



دار المنظومة  
DAR ALMANDUMAH  
الرواد في قواعد المعلومات العربية

العنوان:	العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب معلمي علم النفس بكلية التربية بأسسيوط
المصدر:	المجلة العلمية لكلية التربية
الناشر:	جامعة الوادي الجديد - كلية التربية
المؤلف الرئيسي:	حجازي، سعدية نور الدين
المجلد/العدد:	ع21
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2016
الشهر:	فبراير
الصفحات:	207 - 232
رقم MD:	1157888
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
اللغة:	Arabic
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	الظواهر الإنسانية، الخدمات الإنسانية، الصحة النفسية، طلاب الجامعة
رابط:	<a href="http://search.mandumah.com/Record/1157888">http://search.mandumah.com/Record/1157888</a>

© 2022 دار المنظومة. جميع الحقوق محفوظة.  
هذه المادة متاحة بناء على الإتفاق الموقع مع أصحاب حقوق النشر، علما أن جميع حقوق النشر محفوظة. يمكنك تحميل أو طباعة هذه المادة للاستخدام الشخصي فقط، ويمنع النسخ أو التحويل أو النشر عبر أي وسيلة (مثل مواقع الانترنت أو البريد الالكتروني) دون تصريح خطي من أصحاب حقوق النشر أو دار المنظومة.



كلية التربية بالوادي الجديد  
المجلة العلمية

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بأساليب التعايش  
مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب معلمي علم النفس  
بكلية التربية بأسيوط

إعداد

أ/ سعدية نور الدين حجازي

العدد الحادي والعشرون - الجزء الثاني - فبراير ٢٠١٦

## مقدمة الدراسة

تمثل أساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة أحد الظواهر الإنسانية التي تصاحب التعقيدات المتسارعة التي واكبت عملية التطور في عالم اليوم، ولقد تم رصد الظاهرة تحديداً لدى مقدمي الخدمات الإنسانية في مجالات الرعاية الاجتماعية في العديد من الدول المتقدمة والنامية على حد سواء (Rothman, 2003, 52)، حيث أن الرضا والانتماء التنظيمي لأحداث الحياة اليومية يمثلان دافعا أساسيا للفرد لبذل المزيد من الجهد (أحمد فاروق صالح، ٢٠٠٩، ٥). ويرى علماء السلوك التنظيمي أن تعدد المثبرات البيئية سواء المادية منها أو السيكولوجية جعلت إنسان هذا العصر يتأثر بهذه المثبرات، ولا يقف هذا التأثير عند حد المنزل أو الحياة العامة بل ينتقل إلى بيئة العمل، ويتمثل هذا التأثير في حدوث الضغوط الإنسانية التي تجعل الإنسان قلقاً وسهل الإثارة والإنفعال الأمر الذي ينعكس على أدائه وانتمائه والرضا عن الحياة (خليل حجاج، ٢٠٠٧، ٩٥).

ومما يساعد على التنبؤ بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة النظر إلى الشخصية على أنها محصلة عدة عوامل تعمل في وحدة متكاملة تنتج عن تفاعل عدة سمات جسمية ونفسية تحدد أسلوب تعامل الشخص مع مكونات بيئته وأحداث الحياة اليومية إضافة إلى أن عوامل الشخصية لها دوراً هاماً في قدرة الفرد على التكيف مع الظروف والأحداث الضاغطة، ويعد نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية من أهم النماذج التي فسرت سمات الشخصية، وأكدت إتساقاً في تقييم الشخصية والتنبؤ بها (أحمد محمود جبر، ٢٠١٢، ٣).

ويقترض نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية وجود خمسة عوامل لوصف الشخصية، وعلى الرغم من أن ثمة جدلاً قد ثار بصدد صياغة مسميات للعوامل الخمسة إلا أنه يوجد إتفاق عام بين علماء نفس الشخصية على هوية هذه العوامل، وهي: الإنبساطية والعصابية، الإنفتاح على الخبرة، المقبولية، بقطة الضمير (فواد حامد الموافي، فوقيّة محمد راضي، ٢٠٠٦، ٢).

حيث تؤثر عوامل الشخصية في عدد من جوانب الحياة، وقد أشارت دراسة بشرى إسماعيل أحمد (٢٠٠٩) إلى وجود علاقة ارتباطية بين عوامل الشخصية وأسلوب الحياة، وأظهرت دراسة (Fayombo ٢٠١٠) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عوامل الشخصية والمرونة النفسية، وأشارت دراسة أمال جودة (٢٠١٠) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين عوامل الشخصية "الإنبساط، الطيبة، بقطة الضمير، الرضا عن الحياة".

إضافة إلى ذلك فإنه تتأثر شخصية الإنسان وصحته النفسية بالعديد من المواقف والظروف التي يتعرض لها، هذا بجانب أن العوامل الموقفية تؤثر في الشخصية، وشتى ضغوط أحداث الحياة التي تصاحب تلك المواقف، بالإضافة إلى تلك العوامل فإن علم النفس خاصة يتعرضون لضغوط إضافية خارج نطاق العمل قد تعيق تقدمهم ونجاحهم.

وقد أكدت نتائج عدد من الدراسات ذات الصلة على أن قدرة الشباب على تحمل الضغوط وإدارتها بشكل جيد تظل محدودة في ضوء نقص الخبرة وكثافة حجم الضغوط، وإدراكهم الإنفتار للمساندة الاجتماعية (Marjorie, 2000)، هذا وقد أجمعت نتائج عدد من الدراسات ذات الصلة على أن مرتفعي الضغوط من طلاب الجامعة عادة تكون إستراتيجيات التعايش لديهم في صورة توافق سلبي، مثل إعتمادهم على المهدئات والتدخين والمخدرات، وممارسة العنف، والاستسلام (عفاف محمد أحمد

(\*) يتم التوثيق في هذه الدراسة كالتالي: (اسم الباحث أو الكاتب، السنة، رقم الصفحة أو الصفحات)

وتفاصيل كل مرجع مثبتة في قائمة المراجع .

جعيس، مصطفى عبدالمحسن الحديبي، ٢٠١٤، ٨)، حيث تختلف بيئة العمل الأكاديمية مقارنة بالمؤسسات غير الأكاديمية خاصة المهنة، وبناءً عليه تختلف في كلتا البيئتين مسببات وأعراض الضغوط الحياتية ففي المؤسسات الأكاديمية يعد الطلاب عرضة للضغوط الحياتية تتصل بخططهم إزاء الحصول على رخصة للعمل في الميدان التربوي مما ينعكس على السلوكيات الشخصية للطلاب، بينما تظهر المؤسسات المهنية غير الأكاديمية في محاولة التأقلم مع البيئة الجديدة (Robotham, 2008). إن المستقرىء لما سبق يتضح له أنه على الرغم من الاهتمام الواسع، والاستحسان المتنامي لآثار الضغوط النفسية والمهنية بحثاً ودراسة، والذي يظهر في العديد من الدراسات والتوصيات، فإن الغالبية العظمى من تلك الدراسات قد ركزت على استراتيجيات تعايش الضغوط مع البيئات المختلفة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية وقليل ركزت على طلاب الجامعة، وندرة ركزت عليها لدى الطلاب معلمي علم النفس، ونظراً لما تمثله هذه المهنة من مصدر للضغوط الأكاديمية والمهنية، فالدراسة الحالية يصدد محاولة الكشف عن العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط، وهذا ما قد يتضح ويتبلور من خلال مشكلة الدراسة .  
ثانياً: مشكلة الدراسة

يعد طلاب الجامعة من الفئات التي تواجه عدد من الضغوط بمختلف أنواعها، والتي لها دوراً مهماً في تكوين شخصياتهم ومدى قدرتهم على التغلب عليها، فضلاً عن التنشئة الاجتماعية والثقافية ودورها في تشكيل سماتهم الشخصية، كونهم عماد المستقبل، ويقع على عاتقهم الدور الكبير في عملية بناء وتطوير المجتمع ضمن التخصصات المختلفة التي يدرسها كل طالب وخاصة شعبة علمي علم النفس والتي تشكل في مجموعها منظومة متكاملة في عملية البناء والتحضر (إسماعيل طه، الطاف ياسين، ٢٠٠٦، ٣).

ولهذا يؤدي التعرف على السمات الشخصية التي يتحلّى بها هؤلاء الطلاب من خلال نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة دوراً أساسياً في التعرف على مدى قدرتهم على التكيف ومجابهة التحديات، واجتيازها بنجاح وبدون آثار سلبية تؤثر على قدرتهم على العطاء (يوسف صالح مصطفى، ٢٠٠٥).

ولما كان معظم الناس يواجهون أنواع متعددة من الضغوط أثناء عملهم سواء أكان بسبب العمل أو خارج عنه ولما له من آثار على الفرد سواء كانت آثار نفسية أو مهنية أو سلوكية مما يظهر العلاقة الدينامية بين الضغوط الحياتية وأساليب التعايش والسمات الشخصية، حيث تؤكد دراسة (Haines & Williams 2003) أن مصادر التعايش يمكن أن تمثل حاجزاً قوياً ضد التأثيرات السلبية لضغوط الحياة، وهذه المصادر منها ما هو ذاتي له علاقة بسمات الشخصية وما هو خارجي .

إن المستقرىء لما سبق يتضح له من علاقة سمات الشخصية بإختيار أساليب التعايش مع المشكلات، ولذا فإن فهم العوامل الخمس الكبرى للشخصية يحدد أنسب السبل لتعامل معلمي علم النفس مع أحداث الحياة اليومية وكيفية التعايش مع الضغوط المهنية بالفصول الدراسية، ومشكلات تلاميذهم، وتؤكد ذلك (Wasteson et al; 2006, 813) بأن هناك قدراً كبيراً من الاهتمام بين الباحثين بفحص العلاقة بين الضغوط والسمات الشخصية مع التركيز على دور أساليب التعايش كمنبئ لكيفية التعامل مع الأحداث الضاغطة ، حيث تبدو أهمية التعايش مع الضغوط كما تشير (Grafve&Wandell 2006, 28) في إدارة المواقف الضاغطة والذي سبب المشكلة أو تجنب التلق والالام النفسية التي سببها، فإن الهدف الأقصى للتعايش مع الضغوط هو تقليل آثارها طويلة المدى المحتملة للأحداث الضاغطة

وما أشارت إليه دراسة نسرين مصطفى فهيم (٢٠٠٨) أن القيمة والأهمية تتحدد في كم الأساليب التي يستخدمها الشخص في تخفيف حدة الضغوط الحياتية ونوعها وأثر السمات الشخصية على التنبؤ بهذه الأساليب، وما أوضحته نتائج دراسة أمال عبدالقادر جوده (٢٠٠٤) باستخدام أساليب التعايش الفعالة في التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة يؤدي إلي تمتع الفرد بالصحة النفسية، لما بين أساليب التعايش الفعالة وأحداث الحياة الضاغطة من ارتباط دال سالب.

إن المستقرى لما سبق يتضح له أن مشكلة الدراسة تكمن في أن معلمي علم النفس وخاصة من هم في بداية حياتهم المهنية يجدون أنفسهم يتعاملون مع أحداث حياتيه ومتطلبات عمل عليهم التعامل معها من خلال ردود الفعل مع تلك الأحداث التي تؤثر في آدابهم الأكاديمي والمهني وتصرفاتهم في حياتهم اليومية ، ومن ثم تحدد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الآتية

- ما الفرق في متوسطات درجات العوامل الخمس الكبرى لدي عينة من معلمي علم النفس بكلية التربية جامعة أسبوط تعزى لمتغير النوع (ذكور، إناث)، منطقة السكن (ريف ، حضر)؟

- ما القدرة التنبؤية لمتغير العوامل الخمس الكبرى للشخصية على أساليب التعايش مع الأحداث الحياتية الضاغطة لدى الطلاب معلمي علم النفس؟

#### ثالثاً: أهداف الدراسة

تتمثل اهداف الدراسة الحالية في:

١- الكشف عن الفروق في أساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة كمنبئ لسمات الشخصية الخمس الكبرى.

٢- الكشف عن الفروق في متوسطات درجات العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى عينة من معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط طبقاً لمتغير النوع (ذكور/ إناث) ومنطقة السكن (ريف/ حضر).

٣- التعرف على القدرة التنبؤية لعوامل الخمس الكبرى وأساليب التعايش مع الأحداث الحياتية الضاغطة لدى معلمي علم النفس.

رابعاً: أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية متغيراتها المتمثلة في الضغوط الحياتية وأثارها السلبية موضوعاً متزايداً في الأهمية، في ظل ما تفرضه متغيرات الحياة العصرية من مواقف ضاغطة، وطلاب شعبة معلمي علم النفس في التربية ليس بمنأى عن هذه الظروف وتلك المواقف الضاغطة التي تحد من كيفية التعايش معها. الأمر الذي يظهر اهمية تناول العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ لأساليب التعايش مع أحداث الحياة الضاغطة.

وما لهذا من أهمية في بيان حجم المعاناة النفسية التي يتعرضوا لها جراء تعرضهم لأحداث الحياة اليومية، وما يترتب عليها من آثار تنعكس سلباً على صحتهم النفسية واليات تعاملهم مع طلابهم وتعزى الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية إلي الإسهام في تقديم برامج إرشادية أو تدريبية لتنمية مفاهيم الشخصية للتغلب على ضغوط الأحداث الحياتية لمعلمي علم النفس في المستقبل، حيث تفيد نتائج الدراسة الحالية في مجال الإرشاد والعلاج النفسي للمعلمين الذين يتعرضون باستمرار لضغوط الأحداث الحياتية تؤثر على آدابهم النفسي وتوافقهم المهني، فإن لم تعالج ضغوط الأحداث الحياتية بشكل فعال تبدو في أعراض العديد من الاضطرابات النفسية الأمر الذي يستوجب تصميم برامج للتدخل العلاجي للتغلب على مصادر تلك الضغوط وأسبابها، بالإضافة إلي سعي الدراسة الحالية للكشف عن سمات الشخصية التي تستطيع التعايش مع الضغوط الحياتية اليومية لمعلمي علم النفس في كلية التربية وماتسفر عنه الدراسة الحالية من نتائج تساعد المهتمين باليات التعامل مع هؤلاء الطلاب لتغيير إدراكاتهم لضغوط الأحداث الحياتية وما لذلك من إفادة في أساليب معاملتهم لتلاميذهم كما تتبع أهمية

الدراسة من أننا إذا استطعنا التعرف على الأحداث الحياتية الضاغطة التي يتعرض لها المعلمون وتخصيصها وفقاً لنموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية فإن ذلك من شأنه مساعدة المسؤولين في تعرف الأحداث التي من شأنها أن تسبب ضغطاً مهنيًا على المعلمين، لأنها تتعكس على الطلاب محور العملية التعليمية وهدفها، كما أن ذلك من شأنه أيضاً مساعدة المعلمين على الابتعاد عن الأحداث التي من شأنها أن تشكل ضغطاً مهنيًا، وهذا ما يجعل الطالب والمعلم في غرفة الصف أبعد ما يكونا في ضغوط الأحداث الحياتية .

#### خامساً: الإطار النظري وأدبيات الدراسة

##### ١-العوامل الخمس الكبرى:-

تكشفت الشخصية عن تعقد دراستها والإختلاف بين وجهات نظر الباحثين إليها في تعدد تعريفاتها، ولكن هذا التعدد من زاوية واحدة قد يكون أمراً مرغوباً فيه، فإذا كانت الشخصية كلاً معقداً متعدد الجوانب والسمات، فإن كل تعريف لها يركز على جانب معين لهذا الكل المعقد، من هذا المنظور، فليس هناك تعريف واحد صحيح وما عداه خاطئ، فإن تعريف أي مصطلح أمر اختياري تحكيمي والشخصية هي التنظيم الدينامي داخل الفرد، لتلك النظم السيكوفيزيائية التي تحدد أسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة (سوسن شاكر مجيد، ٢٠٠٨، ٢٠)، كونها ذلك التنظيم الثابت المستمر نسبياً لأخلاق الشخص ومزاجه وعقله وجسده، وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكيف الفرد مع محيطه (ثائر غباري، خالد أبو شعير، ٢٠١٠، ١٥) ويمكن تصنيف تعريفات الشخصية التي ذكرت إلي مناحي عدة، فمنها ما يركز على المظهر الخارجي الموضوعي أو على المفاهيم الدينامية أو على الأساسيات العميقة والتكوين الداخلي، ومنها ما ينظر إلي الشخصية بوصفها منبهاً ومثيراً أو استجابة أو متغيراً يتوسط ما بين المثير والاستجابة، ومنها ما يعد تعريفات كلية أو تكاملية أو تدرجية أو مؤكدة على التوافق أو على تفرد الشخصية (السيد أبو هاشم، ٢٠٠٧، ٢١٠-٢١١)، الشخصية وفق مدخل السمات والعوامل عبارة عن نظام يتكون من مجموعة من السمات أو عوامل مستقلة تمثل مجموع أجزائها، أي أنها عبارة عن انتظام دينامي لمختلف سمات الشخصية فالفرد يمكن فهمه في ضوء سمات شخصيته التي تعبر عن سلوكه، فيمكن أن يوصف بأنه ذكي أو غبي أو منطوي أو منبسط أو عصابي أو ذهاني (ممدوح الكفاني وآخرون، ٢٠٠٢، ٣٨١) .

وتعتمد كافة النظريات على فكرة ثبات الشخصية، فالشخص يسلك سلوكاً متشابهاً في المواقف المتشابهة، وكذلك تعتمد النظرية على اختلاف الأفراد فيما يملكون من سمات ، حيث يشخص كل الأفراد في المواقف التي تثير الغضب، ولكن يختلف كل فرد عن الآخر في درجة الغضب وفي طريقة التعبير عنه (عبدالرحمن العيسوي، ٢٠٠٢، ٢٢)، ولذا يهدف علم النفس منذ فترة طويلة إلي تأسيس نموذج مناسب لوصف الشخصية الإنسانية، واستخدام هذا النموذج في تشخيص وعلاج اضطرابات الشخصية، وأكثرها شهرة وقبولاً ما يعرف بنموذج العوامل الخمسة الكبرى، ذلك النموذج الذي يعد أكبر النماذج العملية والقابلة للتطبيق في مجال علم النفس (فؤاد حامد الموافي، فوقيه محمد راضي، ٢٠٠٦، ٢) . ويعد نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية *The Big Five Model of Personality* من أهم النماذج وأحدثها التي فسرت سمات الشخصية، حيث يعد نموذجاً شاملاً، يهتم بوصف وتصنيف العديد من المصطلحات أو المفردات التي تصف سمات الشخصية التي يتباين فيها الأفراد (Saucier, 2002, 2)، ويهدف نموذج العوامل الخمس الكبرى إلي تجميع أشقات السمات المتناثرة في فئات أساسية، وهذه الفئات مهما أضفنا إليها وحذفنا منها تبقى محافظة على وجودها ككفئات أو عوامل (عفاف محمد جعيس، ٢٠١٣)، ولا يمكن الاستغناء عنها بأي حال في وصف الشخصية الإنسانية، وبعبارة أخرى يهدف هذا النموذج إلي البحث عن تصنيف محكم لسمات الشخصية (علي مهدي كاظم، ٢٠٠٢، ١٨) ومن أشهر النماذج التي تناولت عوامل الشخصية الخمسة

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنهج بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط / سعيدة نور الدين حجازي

نموذج: (Costa & McCrae, 1999, Goldberg, (1981) Digman, (1990) ويتضمن هذا التنظيم الهرمي للمسات خمسة أبعاد أو عوامل أساسية هي: الأنسباطية Extraversion ' والمقبولية Agreeableness ' والعصابية Neuroticism ' ويقظة الضمير conscientiousness ' والانفتاح على الخبرة (Linden et ) Openness on experience (al. 2010; 315).

### جدول (1)

#### تعريف علماء النفس للعوامل الخمس الكبرى

العامل الخامس	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	الباحث
العقل الباحث	الضبط الانفعالي	الرغبة في الإنجاز	المسيرة	منبسط	فيسك (1949)
الثقافة الأم	الانزنان الانفعالي	الإنكالية	الطيبة	الأنسباط	كاتل (1957)
الثقافة الأم	الانزنان الانفعالي	الإنكالية	الكبيرة	لانيساك	ثوبس وكريستال (1961)
الثقافة الرقيقة	الانزنان الانفعالي	يقظة الضمير	الطيبة	الاندماج التفاعلي	نورمان (1963)
الذكاء	الانفعالية	الاهتمام بالعمل	المحبة	الانسباط الاجتماعي	بروجاتا (1964)
التفتح	العصابية	يقظة الضمير	الطيبة	الأنسباط	كوستا وماكري (1985)
الاهتمامات	العصابية	ضبط الدوافع	الطيبة	التوكيدية	كونلي (1985)
الاستقلال	الانزنان الانفعالي	التحكم الذاتي	مستوى التطبيع الاجتماعي	الاستبشار	لورا (1986)
الذكاء	التوافق	الاندفاعية	الملائمة	الاجتماعية الطموح	هوجان (1986)
الذكاء/ الفطنة	العصابية	الرغبة في الإنجاز	المطابرة الصداقة	الأنسباط	ديجمان (1988)
الثقافة الراقية	عدم الانزنان الانفعالي	يقظة الضمير	الطيبة	الاستبشار	دي راد (1988)
الذكاء	الوجدان	العمل	المحبة	الانسباط	بيبودي، جولدينبرج (1989)
ذكي متقف	مسيطر	ذو ضمير يقظ	طيب/ متزن	التكيف الاجتماعي	بوتيون، باص (1989)

يعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بمثابة هيكل هرمي من سمات الشخصية، تمثل العوامل الخمسة قمة الترتيب، وتمثل الشخصية على مستوى أعلى من التجريد، كما أن كل عامل ثنائي القطب مثل "الأنسباط مقابل الأنطواء" ويندرج تحت كل عامل مجموعة من السمات الأكثر تحديداً (Gosling et al., 2003, 506)

#### (1) العصابية (Neuroticism (N):

هي عكس الاستقرار العاطفي، ويعكس هذا العامل إلى ان الأفراد يميلون بصورة كبيرة إلى عدم الاستقرار العاطفي، وعدم الرضا عن النفس، وصعوبة التكيف مع متطلبات الحياة، كما يرتبط هذا العامل بالقلق والإحراج والشعور بالذنب والتشاؤم والحزن وانخفاض احترام الذات (De Read, 2000, 96; zhang, 2006, 1179)

وترتبط العصابية سلباً بالرضا عن الحياة، وإيجابياً بالتعبير الذاتي عن الإجهاد، كما أن الأشخاص العصبيين أقل قدرة على التعامل مع الضغوط المرهقة في البيت والعمل، كما أنهم أقل تحكماً في اندفاعاتهم (Bruk&Aileen, 2003, 461)

جدول (٢)  
مستويات الأوجه الستة لعامل العصبية

الأوجه الستة لعامل العصبية	مرن ( قابل للتوافق ( - N )	متوسط ، معتدل ( N )	منفعل (N+)
القلق	مسترخ ، هادئ	قلق ، هادئ	قلق
الغضب والعداوية	متماسك ، بطيء الغضب	شيء من الغضب	سريع الشعور بالغضب
الاكتئاب	يفقد عزيمته ببطء	يحزن أحيانا	يفقد عزيمته بسرعة
لوم الذات	يصعب إحراجه	يخرج أحيانا	يسهل إحراجه
الاندفاعية	يقاوم الإلحاح والإثارة	يستسلم أحيانا	تسهل استثارتة
الانصباب	يعالج الضغوط بسهولة	بعض الضغوط	الافتقار للقدرة على تحمل الضغوط

(٢) الانبساط (E): Extraversion:

يعد هذا العامل ثنائي القطب حيث يمكن تسميته (الانبساط/ الأنطواء) يتسم الشخص الانبساطي بأنه شخص اجتماعي محب للإختلاط، يتوافق مع المعايير، يوجه اهتماماته إلي خارج الذات وعلى مستوى التفكير يميل الشخص الانبساطي إلي تفسير جوانب العالم الخارجي باستخدام المنطق، بينما يتسم الشخص الأنطواني بأنه يوجه اهتماماته من أفكار ومشاعر إلي داخل الذات، وليس تجاه العالم الخارجي وعلى مستوى التفكير يميل الشخص الأنطواني إلي تفسير أفكار خاصة تستند إلي قواعد

تخصه (De Read, 2000: 89)

(Zhang, 2006, 1179)

جدول (٣)  
مستويات الأوجه الستة لعامل الانبساطية

الأوجه الستة لعامل الانبساطية	انبساطي ( - E )	متكافئ (E)	اهتمام مركز (C+)
الدفء	متحفظ ، رسمي	يقظ ، منتهبه	محبوب ، الوف ، حميم
النزعة الاجتماعية	نادراً ما يبحث عن أصحاب	الوحدة ، الإختلاط	اجتماعي ، يحب وجود أصحاب
الحزم والتأكيد	يظل في المؤخرة	في المقدمة	حازم ، يتحدث بجرأة
النشاط	متأن	بين التأنى والنشاط	نشط
البحث عن الإثارة	قليل الحاجة إلى المثيرات	يحتاج أحيانا للمثيرات	يتوق للإثارة
الانفعالات الإيجابية	أقل حيوية	متوسط الحيوية والمرح	مرح متفائل

(٣) الإفتتاح على الخبرة (O): Openness to experience:

يعكس هذا العامل مدى تقبل الفرد لقيم ومعتقدات الآخرين والاهتمام بالأفكار الجديدة غير التقليدية، ويتضمن هذا العامل العديد من السمات كالخيال والتفتح الذهني وقوة الصبر وكثرة الاهتمامات والتسامح .

(Zhang, 2006, 118)

وفي الطرف الأخر يتميز المتحفظ بعدد أقل من الاهتمامات، ويعد أكثر تمسكاً بالتقاليد، ويكون أكثر

راحة مع الأشياء المألوفة وليس بالضرورة أن يكون المتحفظ متسلطاً (هيله عبدالله السليم، ٢٠٠٦، ٨٥)



العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بآساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط  
أ/ سعدة نور الدين حجازي

جدول (٤)  
مستويات الأوجه الستة لعمل الانفتاح على الخبرة

الأوجه الستة لعمل الانفتاح على الخبرة	متحفظ (- O)	معتدل (O)	مستكشف (+ O)
الخيال	يركز على الزمان والمكان الحاليين	خيالي أحيانا	أحلام اليقظة ، تصورات كثيرة ، طموحات غريبة
جمالي	لا يهتم بالفنون	متوسط الاهتمام بالفنون	محب للفن والأدب ، محب للجمال
الشعور	بتجاهل الأحاسيس	يقبل المشاعر	يهتم ويقوم كافة المشاعر والأحاسيس ، متطرف في انفعالاته
الأفعال والتصرفات	يحب المؤلف	يجمع بين المؤلف والتنوع	يحب التنوع والتجديد
الأفكار	اهتمام فكري ضيق	متوسط الاهتمام	اهتمام فكري واسع ، وابتكار للأفكار
القيم	حازم ، متحفظ ، مسابر	معتدل	إعادة النظر في القيم ، والمناضلة من أجل ما يراه صحيحا

(٤) الطيبة "المقبولية" (A) Agreeableness:

يعد هذا العامل الأكثر ارتباطا بالعلاقات الشخصية، ويتسم الذين يتصفون بهذه السمات بالتسامح والثقة، وحسن الطباع، والتعاون والقبول بحيث يحترمون ويقدررون الآخرين ( Zhang, 2006: 1197; DeRead, 2000, 91).

جدول (٥)  
مستويات الأوجه الستة لعمل المقبولية

الأوجه الستة لعمل المقبولية	المتحدي (- A)	لمفاوض (A)	المتوافق (+ A)
الثقة	متشائم ، شكاك	حذر	يرى أن الآخرين أمناء
الاستقامة	حذر ، ينجح للحقيقة	لبق	مستقيم ، صريح
الإيثار	تردد في المشاركة	يرغب في مساعدة الآخرين	مستعد لمساعدة الآخرين
الإذعان	منافس ، عدواني	يمكن التقرب إليه	يذعن للصراع
التواضع	يشعر بالتميز ، متعال	متكافئ	متواضع
اعتدال الرأي	عنيد ، عقلاني	مستجيب	مرن ، متعاطف

(٥) بقطة الضمير (C) Conscientiousness:

يتضمن هذا العامل الفروق الفردية في التخطيط والتنظيم وتنفيذ المهام وثبات الأداء (Bruk&Alleen, 2000, 460)  
وهي عبارة عن ملامح مشتركة تشمل مستويات عالية من التفكير، مع التحكم في الانفعالات، وتشير هذه السمة إلي تميز الفرد بقوة الإرادة والكفاح والسعي نحو الإنجاز وضبط الذات، والالتزام بالواجبات، والأحاساس بالمسؤولية، كما يعكس هذا العامل المثابرة والتنظيم لتحقيق الأهداف ( Zhang, 2006, 1179).

جدول (٦)  
مستويات الأوجه الستة لعامل يقظة الضمير / الضمير الحي

الأوجه الستة لعامل يقظة الضمير	مرن (-C)	متوازن (C)	اهتمام مركز (C+)
الإقتدار والكفاءة	غالباً ما يشعر بعدم الاستعداد	مستعد	كفاء وفعال
النظام	غير منظم ، غير منهجي	شبه منظم	منظم ، أنيق
الالتزام بالواجب	غير مكثرت بالواجبات	يغطي الأولويات	محكوم بضميره
الإنجاز	حاجة قليلة للإنجاز	جاد	مكافح ، طموح
الضبط الذاتي	غير مكثرت	مزيج من العمل واللعب	إنجاز المهام واستكمالها
التبصر	سهو ، عدم تركيز ، تسرع	تفكير جاد	التفكير المتأنى قبل بدء العمل

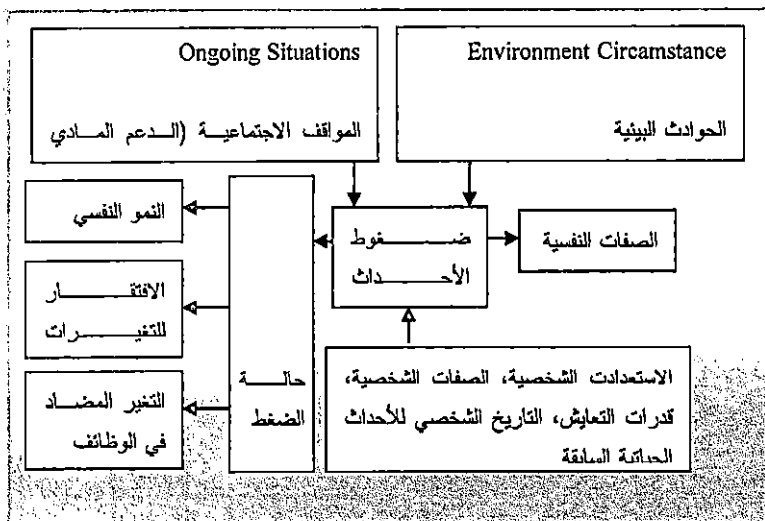
يعد نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية من أوسع نماذج الشخصية انتشاراً، حيث تناولته العديد من الدراسات في مجال علم نفس الشخصية وعلم النفس الاجتماعي وعلم النفس الصناعي والتنظيمي، وعلم النفس الإكلينيكي لدراسة الفروق الفردية (Rosellini & Brownm 2011, 28)، يتصف بالملاءمة ولا يتعارض مع نظريات مقبولة في الوقت الراهن يتضمن نوعاً من التصنيف العلمي قابلاً للتطبيق العملي (فؤاد حامد الموافي، فوقية محمد راضي، ٢٠٠٦، ٣)، ويعتبر نموذج العوامل الخمسة الكبرى نموذجاً شاملاً، يوفر قواعد واسعة لوصف سمات الشخصية، وكذلك تنظيم وتشخيص أمراض الشخصية، حيث أشارت العديد من الدراسات أنه يحتوي تقريباً على كل أبنية الشخصية التي تم تحديدها في نماذج أخرى للشخصية، خصوصاً تلك التي أخذت من مضامين خاصة تعرف كل عامل على حدة (McCrae et al.m 2005, 270).

٢- ضغوط الأحداث الحياتية:

وتعرف الأحداث الحياتية الضاغطة بأنها المواقف التي قد يتعرض لها الفرد خلال حياته، وتسبب له صراعاً أو تنازلاً، وتمثل له تهديداً، وهو شعور نسبي يختلف من فرد لآخر. فالموقف الذي يمثل ضغوطاً لدى الفرد قد لا يكون كذلك بالنسبة لفرد آخر، وقد تكون هذه المواقف (اجتماعية أو أسرية أو دراسية أو شخصية) سواء أكانت واقعية أو متوقعة (نشوة كرم عمار أبو بكر الدردير، ٢٠١٠، ٩). في حين يرى عبد الكريم سعيد المدهون (٢٠٠٩) أن مواقف الحياة الضاغطة هي مجموعة المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة، والتي يتعرض لها الفرد في حياته وتعمل على ضعف قدرته على أحداث الإستجابة المناسبة في المواقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى. (عفاف محمد أحمد جعيص، مصطفى عبدالمحسن الحديبي، ٢٠١٤، ١٧).

وتتكون ضغوط الأحداث الحياتية وفقاً ل Dohrenwend & Dohrenwend (Goldberger & Breznitz, 1993) من ثلاثة مكونات رئيسية هي:

- (١) الدافع لأحداث الحياة: والذي ينشأ من المواقف الشديدة (مثل الزواج، فقد العمل، الطلاق، (٢) المواقف الإجتماعية: وهي التي تنشأ بعد حدوث أحداث الحياة، وهي أكثر تأثيراً بأحداث الحياة، وتشمل شبكة العلاقات الإجتماعية، ويمكن وصفها بأنها الأمور الإجتماعية التي يخلل توازنها بحدوث الحدث، (٣) الإستعدادات الشخصية: وهذه الصفات وتلك الخصائص ربما تؤثر وتتأثر بحدوث أحداث الحياة الضاغطة، (ومنها) القدرة على تقبل النقد، الخبرة السابقة، أحداث حياة رئيسة أخرى، وترتبط الإستعدادات الشخصية بالقدرة على التعايش مع أحداث الحياة والمواقف المتغيرة، ويوضح شكل (١) تلك المكونات (عفاف محمد أحمد جعيص، مصطفى عبدالمحسن الحديبي، ٢٠١٤، ١٨)



شكل (١)

### تصور Dohrenwend&Dohrenwend لمكونات ضغوط الأحداث الحياتية

ويتضح من ذلك أن الأحداث الحياتية تصنف إلى أحداث إيجابية مرغوبة، وأخرى سالبة غير مرغوبة، ويتوقف هذا التصنيف طبقاً لكل حدث من هذه الأحداث على عملية الإدراك . فإدراك الفرد لحدث من الأحداث هو الذي يجعله إيجابياً أم سلبياً، وهذا ما يكسب عملية الإدراك أهمية انتقاء إحدى أساليب تعايش الضغوط الناتجة عن إدراك ضغوط الأحداث الحياتية، كي يستطيع الفرد التعايش في ظل وجود ضغوط هذه الأحداث الإيجابية أو السلبية .

أساليب التعايش مع الضغوط الحياتية:-

إن المستقرئ لأدبيات البحث والجانب التنظيري لإستراتيجيات تعايش الضغوط يتضح له أنه لا يوجد تصور جامع لمصطلح التعايش، حيث تختلف رؤى العلماء والباحثين حول التعريف، لإختلاف وجهات النظر ومدخل الدراسة .

إضافة إلى طبيعة المواقف التي تفسر في ضوءها، كونها عملية أو أسلوب أو إستراتيجية، فهناك من يعدها إحدى عمليات الشخصية أو هي أفكار وسلوكيات أو تصرفات (Folkman&Moskowitz, 2004)، ولذلك أوضح (Hartely & Maclean, 2005) أنه لا يوجد مفهوم أو تعريف جامع مانع لأساليب التعايش (عفاف محمد أحمد جعيس، مصطفى عبد المحسن الحديبي، ٢٠١٤، ٣٨) .

فيعرف Lazarus (2000, 667) إستراتيجيات التعايش بأنها المجهودات التي يبذلها الفرد في تعامله مع الأحداث سواء أكانت هذه المجهودات متركزة حول الإنفعال أو المشكلة . ويضيف (Lazarus, 2006) أن تلك الجهود العرفية أو السلوكية، تهدف إلى التعامل مع الأحداث الضاغطة، بينما يعرف سفيان محمد أبو نجيلة (٢٠٠٩) إستراتيجيات التعايش بأنها تلك الجهود التي يبذلها الفرد للتغلب والسيطرة على الأحداث الضاغطة أو تحملها أو خفضها أو تقبلها . سواء أكانت هذه الجهود نفسية أو سلوكية أو إنفعالية وسواء أكانت إيجابية أو سلبية، وسواء أكانت إقدامية أو إجمامية، وسواء أكانت فعالة أو غير فعالة، وبصرف النظر عما إذا كانت نتائجها جيدة أم غير جيدة .

#### سادساً: الدراسات ذات الصلة

المحور الأول: الدراسات التي تناولت العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات:-  
أجرى صالح (٢٠١١) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين اتخاذ القرار المهني والعوامل الخمس الكبرى للشخصية، تكونت عينة للدراسة من (٢٣٠) طالب وطالبة من المتحقيين بالمدارس الثانوية في سلطنة عمان، لجمع البيانات تم استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس معيار اتخاذ القرار المهني وهما من إعداد الباحثة. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (بقطة الضمير، الإنفتاح على الخبرات، المقبولية، الإنبساطية) وعملية إتخاذ القرار بالنسبة للمستقبل المهني. بينما كانت العلاقة سلبية مع خاصية العصبائية، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق المصاحب لعملية إختيار المستقبل المهني والعصبائية، كما هدفت دراسة (Fayombo ٢٠١٠) إلى التعرف على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمرونة النفسية، تكونت عينة الدراسة من (٣٩٧) فرداً من طلبة المدارس الثانوية في جزر الكاريبي (١٩٢) ذكور و (٢٠٥) إناث. لجمع البيانات استخدم الباحث مقياس عوامل الشخصية الخمس الكبرى من إعداد Goldberg et al. (2006) ومقياس المرونة النفسية من إعداد الباحث، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جميع عوامل الشخصية (بقطة الضمير، المقبولية، الإنفتاح على الخبرات، الإنبساطية) والمرونة النفسية، بينما كانت العلاقة سلبية مع خاصية العصبائية، كما كشفت نتائج الدراسة أن خصائص الشخصية ساهمت بنسبة (٣٢%) من التباين في المرونة النفسية، وقد كانت خاصية بقطة الضمير الأعلى في الدلالة الإحصائية يليها المقبولية، العصبائية، ثم الإنفتاح على الخبرات.

هدفت دراسة السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠) إلى التعرف على طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (٤٠٥) طالب وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق بواقع (١٥٩) طالباً، (٢٩٦) طالبة، واستخدم الباحث مقياس السعادة النفسية إعداد (Spriger, Hansar 2000) قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (Goldberge, 1999) تعريب السيد أبو هاشم (٢٠٠٧)، مقياس المساندة الاجتماعية إعداد (Zemit, canty 1999) تعريب الباحث، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من (الإنبساطية، والإنفتاح على الخبرة، والمقبولية، وبقطة الضمير) والسعادة النفسية، بينما كانت العلاقة سلبية مع العصبائية، كما تبين بأنه يمكن التنبؤ من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بالسعادة النفسية ومكوناتها المختلفة مع اختلاف نسب إسهام كل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما أظهرت الدراسة أن المتغيرات المستقلة (المقبولية والضمير الحي والإنفتاح على الخبرة وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية) تفسر حوالي (٦.٥%) من التباين في درجات المتغير التابع (السعادة النفسية).

واستهدفت دراسة فتون محمد خرنوب (٢٠١٠) معرفة العلاقة بين الذكاء الثقافي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة المعهد العالي للغات في جامعة دمشق، تكونت عينة الدراسة من (٧٤) طالباً وطالبة من طلبة المعهد منهم (٣٩) طالباً من الطلبة السوريين الذين يدرسون اللغة الإنجليزية و (٣٥) من الطلبة الأمريكيين الذين يدرسون اللغة العربية، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥ - ٣٦) عاماً، واستخدمت الباحثة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري (١٩٩٢) Costa & Macre ومقياس الذكاء الثقافي إعداد انج وآخرون (٢٠٠٤) Ang, et al., وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الذكاء الثقافي والطيبة، وعدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الثقافي والعصبائية والإنبساط والإنفتاح على الخبرة لدى عينة الطلاب السوريين، كما دلت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الذكاء الثقافي والإنفتاح على

الخبرة ويقظة الضمير، بينما لم تكن العلاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الثقافي والعصابية والإنبساط والطيبة لدى عينة الطلبة الأمريكيين .

كما هدفت دراسة آمال جوده (٢٠١٠) إلى التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية والرضا عن الحياة، كما هدفت أيضاً التعرف على الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في سمات الشخصية والرضا عن الحياة، تكونت عينة الدراسة من (٢٩٣) معلماً ومعلمة (١٤٤) معلماً، (١٤٩) معلمة، من معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في محافظة غزة، وقد استخدمت الباحثة مقياسين هما مقياس الرضا عن الحياة إعداد دينر وآخرون (Dienes, et al (1985) تعريب الباحثة، مقياس العوامل الخمسة للشخصية إعداد كوستا وماكري (Costa & Macre (١٩٩٢)، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الرضا عن الحياة كان مقبولاً فقد بلغ (٦٤.٢٤%)، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبية ودالة بين العصابية والرضا عن الحياة، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين الانبساطية والمجارة ويقظة الضمير والرضا عن الحياة، كذلك توصلت الدراسة إلى وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة العصابية والمجارة تعزي لصالح الإناث بينما وجدت فروق دالة في الانبساطية لصالح الذكور، كذلك وجود فروق بين متوسطات الذكور والإناث على مقياس الرضا عن الحياة والفروق كانت لصالح الإناث .

وهدف دراسة بشرى إسماعيل أحمد (٢٠٠٩) إلى فحص العلاقة بين أسلوب الحياة وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومفهوم الذات لدى طلبة الجامعة، ومعرفة أي أبعاد مفهوم الذات وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى التي تنبئ دون غيرها بأسلوب الحياة، كما هدفت إلى معرفة مدى الفروق في أسلوب الحياة التي تعزي إلى عوامل الشخصية الخمسة الكبرى ومفهوم الذات، وذلك على عينة مكونة من (٢٠٠) من طلبة جامعة بنها (١٢٥) ذكور (٧٥) إناث، طبق عليهم قائمة العوامل الخمسة الكبرى لجون ودوناو وكينتل (John, Donahue & Kentle (١٩٩١) (ترجمة وتقنين الباحثة) ومقياس مفهوم الذات إعداد ستاك (Stake (١٩٩٤) (ترجمة وتقنين الباحثة) وقائمة أسلوب الحياة إعداد ألين (Allen (٢٠٠٤) (ترجمة وتقنين الباحثة)، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أسلوب الحياة تعزي إلى عوامل الشخصية الخمسة الكبرى وكانت الفروق لصالح مرتفعي الانبساطية والمقبولية ويقظة الضمير والتفتح ومنخفضي العصابية، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على قائمة أسلوب الحياة وبين درجاتهم على عوامل الشخصية الخمسة الكبرى، كما كشفت الدراسة أن يقظة الضمير والانبساطية والتفتح والمقبولية كعوامل للشخصية تنبئ دون غيرها بالدرجة الكلية لإسلوب الحياة بنسبة مساهمة (٥٦.٧%)، (٩%)، (٢.٦%)، (٢%) // (٠.٨%) على التوالي، أما العصابية لم تتنبأ بالدرجة الكلية لإسلوب الحياة لدى أفراد عينة الدراسة .

وأجرى Premuzic et al., (٢٠٠٨) دراسة هدفت إلى تحديد عوامل قلق الامتحان وعلاقتها بكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، التقييم الذاتي والذكاء الفردي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٨٨) فرداً من طلبة الجامعات في كل من الولايات المتحدة الأمريكية وبريطانيا (١٠١) ذكور و (٢٨٧) إناث، لجمع البيانات استخدم الباحثون مقياس قلق الامتحان من إعداد (١٩٨٤) Sarason مقياس العوامل الخمسة للشخصية من إعداد (Costa & McCrae (١٩٩٢) مقياس الذكاء الفردي من إعداد (Furnham (2001) ومقياس التقييم الذاتي من إعداد (Erez, et (٢٠٠٣) ، كشفت نتائج الدراسة أن عوامل الشخصية تعتبر من محددات قلق الامتحان، كما بينت النتائج أن العلاقة بين التقييم الذاتي وقلق الامتحان يمكن عزوها لخصائص الشخصية، وبينت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الفردي وقلق الامتحان .

واستهدفت دراسة (Gutierrez, et al., 2005) التعرف على العلاقة بين أبعاد الشخصية الخمسة الكبرى والسلامة النفسية، تكونت عينة الدراسة من ٢٣٦ ممرض وممرضة يعملون في مستشفيات مختلفة مدريد وأسبانيا لجمع البيانات باستخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية NEO- FFI (النسخة الإسبانية) من إعداد (Costa & McCrae 1٩٩٩)، كشفت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الشخصية (الإنبساطية، العصابية، تحمل المسؤولية) وبين الجوانب النفسية الإنفعالية (الإيجابية والسلبية) والإتزان الإنفعالي، كما وجدت علاقة ارتباطية بين كل من الإنفتاح على الآخرين والقبول الإجتماعي والمشاعر/ الإنفعالات الإيجابية، كما بيئت النتائج وجود علاقة بين كل من الجنس، العمر، الحالة الإجتماعية، السلامة النفسية .

وهدف ت دراسة (Komarraju&Karau 2005) إلى معرفة العلاقة بين عوامل الشخصية الخمسة الكبرى والدافع الأكاديمي، تكونت عينة الدراسة من (١٧٢) طالب وطالبة في المرحلة الجامعية، لجمع البيانات تم استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد ١٩٩٢ Costa & McCrae واختبار الدافع الأكاديمي من إعداد (Moen & Doyle ١٩٩٧) كشفت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين عوامل الشخصية والدافع الأكاديمي بأبعاده المختلفة .

وقام (Bakker, et al 2002) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) فردا يعملون بشكل تطوعي في مجال الإرشاد الصحي للمرضي في السويد، لجمع البيانات تم استخدام مقياس الاحتراق الوظيفي (Maslach Burnout inventory ١٩٩٦)، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد (Hendriks ١٩٩٧) وكشفت نتائج الدراسة أن الإنهاك العاطفي يمكن توقعه من مستوى الإستقرار النفسي، كما أن انقصاص الشخصية يمكن توقعه من خلال مستوى كل من الإستقرار النفسي، الإنبساطية، الإستقلالية، كما أظهرت النتائج أن إنجاز الفرد يمكن توقعه من خلال الإنبساطية والإستقرار النفسي، وبيئت النتائج أن بعض عوامل الشخصية الأساسية أثرت في العلاقة بين الخبرات السالبة والاحتراق الوظيفي، وأجملت النتائج أن عوامل الشخصية يمكن أن تساعد في الوقاية من مخاطر الإحتراق الوظيفي.

وأجرى علي مهدي كاظم (٢٠٠٢) دراسة بعنوان القيم النفسية والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، والتي هدفت إلى معرفة ترتيب العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، وكذلك ترتيب القيم النفسية كما هدفت إلى معرفة العلاقة بين القيم النفسية والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من (٦٣) طالباً وطالبة، استخدم الباحث في دراسته الأدوات التالية قائمة العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية من إعداد كوستا وماكري، تعريب الأنصاري (١٩٩٧) - اختبار البورت وفيرنون ولندزي للقيم (١٩٨٦)، وقد كشفت التحليل العملي للعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية عن الحصول على ثلاثة عوامل ثنائية القطب (يقظة الضمير - الإنبساطية، الطيبة - التفتح، العصابية - الإنبساط) وعاملين أحادي القطب (العصابية - الطيبة)، كما كشفت مصفوفة معاملات الارتباط عن دلالة معامل واحد وهو الارتباط بين القيم الدنيية والعامل الأول (يقظة الضمير - الإنبساط) .  
تعقيب على المحور الأول:

- تناولت معظم الدراسات المتعلقة بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية القائمة التي أعدها كوستا وماكري (١٩٩٢) Costa & MacCre وقد تناولت بعضها القائمة التي أعدها جولدربرج Goldberg .
- أكدت نتائج بعض الدراسات وجود ارتباط بين عامل العصابية من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والرضا عن الحياة مثل: دراسة أمال جودة (٢٠١٠) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين العصابية والرضا عن الحياة، ودراسة السيد محمد أبو هاشم

(٢٠١٠) التي أشارت إلي وجود ارتباط موجب بين كل من الإنبساطية والانفتاح على الخبرة والمقبولية وبقظة الضمير والسعادة النفسية، ودراسة صالح (٢٠١١) التي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق المصاحب لعملية إختيار المستقبل المهني والعصابية .

#### المحور الثاني:

تناولت دراسة عفاف محمد أحمد جعيس، مصطفى عبد المحسن الحديبي (٢٠١٤) التحقق من صحة النموذج المقترح بين متغير إدراك ضغوط الأحداث الحياتية ومتغيرات فعالية الذات المدركة واستراتيجيات التعايش مع الضغوط والإعزاءات السببية الحياتية لدى طلاب الدبلوم العامة في التربية، والتوصل إلي نموذج يحدد الآثار المباشرة وغير المباشرة بين إدراك ضغوط الأحداث الحياتية وتلك المتغيرات وبلغت عينة الدراسة ٤١٠ طالبا وطالبة، طبق عليهم مقياس إدراك ضغوط الأحداث الحياتية للراشدين ومقياس فعالية الذات المدركة للراشدين، ومقياس الإعزاءات السببية الحياتية للراشدين ومقياس استراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية للراشدين، وإعداد الباحثين، أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سببية معنوية في النموذج المقترح، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الإدراك الإيجابي والسلبي لضغوط الأحداث الحياتية.

ويضيف إلي تلك العوامل (lecovich, 2004) أن نوع أسلوب التعايش الذي يتبناه الفرد للتغلب على الأحداث الحياتية يعتمد على كيفية تقديره للحدث وتأثيره الإيجابي والسلبي، ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Gonzales et al., 2001) بأن الأطفال والمراهقين الذين يدركون أن الحدث الضاغط يمكن السيطرة عليه، وأنه قابل للتحكم فيه، فإنهم يختارون استراتيجيات نشطة في محاولة لتعديل الموقف، أو تعديل انفعالاتهم المحيطة بالموقف والمصاحبة له، في حين عندما يدركون الموقف على أنه غير قابل للسيطرة والتحكم فإنهم لا يحاولون تعديله، بل غالبا ما يستخدمون استراتيجية تعايش تعتمد على التثبيت أو التجنب .

في حين تناولت دراسة (McCarthy et al., 2006) بعض المتغيرات الإيجابية والسلبية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة، بهدف التعرف العلاقة بين المتغيرات والشخصية والتي تمثلت في (التفاؤل، فعالية الذات، نجاح المصالح الاجتماعية) وبين أحداث القلق والاكتئاب لدى ٣٨ طالبا جامعا، طبق عليهم مقياس إدارة الذات، ومقياس فعالية الذات، ومقياس التوجه نحو الحياة، مقياس نجاح العلاقات الاجتماعية، ومقياس خبرات أحداث الحياة الإيجابية والسلبية، وقائمة التعايش، وقائمة الاكتئاب، وأشارت الدراسة إلي وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين أساليب التعايش الفعالة للضغوط وأحداث الحياة السلبية، وارتباط إيجابي بين الضغوط والقلق والاكتئاب، وارتباط سلبي للمتغيرات الإيجابية: التفاؤل وفعالية الذات بأحداث الحياة السلبية والضغوط، وأن القلق والاكتئاب وفعالية الذات من أكثر المتغيرات دلالة في التنبؤ بالضغوط الحياتية، ولم يكن هناك تأثير دال لإدارة الذات والأحداث الحياتية الإيجابية والنوع على باقي متغيرات الدراسة .

وهدف دراسة حسين علي فايد (٢٠٠٥) للتعرف على العلاقة بين الأعراض السيكوسوماتية وكل من ضغوط الحياة والضببط المدرك للحالات الذاتية والمساندة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من ٤١٦ رجلاً تتراوح أعمارهم بين ٢٥ - ٥٥ عاماً، طبق عليهم استبيان الأحداث الضاغطة إعداد الباحث، واستبيان المساندة الاجتماعية إعداد (Sarason et al., 1983) تعريب محمد الشناوي، وسامي أبو بيه، ومقياس الضبط المدرك للحالات الذاتية إعداد (Pallant 2000) تعريب الباحث، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط دال موجب بين ضغوط الحياة والأعراض السيكوسوماتية، وسلبياً بالضببط المدرك للحالات الذاتية والمساندة الاجتماعية .

في حين هدفت دراسة (Kardum&Karpic 2003) إلى التعرف على العلاقة بين السمات الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة وأساليب التعايش في مرحلة المراهقة المبكرة، وتكونت العينة من ٢٦٥ مراهقاً أعمارهم بين ١١ - ١٤ عاماً، طبق عليهم مقياس ضغوط الهدف، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة، وأوضحت النتائج التأثير الإيجابي للإنبساط في التعايش مع المشكلات، وأساليب التعايش مع الإنبغال، كما ركز العصافيون على أسلوب التجنب في التعايش مع الضغوط .

وتناولت دراسة زينب عبدالمحسن درويش (٢٠٠١) أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بوجهة الضبط والأعراض السيكيوباتولوجية لدي عينة من طالبات كلية الخدمة الاجتماعية في ضوء المساندة الاجتماعية كعامل وسبط، بهدف فحص العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية من ناحية، وفحص الأثار السلبية للضغوط على الصحة النفسية من ناحية أخرى، وقد طبق استبيان أحداث الحياة الضاغطة، واستبيان المساندة الاجتماعية، وقائمة مراجعة الأعراض، ومقياس وجهة الضبط على عينة من طالبات الجامعة تراوحت أعمارهن بين ١٨ - ٢٢ عاماً، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في التعرض لأحداث الحياة الضاغطة ووجهة الضبط والأعراض السيكيوباتولوجية، ووجود معامل ارتباط دال إحصائياً بين أحداث الحياة الضاغطة وكل من وجهة الضبط والأعراض السيكيوباتولوجية لدي مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية .

وهدف ت دراسة وهف بن علي القحطاني (٢٠٠٠) إلى تعرف أهم العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء العاملين في المدارس الإبتدائية بالرياض، وأبرزت نتائج الدراسة أن العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء العاملين في المدارس الإبتدائية بمدينة الرياض، قد جاءت مرتبة حسب الأهمية على النحو التالي:

- زيادة العبء التدريسي للمعلم .
- نقص إمكانات المدرسة وتجهيزاتها .
- زيادة كثافة الطلاب في الفصول الدراسية .
- العلاقات الإنسانية السلبية داخل المجتمع الدراسي .
- وأخيراً ... النمط الإداري لمدير المدرسة غير الديمقراطي .

تعقيب على الدراسات ذات الصلة:

إن المستقرئ للدراسات ذات الصلة يتضح له مدى إفادتها في صياغة أهداف الدراسة الحالية، وبناء أدواتها، وصياغة فروضها، وذلك كما يلي:

- أفادت الدراسة الحالية من تنوع أهداف الدراسات ذات الصلة ، إلى التعرف على العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئات لأساليب التعايش مع ضغوط الأحداث الحياتية لدى الطلاب معلمي علم النفس، حيث سعت الدراسات ذات الصلة إلى كشف العلاقة بين المتغيرات الشخصية وبين أحداث الحياة الضاغطة ( McCarthyetal,2006 ) ، وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بوجهة الضبط والأعراض السيكيوباتولوجية ( زينب عبد المحسن درويش، ٢٠٠١ ) ، الأعراض السيكوسوماتية وضغوط الحياة والضببط المدرك للحالات الذاتية والمساندة الاجتماعية ( حسين علي فايد ، ٢٠٠٥ ) ، والسمات الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة وأساليب التعايش في مرحلة المراهقة المبكرة ( Kardum & karpic, 2003 )، ولذلك سعت الدراسة الحالية للتعرف على القدرة لتنمية السمات الشخصية في مواجهة التعايش من الضغوط الحياتية اليومية .
- تباينت الأدوات المستخدمة في الدراسات ذات الصلة ما بين الاستبيان والاختبارات والمقاييس، ودعمت أدوات تلك الدراسات الباحثه في اختيار مقاييس وأدوات دراسه الحاليه للتعرف على مدى



العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بآساليب التعايش مع أحداث الحياه اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمى علم النفس بكلية التربية بأسبوط  
ا/ سعدية نور الدين حجازي

إسهام العوامل الخمس الكبرى كمنبئ بآساليب التعايش مع أحداث الحياه اليومية الضاغطة للطلاب  
معلمى علم النفس.

• تفرد الدراسة الحالية بالإضافة إلى ذلك محاولتها معرفة مدى إسهام بعض عوامل الشخصية المتمثلة فى الإنبساطيه،العصابيه،المقبولييه،يقظة الضمير،الإنفتاح على الخبره فى ادراك أساليب التعايش مع أحداث الحياه اليوميه الضاغطة لطلاب معلمى علم النفس ، طبقاً لبعض المتغيرات الديموجرافية التي أغفلت الدراسات ذات الصلة تأثيرها كمنطقة السكن ( الريف ،الحضر ) ، والحالة الاجتماعيه ( متزوج ، أعزب )، حيث ركزت أغلب الدراسات ذات الصلة على النوع ( ذكور ، إناث ) ، فى إدراك الضغوط النفسيه.

• تباينت أهداف الدراسات السابقه التي تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصيه باختلاف المتغيرات التي تناولتها الدراسة، حيث هدفت دراسة أمال جودة (٢٠١٠) إلى التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية والرضا عن الحياه، وهدفت دراسة بشرى إسماعيل أحمد (٢٠٠٩) إلى فحص العلاقة بين أسلوب الحياه وكل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصيه، بينما هدفت دراسة بريميزيك (٢٠٠٨) إلى كشف علاقة سمات الشخصية بقلق الإمتحان .

• جميع الدراسات التي تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصيه، تناولت فى منهجيتها المنهج الوصفي التحليلي .

• معظم الدراسات التي تناولت العوامل الخمسة الكبرى للشخصيه أجريت على طلبة الجامعات مثل: صالح (٢٠١١)، السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠)، فتون محمد خرنوب (٢٠١٠)، بشرى إسماعيل أحمد (٢٠٠٩)، Premuzic et al., (2008)

سابعاً : إجراءات الدراسة

#### ١- منهج الدراسة :

استخدمت الباحثة فى الدراسة الحالية المنهج الوصفي ؛ لإيجاد العلاقة التنبؤيه بين متغيرات الدراسة ، والفروق التي تعزى للنوع ( ذكور، إناث ) ، والفرقة الدراسيه فى إدراك أساليب التعايش مع أحداث الحياه اليوميه الضاغطة ، وقدرة متغيرات الدراسة المتمثلة فى : العوامل الخمس الكبرى للشخصيه ، وأساليب التعايش مع أحداث الحياه الضاغطة، وتمثلت هذه فى الفروض الارتباطيه والفرقة للدراسة الحالية .

#### ٢- المشاركون بالدراسة :

##### أ- أفراد الدراسة الاستطلاعيه :

اختارت الباحثة عدداً من طلاب كلية التربية قسم علم النفس ليمثلوا أفراد الدراسة الاستطلاعيه ؛ بهدف التحقق من كفاءة أدوات الدراسة السيكومترية ، وقد اشتملت هذه العينة على ١٠٠ طالباً وطالبة ؛ وذلك لتمثل المتغيرات الدراسة الديموجرافية المتمثلة فى : النوع ، والفرقة الدراسيه ، ويوضح جدول (٢) الخصائص الديموجرافية لأفراد الدراسة الاستطلاعيه

#### جدول (٧)

الخصائص الديموجرافية لأفراد الدراسة الاستطلاعيه ( ن = ٤٥ )

م	الفرقة الدراسيه	ذكور	إناث	إجمالي العينة
	الثالثة	١٠	١٠	٢٠
	الرابعة	١٥	١٠	٢٥
	إجمالي عدد المشاركين	٢٥	٢٠	٤٥

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط /السعدية نور الدين حجازي

#### أفراد الدراسة الأساسية :

بعد التحقق من كفاءة أدوات الدراسة السيكمترية : مقياس إستراتيجيات تعايش الضغوط  
الحياتية للراشدين إعداد عفاف محمد أحمد جعيص، ومصطفى عبد المحسن الحديبي ( ٢٠١٤ )  
، ومقياس الخمس الكبرى المختصرة إعداد ( 2007 ) Rammsted&John قامت الباحثة بتطبيقها  
على أفراد العينة الأساسية ، والتي قوامها ٢٠٠ طالباً وطالبة بكلية التربية قسم علم النفس ، بعد استبعاد  
حالات عدم الجدية في الأداء على المقاييس ، ويوضح جدول (٣) خصائص أفراد الدراسة الأساسية .

#### جدول (٨)

الخصائص الديموجرافية لأفراد الدراسة الأساسية ( ن = ٢٠٠ )

م	الفرقة الدراسية	ذكور	إناث	إجمالي العينة
	الثالثة	٣٠	٤٠	٧٠
	الرابعة	٧٥	٥٥	١٣٠
	إجمالي عدد المشاركين	١٠٥	٩٥	٢٠٠

#### أدوات الدراسة

#### (١) قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية المختصرة:

تعد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية المختصرة إعداد Rammsted&John  
(2007) ترجمة الباحثة ( ) قائمة للتقرير الذاتي لقياس السمات الخمس الكبرى للشخصية : المقبولية ،  
والضمير الحي ، والإنبساطية ، والعصابية ، والإنفتاح على الخبرة ، وتتكون القائمة من ١٠ عبارات  
براقع عبارتين لكل عامل ، يجيب عنها الأفراد في ضوء مقياس خماسي التدرج : بالتأكيد لا تصفى ،  
لا تصفى قليلاً ، غير متأكد ، تصفى قليلاً ، بالتأكيد تصفى ، وتعطى الدرجات ( ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ )  
في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة .  
كفاءة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

#### (١) الصدق Validity :

تم التأكد من صدق قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية بعد تطبيق القائمة على العينة  
الإستطلاعية من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة العامل الذي تنتمي إليه  
هذه العبارة ، ويوضح جدول (١٢) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة العامل الذي تنتمي  
إليه .

#### جدول (٩)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات قائمة العوامل  
ودرجة العامل الذي تنتمي إليه هذه العبارة ( ن = ٤٥ )

المقبولية		الضمير الحي		الإنبساطية		العصابية		الإنفتاح على الخبرة	
معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة
**٠٦١	٣	**٠٧١	١	**٠٧٦	٤	**٠٤٩	٥	**٠٧١	٥
**٠٨٦	٨	**٠٤٢	٦	**٠٧٧	٩	**٠٦٢	١	**٠٦٧	١

\*\* دال عند مستوى ٠.٠١

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبىء بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمى علم النفس بكلية التربية بأسبوط  
/ سعديّة نور الدين حجازي

## (٢) الثبات Reliability :

تم التأكد من ثبات قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية بعد تطبيق القائمة على العينة  
الإستطلاعية من خلال حساب معاملات ألفا كرونباك وإعادة التطبيق ، ويوضح جدول  
(١٣) معامل الثبات لقائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية .

### جدول (١٠)

معاملات الثبات لقائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية المختصرة

يستخدم ألفا كرونباك وإعادة التطبيق (ن = ١٠٠)

م	معامل الثبات	العوامل الخمس الكبرى للشخصية			
		المقبولية	الضعير الحي	الانبساطية	العصابية
١	معامل ألفا كرونباك	.٧٨	.٧٤	.٨١	.٦٤
٢	إعادة التطبيق	.٧٢	.٦٨	.٧٤	.٥٨
	الاتفتاح على الخبرة				.٧٥
					.٦٧

\*\* دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (١١) ارتفاع قيم معامل ثبات قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية المختصرة  
وعواملها الخمس بطريقة ألفا كرونباك وإعادة تطبيق الإختبار، مما يشير إلي تمتع القائمة ككل  
وعواملها بدلالات ونسب ثابتة.

مقياس إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية للراشدين:-

(١) خطوات إعداد المقياس:-

أعد هذا المقياس عفاف محمد أحمد جعيس، مصطفى عبد المحسن الحديبي (٢٠١٤) لقياس  
إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية للراشدين، للأسباب التالية: أولها: ندرة مقاييس إستراتيجيات  
التعايش مع الضغوط الحياتية بصفة عامة، وليس إستراتيجيات التعايش مع الضغوط الحياتية وأبعاده في  
ضوء إدراك الضغوط الناتجة عن بعض الأحداث الحياتية لدى المعلمين والمعلمات .

ولذلك فمن دواعي بناء المقياس أن يعتمد في بناءه على عوامل ترتبط بطبيعة ضغوط الأحداث  
الحياتية، وخاصة بما يتناسب وطبيعة أفراد الدراسة، حيث تتمثل عدد عبارات مقياس إستراتيجيات  
الضغوط الحياتية للراشدين في (٤١) عبارة لها ثلاثة بدائل (تطبق تماماً - تنطبق إلي حد ما - لا  
تنطبق على الإطلاق) على أن تكون درجات كل فقرة على الترتيب (٣- ٢- ١) للعبارات .

(٢) كفاءة مقياس إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية للراشدين:

الصدق Validity:-

أعتمد الباحثان في حساب معامل الصدق على الصدق العامل factorial validity الذي  
أسفر عنه بصدد أربع عوامل للقياس وهي: (إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية التجنبية -  
إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية الهروبية - إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية المتمركزة علي  
حل المشكلة - إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية المتمركزة على التنقيص الأنفعالي) .

## الثبات Reliability:

تم التأكد من ثبات مقياس إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية بعد تطبيق المقياس على العينة  
الإستطلاعية من خلال حساب معاملات ألفا كرونباك وإعادة التطبيق.

نتائج الدراسة وتفسيرها :

١- نتائج الفرض الأول وتفسيرها :

ينص الفرض الأول على أنه :

"لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب معلمى علم النفس بكلية التربية  
على قائمة العوامل الخمس الكبرى المختصرة تعزى للنوع ومنطقة السكن والتفاعل بينهم"

المجلة العلمية بكلية التربية بالوادي الجديد، ٢٢ العدد الحادي والعشرون - الجزء الثاني - فبراير ٢٠١٦

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئ بآساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمى علم النفس بكلية التربية بسيوط  
/ / سعديّة نور الدين حجازي

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب تحليل التباين المتعدد في تعميم عامل (٢) بين المتغيرات الديموجرافية، النوع (ذكور/ إناث) ومنطقة السكن (ريف/ حضر) على قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية المختصرة لمعرفة مدى الفرق بينهم في عوامل الشخص الكبرى طبقاً لهذه المتغيرات، ويوضح جدول ( ١١ ) نتائج تحليل التباين .

جدول (١١)  
تحليل التباين بين المتغيرات الديموجرافية للدراسة  
على قائمة العوامل الشخصية الكبرى المختصرة (ن = ٢٠٠)

المتغير المستقل	المتغير التابع	مجموع الدرجات	درجات الحرية	متوسط الدرجات	مجموع قيمة ف
النوع (ذكور / إناث)	المقبولية	١٣٧	١	١٣٧	NS .٤٥
	الضمير الحي	٣.٧٧	١	٣.٧٧	NS ١.٣٥
	الأنبساطية	٠.٤٨	١	٠.٤٨	NS .١٦
	العصابية	٤.٢٤	١	٤.٢٤	NS ١.٣٩
	الانفتاح على الخبرة	٣.٥٠	١	٣.٥٠	NS .٨٤
المنطقة السكنية (ريف/ حضر)	المقبولية	٥٦.٦١	٢	٢٨.٣١	** ٩.٢٩
	الضمير الحي	٢.٨٤	٢	١.٢٤	NS .٥٨
	الأنبساطية	٠.٧٤	٢	٠.٣٧	NS .٠٩
	العصابية	١٦.٣٠	٢	٨.١٥	NS ٢.٦٩
	الانفتاح على الخبرة	١٠.١٥	٢	٥.٠٧	NS ١.٢٢
النوع * منطقة السكن	المقبولية	١.٤٩	١	١.٤٩	NS .٤٩
	الضمير الحي	٢.٢٧	١	٢.٢٧	NS .٩٢
	الأنبساطية	٢.٤٧	١	٢.٤٧	NS .٥٩
	العصابية	٤.١٦	١	٤.١٦	NS ١.٣٧
	الانفتاح على الخبرة	٣.٧٦	١	٣.٧٦	NS .٩٠

\*\* دال عند مستوى ٠.١ و ٠.٠٥  
NS غير دال إحصائياً .

يتضح من جدول ( ١١ ) وجود فرق دال إحصائياً على عامل المقبولية طبقاً لمنطقة السكن (ريف/ حضر) ولتحديد هذا الفرق قامت الباحثة بحساب قيمة (ت) بين متوسطي درجات طلاب معلمى علم النفس على ذلك البعد، ويوضح جدول (١٢) دلالتها الإحصائية .

جدول (١٢)  
دلالة الفرق بين متوسطي درجات أو الفئة الأساسية طبقاً لمنطقة السكن  
(ريف/ حضر) على عامل المقبولية (ن = ٢٠٠)

قيمة ت	الحضر (ن = ٧٧)		الريف (ن = ١٢٣)		البعد
	م	ع	م	ع	
** ٤.٤٥	١.٦٥	٥.٦٣	١.٩١	٦.٩٣	المقبولية

\* دال عند مستوي دلالة ٠.١  
الفرض الثاني:-

"توجد قدرة تنبؤية إحصائياً للطلاب معلمى علم النفس على مقياس إستراتيجيات مقياس

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبؤ في أساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط /السعيدة نور الدين حجازي

الضغوط الحياتية من قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية المختصرة".  
للتحقق في صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب تحليل الإنحدار البسيط لمعرفة مدى تأثير  
العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على إستراتيجيات التعايش مع الضغوط الحياتية بهدف تحديد  
العوامل الشخصية التي يمكن من خلالها التنبؤ بإستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية لطلاب معلمي  
علم النفس .  
ويوضح جدول ( ١٣ ) نموذج الإنحدار الخطي البسيط بين عوامل الخمس الكبرى للشخصية  
وإستراتيجيات التعايش مع الضغوط الحياتية اليومية .

رقم	سمات الشخصية	المتغيرات التنبؤية	معدل الإنحدار	الخطأ القياس	قيمة ت	معامل الدلالة	معامل التحديد	قيمة ف الإنحدار
١	المقبولية	الثابت	٦.٩٥	١.٣٨	٥.٠٤	٠.١	٠.٠٤	* ١.٤٥
		إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية التجنبية	٠.٧	٠.٠٤	١.٩٦	٠.٥		
٢	الضمير الحي	الثابت	٦.٨١	١.١٤	٥.٩٨	٠.١	٠.٣	* ١.٥٤
		إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية الهروبية	٠.٩	٠.٠٤	٢.٣١	٠.١		
٣	العصابية	الثابت	٤.٨٤	١.٢٦	٣.٨٣	٠.١	٠.٥	* ١.٧٨
		إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية الهروبية	١.٠	٠.٥	٢.٢٨	٠.٥		

يتضح من جدول ( ١٣ ) أن معامل التحديد للمقبولية =  $0.04$  ، وقيمة ف للنموذج  $1.45$  وهي دالة عند مستوى  $0.05$  ، وبذلك فإن إستراتيجيات الضغوط الحياتية التجنبية يفسر  $0.04$  من التنبؤ بالمقبولية .  
وأن معامل التحديد للضمير الحي =  $0.03$  ، وقيمة ف للنموذج  $1.54$  وهي دالة عند مستوى دلالة  $0.01$  ، وبذلك فإن إستراتيجيات التعايش الضغوط الحياتية الهروبية يفسر  $0.03$  من التنبؤ بالضمير الحي .  
وأن معامل التحديد للعصابية =  $0.05$  ، وقيمة ف للنموذج  $1.78$  وهي دالة عند مستوى  $0.05$  ، وبذلك فإن إستراتيجيات تعايش الضغوط الحياتية الهروبية يفسر  $0.05$  من التنبؤ بالعصابية .

العوامل الخمس الكبرى للشخصية كمنبئء بأساليب التعايش مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى الطلاب  
معلمي علم النفس بكلية التربية بأسبوط /أ/ سعدية نور الدين حجازي

#### قائمة المراجع

- أحمد فاروق محمد صالح . (٢٠٠٩) . *أثر المتغيرات الشخصية والتنظيمية في ضغط العمل*  
البيومي لدى المهنيين دراسة مطبقة على قطاع الرعاية الصحية . المؤتمر العلمي العشرون .  
كلية الخدمة الاجتماعية . جامعة الفيوم
- أحمد محمود جبر . (٢٠١٢) . *العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل*  
لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة . رسالة ماجستير . كلية التربية .  
جامعة الأزهر . غزة
- إسماعيل طه ، الطاف ياسين . (٢٠٠٦) . *الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى اساتذة*  
*الجامعة* . مجلة البحوث التربوية والنفسية . (١٢) . ١- ٢٤ .  
السيد محمد أبوهاشم .
- (٢٠٠٧) . *المكونات الأساسية للشخصية في نموذج كلامن كاتل و أيزنك وجولدبيرج لدى*  
*طلاب الجامعة* : دراسة عملية . مجلة كلية التربية بينها . جامعة الزقازيق . ١٧ (٧٠) .  
السيد محمد أبوهاشم . (٢٠١٠) . *النموذج البنائي للعلاقات*  
*بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية*  
لدى طلاب الجامعة . مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق . (٨١) . ٢٦٩-٣٥٠ .
- أمال عبد القادر جوده . (٢٠٠٤) . *أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة*  
*وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى* . المؤتمر الدولي  
الأول "التربية في فلسطين وتحديات العصر" . كلية التربية . الجامعة الإسلامية . غزة . ٢٣ -  
٢٤ نوفمبر . ٦٦٧ - ٦٩٦ .  
أمال عبد القادر جوده . (٢٠١٠) . *سمات الشخصية وعلاقتها بالمرض عن الحياة لدى معلمي*  
*المرحلة الأساسية الدنيا في محافظة غزة* . رسالة التربية وعلم النفس . الجمعية السعودية  
للعلوم التربوية والنفسية . (٣٤) . ٤٣ .
- بشرى إسماعيل أحمد . *العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومفهوم الذات كمنبئات بأسلوب الحياة*  
لدى طلاب الجامعة . مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية . (٢٠) . ١٧٣ - ٢٤٥
- ثائر غباري ،  
يوسف أبو شندي ، خالد أبو شعيرة ونادر جرادات . (٢٠١٢) . *أنماط الغزو السببي للنجاح*  
*والفشل لدى الطلبة الجامعيين في ضوء متغيري الجنس وحرية اختيار التخصص* ، مجلة  
جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات ، ٢٦ (٢) ، كانون الثاني ، ١٨٩ - ٢١٦ .
- حسين علي فايد . (٢٠٠٥) . *ضغوط الحياة والضغط المدرك للحالات الذاتية والمساندة*  
*الاجتماعية كمنبئات بالأعراض السيكوسوماتية لدى عينة غير إكلينيكية* ، دراسات نفسية ، ١٥ (١)  
، ٥٣ - ٥٠ .
- خليل حجاج . (٢٠٠٧) . *تأثير ضغط العمل على كل من الانتماء والرضا الوظيفي للمرضين*  
*العاملين بمستشفى الشفاء بغزة* . مجلة جامعة الأزهر . غزة . ١٩ (٢٢) . ٩٥-١١٨ .

- ربحي عليان ، ومحمد خير أبو زايد . (٢٠٠٢) . ضغوط العمل لدى العاملين في المكتبات  
الجامعية الحكومية والخاصة في الأردن، مجلة العلوم التربوية . عمادة البحث العلمي الجامعة  
الأردنية ، ٢٩ (٢) ، ٣٣٤ - ٣٩٢ .
- زينب عبد المحسن درويش . (٢٠٠١) . أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بوجهة الضبط  
والأعراض السيكوباتولوجية لدى عينة من طالبات كلية الخدمة الاجتماعية في ضوء  
المساعدة الاجتماعية كعامل وسيط . مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية . ١٢ ( ٣ ) . .  
١٦٣ - ١١٥ .
- سفيان محمد أبو نجيله . (٢٠٠٩) . الصحة النفسية وقضايا المجتمع . غزة : مركز البحوث  
الإنسانية والتنمية الاجتماعية
- سوسن شاكر مجيد . (٢٠٠٨) . اضطرابات الشخصية : أنماطها - قياسها . دار صفاء  
للنشر والتوزيع . عمان
- صالح أبو حطب . (٢٠٠٦) . الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة  
ال فلسطينية في محافظة غزة . مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي . تصدر عن شبكة  
التربية العربية ، ١٢ ( ٢١ - ٢٢ ) ، ١٤٠ - ١٨٧ .
- عبد الله هيلة السليم . (٢٠٠٦) . العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بالتفاضل  
والتشاؤم لدى طلبة جامعة الملك سعود . رسالة ماجستير . جامعة الملك سعود .  
السعودية . عبد
- لرحمن العيسوي . (٢٠٠٢) . سيكولوجية الشخصية . منشأة المعارف . الإسكندرية .
- عفاف محمد جعيس ، مصطفى عبد المحسن الحديبي . (٢٠١٤) . نمذجة العلاقة السببية بين إدراك  
ضغوط الأحداث الحياتية وفعالية الذات المدركة واستراتيجيات التعايش مع الضغوط والإعزات  
السببية لدى الطلاب الدبلم العامه في التربية بكلية التربية بأسبوط . مجلة الدراسات التربوية  
والنفسية . جامعة السلطان قابوس . ٨ (٣) . ٢٠٥ - ٥٢٧ .
- علي مهدي كاظم . (٢٠٠٢) . القيم النفسية والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية . مجلة  
العلوم التربوية والنفسية . ٣ (٢) . ليبيا .
- عبد لكريم سعيد  
المدهون . (٢٠٠٩) . فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى الرضا  
عن الحياة لدى طلبة جامعة فلسطين بغزة . مجلة العلوم التربوية . معهد الدراسات التربوية  
جامعة القاهرة . ١٧ ( ٢ ) . ٢٥١ - ٢٩٦ فتون محمد خرنوب . (٢٠١٠) . الذكاء الثقافي وعلاقته  
بالعوامل الخمس الكبرى في الشخصية دراسة ميدانية لدى طلبة المعهد العالي للغات في  
جامعة دمشق . المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس . رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية .  
٩٥٩-٩٩٣ . فؤاد حامد الموافي ، فوقية محمد راضي . (٢٠٠٦) . الخصائص  
السيكومترية لاستبيان الخمسة الكبرى للأطفال . المجلة المصرية للدراسات النفسية .  
الجمعية المصرية للدراسات النفسية . ١ (٥٣) . ١٦-٢٥
- مدوح الكنتاني وآخرون . (٢٠٠٢) . المدخل إلى علم النفس . ط٢ . مكتبة الفلاح  
للنشر والتوزيع . الكويت

نسرين مصطفى فهم . (٢٠٠٨) . إستراتيجيات مواجهة المشكلات وعلاقتها بالتوافق لدى  
التلاميذ المعاقين سمعياً بمدينة أسبوط . رسالة ماجستير . كلية التربية . جامعة أسبوط نشوة كرم عمار  
أبو بكر دردير . (٢٠١٠) . فاعلية برنامج إرشادي عقلاي انفعالي في تنمية أساليب مواجهة  
الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة . رسالة دكتوراه . معهد الدراسات  
التربوية . جامعة القاهرة .  
وهف بن علي القحطاني . (٢٠١٠) . العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء المعلمين في  
المدراس الابتدائية بمدينة الرياض . رسالة ماجستير . كلية التربية . جامعة الملك سعود .  
يوسف حمه صالح مصطفى . (٢٠٠٥) . السمات الخمس الكبرى في الشخصية لدى  
تدريسي الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات . مجلة العلوم النفسية . (٩) . الجامعة المستنصرية .  
بغداد

- Bakker , A . & Derzee , K . & Lewig , K . (2002). The Relationship  
Between the Big Five Personality Factors and Burnout: A  
study Among volunteer Counselors . **The Journal of Social  
Psychology** . 135(5) , 1 – 20
- Bruck , C . S . & Allen D.T. (2003). The Relationship Between Big Five  
Personality Traits , Negative Affectivity , Type A Behavior ,  
and Work–Family Conflict. **Journal of Vocational Behavior** .  
63 , 457 – 472 .
- David , K . (2000) . **For the love of life** , Tikkun , 15 (1) , Database :  
Academic Search Premier .
- De Raad , B . (2000) . **The Big Five Personality Factor : The  
Psycholexical Approach to Personality** . Toronto :  
Hogrefe  
and Huber Publishers .
- Fayombo , G . (2010) . The relationship between personality traits  
And xpsychological resilience among the Caribbean  
Adolescents . **International Journal of Psychological  
Studies** . 2(2) , 105 – 116 .
- Folkman , S & Moskowitz , J . (2004) . Coping Pitfalls and Promise .  
**Annual Review Psychology** . 55 .745 – 774 .
- Gafvels , C. & Wandell , P. (2006) . Coping strategies in men and women  
with type 2s diabetes in swedish primary care , **Diabetes  
Research and Clinical Practice** . 71. 280-289.
- Goldberger , L & Breznitz , S . (1993) . **The Handbook of Stress** , New  
York : Free Press .



- Gonzales , N ; Tein , J ; Sandler , I & Ftiedman , R . (2001) . On the Limits of coping : Interaction between Stress and Coping for inner-city adolescents , **Journal of Adolescent Research**. 16. 372 – 395 .
- Gosling , S. & Rentfrow , P. & Jr , W . (2003). A very Brief Measure of The Big - Five Personality Domains . **Journal of Research in Personality** . 37 , 504 - 528
- Gutierrez , J . et al . (2005) . Personality and subjective well-being: Big five correlates and demographic variables . **Personality and Individual Differences**.38,1561–1569.
- Haines , J & Williams , C . (2003) . Coping and problem solving of self - mutilators , **Journal of clinical psychology**. 59(10). 1097-1106.
- Hartley, S & Maclean ,W. (2005). Perceptions of stress and coping strategies among adults with mild mental retardation.Insight into psychological distress , **American Journal of mental retardation** . 110 (4). 285-297.
- Kardum , I & Karpic , N . (2003) . Personality Traits , Stressful Life Events and Coping Styles in Early Adolescence ,**Personality and Individual Differences** . 30 (3) .Feb . 503-515 .
- Komaraju , M . & Karau , S . (2005) . The Relationship Between the Big Five Personality Traits and Academic Motivation **Personality and Individual Differences**. 39(3).557– 567
- Lazarus , R . (2006) . **Stress and emotion : Anew Synthesis** , New York : Springer .
- Lecovich , E . et al . (2004) . Social support networks and loneliness among Jews in Russia and Ukraine . **Journal of Marriage and Family**. 66( 2) . 306- 315.
- Linden , D . & Nijenhuis , J . & Bakker , A . (2010) . The General Factor Of Personality : A meta analysis of Big Five Inter - correlations and a criterionrelated validity study . **Journal of Research in Personality**. 44, 315-327.
- Marjorie , G . (2000) . Stressors and coping Strategies in community College Students , **Ed 447872** .

- Mc Carthy , C ; Fouledi , R ; Juncker , B & Matheny , K . (2006) . Psychological Resources as Stress Buffers their Relationship to university Students anxiety and depression , **Journal of College Counselling** , 9 99 – 112 .
- McCrae , R . R . et al . (2005). A Step Toward DSM-V: Cataloguing Personality - Related Problems in Living . **European Journal of Personality**. 19, 269–286
- Olaekan , M . (2004) . **Stress Management Strategies of Secondary School Principals in Nigeria** . Educational Research.46 (2) 105 – 207 .
- Premuzic , T . C . & Ahmetoglu , G . & Furnham , A . (2008) . Little more than personality: Dispositional determinants of test anxiety ( The big five , core self – evaluations , and self-assessed intelligence ) . **Learning and Individual Differences**. 18, 258 – 263.
- Robotham , S . (2008) . Stress among higher education Students : Towards aresearch agenda , **higher education** , 56(6) , 735 – 746 .
- Rosellini , A . & Brown , T . (2011).The NEO Five-Factor Inventory: Latent Structure and Relationships with Dimensions of Anxiety and Depressive Disorders in Large Clinical Sample . **Assessment** . 18(1) , 27 – 38.
- Rothmann , L . T . B . Jackson , M . M . Kruger , (2003) . Burnout and job stress in a local government:the moderating effect of sense of coherence , **SA Journal of Industrial Psychology** , 200 , 29 (4) , 52-60, **SA Tydskrif vir Bedryfsielkunde**. South Africa
- Salleh , A . (2011) . Career decision-making constructs and five-Factor model in adolescents . **World Applied Science Journal**. 14, 34 – 39.
- Saucier , G . (2002) . Orthogonal Marker For Orthogonal Factor : The Case of the Big Five , **Journal of Research in Personality**. 36, 1-31.Schwarzer , R . (1999). self-regulatory Processes in the adoption and maintenance of health behaviours .The role of optimism, goals, and threats , **Journal**

*of Health psychology*, 4 , 115 – 127.

- Wasteson , E ; Glimelias, B ; Sjoden , P & Nordin, K. (2006). Comparison of a questionnaire commonly used for measuring coping with a daily-basis prospective coping , *Journal of psychosomatic research* , 61 , 813 - 820.
- Zhang ; L . (2006) . Thinking Styles and the Big Five Personality Traits Revisited . *Personality and Individual Differences*. 40, 1177–1187