:-

يعتقد «أدلر» (Adler) في صحة فكرة كفاح الفرد للوصول إلي السمو والارتفاع؛ وذلك تعويضاً عن مشاعر النقص لديه. كما أكد على أهمية العلاقات الاجتماعية، وعلى أهمية الحاضر بدلاً من الماضي كما فعل «فرويد» (عبدالرحمن العيسوي، 2004: 10). ويعتبر «ادلر» الإنسان كائناً اجتماعياً، تحركه أساساً الحوافز الاجتماعية، وأهدافه الحياتية، ويشعر بأسباب سلوكه وبالأهداف التي يحاول بلوغها، ولديه القدرة على التخطيط لأعماله وتوجيهها، ومن المفاهيم الأساسية عنده: الذات الخلاقة والكفاح في سبيل التفوق، وأسلوب الحياة والأهداف النهائية والوهمية ومشاعر النقص وتعويضها. وتمثل الذات الخلافة عند أدلر فكرة مضادة لفكرة فرويد المتمثلة في الأنا الدنيا والأنا الوسطى والأنا العليا نظاماً شخصياً وذاتياً تبحث عن الخبرات التي تساعد على تحقيق أسلوبه الشخصي الفريد، والمميز في حياته. ويعتبر أدلر مبدأ الكفاح من أجل التفوق فطرياً؛ فالفرد يسعى للكفاح من أجل التفوق وذلك منذ ميلاده وحتى وفاته وهي الغاية

التي ينزع جميع البشر لبلوغها، وتعتبر الغاية التي ينشط الشخص لتحقيقها عاملاً حاسماً في توجيه سلوكه.

كما يؤكد «أدلر» على أن كل انسان يتمتع بإرادة أساسية في القوة، وبدافع ملح نحو السيطرة والتفوق؛ فإذا وجد إنسان أنه ينقصه شيء؛ فإنه ينساق نحو جعل نفسه متفوقاً بطريقة ما، وأعلى الأقل نحو الزعم لنفسه وللآخرين بأنه متفوق. ومثل هذا الفرد قد يعرض نقصه بجهد صادق منظم. وبذلك فان أدلر يعتقد أن حافز توكيد الذات وليس الدافع الجنسي، هو القوة السائدة الإيجابية في الحياة، وهو الذي يجعل الفرد في اندفاع دائم الوجود نحو التفوق أو على الأقل ضد النقص (توفيق بشير، ٢٠٠٥: ٣٢).

2- نظرية القيمة الذاتية للهدف:

ويري أنصار هذه النظرية أنه على أساس قيمة الشيء الذاتية يتقرر الاختيار، بالإضافة إلي احتمالات النجاح والفشل المتوقعة، والفرد سيضع توقعاته في حدود قدراته، وتقوم النظرية على ثلاثة حقائق هي:

أ. هناك ميل لدى الأفراد للبحث عن مستوى طموح مرتفع نسبياً.

ب. كما أن لديهم ميلاً لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه إلى حدود معينة.

ج. هناك فروقاً كبيرة بين الناس فيما يتعلق بالميل الذي يسيطر عليهم للبحث عن النجاح وتجنب الفشل، فبعض الناس يظهرون الخوف الشديد من الفشل فيسيطر عليهم احتمال الفشل وهذا يُنزل من مستوى القيمة الذاتية للهدف، كما أن هناك عوامل تقرر الاحتمالات الذاتية للنجاح أو الفشل في المستقبل أهمها: الخبرة الشخصية، وبناء هدف، النشاط والرغبة، والخوف، والتوقع، والمقاييس المرجعية التي تقوم عليها القيمة الذاتية للمستقبل، والواقعية، والاستعداد للمخاطرة، ودخول الفرد داخل أو خارج منطقة الفشل، ورد الفعل التحصيل أو عدم تحصيل مستوى الطموح (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 52 - 55).

3 - نظرية المجال عند كيرت ليفين:-

يذكر «ليفين» عند حديثه عن أثر القوى الدافعة في التكوين المعرفي للمجال، أن هناك عوامل متعددة من شأنها أن تعمل كدوافع التعلم في المدرسة، وقد أجملها فيما سماه

بمستوى الطموح. حيث يعمل هذا المستوى على خلق أهداف جيدة، بعد أن يشعر الفرد بحالة الرضا والاعتداد بالذات؛ فيسعى إلى الاستزادة بهذا الشعور المرضي، ويطمح في تحقيق أهداف أبعد، وإن كانت مترتبة على الأولى إلا أنها في العادة تكون أصعب وأبعد منالاً، وتسمى هذه الحالة العقلية بمستوى الطموح. وقد دلت دراسات الطموح السيكولوجية على أن للطموح درجات ومستويات متفاوتة (رمزية الغري، 1990: 327).

دراسات سابقة:-

المحور الأول: دراسات تناولت استراتيجيات المواجهة لدى طلاب الجامعة:

اتجهت بعض الدراسات إلى دراسة عمليات المواجهة لدى طلاب الجامعة في علاقته بمتغيرات نفسية أخرى فقد أجري "فس" (2014، F، FS) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات المواجهة وأساليب التفكير لدى طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (62) طالباً وطالبة من طلاب كلية العلوم الطبية بجامعة الحديدية باليمن، بواقع (32) ذكور، و(30) إناث، واستخدمت الدراسة مقياس أساليب المواجهة، واستبيان أنماط التفكير، وقد أوضحت النتائج أن استراتيجيات المواجهة ليست مستقلة عن أساليب التفكير، فقد تأثرت استراتيجية المواجهة النشطة بشكل كبير بأساليب التفكير التشريعية والمحلية والهرمية، بينما تأثرت استراتيجية التجنب بشكل كبير بأساليب التفكير القضائية والعالمية والفوضوية لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

وقد قام كل من "فريري وفي راداس وفالي ونونيز وفاليجو"

Freire، C.، Ferradás، M. D. M.، Valle، A.، Núñez، J. C.، & Vallejo، G. (2016).

بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الرفاهية النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (1072) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، واستخدمت الدراسة مقياساً لقياس ثلاث استراتيجيات للمواجهة (إعادة التقييم الإيجابي، والبحث عن الدعم، والتخطيط)، وتم تطبيق تحليل الملف الشخصي

الكامن علي أربعة مؤشرات للرفاهية النفسية (قبول الذات، وإتقان البيئة، والهدف من الحياة، والنمو الشخصي) وقد أشارت نتائج الدراسة إلي وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في استراتيجيات المواجهة، ووجود علاقة ارتباطية دالة بين استراتيجيات المواجهة والرفاهية النفسية لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

وقد أجرت "نورا محمود" (2018) دراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والصلابة النفسية لدي طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة بورسعيد، واستخدمت الدراسة مقياس الصلابة النفسية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والصلابة النفسية لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

وقام كل من "بايرك وجولير وساهين" Bayrak, R., Güler, M., & Şahin, N. (2018). بإجراء دراسة هدفت إلي فحص دور كل من أنماط التعلق ومفهوم الذات واستراتيجيات المواجهة في شرح وتفسير الاختلافات في عوامل الضغط المدرك في نماذج الوساطة لدي طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (515) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، بواقع (302) إناث، و(213) ذكور، واستخدمت الدراسة مقياس المقارنة الاجتماعية، ومقياس أساليب المواجهة، وقد أوضحت النتائج أن تأثير نمط التعلق القلق عوامل الضغط المدرك توسطه جزئياً مفهوم الذات وأساليب المواجهة، كذلك أشارت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مفهوم الذات وأساليب المواجهة لدي طلاب الجامعة.

وقد قام كل من "كابراس وموندو" Cabras, C., & Mondo, M. (2018). بدراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين استراتيجيات المواجهة وكل من التفاؤل والرضا عن الحياة لدي طلاب الفرقة الأولى بالجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (298) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الأولى بجامعة كالياري بإيطاليا، بواقع (152) إناث، و(146) ذكور، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (18 - 37) سنة، وقد أشارت النتائج إلي وجود فروق دالة إحصائياً

بين الجنسين في استراتيجيات المواجهة، وكذلك وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين استراتيجيات المواجهة الإيجابية وكل من التفاؤل والرضا عن الحياة لدي طلاب الجامعة.

هذا وقد أجري كل من "جوستيمز كارنيسر وكالديرونو وكالديرونو جاريدو

" Gustems-Carnicer, J., Calderón, C., & Calderón-Garrido, D. (2019).

دراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين الضغوط واستراتيجيات المواجهة والإنجاز الأكاديمي لدي طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (334) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، واستخدمت الدراسة مقياس استراتيجيات المواجهة، ومقياس الانجاز الأكاديمي، وقد أظهرت النتائج أن العديد من الطلاب يعانون من الضغوط وقد استخدموا استراتيجيات مواجهة تجنبية، كما أشارت النتائج أيضاً إلي وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين استراتيجيات المواجهة الإيجابية والإنجاز الأكاديمي لدي طلاب الجامعة.

وقام "سيفيك" (Çevik, H. (2020). بدراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين الضغوط المدركة واستراتيجيات مواجهة أوقات الفراغ لدي طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (338) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، واستخدمت الدراسة مقياس الضغوط المدركة (PSS)، ومقياس استراتيجيات المواجهة الترفهية (LCSS)، وقد أشارت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطية سلبية بين كل من الضغوط المدركة واستراتيجيات مواجهة أوقات الفراغ لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

المحور الثاني: دراسات تناولت مستوي الطموح لدي طلاب الجامعة:

قامت "هبة الله محمد" (2012) بدراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين دافعية الإنجاز وكل من مستوي الطموح والتحصيل الدراسي لدي طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (235) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة بالسودان، وقد استخدمت الدراسة مقياس دافعية الإنجاز، ومقياس التحصيل الدراسي، ومقياس مستوي الطموح "كاميليا عبد الفتاح"، وقد أشارت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين دافعية الإنجاز ومستوي الطموح، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً أيضاً بين دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي لدي عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

وقد أجري كل من "آن وهوانج" (2017) An، K. S.، & Hwang، J. Y. دراسة هدفت إلى الكشف عن تأثير رأس المال الاجتماعي (العلاقة بين الوالدين والأبناء، والعلاقات الإنسانية) علي مستوي الطموح المهني لدي طلاب الجامعة في ضوء مفهوم رأس المال الاجتماعي لكولمان، وقد تألفت عينة الدراسة من (73) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، وأشارت نتائج الدراسة إلي أن رأس المال الاجتماعي للعلاقات مع الوالدين كان له تأثير إيجابي علي مستوي الطموح المهني لطلاب الجامعة، كما وجد أن العلاقات بين الوالدين والأبناء وشبكة العلاقات الإنسانية والأنشطة الاجتماعية كان لها تأثير هام إحصائياً علي الطموح المهني، وتشير هذه النتائج إلي أن امتلاك واكتساب رأس المال الاجتماعي بين طلاب الجامعة كانت بمثابة قيمة مهمة وموجهة نحو الإنجاز من حيث الحراك الاجتماعي.

كما أجري كل من "أولينك شيمس وهيمان وكيشيت"

Olenik–Shemesh، D.، Heimann، T.، & Keshet، N. S. (2018).

دراسة هدفت إلي الكشف عن دور كل من الطموح المهني وتقدير الذات وتقدير الجسد والنوع في توقع الشعور بالرفاهية النفسية لدي طلاب الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (20 - 29) سنة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلي أن الرفاهية النفسية كانت مرتبطة بشكل إيجابي بكل من تقدير الذات والطموح المهني لدي طلاب الجامعة، وأن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية والطموح المهني لدي عينة الدراسة. بالإضافة إلي عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوي الطموح المهني.

وفي إطار دراسة العلاقة بين الرفاهية النفسية والطموح المهني أجري كل من "مانويل وسافال وكاساس وتيليون وايزويل ومبليو وأدامز"

Manuel، D.، Savahl، S.، Casas، F.، Tiliouine، H.، Isobell، D.، Mpilo، M.، & Adams، S. (2020).

دراسة هدفت إلي فحص العلاقة بين الرفاهية النفسية والطموح المهني لدي المراهقين، وقد تألفت عينة الدراسة من (1082) مراهقاً ومراهقة من الأسر ذات المستوي الاقتصادي الاجتماعي المنخفض بكيب تاون بجنوب أفريقيا، وقد أشارت النتائج إلي وجود فروق بين الجنسين في الطموح المهني في اتجاه الذكور، وقد أوضحت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الرفاهية النفسية والطموح المهني لدي عينة الدراسة من المراهقين.

تعقيب علي نتائج الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق للدراسات السابقة وجود ندرة - في حدود علم الباحثة- في الدراسات التي تناولت العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة، وبالنسبة للدراسات الخاصة بأساليب واستراتيجيات المواجهة، أشارت بعضها إلي وجود فروق بين الجنسين في أساليب واستراتيجيات المواجهة مثل دراسة كل من "فريري وآخرون" (2016)، (Freire، C، et al.)، ودراسة كل من "كابراس ومونندو" (2018)، (Cabras، C.، & Mondo، M.)، كذلك أشارت النتائج إلي وجود علاقة ارتباطية بين عمليات المواجهة وبعض المتغيرات الأخرى لدي طلاب الجامعة، مثل أساليب التفكير كما في دراسة "فس" (2014)، (Fs، F،)، والضغط المدركة كما في دراسة "سيفيك" -Çe- (2020)، (vik، H.)، ويتضح من مراجعة الدراسات السابقة في المحور الأول أنها أجريت علي عينات من طلاب الجامعة، وذلك اتساقاً مع طبيعة وأهداف الدراسة الحالية، كذلك فقد تنوعت المقاييس المستخدمة في قياس قوة المواجهة لدي طلاب الجامعة.

أما الدراسات التي تناولت مستوي الطموح فقد جاءت نتائجها متناقضة من حيث الفروق بين الجنسين في مستوي الطموح، فقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلي وجود فروق بين الجنسين في مستوي الطموح كما في دراسة كل من "مانويل وآخرون" (2020)، (Manuel، D، et al.)، بينما أشارت دراسات أخرى إلي عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوي الطموح، كما في دراسة كل من "أولينك شيمس وآخرون" (2018)، (Olenik-Shemesh، D، et al.)، كذلك أشارت النتائج إلي وجود علاقة

ارتباطية بين مستوي الطموح وبعض المتغيرات النفسية مثل دافعية الإنجاز كما في دراسة "هبه الله أحمد" (2012)، والعلاقات الاجتماعية كما في دراسة كل من "آن وهوانج" (An, K. S., & Hwang, J. Y. (2017)). وقد أجريت هذه الدراسات علي عينات من طلاب الجامعة اتساقاً مع أهداف وطبيعة الدراسة الحالية، كذلك فقد استخدمت هذه الدراسات المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة مستوي الطموح لدي طلاب الجامعة في علاقته بمتغيرات أخرى.

فروض الدراسة:-

- بعد الرجوع إلي عدد من الدراسات السابقة في مجال الدراسة الحالية والاشترشاد بنتائجها، يمكن صياغة الفرضين الرئيسيين للدراسة الحالية علي النحو التالي:-
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب علي مقياس استراتيجيات المواجهة ودرجاتهم علي مقياس مستوي الطموح.
- تسهم استراتيجيات المواجهة في التنبؤ بمستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.

منهج الدراسة وإجراءاتها:-

أ- منهج الدراسة:-

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي؛ وذلك لملاءمته لأهداف وفروض الدراسة الحالية، حيث يهدف إلي الكشف عن العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.

ب- العينة النهائية للدراسة:-

هي العينة الأساسية التي تم تطبيق أدوات الدراسة الحالية عليها، والخروج من خلالها بمجموعة من النتائج والتوصيات، تألفت من (200) طالباً وطالبة من طلابالفرق المختلفة بكلية التربية بجامعة 6 أكتوبر.

ج- أدوات الدراسة:-

*مقياس استراتيجيات المواجهة: (إعداد: الباحثة):

الهدف من المقياس:

تم إعداد المقياس الحالي بهدف تقييم وقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط لدي طلاب الجامعة، وذلك تمهيداً لإجراء مزيد من الدراسات حول هذا الموضوع من جهة، وكذلك استخدام المقياس علي عينات أخرى في نفس المرحلة العمرية.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

يعد الصدق من أهم الخصائص السيكومترية للاختبارات النفسية؛ ذلك لأنه يتعلق بما يقيسه الاختبار، ويقصد بصدق الاختبار «أن يقيس الاختبار ما أُعد لقياسه» (علي ماهر، 2004: 329).

أ- الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس على عدد(10) من المحكمين من أساتذة علم النفس التربوي والصحة النفسية والتربية الخاصة (ملحق رقم 1)، وطلب من السادة المحكمين بالحكم على ما إذا كانت المفردات تحت كل بُعد تعبر عن هذا الجانب في ضوء التعريف الإجرائي، وكذلك التفضل بإضافة أى مقترح أو تعديل، وقد وضع الباحثة محك (90%) فأعلي كمحك لقبول نسبة الاتفاق على كل بند من البنود، وتمثلت ملاحظات السادة المحكمين في ضرورة تشكيل بعض المفردات حتى يسهل فهمها بالشكل الصحيح، وتعديل بعض المفردات المركبة.

ب- صدق التحليل العاملي: Factor Analysis Validity

هو أسلوب إحصائي يهدف إلى تحديد الحد الأدنى من العوامل التحتية أو التكوينات الفرضية اللازمة لتفسير الارتباطات البنينة بين مجموعة من الاختبارات أو الفقرات أو المتغيرات، ومن ثم فهو يعد من أهم الأساليب الإحصائية التي تستخدم في تقدير صدق التكوين الفرضي للاختبارات النفسية، بالإضافة إلى أنه يحدد درجة تشعب عباراته بكل عامل من العوامل، وهذه التشعبات تمثل معاملات الارتباط بين مفردات الاختبار والعوامل، ويطلق على هذه المعاملات الصدق العاملي (علي ماهر خطاب، 2004: 343 - 344)

وقد أجرت الباحثة أسلوب التحليل العاُملي الاستكشافي باستخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Component، والتي وضعها "هوتلنج" Hottelling؛ حيث أنها تؤدي إلى تشبعت دقيقة، وقد تم إجراء التحليل العاُملي باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS على عينة قوامها (200) طالباً وطالبة، حيث تم التحقق من مدى كفاية العينة لإجراء التحليل العاُملي للمقياس من خلال اختبار كفاية العينة لـ Kaiser-Meyer-Olkin حيث بلغت قيمته (735.) وهي قيمة أكبر من (5,0) مما يدل على مدى كفاية العينة. كما تم استخدام محك كايزر في تقدير العامل المستخلص كمؤشر للتوقف أو الاستمرار في استخلاص العوامل التي تمثل البناء الأساسي، حيث تم الإبقاء على العوامل التي تزيد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح والتي تتضمن ثلاثة تشبعت إحصائياً على الأقل، ويرى (كاتل) أن هذا المحك يتميز بالاستقرار والثبات في حالة المصفوفات التي يزداد جذورها الكامنة على الواحد الصحيح، كما استخدم محك جيلفورد الذي يعتبر محك التشبع الجوهرى للعبارة على العامل الذي يعتبر دالاً إحصائياً وهو (+3,0 - 3,0) أو أكثر، وقد تم استخدام طريقة الفاريماكس Varimax للتدوير المتعامد للمصفوفات الارتباطية لفقرات المحاور الخاصة لمقياس استراتيجيات المواجهة للوصول إلى صورة مقبولة للمقياس يمكن تفسير العوامل وفقاً لها (فؤاد أبو حطب، وآمال صادق، 2010، صص 603 - 622)، وبناءً على هذا المحك تم استبعاد المفردات التي يقل تشبعها عن (3,0) وعددها (4 مفردات) هي المفردات رقم (-27 - 28-25-23)، ومن ثم أصبح المقياس يتكون من (26) مفردة.

وأُسفر التحليل العاُملي عن تشبع عباراته عن ثلاثة عوامل جوهرية، وقد بلغت نسبة التباين العاُملي الكلى %30.702 وتوضح الجداول التالية (1، 2، 3) تشبعت المفردات على كل عامل من العوامل مرتبة تنازلياً (من التشبع الأعلى إلى الأدنى).

العامل الأول:

استحوذ هذا العامل على (12.672 %) من التباين العاُملي الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (3.802) وقد تشبعت عليه جوهرياً 14 مفردة تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 625، 313 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (1) التالي.

جدول (1):

معاملات تشبع مفردات العامل الأول (استراتيجية حل المشكلة)

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
2	اشعر بعدم قدرتي على مواجهة اى ضغط يواجهني	.625
8	ألجأ الى النوم هرباً من المشكلات التي تواجهني	.625
12	اخفف ضغط المشكلة بالبكاء	.546
11	افقد السيطرة على تصرفاتي الخاطئة في حل مشكلاتي الحياتية	.540
1	ألجاء الى احلام اليقظة والتخيل عند تعرضي لموقف ضاغط	.539
13	اجد صعوبة لتغيير خططي لتتوافق مع المشكلات المختلفة	.537
9	ألوم الآخرين عند التعرض لأي مشكلة	.529
5	اتجنب التفكير في المشكلات التي تواجهني وقت حدوثها	.485
10	اتجنب مواجهة المتسببين في المشكلة	.462
6	افضل الانسحاب قبل مواجهة اى مشكلة	.441
4	أجد متعة كبيرة في تناول الطعام مع وجود مشكلة	.431
7	اشغل نفسي بأشياء ليس لها علاقة بحل المشكلة	.429
3	اتجنب مخالطة الآخرين عند تعرضي لمشكلة ما في حياتي	.413
14	اتعثر في ايجاد حلول كبدائل مختلفة لحل المشكلة التي تواجهني	.313
	الجزر الكامن	3.802
	النسبة المئوية للتباين	12.672 %

ومن خلال فحص مفردات هذا العامل نجد أن مضمونها يشير إلى الطريقة التي يتبعها الطالب في مواجهة مشكلات الحياة اليومية، ومحاولة إيجاد بدائل أو حلول لها، أو إعادة بناء المشكلة بطريقة إيجابية.

العامل الثاني:

استحوذ هذا العامل على (9.592%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.878) وقد تشبعت عليه جوهريا 7 مفردات تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 649..444 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (2).

جدول (2):

معاملات تشبع مفردات العامل الثانى (إدارة الانفعال)

رقم المفردة	المفردة	معامل التشبع
19	اعتبر المشاكل التى تواجهنى تحدى لقدراتى وأصرّ على حلها	.649
20	احاول اكتساب خبرات جديدة اثناء حل المشكلات التى تواجهنى	.597
22	استطيع تطوير افكارى وخططى التى تساعد لحل المشكلة	.550
18	ابحث عن مواقف مشابهه تعرضت لها سابقا لحل المشكلة التى تواجهنى	.474
24	احتاج إلى فترة استرخاء للتفكير بشكل افضللحل المشكلة	.473
21	احاول التصرف بعقلانية وهدوء مع اى موقف ضاغط يواجهنى فى حياتى اليومية	.448
26	أواجه الشخص الذى سبب لى المشكلة بكل ثقة	.444
الجذر الكامن		2.878
النسبة المئوية للتباين		9.592%

ومن خلال فحص مفردات هذا العامل نجد أن مضمونها يشير إلى الطريقة التى يتبعها الطالب فى إدارة انفعالاته أثناء مواجهة مشكلات الحياة اليومية، وقدرته على خفض التوتر الناتج عن المشكلات.

العامل الثالث:

استحوذ هذا العامل على (8.438%) من التباين العاملى الكلى (بعد التدوير) وبلغ الجذر الكامن لهذا العامل (2.532) وقد تشبعت عليه جوهريا 5 مفردات تراوحت قيم تشبعاتها ما بين 730..369 وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (3).

جدول (3):

معاملات تشيع مفردات العامل الثالث (استراتيجية التجنب)

رقم المفردة	المفردة	معامل التشيع
16	أدرس عواقب ونواتج الحل الذي سأنفذه	.730
15	اضع خطة لحل المشكلة وأبدأ في تنفيذها	.691
29	اتصرف بشجاعة عندما اكون في مأزق يواجهني	.485
17	احاول الاستفادة من تجارب الآخرين في حل المشكلات	.375
30	اسعى إلي حل المشكلة في وقت قصير	.369
الجذر الكامن		2.532
النسبة المئوية للتباين		8.438%

ومن خلال فحص مفردات هذا العامل نجد أن مضمونها يشير إلى يقصد بها الطريقة التي يتبعها الطلاب في الانسحاب او تجنب التفكير الواقعي في المشكله او محاولة الهروب منها.

ثانياً: الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس اليقظة العقلية على عينة قوامها (491) طالباً وطالبة من كلية التربية بجامعة 6 أكتوبر، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (0,01)، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (4):

معاملات الارتباط بين مفردات كل عامل والدرجة الكلية لهذا العامل

رقم المفردة	معامل الارتباط بالعامل الأول	رقم المفردة	معامل الارتباط بالعامل الثاني	رقم المفردة	معامل الارتباط بالعامل الثالث

.709**	15	.545**	18	.486**	1
.659**	16	.673**	19	.614**	2
.496**	17	.634**	20	.442**	3
.681**	29	.520**	21	.488**	4
.554**	30	.615**	22	.531**	5
		.503**	24	.501**	6
		.553**	26	.519**	7
				.587**	8
				.543**	9
				.452**	10
				.567**	11
				.519**	12
				.523**	13
				.344**	14

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباطات بين مفردات كل عامل والدرجة الكلية للعامل دالة عند مستوى دلالة (0,01)، وهذا يشير إلى ترابط وتماسك مفردات المقياس وأبعادة مما يدل على أن المقياس يتمتع باتساق داخلي.

ثالثاً: ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتان طرق هما طريقة والتجزئة النصفية، والفا وفيما يلي توضيح لكلاً منهما:

أ) طريقة التجزئة النصفية half - Split

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (200 طالباً وطالبة)، ثم تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفي عوامل المقياس، باستخدام معادلة جوتمان و معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (5):

ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل سيرمان براون	معامل جوتمان
الاول	14	765.	765.
الثاني	7	665.	644.
الثالث	5	538.	524.

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتى سيرمان براون وجوتمان مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

ب) طريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (200 طالباً وطالبة) ثم تم حساب معامل ألفا للمقياس ككل وعوامله كما هو موضح كالجدول الآتى:

جدول (6):

معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ

عوامل المقياس	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ
الاول	14	779.
الثاني	7	667.
الثالث	5	594.

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ مقبولة مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات والاستقرار.

وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس قامت الباحثة بحذف المفردات التى لم تثبت صدقها أو ثباتها مما ترتب على ذلك إعادة ترقيم المفردات، وفيما يلى توضيح للصورة النهائية للمقياس.

الصورة النهائية لمقياس استراتيجيات المواجهة وكيفية تصحيح المقياس:
يتكون المقياس في صورته النهائية من (3 عوامل) تشمل على (26 مفردة) تهدف إلى قياس استراتيجيات المواجهة، ويتعين على المفحوص داخل المقياس أن يختار إجابة واحدة لكل مفردة من المفردات بين نعم (1) ولا (0) بالنسبة للعبارة الموجبة والعكس بالنسبة للعبارة السلبية، ويوضح الجدول التالي أرقام مفردات كل عامل من العوامل كما وردت بالصورة النهائية للمقياس.

جدول (7):

مفردات المقياس موزعة على العوامل الثلاثة لمقياس استراتيجيات المواجهة (الصورة النهائية)

عدد المفردات	أرقام المفردات	عوامل المقياس
14	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14	الاول
7	15-16-17-18-19-20-21	الثاني
5	22-23-24-25-26	الثالث

*مقياس مستوي الطموح: (إعداد: الباحثة):

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

1. صدق المجموعات الطرفية:

قامت الباحثة بحساب صدق المقارنات الطرفية، وذلك من خلال ترتيب درجات الأفراد بشكل تصاعدي علي مقياس مفهوم الذات، وحساب اختبارات لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين، وهما أعلي (27%) وأدني (27%)، أي أعلي (54) فرد وأدني (54) فرد (27% × 200)، فإذا كانت هناك فروقاً دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين كان ذلك دليلاً علي قدرة المقياس علي التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الأداء علي المقياس، ومن ثم صدق المقياس، وفيما يلي النتائج التي حصلت عليها الباحثة:

جدول (8):

نتائج اختبارات لدلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين أعلي وأدني الأداء

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
مستوي الطموح	أعلى أداء	54	137.63	5.806	106	16.897	0.01
	أدنى أداء	54	104.72	13.081			

قيمة ت الجدولية عند مستوي درجات حرية 106 ومستوي دلالة $05=1.97$

قيمة ت الجدولية عند مستوي درجات حرية 106 ومستوي دلالة $01=2.6$

يتضح من نتائج الجدول السابق أن الاختبار صادق؛ حيث بلغت قيمة ت المحسوبة (16.897)، وهي قيمة أكبر من قيم ت الجدولية، ومن ثم يشير ذلك إلي وجود فرق دال بين مجموعتي أعلي وأدني الأداء، الأمر الذي يؤكد صدق المقياس وقدرته علي التمييز بين المستويات المختلفة للأفراد.

ثانياً: ثبات المقياس

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقتان طرق هما طريقة والتجزئة النصفية، والفا وفيما يلي توضيح كلاً منهما:

أ) طريقة التجزئة النصفية half – Split

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (200 طالباً وطالبة)، ثم تم حساب معامل الارتباط (معامل ثبات التجزئة النصفية) بين نصفي المقياس، باستخدام معادلتة جوتمان وبلغت قيمته ((.563 و معادلة تصحيح الطول لسيرمان براون وبلغت قيمته .558 وهي قيم مقبولة مما يدل على ثبات المقياس ككل.

ب) طريقة الفا كرونباخ Cronbach Alpha

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (200 طالباً وطالبة) ثم تم حساب معامل ألفا للمقياس ككل وبلغت قيمته (،713).

نتائج الدراسة وتفسيرها:-

نتائج التحقق من صحة الفرض الأول:

وينص علي أنه «توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب علي مقياس استراتيجيات المواجهة ودرجاتهم علي مقياس مستوي الطموح»
 ولاختبار صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون بين درجات أفراد العينة علي مقياس استراتيجيات المواجهة ودرجاتهم علي مقياس مستوي الطموح كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (9):

العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح

مفهوم الذات	المتغير	
**569.	حل المشكلات	استراتيجيات المواجهة
**452.	ادارة الانفعال	
**205.-	التجنب	

(**) دالة عند 01،

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (0.01) بين درجة بُعدي (استراتيجية حل المشكلات - إدارة الانفعال) ومستوي الطموح، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً عند مستوي دلالة (0.1) بين بُعد (استراتيجية التجنب) ومستوي الطموح لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

وتتفق نتيجة التحقق من صحة الفرض الحالي ضمناً مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة كل من "سولطاني وآخرون" (2013)، Soltani، E.، et al.، والتي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين استراتيجيات المواجهة الإيجابية وكل من القدرة علي مواجهة القلق والاكتئاب والمرونة المعرفية، ودراسة "شين" التي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين استراتيجيات المواجهة وجودة الحياة والرفاهية النفسية، ودراسة كل من "بيرجيو فاني وديبولا"، Piergiovanni، L. F.،

(2018) Depaula، P. D. &، التي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية بين استراتيجيات المواجهة والكفاءة الذاتية لدي طلاب الجامعة، ودراسة كل من "وو وآخرون" Wu، (2020) Y، et al.، التي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية بين استراتيجيات المواجهة والمرونة النفسية لدي طلاب الجامعة.

وتعتبر المرحلة الجامعية إحدى المراحل الخطيرة ونقاط التحول في مسيرة الفرد، بل إنها محطة لا تستغرق سوي بعض الوقت، يرسم الفرد فيها مخططه لأعوام مقبلة وأعمار آتية، إنها مرحلة تعتربها كثير من الأحوال والتغيرات، ويتجاذب في تشكيلها أطراف متعددة؛ فالجامعة في أي مجتمع مؤسسة محورية لا غني عنها؛ فهي المؤسسة التعليمية والتكوينية العليا التي تتولي تخريج الأجيال المتتابة من الإطارات المعنية بتولي الوظائف المختلفة التي تُسيّر بها شؤون المجتمع، وتوفر حاجاته وتحقق مصالحه، وبها يضمن استقراره واستمراره ويحفظ وجوده، فلا يُتصور أن تكون هناك مؤسسة أخرى تغني عن الجامعة أو تقوم مقامها، بل إن المؤسسات الأخرى كلها تحتاج إلي الخدمات التي توفرها الجامعة وتضمنها لها (Rao، D، 2003: 15).

وتدخل استراتيجيات ضمن الاعتقاد الشخصي من جانب الفرد بأنه المسؤول الأول والأخير عن سلامته وصحته النفسية والجسمية، ويترتب علي ذلك بالدرجة الأولى إدراك دوره في الحياة المعاصرة المليئة بالتغيرات والمثيرات التي تصاحبها ردود فعل مختلفة تتفاوت بين السلبية والإيجابية. وتتضمن المواجهة Coping تبني أفكار واستجابات سلوكية هدفها تحييد مصادر الضغوط أو مساعدة الفرد علي التمكن من المقاومة واكتساب مناعة ضد هذه المصادر وضد ما يترتب عليها في حالة الفشل (علي عسكر، 2003: 177).

من جهة أخرى يعد مستوي الطموح من المتغيرات التي لها تأثير بالغ الأهمية في الحياة اليومية، وتلعب دوراً محورياً في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، فالفرد الطموح يتسم بالتفاؤل تجاه مستقبله، ولديه القدرة علي تحديد أهدافه، ويستطيع التغلب علي ما يواجهه من ضغوط وعوائق ولا يستسلم للفشل ويتحمل الإحباط، وبالتالي فإنه يشعر بقيمة الحياة ومعناها. وتوضح "كاميليا عبد الفتاح" (1990: 64) أن

الطموح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتكوين الشخصية في أبعادها المختلفة البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وكلما كان الطموح قريباً من إمكانيات الشخصية كلما كان الفرد قريباً من الاتزان الانفعالي والصحة النفسية كما هو قريب من بلوغ أهدافه وإطراد تقدمه ونجاحه. وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات السابقة إلى ارتباط مستوى الطموح بالعديد من المتغيرات النفسية الإيجابية لدى طلاب الجامعة، مثل التوافق النفسي كما في دراسة كل من "محمد العتيبي، وعيسى العزيمي" (2016)، وفاعلية الذات كما في دراسة "عالية الطيب"، والسعادة النفسية كما في دراسة "ممدوح بنيه" (2020)، والكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي كما في دراسة "بوزاتو" (2020)، Bozzato، والرعاية النفسية كما في دراسة كل من "مانويل وآخرون" (2020)، Manuel، D، et al.

وُرجع "الباحثة" هذه النتيجة إلي ما خلصت إليه من قراءاتها النظرية، أن طلاب الجامعة يتعرضون لمختلف الضغوط النفسية نتيجة للأحداث اليومية التي تواجههم، وتختلف ردود الفعل لديهم في مواجهتهم لهذه الضغوط حسب استراتيجيات المواجهة المستخدمة. وأن مستوى الطموح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بشعور هؤلاء الطلاب بجودة الحياة والسعادة النفسية والكفاءة الذاتية والتوافق النفسي والاجتماعي وقدرتهم علي استخدام استراتيجيات إيجابية في مواجهة ما يقابلهم من تحديات وضغوط.

نتائج التحقق من صحة الفرض الثاني:

وينص علي أنه «تسهم استراتيجيات المواجهة في التنبؤ بمستوي الطموح لدى طلاب الجامعة»

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة أولاً بالتحقق من وجود علاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح لدى عينة الدراسة من خلال الفرض الأول، حيث إن من شروط استخدام الانحدار الخطي وجود علاقة خطية بين المتغيرين (التابع والمستقل)، ولذلك قامت الباحثة بمعرفة طبيعة العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ومستوي الطموح من خلال حساب معامل الارتباط الخطي البسيط لبيرسون كما هو موضح بالفرض الأول.

ثم قامت الباحثة بالتحقق من صحة هذا الفرض من خلال استخدام معامل الانحدار المتعدد بطريقة ستيب ويز (Stepwise Multiple Regression Analysis) من أجل التوصل إلى معادلة خطية تربط بين عدة متغيرات إحداها مستقل أو منبئ (استراتيجيات المواجهة) والآخر تابع (مستوى الطموح).

وقد أسفرت نتائج تحليل الانحدار عن إدراك استراتيجية حل المشكلة في الخطوة الأولى باعتبارها أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على المتغير التابع (مستوى الطموح)، وفي الخطوة الثانية تم إدراك استراتيجية إدارة الانفعال باعتبارها ثاني أقوى المتغيرات تأثيراً يدرج استراتيجية التجنب نظراً لتأثيرها الضعيف على المتغير التابع، وتوضح النتائج في الجداول الآتية:

جدول (10):

ملخص نموذج تحليل الانحدار المتعدد حسب أهمية تأثير المتغيرات المستقلة على المتغير التابع (مستوى الطموح)

المتغير	معامل الارتباط (ر)	معامل التحديد ر ²
استراتيجية حل المشكلات	569.	324.
إدارة الانفعال	655.	429.

يتضح من الجدول السابق أن معامل الارتباط المتعدد (معامل التحديد) في الخطوة الثانية يساوي (429.) وذلك في حالة النموذج الذي يحتوي على المتغيرين (حل المشكلة، وإدارة الانفعال) وهذا يعني أن ذلك يفسر (942٪) من التباين الكلي مستوى الطموح

جدول (11):

نتائج تحليل التباين

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
الانحدار	4528.927	2	2264.463	73.347	0.001
البواقي	6020.326	195	30.873		
الكلي	10549.253	197			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة ف دالة عند مستوى أقل من 0,001 ، مما يشير إلى وجود تأثير دال إحصائياً لكل من حل المشكلة، وإدارة الانفعال في التنبؤ بمستوي الطموح لدي طلاب الجامعة.

جدول (12):

معاملات الانحدار المتعدد لاستراتيجيات المواجهة

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار (المعامل البائي B)	الخطأ المعياري	قيمة بيتا B	قيمة ت	الدلالة
مستوي الطموح	ثابت الانحدار	37.448	3.246		11.538	01 .
	حل المشكلة	1.661	191.	485.	8.685	01 .
	ادارة الانفعال	1.674	279.	336.	6.009	01 .

يتضح من الجدول السابق أن الثابت دال إحصائياً، وأن تأثير المتغيرات المستقلة دالة إحصائياً أيضاً، ومن هذا يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بدرجة مستوى الطموح بمعلومية درجات أفراد العينة على المتغيرات المستقلة (حل المشكلة، و ادارة الانفعال) بالصورة الآتية:

$$\text{مستوى الطموح} = 37.448 + (1.661) \text{ حل المشكلة} + (1.674) \text{ ادارة الانفعال}$$

ومن ثم يمكن القول إنه يمكن التنبؤ بمستوي الطموح لدى الطالب بمعلومية درجته على استراتيجيات المواجهة (استراتيجية حل المشكلة، واستراتيجية ادارة الانفعال).

ومما يدعم نتيجة الفرض الحالي هو ما توصلت إليه نتائج التحقق من صحة الفرض الأول من الدراسة الحالية، والتي أشارت إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب علي مقياس استراتيجيات المواجهة ودرجاتهم علي مقياس مستوي الطموح.

توصيات تربوية:-

صاغت الباحثة التوصيات التربوية التالية في ضوء ما أسفرت عنه هذه الدراسة من نتائج وذلك حتي يمكن الاستفادة منها:

- يجب أن تتضافر الجهود التربوية والنفسية والصحية في سبيل تدريب وتأهيل طلاب الجامعة لمواجهة الضغو النفسية والاجتماعية والأكاديمية، وتحقيق طموحاتهم في شتي المجالات.
- ضرورة إعداد برامج تدريبية وإرشادية لتنمية الاستراتيجيات الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية لدي طلاب الجامعة.
- ضرورة تقديم البرامج التدريبية والإرشادية للآباء والأمهات لتقديم الدعم والإرشاد الوالدي لأبنائهم بالمرحلة الجامعية.

المراجع:-

مراجع باللغة العربية:-

- أحمد علي بدوي (2017). الصحة النفسية والإرشاد النفسي، القاهرة: مكتبة النصر.
- أحمد علي بدوي، ووهمان همام السيد (2019). الصحة النفسية، القاهرة: دار فنون للطباعة والنشر والتوزيع.
- آمال عبد القادر جودة (2004). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الاقصى، وقائع المؤتمر التربوي الأول: التربية الفلسطينية وتغيرات العمر، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- إيمان محمد عباس أحمد (2019). الذكاء الثقافي وعلاقته بقلق المستقبل ومستوى الطموح لدي طلاب كلية التربية جامعة الاسكندرية، مجلة البحث العلمي في التربية، مج (19)، ع (20)، ص ص 164 - 224.
- تنهيد عادل فاضل البيرقدار (2011). مستوى الضغط النفسي ومصادره لدي طلبة كلية التربية في جامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية، جامعة الموصل، مج (11)، ع (1)، ص ص 28 - 56.
- توفيق بشير (2005). دراسة مستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدي طلبة الجامعه الاسلاميه بغزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاقي (1992). معجم علم النفس والطب النفسي، الجزء الثاني، القاهرة: دار النهضة العربية.
- جيهان عيسى عمران (2006). أساليب التوافق النفسي إزاء المواقف الضاغطة لدى المراهقين والمراهقات فى المجتمع البحريني، مجلة العلوم التربوية، جامعة قطر، مج (15)، ص ص 87-127.

- حسن مصطفى عبد المعطي (2006). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط3، القاهرة: زهراء الشرق.
- حسيب محمد (2007). القلق التنافسي كدالة تفاعلية بين الجنس ودافعية الانجاز ومستوي الطموح لدي طلاب المرحلة الثانوية، المؤتمر السنوي الحادي عشر، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- حسين أحمد حسان (2005). الذكاء الوجداني و علاقته بكل من مستوي و نوعية الطموح والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدي طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- حسين مظلوم (2010). مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بحوادث الحياة الضاغطة لدي طلبة الجامعة، مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية، مج (18)، ع (4)، 233-254
- رمزيه الغريب (1990). التعليم، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- زياد بركات (2009). علاقة مفهوم الذات بمستوي الطموح لدي طلبة جامعة القدس وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة القدس المفتوحة.
- سامر جميل رضوان (2002). الصحة النفسية، عمان: دار المسيرة.
- سهير كامل أحمد (2000). أسس تربية الطفل بين النظرية والتطبيق، القاهرة: دار المعرفة الجامعية.
- طه حسين عبد العظيم، وسلامة عبد العظيم (2006). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، عمان: دار الفكر.
- عالية الطيب حمزة (2019). فاعلية الذات وعلاقتها بمستوي الطموح لدي طالبات الدبلوم العام في التربية بجامعة الجوف، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة الجوف، مج (27)، ع (2)، ص ص 161 - 185.
- عبد الرحمن العيسوي (2004). الوجيز في علم النفس العام، القاهرة: دار المعرفة الجامعي.
- عبد الرحيم الزبيدي (2006). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدي طلبة جامعة المستنصرية، رسالة دكتوراة، كلية الآداب، جامعة المستنصرية.

- عبد ربه شعبان (2010). الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- علي عسكر (2003). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. الصحة النفسية في عصر التوتر والقلق، ط3، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- علي ماهر خطاب (2004). الإحصاء الوصفي، ط2، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- فاروق السيد عثمان (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة: دار الفكر العربي.
- فؤاد أبو حطب، وآمال صادق (2010). مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- كاميليا عبد الفتاح (1990). دراسات سيكولوجية في مستوي الطموح والشخصية، ط3، القاهرة: نهضة مصر للنشر والتوزيع.
- لطفي الشربيني (2017). معجم مصطلحات الطب النفسي، الكويت: المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية.
- محمد العتيبي، وعيسى العيزي (2016). مستوي الطموح وعلاقته بالتوافق النفسي لدي عينة من طلاب جامعة الشقراء، المجلة الدولية المتخصصة، مج (5)، ع (9)، ص ص 1 - 22.
- محمد قاسم عبد الله (2004). مدخل إلي الصحة النفسية، ط2، عمان: دار الفكر.
- محمد معوض (2005). مقياس مستوى الطموح، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ممدوح بنيه لافي (2020). السعادة النفسية وعلاقتها بمستوي الطموح لدي طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، كلية التربية، الجامعة الأردنية، مج (28)، ع (2) ص ص 251 - 269.
- مني ابو شنب (2014). مستوي الطموح وعلاقته بالضغوط النفسية وفاعلية إدارة الوقت لدي طلاب الاقتصاد المنزلي بجامعة المنوفية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، مج (29)، ع (2)، ص ص 65 - 111.

- نورا محمود حسنين عشعش (2018). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلافة النفسية لدي طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، ع (23)، ص ص 401 - 430.
- هبة الله محمد الحسن سالم (2012). علاقة دافعية الإنجاز بموضع الضبط ومستوي الطموح والتحصيل الدراسي لدي طلاب مؤسسات التعليم العالي بالسودان، المجلة العربية للتطوير والتفوق، جامعة الخرطوم، ع (4)، ص ص 516 - 539.
- هناء أحمد محمد شويخ (2007). أساليب تخفيف الضغوط النفسية الناتجة عن الأورام السرطانية مع تطبيقات على حالات أورام المثانة السرطانية، القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

مراجع باللغة الإنجليزية:-

- Ahmad, P. A., Hamid, M. M., & Ganaie, M. Y. (2012). Self concept, level of aspiration and academic achievement of physically challenged and normal students at secondary level in district Barramullah. Research on Humanities and Social Sciences, 2(2), 61.66-
- Altun, F. (2020). Traumatic experiences and collectivist coping styles of university students in Turkey. International Journal of Psychology and Educational Studies, 7(2), 85.97-
- An, K. S., & Hwang, J. Y. (2017). The effects of social capital on occupational aspiration in university students. Journal of the Korea Convergence Society, 8(9), 237.247-
- Bayrak, R., Güler, M., & Şahin, N. H. (2018). The mediating role of self-concept and coping strategies on the relationship between attachment styles and perceived stress. Europe's journal of psychology, 14(4), 897.
- Bozzato, P. (2020). The Relationship between Children's Aspiration Profiles and Self-Efficacy, Life Satisfaction, and Academic Achievement. Social Sciences, 9(5), 77.

- Cabras, C., & Mondo, M. (2018). Coping strategies, optimism, and life satisfaction among first-year university students in Italy: Gender and age differences. *Higher Education*, 75(4), 643.654-
- Çevik, H. (2020). Investigating the Relationship between Perceived Stress and Leisure Coping Strategies among University Students: Eskisehir Technical University Case. *International Education Studies*, 13(6), 67.77-
- El-Gilany, A. H., Amr, M., Awadalla, N., & El-Khawaga, A. H. (2008). Stress among medical and law students in Mansoura, Egypt. *Middle East Journal of Family Medicine*, 6(9), 31.36-
- Freire, C., Ferradás, M. D. M., Valle, A., Núñez, J. C., & Vallejo, G. (2016). Profiles of psychological well-being and coping strategies among university students. *Frontiers in psychology*, 7, 1554.
- FS, F. H. (2014). Relationship between coping strategies and thinking styles among university students. *Psychiatry*, 15(1), 14.22-
- Gustems-Carnicer, J., Calderón, C., & Calderón-Garrido, D. (2019). Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. *European Journal of Teacher Education*, 42(3), 375.390-
- Hetolang, L. T., & Amone-P'Olak, K. (2018). The associations between stressful life events and depression among students in a university in Botswana. *South African journal of psychology*, 48(2), 255.267-
- Kumar, S., & Gupta, M. (2014). A Comparative Study of Level of Educational Aspiration of Secondary Class Students of Government and Non-Government Schools. *VSRD International Journal of Technical & Non-Technical Research*, 5(1), 1.4-
- Kumari, S. (2017). A Study of Gender Difference In Stress Among University Students. *IJRAR-International Journal of Research and Analytical Reviews (IJRAR)*, 4(4), 374.377-

- Manuel, D., Savahl, S., Casas, F., Tiliouine, H., Isobell, D., Mpilo, M.,... & Adams, S. (2020). The relation between subjective well-being and career aspirations amongst a sample of adolescents in low socioeconomic status communities in Cape Town. *Journal of Community Psychology*, 48(8), 2702.2722-
- Muratori, P., Bertacchi, I., Giuli, C., Lombardi, L., Bonetti, S., Nocentini, A., & Lochman, J. E. (2015). First adaptation of coping Power program as a classroom-based prevention intervention on aggressive behaviors among elementary school children. *Prevention science*, 16(3), 432439-.
- Niemiec, C. P., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2009). The path taken: Consequences of attaining intrinsic and extrinsic aspirations in post-college life. *Journal of research in personality*, 43(3), 291.306-
- Olenik-Shemesh, D., Heiman, T., & Keshet, N. S. (2018). The role of career aspiration, self-esteem, body esteem, and gender in predicting sense of well-being among emerging adults. *The Journal of genetic psychology*, 179(6), 343.356-
- Piergiovanni, L. F., & Depaula, P. D. (2018). Self-efficacy and tress coping styles in university students. *Ciencias Psicológicas*, 12(1), 17.23-
- Pozos-Radillo, B. E., de Lourdes Preciado-Serrano, M., Acosta-Fernández, M., de los Ángeles Aguilera-Velasco, M., & Delgado-García, D. D. (2014). Academic stress as a predictor of chronic stress in university students. *Psicología educativa*, 20(1), 47.52-
- Rao, D. B. (2003). *Higher Education in the 21st Century*. Discovery Publishing House.
- Schwarzer, p. (2000). *Educational and psychological*, New jersey, prentce-Hall
- Sin, I. L. (2009). The aspiration for social distinction: Malaysian students in a British university. *Studies in Higher Education*, 34(3), 285.299-

- Sokratous, S., Merkouris, A., Middleton, N., & Karanikola, M. (2013). The association between stressful life events and depressive symptoms among Cypriot university students: a cross-sectional descriptive correlational study. *BMC Public Health*, 13(1), 1121.
- Somerfield, M. R., & McCare, R. R. (2000). Stress and coping research: methodological challenges, theoretical advanced, and clinical applications. *American psychologist*, 55 (6), 620.
- Thawabieh, A. M., & Qaisy, L. M. (2012). Assessing stress among university students. *American International Journal of Contemporary Research*, 2(2), 110.116-
- Wang, H., Xia, Q., Xiong, Z., Li, Z., Xiang, W., Yuan, Y., & Li, Z. (2020). The psychological distress and coping styles in the early stages of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic in the general mainland Chinese population: A web-based survey. *Plos one*, 15(5), e0233410.
- Wu, Y., Yu, W., Wu, X., Wan, H., Wang, Y., & Lu, G. (2020). Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 8(1), 1.11-
- Zuo, B., Zhang, X., Wen, F. F., & Zhao, Y. (2020). The influence of stressful life events on depression among Chinese university students: Multiple mediating roles of fatalism and core self-evaluations. *Journal of affective disorders*, 260, 84.90-

أرقام العبارات التي وردت بجداول التحليل العاملي هي نفسها التي وردت بصورة المقياس التي تم استخدامه للتحقق من الخصائص السيكومترية.