



جامعة المنصورة
كلية التربية



**”علاقة التروي والاندفاع بأساليب مواجهة الضغوط
لدى عينة من طلاب المدارس الثانوية بمكة المكرمة”**

إعداد

الباحث/ تركي حميدان الصاعدي

باحث دكتوراه

كلية التربية – جامعة أم القرى

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١١٦ – أكتوبر ٢٠٢١

"علاقة التروي والاندفاع بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من طلاب المدارس الثانوية بمكة المكرمة"

الباحث / تركي حميدان الصاعدي

مستخلص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى تحديد أساليب مواجهة الضغوط الأكثر والأقل شيوعاً لدى كل من المتروين والمندفعين ، وإلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأسلوب المعرفي (التروي والاندفاع) اليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المدارس الثانوية بمكة المكرمة ، وكذلك الكشف عن الفروق في أساليب المواجهة لدى كل منهم تبعاً للمتغيرات (التخصص، مستوى دخل الأسرة) . وتكونت عينة الدراسة من (٢٧٠) طالباً من طلاب الصف الثالث الثانوي بمدارس منطقة مكة المكرمة.

واستخدم الباحث لدراسته المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج الوصفي المقارن ، كما استخدم أداتين هما مقياس تزاوج الأشكال المؤلف للفرماوي (١٩٨٥) لقياس الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) ، و مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعداد عبدالله (٢٠٠٢) وتعديل الهالسي (٢٠٠٩) لقياس أساليب مواجهة الضغوط . وذلك بعد أن تحقق للأداتين خصائص الصدق والثبات اللازمة.

وقد أسفرت الدراسة عن مجموعة من النتائج من أبرزها أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى الطلاب المتروين هي (الالتجاء إلى الله، التحليل المنطقي، المواجهة وتأكيد الذات، البحث عن المعلومات ، التركيز على الحل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، الدعابة)، ومعظمها أساليب مواجهة إقدامية (أيجابية) لمواجهة الضغوط، أما أساليب المواجهة الأقل شيوعاً لديهم فهي (البحث عن إثباتات بديلة، تقبل الأمر لواقع، الانعزال، الاسترخاء والانفصال الذهني، الإنكار، الاستسلام، أحلام اليقظة، التنفيس الانفعالي)، وجميعها أساليب مواجهة احجامية (سلبية) لمواجهة الضغوط . في المقابل فإن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى الطلاب المندفعين (تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، المواجهة وتأكيد الذات، البحث بديلة، الالتجاء إلى الله، الدعابة، ضبط الذات، التحليل المنطقي ، التركيز على الحل)،

وجميعها أساليب مواجهة إقدامية (أيجابية) لمواجهة الضغوط. بينما أساليب المواجهة الأقل شيوعاً لديهم فهي (لدعابة، الانعزال، لوم الذات، أحلام اليقظة، الاسترخاء والانفصال الذهني تقبل الأمر لواقع، الاستسلام، الإنكار، التنفيس الانفعالي)، وجميعها أساليب مواجهة احجامية (سلبية) لمواجهة الضغوط . كما كشفت الدراسة عن عدم وجود علاقة ارتباط بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع/ والتروي) في ضوء زمن الاستجابة وعدد الأخطاء لغالبية أساليب مواجهة الضغوط ، بينما وجدت علاقة في بعض الأساليب ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لدى المتروين

والمندفعين في بعض متوسطات بعض أساليب مواجهة الضغوط تعود لبعض الخصائص الديموغرافية (التخصص — مستوى الدخل) لأفراد عينة الدراسة. وعلى ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة أوصى الباحث ببحث التربويين والمهتمين إلى محاولة التنبه للأساليب والاستراتيجيات التي يتخذها الطلاب والأبناء عند مواجهتهم للضغوط، وربط المنهج بمواقف تعليمية تسمح بإظهار الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع) للطلاب حتى يتمكن المعلم من تقديم المادة بشكل يتناسب مع الفروق في الأساليب المعرفية للطلاب. ويوصي أيضا بمحاولة تحسين وتطوير بعض أساليب المواجهة السلبية في مواجهة الضغوط، ولدى المندفعين خصوصا. كما يوصي عة الطلاب المهينين لاتخاذ أساليب مواجهة سلبية مثل الانعزال والتنقيس الانفعالي من المندفعين وخصوصا من ذوي الدخل المنخفض.

Abstract

The study aimed to pinpointing the most and least common coping styles used by reflective and impulsive students. The second goal is exploring the relationship between the two cognitive styles (reflectiveness and impulsiveness) on one hand, and the ways of dealing with stress among the study sample on the other hand. The third goal is exploring differences in coping styles used by reflective and impulsive students according to the specialty and income level. The study sample is 270 students in the secondary school, third grade in Makkah. The researcher used two tools. They are Shape-Matching Scale for Assessing Cognitive Styles (reflectiveness and impulsiveness) (devised by Al-Farmawi,1985) and Styles of Coping with Stress Scale, (devised by Mona Abdullah, 2002, edited by Al-Hilali,2009).

The study has found that

- The most common coping styles used by reflective students are: resorting to Allah, bearing responsibility, confrontation and self-assertion, looking for alternative answers, looking for information, self-control, focusing on the solution, and logical analysis. These are all positive approaches.
- The least common coping styles used by reflective students are: accepting reality, solitude, relaxation, mental disconnection, denial, submission, daydreaming and catharsis. These are all negative approaches.
- The most common coping styles used by impulsive students are: bearing responsibility, self-control, logical analysis, looking for alternative answers, resorting to Allah, focusing on the solution, looking for information, confrontation and self-assertion. These are all positive approaches.
- The least common coping styles used by impulsive students are: joking, solitude, self reproach, daydreaming, relaxation, mental disconnection, accepting reality, submission, denial, and catharsis. These are all negative approaches.

- There is no correlation between the cognitive styles (reflectiveness and impulsiveness) and most coping styles according to response time and number of mistakes.
- There's correlation between the two cognitive styles and some coping styles.
- There are statistically significant differences ($\alpha= 0.05$) among reflective and impulsive students. These differences can be traced to some demographic characteristics (income levels and major of study).

On the light of the results above, the researcher recommends the following:

- 1- Encouraging educators and parents to pay notice to the coping strategies used by students and children when they face stressful situations.
- 2- Including some learning situations in textbooks which allow students to demonstrate their different cognitive strategies (reflectiveness and impulsiveness). This will help teachers teach their students according to their individual differences.
- 3- Helping students, particularly impulsive ones, improve their passive coping approaches.
- 4- Following up students, particularly those with low income levels, who are inclined to use passive coping approaches.

مقدمة:

وتعد الضغوط هي سمة هذا العصر الذي تسارعت فيه الأحداث وتلاحقت فيه المنجزات وتعقدت فيه أساليب الحياة ، وازدادت متطلباتها ومشكلاتها، بل أن الإنسان أصبح يعايش ويشعر بكل مشكلات البشر بعد أن بات العالم قرية واحدة بفعل ثورة الاتصالات والمواصلات.

والشعور بالعجز والإحباط هو نتيجة لما يعايشه الإنسان من ضغوط متلاحقة فهو يعيش في صراع بين ما هو فيه ، وبين ما يحدث حوله من مواقف ضاغطة نتيجة لمشكلات شخصية وأسرية ومدرسية وأكاديمية ومهنية تتضمن أحياناً قد تتطوي على الكثير من التوتر والقلق في شتى مجالات الحياة المختلفة (القايدي، ٢٠١٢).

فالفرد في حياته يواجه الكثير من المنغصات والعقبات التي تهدد استقراره وتوافقته وهو يستجيب لها بطرق وأساليب مختلفة وذلك للتقليل من مخاطرها وإعادة التوازن لحياته ، ونظراً لأن تحقيق الصحة النفسية هو مطلب مهم للأفراد وللإخصائيين النفسيين وعلماء النفس والتربويين؛ ولكون لمواجهة الإيجابية للضغوط وتفسيرها والتعايش معها هي من أهم محددات الصحة النفسية ، فقد نال موضوع الضغوط

بمعنى أن الأفراد يختلفون ويتميزون في فهمهم وتقييمهم المواقف الضاغطة بناء على عدة محددات من بينها سمات الشخصية التي تعطي بعض التفسيرات لسلوكيات الأفراد وردات أفعالهم تجاه هذه المواقف.

ويعتبر الاتجاه المعرفي لتفسير السلوك الانساني هو أحد الاتجاهات المعاصرة لفهم الكثير من جوانب النشاط العقلي المعرفي المرتبط بهذا السلوك، وهو المجال الذي تتمركز حوله دراسات وبحوث علم النفس المعرفي Cognitive psychology ذلك الفرع من علم النفس الذي يهتم في المقام الأول بدراسة العلاقة بين الأداء العقلي بجوانبه المختلفة والبناء المعرفي للإنسان. فالأساليب المعرفية style Cognitive هي " طرق واستراتيجيات الفرد المميزة في استقبال المثيرات والتعامل معها، ومن ثم اصدار الاستجابة لها على نحو ما" (الفرماوي، ١٩٩٤: ٧٢).

ويعتبر بعد (التروي / الاندفاع) أحد الأساليب المعرفية المهمة فالأسلوب المتروي في مقابل الأسلوب الاندفاعي هو الذي يميز بين أولئك الذين يتأملون مدى المعقولية في الحلول العديدة المفترضة في الوصول إلى حل فعلي ، وأولئك الذين يستجيبون استجابة فورية لأول فرض أو حل يطرأ على ذهن (فريير، ١٩٨٦).

وكون الضغط الذي يتعرض له الفرد مشكلة تحتاج إلى حل يتجلى في صورة سلوك يعد هو المخرج النهائي ، وهذا المخرج له متطلبات ومهارات عقلية معرفية يكون نوع هذا السلوك ونجاعته وطاقته وملائمته للموقف الضاغط، فإن مهمة البحث في العلاقات بين مظاهر السلوك وخلفياته وبواعثه والمعالجات التي تسبقه تقع ضمن دائرة اهتمامات الأبحاث والدراسات النفسية، وهو ما سيتطرق إليه الباحث في هذه الدراسة .

مشكلة الدراسة

يستخدم طلاب المرحلة الثانوية أساليب واستراتيجيات متنوعة ومتباينة لمواجهة الضغوط والتعامل معها، وقد تكون هذه الأساليب إيجابية تتناسب مع الضغط تعزز الشخصية وتحقق للفرد التوافق والاستقرار النفسي، وقد تكون سلبية تفاقم من الاحتقان النفسي وينتج عنها تراكمات تسيء إلى مختلف جوانب الشخصية، وتختلف هذه الأساليب وفقاً للدراسات المتعددة— تبعاََ لمتغيرات شخصية تتعلق بالفرد وتتعلق بالجوانب النفسية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية. وقد حظي الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) ببعض الدراسات في مجال العمل التربوي بل أن البعض عده أسلوباً ذا قيمة في قياس الجوانب غير المعرفية في الشخصية وتحديد سماتها ومميزاتها في أداء السلوك.

وبذلك تسعى الدراسة الحالية للإجابة عن التساؤلات التالية :

١ - ما أساليب مواجهة الضغوط الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة؟

٢ - ما أساليب مواجهة الضغوط الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة؟

٣ - هل توجد علاقة ارتباطية بين الأسلوب المعرفي التروي والاندفاع وأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة؟ —

٤ - هل توجد فروق في متوسطات أساليب مواجهة الضغوط تعزى إلى (اختلاف التخصص و مستوى دخل الأسرة) لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة؟

٥ - هل توجد فروق في متوسطات أساليب مواجهة الضغوط تعزى إلى (اختلاف التخصص و مستوى دخل الأسرة) لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة؟

أهداف الدراسة :

هدفت هذه الدراسة إلى الآتي:

١ - تحديد أساليب المواجهة الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة.

٢ - تحديد أساليب المواجهة الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة.

٣ - الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأسلوب المعرفي التروي والاندفاع وأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة.

٤ - الكشف عن الفروق في أساليب مواجهة الضغوط لدى الطلاب المتروين تبعاً لمتغيرات (التخصص، مستوى دخل الأسرة).

٥ - الكشف عن الفروق في أساليب مواجهة الضغوط لدى الطلاب المندفعين تبعاً لمتغيرات (التخصص، مستوى دخل الأسرة).

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة الحالية من أهمية متغيراتها، وكذلك أهمية عينة الدراسة، وهم طلاب المرحلة الثانوية حيث أنهم فئة مهمة من فئات المجتمع يعول عليهم كثيراً في بناء المجتمع والرقي بمستقبله ، وهم في هذا السن يمرون بمرحلة حساسة من حياتهم تعتبر الضغوط من بين مهددات توازنهم وتوافقهم ، ينتهجون إزاءها أساليب واستراتيجيات متباينة، في حين أن الأساليب المعرفية بمثابة أسس يعتمد عليها في دراسة الفروق الفردية بين الأفراد في أساليب تعاملهم مع المواقف الضاغطة.

و يمكن توضيح أهمية الدراسة في ما يلي:
الأهمية النظرية:

- أ- يؤمل أن تفيد الدراسة الحالية في إلقاء الضوء على مظاهر المتروين والمندفعين والاستراتيجيات المتبعة لمواجهة الضغوط لكل منهما.
- ب- تناول جانباً مهماً من جوانب الفروق الفردية التي أصبحت محط اهتمام النفسيين والتربويين في اثنتين من أهم الأبعاد والمتغيرات.
- ج- يمكن اعتبار الدراسة إضافة إلى المكتبة السعودية في مجال التراث النفسي والتربوي من حيث جدة تناول بعد التروي والاندفاع وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط في المرحلة الثانوية.

الأهمية التطبيقية:

- أ- يؤمل أن تفيد النتائج التي قد تسفر عنها الدراسة الحالية - كونها دراسة تطبيقية - المهتمين بالتخطيط التربوي والإرشاد النفسي في وضعهم للمناهج والأنشطة والبرامج المسهمة في تحقيق الأهداف العامة والخاصة للتعليم ومراحله، وخصوصاً المرحلة الثانوية التي تعد مرحلة مرافقة حرجة.
- ب- قد تساعد الدراسة في ضوء نتائجها على إمكانية التنبؤ باستراتيجيات وأساليب الأفراد في مواجهة الضغوط على ضوء معرفة أسلوبهم المعرفي المتعلق بالتروي والاندفاع، أو إصدار الحكم على الفرد بأنه مترو أو مندفع تبعاً لأساليب مواجهته للضغوط.
- ج - قد تفتح نتائج هذه الدراسة الباب لدراسات تحسن من أساليب مواجهة الضغوط وتوجيهها نحو الإيجابية من خلال تحسين وتطوير ما يؤثر فيها وله علاقة ارتباطية بها، وخصوصاً بعد التروي والاندفاع المعني بهذه الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

التروي والاندفاع: يعرف الفرماوي (١٩٩٤) أسلوب التروي والاندفاع بأنه يرتبط بميل الأفراد المندفعين إلى سرعة الاستجابة مع التعرض للمخاطرة، فغالباً ما تكون استجابات المندفعين غير صحيحة، لعدم دقة تناول البدائل المؤدية لحل الموقف، في حين يتميز الأفراد الذين يميلون إلى التروي لفحص المعطيات الموجودة بالموقف، وتناول البدائل بعناية والتحقق منها قبل إصدار الاستجابات بأن غالبية استجاباتهم تكون صحيحة.

ويعرف الباحث أسلوب المعرفي التروي والاندفاع إجرائياً بأنه: " الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التروي والاندفاع المستخدم في هذه الدراسة وهو مقياس تزواج الأشكال المؤلفته الذي يرمز له (M.F.F.T). وعلى أساس متوسط درجات زمن كمون الاستجابة لكل أفراد العينة، ومتوسط عدد الأخطاء".

الضغوط: يعرف وولتر جملش Gamelch الضغط بأنه " التوقع الذي يوجد لدى الفرد حيال عدم القدرة على الاستجابة المناسبة لما يعترض له من أمور أو عوارض قد تكون نتائج استجابتنا لها غير موفقة أو غير مناسبة" (نقلا عن: الطبري، ١٩٩٤).

أساليب مواجهة الضغوط: هياستراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الأفراد في التعامل مع المواقف الضاغطة وأزمات حياتهم تشمل مجموعة من الوسائل والأساليب التي يستخدمها الفرد لمواجهة الضواغط وللتكيف معها (أبو عرام، ٢٠٠٥).

وفي هذه الدراسة فإن الباحث يتبنى تعريف الباحثة منى عبدالله لأساليب مواجهة الضغوط حيث عرفت أساليب مواجهة الضغوط إجرائياً بوصفها الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس أساليب مواجهة الضغوط، والذي يتكون من ثمانية عشر أسلوباً هي: " التحليل المنطقي، التركيز على الحل، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، تحمل المسؤولية، لوم الذات، تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الإيجابي، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، الانعزال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، الدعابة، البحث عن إثباتات بديلة (عبدالله، ٢٠٠٢)

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تقتصر الدراسة الحالية على بحث علاقة التروي والاندفاع بأساليب مواجهة الضغوط.

الحدود الزمانية: تتحدد الدراسة بتاريخ تطبيقها خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي: ١٤٣٥/١٤٣٦هـ.

الحدود المكانية: تتحدد حدود الدراسة المكانية بمكان تطبيقها وهي مدينة مكة المكرمة.

الحدود البشرية: طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بمدينة مكة المكرمة.

أولاً: الإطار النظري

الأساليب المعرفية :

يعود تاريخ مفهوم الأساليب المعرفية إلى وليم جيمس William James عندما أكد على أهمية دراسة الفروق الفردية من خلال الأساليب المختلفة التي يتبناها الأفراد، وكذلك أشار ألبرت

(Alport) إلى وجود فروق في عادات الأفراد في مواقف التذكر والإدراك واتخاذ القرارات وحل المشكلات (العتوم، ٢٠٠٤).

وتزايد الاهتمام بالأساليب المعرفية باعتبارها أبعاداً هامة داخل المجال المعرفي، وميزة هامة داخل مجال الشخصية حيث يلعب الأساس المعرفي للفرد دوراً في العملية التعليمية لا يمكن تجاهله وحيث يعتبر الطريقة الشخصية التي يستخدمها الأفراد في التعامل مع المعلومات أثناء عملية التعلم (فرير، ١٩٨٦).

و يفرق وتغليد و دافسون (Whitfield & Davidson (2008 بين الاستراتيجية المعرفية والأسلوب المعرفي حيث أن الاستراتيجية من وجهة نظرهما هي التروي أو التريث الشعوري أو غير الشعوري للقرارات التي يتخذها الفرد أثناء محاولة الاختيار بين عدة بدائل في موقف ما. بينما الأسلوب المعرفي يعبر عن الاتساق الذاتي المميز لدى الفرد في تناوله للموضوعات التي يتعرض لها من خلال المواقف الكثيرة والمتعددة دون اختيار، ويعني ذلك أن المصطلحان يختلفان من حيث عمومية الوظيفة، فالاستراتيجيات المعرفية غالباً ما تتوافق مع خصائص المهام التي يقوم بها الفرد، ويمكن التمييز بين الأساليب المعرفية والاستراتيجيات المعرفية من حيث أن الأولى لها صفة الثبات النسبي لدى الفرد، بينما الثانية تتعرض للتغيير بواسطة التدريب تحت شروط معينة.

تصنيف الأساليب المعرفية:

يتفق العديد من الباحثين في مجال الأساليب المعرفية على أن التصنيف الذي اقترحه ميسك عام (١٩٧٤) هو أكثر التصنيفات شيوعاً وأن كان أكثر تداخلاً حيث صنف الأساليب المعرفية إلى تسعة عشر أسلوباً معرفياً من أهمها أسلوب الاندفاع مقابل التروي - Reflection Impulsivity والذي ظهر لأول مرة في الدراسات التي قام بها جيروم كاجان وآخرون (الزهراني، ٢٠٠٥). وقد لخص الشرقاوي (٢٠٠٣) تصنيفاً للأساليب المعرفية على أساس الأكثر استخداماً وهي : (الاعتماد في مقابل الاستقلال عن المجال الإدراكي، والتبسيط المعرفي في مقابل التعقيد المعرفي، المخاطرة في مقابل الحذر، الاندفاع في مقابل التروي، التسوية في مقابل الإبراز، تحمل الغموض أو الخبرات غير الواقعية، التمايز التصوري، البأورة في مقابل الفحص، الانطلاق في مقابل التقييد، والضبط المرن في مقابل الضبط المقيّد (الشرقاوي، ٢٠٠٣).

أسلوب التروي / الاندفاع المعرفي:

يعتبر بعد التروي / الاندفاع المعرفي بمثابة نتيجة لبحوث كاجان وزملاؤه، والتي دارت حول العلاقة بين سمات الشخصية، وأنواع مختلفة من الأداءات المعرفية، وقد انطلق كاجان وزملاؤه في التنظير لهذا الأسلوب من خلال بعد الإدراك التحليلي مقابل الإدراك الكلي، وانتهوا في دراستهم إلى أن الأطفال ذوي الاتجاه التحليلي يميلون باستمرار إلى تأمل البدائل المتاحة للحل في أي مواقف إدراكية يواجهونها، بينما يميل الأطفال ذوي الاتجاه الكلي إلى إعطاء استجابات فورية وسريعة بالنسبة لنفس الموقف، يضاف إلى ذلك أن أطفال النمط الأول يرتكبون عدداً أقل من الأخطاء، بينما يرتكب أفراد النمط الثاني عدداً أكبر من الأخطاء في سعيهم للوصول إلى الاستجابة الصحيحة (الفرماوي، ٢٠٠٩).

يعتبر كاجان أول من قدم وصفاً لبعده التروي / الاندفاع ، حيث يرى أن هذا البعد يتصل بدرجة ميل الفرد للاستجابة بسرعة أو بدقة في المهام التي تتضمن مواقف (الشك، اليقين) ، ويذكر أن درجة ميل الفرد إلى التروي في الإنتاج المعرفي تعتبر شرطاً لتسهيل اكتسابه للمعلومات الجديدة، ويؤكد أن الفرد الذي يتمتع بميل للاستجابة باندفاعية في المواقف الصعبة دون قدر كاف من التروي يكون أكثر احتمالاً لإنتاج استجابة غير صحيحة عند مقارنته بقريته الذي له رغبة طبيعية تدفعه للتروي والتأني ومعرفة الفروق بين فروض الحل العديدة المتاحة أمامه، وتأخذ في اعتباره نوعية الإجابة التي يقررها ودرجة كفايتها (نقلا عن: السيد، ١٩٩٧).

وكانت هذه النتيجة نقطة البداية في التعريف بماهية أسلوب التروي / الاندفاع المعرفي، فالأفراد الذين يميلون إلى إبداء استجابة سريعة في المواقف الغامضة ويرتكبون عدداً أكبر من الأخطاء يطلق عليهم مصطلح المندفعين ، بينما يستخدم مصطلح المتروين للإشارة إلى الأفراد الذين يميلون لإعطاء استجابة متأنية تستغرق قدراً مناسباً من الوقت في تأمل ماهية البدائل المتاحة في حل موقف غامض ويرتكبون عدداً أقل من الأخطاء (الفرماوي، ٢٠٠٩).

ويرى مان (Mann, 1973) أن أسلوب التروي / الاندفاع يعني الفروق الفردية في أسلوب وإيقاع السلوك الصادر عن الفرد خاصة ما يتعلق بسلوك اتخاذ القرار، حيث يظهر البعض عشوائية في أعمالهم واهتماماً أقل باتخاذ القرار، ويشير أبو حطب (١٩٨٣) إلى أن الأسلوب المعرفي التروي والاندفاع يميز بين أولئك الذين يتأملون مدى المعقولية في الحلول العديدة المقترحة للوصول إلى حل فعلي، وأولئك الذين يستجيبون استجابة فورية لأول فرصة أو حل يطرأ على ذهنهم.

ويلاحظ الباحث أن (التروي / الاندفاع) تتفق على أن هذا الأسلوب يفرق بين الأفراد في التعامل مع البدائل أو المواقف أو المشكلات التي تتطلب منهم إصدار قرارات أو استجابات بشأنها من حيث ميلهم إلى التأمل والتحليل والفحص قبل إصدار الاستجابة ، أو ميلهم في المقابل إلى إصدار استجابات فورية وسريعة تعبر عن أول فرصة أو حل تطرأ على أذهانهم .

العوامل المؤثرة في أسلوب التروي / الاندفاع:

معظم الدراسات التي بحثت في الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) اتفقت على ثباته لدى الفرد وعلى عموميته، فتذكر فرير (١٩٨٦ : ٣٧) " أن الميل للتروي والاندفاع يكون ثابتاً طوال عنصر الوقت والمهمة، على الرغم من أنه يكون قابلاً للتعديل إلى حد ما ". وقد أوردت بعض الدراسات عوامل يمكن أن تؤثر على أسلوب التروي والاندفاع لدى الأفراد، ومن هذه العوامل ما يلي:

أ- **عوامل اجتماعية واقتصادية:** يمكن اعتبار المستوى الاجتماعي والاقتصادي أحد محددات التروي والاندفاع فقد أكد هيدر Hider أن الأطفال منخفضي المستوى الاجتماعي والاقتصادي يميلون أكثر نحو الاندفاع في حين أن الأطفال مرتفعي المستوى الاجتماعي والاقتصادي أكثر تروياً (فرير ، ١٩٨٦).

ب- **عوامل وجدانية:** يرى كاجان وكوجان Kogan & Kagan أن الميل لإنتاج استجابات سريعة هو الاتجاه الأقوى لدى هؤلاء الذين لديهم بعض الشك في قدرتهم وبالإضافة إلى ذلك كانوا قلقين على انحرافهم عن النموذج في اختبار تزواج الأشكال المألوفة، وبذلك فإن الطفل الذي يشك في قدرته ولكنه يرغب في إنكار هذا الشك سيسلك باندفاعية، وأن الطفل الذي لديه خوف كبير من الفشل وليس لديه ميل كبير لإخفاء هذا الخوف من المحتمل أن يصبح متروياً (الخنعمي ، ٢٠٠٨).

ج- **عوامل ثقافية:** تذكر فرير (١٩٨٦ : ٣٧) " أن ثقافتنا بصفة عامة تكافئ بين سرعة التفكير والذكاء، فإن الشخص الذي يسعى لإثبات كفاءته العقلية قد يكون ميالاً بالفطرة لإنتاج استجابات سريعة " .

د- **عوامل وراثية:** على الرغم من أن الخوف من المحتمل أن يكون الأساس الأول للتريث، إلا أنه يوجد بعض الأسباب تجعلنا نعتقد أن هناك بعض الأطفال يولدون ولديهم الاستعداد الوراثي الذي يجعلهم يميلون أكثر نحو التريث والاندفاع (صعدي، ١٩٩٩).

الضغوط وأساليب مواجهتها:

تعريف الضغوط : اشتق مصطلح الضغط Stress من الكلمة الفرنسية Distress، والتي تعني الاختناق والشعور بالضيق أو الألم، وقد تحولت في الانجليزية إلى Distress، إشارة إلى الشيء غير المحبب أو غير المرغوب به، وقد استخدمت كلمة Stress للتعبير عن معاناة وضيق واضطهاد، وهي حالة يعاني منها الفرد من الاحساس بظلم ما (عبد المعطي، ٢٠٠٦).

ولقد اختلفت تعريفات الباحثين لظاهرة الضغوط، لذلك من الصعوبة بمكان أن نحظى بتعريف له مدلولات علمية تحدد طبيعة ظاهرة الضغوط تحديداً جامعاً مانعاً، لأن ظاهرة الضغوط النفسية ظاهرة معقدة في ذاتها ومتداخلة الأبعاد، إلا أن المتتبع للتعريفات المتداولة للضغوط يجدها لا تخرج في تعريفها للضغوط عن ثلاثة اتجاهات:

– تعريف الضغوط على اعتبار أنها حدث " مثير " خارجي يمر بالفرد، و تعريف الضغوط على أساس إدراك وتقدير الفرد للحدث، و تعريف الضغوط على اعتبار الاستجابة للحدث (الهالي، ٢٠٠٩).

ويوضح ميلسم (1985) Millsom أن الضغط النفسي هو مؤثر نفسي بيولوجي اجتماعي يتم التعرف عليه من خلال مجموعة السلوكيات التي تصدر عن الفرد نتيجة ادراكه لتهديد البيئة (Millsom, 1985: 179).

ويشير مفهوم الضغط النفسي في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بالكلية أو جزء منه، وبدرجة توجد لديه احساساً بالتوتر أو تشويهاً في تكامل شخصيته، وحينما تزداد شدة هذه الضغوط فإن ذلك يفقد الفرد قدراته على التوازن ويغير من نمط سلوكه (طه، ٢٠٠٣).

أساليب مواجهة الضغوط: يشير لفظ المواجهة Coping في المعجم الأساسي لعلم النفس " لتلك الطريقة للتعامل مع وضعية ضاغطة والتحكم فيها وضبطها، وقد تكون استجابة مباشرة ، كحذف مصدر التهديد والخطر، وقد تتكون استجابة مخففة كتقليص الإدراك الخاص بالخطر مثل نفي الوضعية واللجوء إلى الأدوية " (حمودة، ٢٠١٢: ١٠٤). وهناك عدة مداخل نظرية في المواجهة يأتي في مقدمتها مدخل التحليل النفسي: فهو بمثابة النظرية الأولى عن المواجهة حيث ركزت على ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية لدى الفرد. المدخل الثاني: مدخل الشخصية ويركز على خصائص الشخصية كمتغير هام في المواجهة، المدخل الثالث: فيركز على دور كل من

خصائص الموقف الضاغط الذي يتعرض له الفرد والمتغيرات الشخصية لدى الفرد في تحديد استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة (خليفة، ٢٠١١). وتعرف المواجهة بأنها الجهود الثابتة المعرفية والسلوكية لتغيير أو التعامل مع المتطلبات الداخلية أو الخارجية التي تفوق قدرات الفرد لفهم هذه المطالب وتقليلها أو جعلها أكثر احتمالاً (عبدالمعطي، ٢٠٠٦).

ويذكر كل من هيجنز وأندلر (Higgins & endler , 1995) ثلاثة أساليب وعمليات للتعامل مع الضغوط هي:

١- أسلوب التوجه الانفعالي: ويقصد به ردود الأفعال الانفعالية التي تنتاب الفرد وتنعكس على أسلوبه في التعامل مع المشكلة، والمتضمنة مشاعر الضيق والتوتر والقلق والانعراج والغضب والأسى واليأس.

٢- أسلوب التوجه نحو التجنب: ويقصد به محاولات الفرد لتجنب المواجهة المباشرة مع المواقف الضاغطة، والاكتماء بالانسحاب من الموقف، ويسمى هذا الأسلوب بالأسلوب الإجماعي.

٣- أسلوب التوجه نحو الأداء: وهو تلك المحاولات السلوكية النشطة التي يقو بها الفرد للتعامل المباشر مع المشكلة بطريقة واقعية وعقلانية، ويقوم هذا التعامل على معرفة أسباب المشكلة والاستفادة من الخبرات السابقة، واقتراح البدائل للتعامل مع المشكلة وانتقاء الأفضل منها، مع وضع خطة فورية للمواجهة.

وتأخذ عمليات مواجهة الضغوط صورتين، الأولى: التكيف مع الوضع الضاغط Adaptation وهي عمليات روتينية وعادة ما تكون أوتوماتيكية يعمل الفرد على مزاولتها وعادة ما تكون أسلوباً ثابتاً في مثل هذه المواقف. أما الصورة الثانية فهي عملية المواجهة Coping وهي الإجراءات التي يتخذها الفرد من أجل التغلب وحل المشكلة التي تواجهه ثم العودة إلى الوضع الانفعالي الطبيعي (الطريحي، ١٩٩٤).

وقد سعت بعض البحوث إلى دراسة أساليب وطرق وعمليات واستراتيجيات التعامل مع أو مواجهة المواقف الضاغطة، ومن أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة هما:

١- الاستراتيجيات الانفعالية في المواجهة: وفيها يلجأ الفرد إلى استخدام ردود الأفعال الانفعالية في مواجهة الضغوط منها: التوتر والشك والغضب والانعراج.

٢- الاستراتيجيات المعرفية في المواجهة: وفيها يلجأ الفرد إلى إعادة التفسير الإيجابي والتحليل المنطقي وبعض أنماط التفكير والنشاط التخيلي (العبدلي، ٢٠١٢) . ويرى بوتزان (Bootzin, 1991) أن الأفراد الذين بنجحون في عملية المواجهة يستطيعون حل الصعوبات التي يتعرضون لها من خلال تغيير بيئتهم التي تسبب لهم ألماً وتهديداً، وينظمون انفعالاتهم من خلال الاحتفاظ بصورة إيجابية عن الذات والرضا في العلاقة بالآخرين. وقامت عبدالله (٢٠٠٢) وأضافت إليها بعض الاستراتيجيات والأساليب التي لم يتطرق لها موس وبيبلنجز مثل أسلوب اللجوء إلى الله، وأسلوب الدعاية

وقد قام بإعادة صياغة هذه الاستجابات والاستراتيجيات المستخدمة في مواجهة الضغوط وبناء على تصنيف موس وبيبلنجز Moos & Biligr وعرفت أساليب مواجهة الضغوط إجرائياً بوصفها الدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس أساليب مواجهة الضغوط المستخدم في دراستها والذي يتكون من ثمانية عشر أسلوباً هي: التحليل المنطقي، التركيز على الحل، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، تحمل المسؤولية، لوم الذات، تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الإيجابي، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، الانعزال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، الدعاية، البحث عن إثبات بديلة.

ثانياً: الدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) وعلاقته ببعض المتغيرات: أجرى ماكينني (Mackinney, 1983) دراسة هدفت إلى البحث في استراتيجيات حل المشكلات لدى تلاميذ الصف الثاني الابتدائي المندفعين والمتروين، بعينة قوامها (٦٠) مفحوصاً قسمهم إلى (٣٠) من ذوي الأسلوب المتروي و(٣٠) من ذوي الأسلوب المعرفي المندفع، مراعيًا فيها تشابه المجموعتين في كل من السلالة والطبقة الاجتماعية، وطبق عليهم إنجاز مهمة على مصفوفة زهور مختلفة من حيث الحجم واللون وعدد البتلات، وظهرت الدراسة النتائج التالية: ميل التلاميذ المتروين إلى استخدام استراتيجية التمركز، بينما يميل المندفعين إلى استخدام الاستراتيجية العشوائية. وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط كمية المعلومات لدى المجموعتين لصالح مجموعة المتروين.

وأجرت صغير (٢٠٠٢) دراسة هدفت للكشف عن مستوى التحصيل الدراسي لدى الطالبات لدى اتباعهن أسلوباً معرفياً معيناً، وهو التروي /الاندفاع عند مستوى قلق وذكاء معينين، على عينة قوامها (٣٨٤) طالبة تتراوح اعمارهن ما بين ١٤ – ١٨ سنة، استخدمت

الباحثة مقياس تزواج الأشكال المألوفة من إعداد الفرماوي (١٩٨٥) وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين المندفعات والمترويات بالنسبة للتحصيل الدراسي ولصالح المترويات، كما بينت الدراسة أن الطالبات المترويات يتفوقن على المندفعات في التحصيل الدراسي عند المستوى نفسه من الذكاء، وأن القلق في مستوياته العليا أيا كان نوعه يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي.

وأجرى السلمي (٢٠٠٣) دراسة هدفت إلى معرفة الفروق بين طلاب الصف الثالث ثانوي بتخصص (شرعي - طبيعي) في الأسلوب المعرفي التروي والاندفاع وفي أبعاد التفكير الابتكاري، ومعرفة العلاقة الارتباطية بين تخصص الطلاب (شرعي - طبيعي) وبين أبعاد التفكير الابتكاري، وتكونت عينة الدراسة من (١٦٠) طالباً من طلاب الصف الثالث الثانوي من كلا التخصصين، وفيما يتعلق بقياس الأسلوب المعرفي فقد استخدم الباحث مقياس تزواج الأشكال المألوفة من إعداد الفرماوي ١٩٨٥. أظهرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المترويين والمندفعين في متوسط درجات طلاب الصف الثالث ثانوي عموماً في أبعاد التفكير الابتكاري لصالح الطلاب المترويين والمندفعين من القسم الطبيعي. كما ظهر وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تخصص الطلاب (شرعي - طبيعي) وبين أبعاد التفكير الابتكاري لصالح طلاب التخصص العلمي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تخصص الطلاب (شرعي - طبيعي) والأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع) في ضوء زمن الاستجابة وعدد الأخطاء لصالح الطلاب المترويين من ذوي التخصص الطبيعي.

وقامت العمري (٢٠٠٦) بإجراء دراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الطالبات المندفعات والمترويات من عينة الدراسة في المسؤولية الاجتماعية، والكشف عن الفروق بين طالبات القسم العلمي والقسم الأدبي في كل من الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع) وبالمسؤولية الاجتماعية. ثم الفروق فيهما نتيجة لاختلاف العمر الزمني والحالة الاجتماعية. وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالبة من طالبات كلية التربية بمحافظة جدة (٢٠٠) طالبة من الأقسام الأدبية و (٢٠٠) طالبة من الأقسام العلمية، واستخدمت الدراسة مقياس تزواج الأشكال المألوفة من إعداد الفرماوي ١٩٨٥ لقياس الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع)، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المترويات والمندفعات في المسؤولية الاجتماعية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع)

بين طالبات القسم الأدبي وطالبات القسم العلمي بينما توجد فروق في متوسطات الدرجات نتيجة لاختلاف العمر الزمني ونتيجة لاختلاف الحالة الاجتماعية لديهن (متزوجات / غير متزوجات)، وكذلك في المسؤولية الاجتماعية. وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية المسؤولية الاجتماعية بين طالبات القسم الأدبي وطالبات القسم العلمي، وذلك عدم وجود فروق تبعا لاختلاف العمر الزمني والحالة الاجتماعية في نفس المتغير.

وأجرى المشوح (٢٠١٠) دراسة هدفت إلى التعرف على الفروق بين الفتيات اللواتي تعرضن لتجربة الهروب من المنزل وغير الهاربات في وجهة الضبط، والأساليب المعرفية (الاندفاع / التروي) في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، كما وتهدف إلى التعرف على الفروق في كل من وجهة الضبط وعدد الأخطاء في الاستجابة على اختبار تزواج الأشكال المألوفة، والتي تعود إلى اختلاف الفئة العمرية، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، والمهنة لدى العينة الكلية للدراسة. وتكونت عينة الدراسة الكلية من عدد (٦٠) فتاة، استخدمت الدراسة مقياس تزواج الأشكال المألوفة من إعداد الفرماوي ١٩٨٥ لقياس الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع)، أظهرت الدراسة أن الفتيات اللواتي تعرضن لتجربة الهروب يملن إلى إعطاء استجابات سريعة وعشوائية، فيما يزيد لديهن عدد الأخطاء قبل التوصل للحل المناسب، بينما في المجموعة الثانية ممن لم يتعرضن لتجربة الهروب يملن إلى إعطاء إجابات تتسم بالتروي، مع قلة عدد الأخطاء لديهن.

الدراسات التي تناولت أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض المتغيرات:

أجرى ستيفنسون (Stephenson,1990) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية واستراتيجيات مواجهة الضغوط، بلغت عينة الدراسة (١٤٧) فرداً من الذكور العاملين في المصارف وشركات المحاماة. استخدمت الدراسة مقياس أساليب مواجهة الضغوط، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية واساليب المواجهة، وبينت الدراسة ان المحامين اكثر من العاملين في المصارف في صلابة واستخدام أسلوب التصدي للمشكلة.

دراسة مصطفى (٢٠٠١) والتي هدفت إلى مساعدة الطالبات على اكتساب بعض مهارات الذكاء الاجتماعي من خلال برنامج تدريبي ومن ثم مساعدتهن على تحسين أساليب مواجهة الضغوط الحياتية المختلفة. وقد استخدمت الدراسة المنهج التجريبي على عينة مكونة من (٤٠) طالبة من طالبات الفرقة الأولى بقسم علم النفس بجامعة عين شمس، (٢٠) طالبة مجموعة

تجريبية و(٢٠) طالبة مجموعة ضابطة. طبقت الدراسة مقياس أساليب المواجهة من إعداد منى عبدالله ٢٠٠٢، أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للعبئة التجريبية في أساليب مواجهة الضغوط لصالح القياس البعدي عند مستوى دلالة (٠,٠١) في بعض الأساليب مثل أسلوب تحمل المسؤولية وأسلوب البحث عن المعلومات ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي أيضا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) في بعض الأساليب مثل التركيز على الحل وضبط الذات ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في بعض الأساليب مثل الاستسلام ، وكان هناك أساليب أخرى كنت فيها الفروق غير دالة إحصائيا مثل لوم الذات وتقبل الأمر الواقع والبحث عن إثباتات بديلة .

كما أجرت عبدالله (٢٠٠٢) دراسة هدفت إلى مقارنة أساليب مواجهة الضغوط التي يتبعها الطلاب في ظل من البيئات الريفية والحضرية، وقد كانمجموع عينة الدراسة (١٠٧٣) من البيئتين في المرحلتين الإعدادية والثانوية تتراوح أعمارهم ما بين (١٢- ١٨) سنة. واستخدم في الدراسة مقياس أساليب المواجهة من إعداد الباحثة، وخرجت الدراسة بنتائج من أهمها أنه يوجد فروق دالة إحصائية بين عيني الدراسة، وأن الأساليب السلبية في مواجهة الضغوط (الإنكار، الاستسلام، التنفيس الانفعالي) احتلت المراكز الأولى في الترتيب العام لأساليب مواجهة الضغوط.

دراسة الهلالي (٢٠٠٩) والهادفة إلى معرفة أساليب مواجهة الضغوط وترتيبها على مدرج أساليب المواجهة، ومعرفة الفروق في متوسط درجات أساليب المواجهة بين كل من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية، والفروق باختلاف الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم. وشملت عينة الدراسة (٥٤٧) طالبا من طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية تتراوح أعمارهم ما بين ١٣ إلى ١٨ سنة. طبق مقياس أساليب المواجهة من إعداد منى عبدالله ٢٠٠٢ ، كأداة لجمع بيانات الدراسة، أظهرت النتائج وقوع الترتيب التالي للأساليب: الالتجاء إلى الله في المقدمة ويليه أسلوب تحمل المسؤولية ثم أسلوب المواجهة وتأكيد الذات فأسلوب التحليل المنطقي ثم أسلوب ضبط الذات، وأظهرت النتائج عدم تأثر أساليب مواجهة الضغوط بالمرحلة التعليمية (متوسط- ثانوي) عدا أربعة من أساليب المواجهة هي: ضبط الذات، ولوم الذات والانعزال والاسترخاء، والانفصال الذهني، كما خلصت الدراسة إلى ضعف تأثير (الصف الدراسي، العمر، الجنسية، ونوع التعليم) على أساليب المواجهة.

دراسة خليفة (٢٠١١) والتي هدفت إلى بحث العلاقة بين كفاءة الذات وأساليب مواجهة الضغوط، وتأثير كل من النوع والمستوى الاجتماعي على كليهما، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٧) طالباً من طلاب الفرقة الأولى بالمرحلة الثانوية. واستخدمت الدراسة مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعدادها الشخصي، وأظهرت النتائج وجود علاقة بين كفاءة الذات وأساليب مواجهة الضغوط حيث تسهم تنمية بعض مهارات الذكاء الاجتماعي في تحسين أساليب مواجهة الضغوط، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كفاءة الذات وحل المشكلة، وعلاقة سالبة دالة إحصائياً بين كفاءة الذات والتنفيس الانفعالي والتجنب والهروب، بينما لم توجد علاقة دالة بين كفاءة الذات وأسلوب طلب الدعم والمساندة، كما أظهرت النتائج ليس للنوع والمستوى الاجتماعي تأثير على كل من كفاءة الذات وأساليب مواجهة الضغوط.

دراسة عراقي (٢٠١٣) الهادفة إلى التعرف على العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وتأکید الذات ، وعلى أساليب المواجهة الأكثر استخداماً لدى طلاب المرحلة الثانوية ، وعلى موقع أساليب المواجهة الإيجابية على مقياس أساليب مواجهة الضغوط ، وعلى الفروق في درجات أساليب مواجهة الضغوط بين الأكثر والأقل تأكيدا للذات. وتكونت عينة الدراسة من (٣٧٦) من طلاب المرحلة الثانوية من جميع الصفوف . واستخدم الباحث مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعداد منى عبدالله ٢٠٠٢ وتعديل الهلالي ٢٠٠٩ . وأظهرت الدراسة نتائج من أهمها أن أساليب المواجهة الإيجابية تحتل الدرجات الأولى على مقياس أساليب مواجهة الضغوط باستثناء أسلوب إعادة التفسير الإيجابي.

منهج الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة: بعد تحديد مشكلة الدراسة وأهدافها وتساؤلاتها تبين للباحث أن المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج الوصفي المقارن هما المناسبان لهذه الدراسة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب الصف الثالث الثانوي بالمدارس الحكومية التابعة للإدارة العامة للتربية والتعليم (بنين) بمدينة مكة المكرمة للعام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦هـ، بمجموع طلاب قدره (٥٣٦١) طالباً (الإدارة العامة للتعليم بمنطقة مكة المكرمة، ١٤٣٦هـ).

عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة من طلاب الصف الثالث الثانوي كونهم يعتبرون ممثلون للمرحلة بطريقة (العينة العشوائية الطبقية)، وذلك باعتبار كل مكتب من مكاتب إدارة التعليم بمنطقة مكة المكرمة الخمس طبقة، وتم اختيار الطلاب المشاركين بطريقة عشوائية من

بعض المدارس الثانوية المختارة من كل مكتب، وبلغت عينة الدراسة (٢٧٠) طالباً من مجتمع الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٣٥/١٤٣٦هـ على أساس نسبة ٥%، ويوضح الجدول التالي خصائص العينة من حيث الأسلوب المعرفي:

جدول (١) التكرارات والنسب المئوية لخصائص العينة من حيث الأسلوب المعرفي

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة %
الأسلوب المعرفي	المندفعين	١٤٢	٥٢,٥٩%
	المتروين	١٢٨	٤٧,٤٠%
المجموع		٢٧٠	١٠٠%

يبين الجدول (١) أن الطلاب المندفعون بلغ عددهم (١٤٢) طالباً ونسبة (٥٢,٥٩%)، وأن الطلاب المتروين بلغ عددهم (١٢٨) طالباً ونسبة (٤٧,٤٠%)، وعليه بلغت عينة الدراسة بالصورة النهائية (٢٧٠) طالباً، وفيما يلي وصف لأفراد عينة الدراسة وفقاً للتخصص، ودخل الأسرة، كما في الجدول التالي:

جدول (٢) التكرارات والنسب المئوية لخصائص العينة من حيث التخصص، ودخل الأسرة.

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة %
التخصص	شرعي مجال العمل	١٤٩	٥٥,٢%
	طبيعي	١٢١	٤٤,٨%
المجموع		٢٧٠	١٠٠%
دخل الأسرة الشهري	أقل من ٥٠٠٠ ريال سعودي	١١٣	٤١,٨٥%
	من ٥٠٠٠ إلى ١٠٠٠٠ ريال سعودي	٩١	٣٣,٧٠%
	أكثر من ١٠٠٠٠ ريال سعودي	٦٦	٢٤,٤٤%
المجموع		٢٧٠	١٠٠%

يتضح من الجدول (٢) أن أفراد عينة الدراسة من التخصص الشرعي يتفوقون بنسبة ضئيلة، حيث بلغ عددهم (١٤٩) طالباً ونسبة قدرها (٥٥,٢%)، أما طلاب التخصص الطبيعي بلغ عددهم (١٢١) طالباً ونسبة (٤٤,٨%)، أما دخل الأسرة فجاءت الفئة (أقل من ٥٠٠٠) أولاً حيث بلغ عدد الطلبة (١١٣) طالباً ونسبة قدرها (٤١,٨٥%) تليها الفئة (من ٥٠٠٠ إلى ١٠٠٠٠) حيث بلغ عددهم (٩١) طالباً ونسبة (٣٣,٧٠%)، وأخيراً جاءت الفئة (أكثر من ١٠٠٠٠) حيث بلغ عددهم (٦٦) طالباً ونسبة (٢٤,٤٤%).

أدوات الدراسة:

استخدم الباحث لغرض تحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها المقياسين الآتيين:

١- مقياس تزاوج الأشكال المألوفة للفرماوي (١٩٨٥)، لقياس الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع).

٢- مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعداد منى عبدالله (٢٠٠٢)، وتعديل الهلالي (٢٠٠٩) لقياس أساليب مواجهة الضغوط.

أولاً: مقياس تزواج الأشكال المألوفة للفرماوي (١٩٨٥) لقياس الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) :

وصف المقياس: يتكون الاختبار من (٢٢) مفردة لأشكال مألوفة في الحياة تبدأ بمفردتان هما (الرجل العجوز والكتاب)، وضعتا لتدريب المفحوص على طريقة الإجابة على الاختبار، وتتكون كل مفردة من مفردات الاختبار من تسعة أشكال، شكل يوجد بمفرده على الصفحة اليمنى ويسمى (الشكل المعياري) وثمانية أشكال على الصفحة اليسرى وتسمى (البدائل) وهي تشبه الشكل المعياري إلى حد ما ولايتطابق منها تماما مع الشكل المعياري إلا شكل واحد— يختلف مكانه ورقمه في كل مفردة — وهو ما يسمى بالإجابة الصحيحة، وهو الذي يطلب من المفحوص الإشارة إليه في كل مفردة. وقد أعد الفرماوي نموذجاً للإجابة يشتمل على بيانات المفحوص وحقوق لرصد درجته على كل من متغيري: الكمون (الزمن المستغرق قبل الإجابة ، والدقة (عدد الأخطاء)).

ويستخدم الفاحص ساعة الإيقاف لاحتساب الوقت منذ أن يطلب من المفحوص النظر إلى البدائل وحتى الاستجابة أيا كان نوعها— صحيحة أم خاطئة— فإذا كانت الاستجابة صحيحة يطلب منه الانتقال إلى المفردة التالية دون تدوين أي خطأ، أما إذا كانت الاستجابة خاطئة فيطلب منه إعادة المحاولة إلى أن يصل إلى الاستجابة الصحيحة مع احتساب عدد الأخطاء بحد أقصى لإعادة سبع محاولات وعلى أساس متوسط درجات زمن كمون الاستجابة لكل أفراد العينة، ومتوسط عدد الأخطاء لديهم يمكن للفاحص تصنيف العينة إلى أربع مجموعات:

- **مجموعة المتروين:** وهم الحاصلون على زمن يفوق متوسط أفراد العينة، بارتكاب عدد أخطاء يقل عن متوسطهم.
- **مجموعة المندفعين:** وهم الحاصلون على زمن يقل عن متوسط أفراد العينة، بارتكاب عدد أخطاء فوق متوسطهم.
- **مجموعة بطيء/غير دقيق:** وهم الحاصلون على زمن يفوق متوسط أفراد العينة، بارتكاب عدد أخطاء فوق متوسطهم.
- **مجموعة سريع / دقيق:** وهم الحاصلون على زمن يقل عن متوسط أفراد العينة، بارتكاب عدد أخطاء يقل عن متوسطهم.

تقدير صدق المقياس : للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تجربته على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالباً من خارج عينة الدراسة، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس لكل من زمن الاستجابة وعدد الأخطاء، والجدول التالي يوضح معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٣) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بند والدرجة الكلية لباقي بنود المقياس لكل من زمن الاستجابة وعدد الأخطاء لدى العينة الاستطلاعية.

الرقم	البند	معامل الارتباط (زمن الاستجابة)	معامل الارتباط (عدد الأخطاء)
١	السفينة	** ٠,٨٨	** ٠,٧١
٢	التلفزيون	** ٠,٩٠	** ٠,٧٧
٣	الطائرة	** ٠,٨٠	** ٠,٦٦
٤	رجل الأعمال	** ٠,٧٧	** ٠,٦١
٥	الأسد	** ٠,٩١	** ٠,٦٧
٦	التفاحة	** ٠,٨٠	** ٠,٦٠
٧	القلم	** ٠,٨٥	** ٠,٧٨
٨	الحذاء	** ٠,٧٦	** ٠,٨١
٩	السمك	** ٠,٦٨	** ٠,٨٢
١٠	الساعة	** ٠,٨٠	** ٠,٦٦
١١	الزجاجة	** ٠,٧١	** ٠,٦٠
١٢	الشجرة	** ٠,٧٦	** ٠,٦٧
١٣	العربة	** ٠,٨٠	** ٠,٦١
١٤	الخريطة	** ٠,٧٥	** ٠,٧٠
١٥	الوجه	** ٠,٨١	** ٠,٧٧
١٦	الفرشاة	** ٠,٨٤	** ٠,٧١
١٧	الكاميرا	** ٠,٨٠	** ٠,٦٥
١٨	الوردة	** ٠,٦٠	** ٠,٦٢
١٩	العنكبوت	** ٠,٧٧	** ٠,٦٧
٢٠	التلفاز	** ٠,٧١	** ٠,٦٤

** وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يتضح من الجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط للبند مع الدرجة الكلية للمقياس بقسميها (زمن الاستجابة، عدد الأخطاء)، تراوحت ما بين (٠,٦٠) و (٠,٩١) وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي بما يعكس درجة عالية من صدق المقياس.

ثبات المقياس : تم تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي بتطبيق معادلة كرونباخ ألفا (Cronbachs Alpha)، وطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة جيتمان (Crocker & Algina, 1986)، للمقياس لكل من زمن الاستجابة وعدد الأخطاء على العينة الاستطلاعية التي بلغت (٣٠) طالباً، ومن خارج عينة الدراسة. ويوضح ذلك الجدول الآتي :

جدول (٤)

معاملات ثبات مقياس التروي والاندفاع لكل من زمن الاستجابة وعدد الأخطاء.

الرقم	المتغير	معاملات ثبات التجزئة النصفية بمعادلة جيتمان	معاملات ثبات كرونباخ ألفا "α" للعينة الاستطلاعية
١	زمن الاستجابة	٠,٧٦	٠,٨٦
٢	عدد الأخطاء	٠,٦٦	٠,٧٧

يُظهر الجدول (٤) بأن معاملات الثبات المقدرّة بمعادلة كرونباخ ألفا "α" للعينة الاستطلاعية للمقياس (زمن الاستجابة) بلغت (٠,٨٦)، أما بالنسبة للمقياس (عدد الأخطاء) بلغت (٠,٧٧)، وأن معاملات الثبات المقدرّة بمعادلة جيتمان، للعينة الاستطلاعية للمقياس (زمن الاستجابة) بلغت (٠,٧٦)، أما بالنسبة للمقياس (عدد الأخطاء) بلغت (٠,٦٦)، وهي قيم مرتفعة ومقبولة لأغراض تطبيق الدراسة .

ثانياً: مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعداد منى عبدالله (٢٠٠٢) وتعديل الهلالي (٢٠٠٩م) لقياس أساليب مواجهة الضغوط.

وصف المقياس: قام الباحث بتطبيق مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعداد منى عبدالله (٢٠٠٢) حيث يتكون المقياس من ثمانية عشر أسلوباً لمواجهة الضغوط، يمكن توضيحها من خلال ما يلي: التحليل المنطقي، البحث عن إثباتات بديلة، و المواجهة وتأكيد الذات، و ضبط الذات، والتركيز على الحل، و البحث عن المعلومات، وتحمل المسؤولية، و تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الإيجابي، و لوم الذات، الالتجاء إلى الله، والاستسلام، الانعزال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، و الدعابة وتتراوح هذه الأساليب ما بين أساليب سلبية وأساليب إيجابية، ويحتوي كل أسلوب على أربع عبارات موزعة على

المواقف، مع العلم أن المقياس يتضمن ثمانية عشر موقفاً تتوزع عليها هذه الأساليب، ولتصحيحه تحسب الدرجة في ضوء قيام المفحوص بترتيب العبارات وفقاً لأهميتها تدريجياً بالنسبة له كما يلي: الاختيار الأول: أربع درجات، الاختيار الثاني: ثلاث درجات، الاختيار الثالث: درجتان، الاختيار الرابع: درجة.

صدق المقياس : للتحقق من صدق بناء المقياس تم تجربته على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) طالباً من خارج عينة الدراسة، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين درجة كل أسلوب من أساليب المواجهة والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) بين درجة كل أسلوب من أساليب المواجهة والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٥) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل أسلوب من أساليب المواجهة والدرجة الكلية في العينة الاستطلاعية.

الرقم	أساليب المواجهة	معامل الارتباط
١	التحليل المنطقي	** ٠,٥٣
٢	التركيز على الحل	** ٠,٥٠
٣	المواجهة وتأكيد الذات	** ٠,٥٦٦
٤	ضبط الذات	** ٠,٦٥٦
٥	البحث عن المعلومات	** ٠,٧١٦
٦	تحمل المسؤولية	** ٠,٦٠٦
٧	لوم الذات	** ٠,٧٧٦
٨	تقبل الأمر الواقع	** ٠,٥٨
٩	إعادة التفسير الإيجابي	** ٠,٥٠
١٠	الالتجاء إلى الله	** ٠,٥٦
١١	الاستسلام	** ٠,٦٤
١٢	الانعزال	** ٠,٦٣
١٣	أحلام اليقظة	** ٠,٥٤
١٤	الإنكار	** ٠,٦٢
١٥	الاسترخاء والانفصال الذهني	** ٠,٥٩
١٦	التفيس الانفعالي	** ٠,٤٥
١٧	الدعابة	** ٠,٤٦
١٨	البحث عن إثبات بديلة	** ٠,٥٠

** وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

يتضح من الجدول (٥) أن قيم معاملات الارتباط لأساليب المواجهة مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٠,٤٦) و (٠,٧٧) وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي بما يعكس درجة عالية من صدق المقياس.

ثبات المقياس : تم تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي بتطبيق معادلة كرونباخ ألفا (Cronbachs Alpha)، والتجزئة النصفية باستخدام معادلة جيتمان (Crocker & Algina, 1986)، لمقياس أساليب المواجهة لدى العينة الاستطلاعية التي بلغت (٣٠) طالباً، ومن خارج عينة الدراسة. ويوضح ذلك الجدول التالي:

جدول (٦) معاملات ثبات مقياس أساليب مواجهة الضغوط.

الرقم	المتغير	معاملات ثبات التجزئة النصفية بمعادلة جيتمان	معاملات ثبات كرونباخ ألفا " α " للعينة الاستطلاعية
١	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٦٧	٠,٧٥

يُظهر الجدول (٦) بأن معامل الثبات المقدر بمعادلة كرونباخ ألفا " α " للعينة الاستطلاعية لمقياس أساليب المواجهة بلغت (٠,٧٥)، وأن معامل الثبات المقدر بمعادلة جيتمان للعينة الاستطلاعية لمقياس أساليب المواجهة بلغت (٠,٦٧)، وهي قيمة مرتفعة ومقبولة لأغراض تطبيق الدراسة .

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الحالية :

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الإصدار (٢٠) Statistical package for Social Sciences (SPSS) V20 كما يلي:

- معامل ارتباط بيرسون (Person) لحساب صدق الاتساق الداخلي لأداتي الدراسة (المقياسين).
- معادلة كرونباخ ألفا (Cronbachs Alpha) لتقدير معاملات ثبات المقياسين.
- الاحصاء الوصفي : والمتمثل في التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة بالنسبة للمعلومات الأولية، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وذلك لحساب القيمة التي يعطيها أفراد مجتمع الدراسة، لتحديد أساليب المواجهة الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المنذفين والمتروين.

- معامل ارتباط بيرسون (Person) للكشف عن العلاقة الارتباطية بين الأسلوب المعرفي (التروي /الاندفاع) وأساليب مواجهة الضغوط.
- اختبار"ت" للفروق بين عينتين مستقلتين (Independent two-sample T-test) (لدراسة الفروق بين المتوسطات الحسابية في مدى استجابات أفراد عينة الدراسة لمعرفة الاختلاف بين مجموعات المشاركين في الدراسة تبعاً للتخصص (شرعي، طبيعى).
- اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) للتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين اتجاهات المشاركين في الدراسة نحو محاور الدراسة باختلاف متغيراتهم والتي تنقسم إلى أكثر من فئتين (مستوى دخل الأسرة).
- اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية للتعرف على اتجاه الفروق لصالح أي فئة من فئات المتغيرات التي تنقسم إلى أكثر من فئتين وذلك إذا ما بين اختبار تحليل التباين الأحادي وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha = 0.05$) بين فئات هذه المتغيرات.

نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: " ما هي أساليب المواجهة الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة؟".

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، لأساليب المواجهة لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابة أفراد عينة الدراسة لأساليب
المواجهة لدى الطلاب المتروين مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي.

رقم الأسلوب	أساليب المواجهة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١٠	الالتجاء إلى الله	١٢,١٤٠٦	٢,٨١٠٩٣
١	التحليل المنطقي	١١,٩٢١٩	٢,٨٦٠٥٦
٣	المواجهة وتأكيد الذات	١١,١٩٥٣	١,٨٣١٧٤
٥	البحث عن المعلومات	١٠,٨٥١٦	٢,٢٤٥١٧
٢	التركيز على الحل	١٠,٥٦٢٥	٢,٣١٩٨٩
٤	ضبط الذات	١٠,٤٦٠٩	٢,٥٧٤٥٦
٦	تحمل المسؤولية	١٠,٣٤٣٨	٢,١١٢٧٢
١٧	الدعابة	١٠,١٩٥٣	٢,١٢٢٤٧
٩	إعادة التفسير الإيجابي	١٠,١٤٨٤	١,٦٥١٠١
٧	لوم الذات	٩,٨٥٩٤	٢,٥٢٤٦٣
١٨	البحث عن إثباتات بديلة	٩,٥٧٠٣	٢,٠٣٠٠٢
٨	تقبل الأمر الواقع	٩,٥٠٤٠	٢,٠٨٥٣٧
١٢	الانعزال	٩,٤٢١٩	٢,٠٢٩٧٤
١٥	الاسترخاء والانفصال الذهني	٩,٤٠٦٣	٢,٢٤٦٣٩
١٤	الإنكار	٨,٧٨٩١	٢,١٥٤١١
١١	الاستسلام	٨,٥٧٠٣	١,٨٣٤٤٢
١٣	أحلام اليقظة	٨,٥٦٢٥	٢,٢٩٩٤٤
١٦	التنفيس الانفعالي	٧,٩٣٧٥	١,٩٧١٢٥
	الدرجة الكلية	٩,٩٦٨٩٨	

يتضح من الجدول (٧) أن متوسط الدرجة الكلية لأساليب المواجهة لدى الطلاب المتروين بلغت (٩,٩٦٨٩٨). وأن المتوسط الحسابي لأساليب المواجهة لدى الطلاب المتروين تراوحت بين (٧,٩٣٧٥) و(١٢,١٤٠٦)، كان أعلاها لأسلوب المواجهة (الالتجاء إلى الله) ، يليه أسلوب المواجهة (التحليل المنطقي) ، ثم تلاه الأسلوب (المواجهة وتأكيد الذات) ، أما أقل أساليب المواجهة شوعاً لدى الطلاب المتروين، فكان أقلها أسلوب المواجهة (التنفيس الانفعالي) ، ويسبقه الأسلوب (أحلام اليقظة) ، والأقل منه أسلوب (الاستسلام) .

وقد أظهرت النتائج أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة كانت (الالتجاء إلى الله، التحليل المنطقي، المواجهة وتأكيد الذات، البحث عن المعلومات ، التركيز على الحل، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، الدعابة) .

كما يلاحظ الباحث أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى المتروين هي استراتيجيات معرفية في المواجهة وأنها تتجه نحو الأداء وليس نحو التجنب، وهي محاولات سلوكية نشطة يقوم بها الفرد للتعامل المباشر مع المشكلة بطريقة واقعية وعقلانية والذي يتضمن معرفة الأسباب الحقيقية للمشكلة والاستفادة من الخبرات السابقة واقتراح البدائل للتعامل مع المشكلة ومن ثم اختيار أفضلها كما أورد هيجنز وأندلر (Higgins & endler , 1995) ويعزو الباحث ذلك إلى ما يتميز به أصحاب الأسلوب المعرفي (التروي) من الثاني عند مواجهة بدائل حلول مشكوك في صحتها وتميزهم بالاستعراض المنظم والتفصيلي للاحتتمالات .

كما يلاحظ الباحث أن ترتيب متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين يتفق كثيراً مع الترتيب الذي أظهرته دراسة كل من عراقي (٢٠١٣) و دراسة الهلالي (٢٠٠٩) ، والتي أجريت على طلاب نفس المرحلة وفي نفس المنطقة والدولة مما قد يرجح أن لثقافة وقيم المجتمع ونظام البلد والدولة تأثير في تحديد أساليب مواجهة الضغوط ، وهو أمر يحتاج إلى مزيد بحث ودراسة . أما أساليب المواجهة الأقل شيوعاً لدى الطلاب المتروين من عينة الدراسة فقد جاءت (البحث عن إثباتات بديلة، تقبل الأمر الواقع، الانعزال، الاسترخاء والانفصال الذهني، الإنكار، الاستسلام، أحلام اليقظة، التنفيس الانفعالي)، وجميعها أساليب مواجهة إيجابية (سلبية) لمواجهة الضغوط.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: " ما هي أساليب المواجهة الأكثر والأقل شيوعاً لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة؟".

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، لأساليب المواجهة لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابة أفراد عينة الدراسة لأساليب المواجهة لدى الطلاب المندفعين مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أساليب المواجهة	رقم الأسلوب
٢,٤٣٤٩٤	١١,٣٠٢٨	تحمل المسؤولية	٦
٢,٤٣٨٤٢	١١,٢٤٦٥	إعادة التفسير الإيجابي	٩
١,٨٧٣٨٢	١١,٢٠٤٢	المواجهة وتأكيد الذات	٣
٢,٠٥٤١٢	١١,٠٢١١	البحث عن إثباتات بديلة	١٨
٢,٩٩٤٨٦	١٠,٩٥٠٧	الالتجاء إلى الله	١٠
١,٧٥٧٣٣	١٠,٤٧٨٩	الدعابة	١٧
١,٧٣٦٢٤	١٠,٤٤٣٧	ضبط الذات	٤
٢,٣٩٢٨٥	١٠,٢٣٢٤	التحليل المنطقي	١
٢,٢٦١٨٢	١٠,٢٣٢٤	التركيز على الحل	٢
٢,٤٠٧٥٨	١٠,٠٧٠٤	الانعزال	١٢
٢,٢٦٨٢٥	٩,٥٢١١	لوم الذات	٧
٢,٠٤٧٥٨	٩,٤٥٠٧	البحث عن المعلومات	٥
٢,٦٠٨٧٤	٩,٢٩٥٨	الاسترخاء والانفصال الذهني	١٥
٢,١٢٤٨١	٩,١٥٤٩	تقبل الأمر الواقع	٨
٢,٣٠٤٥٢	٨,٩٦٤٨	أحلام اليقظة	١٣
٢,٥٤٣٩١	٨,٨٠٢٨	الاستسلام	١١
٢,١٩٦٤٤	٨,٧٨١٧	الإنكار	١٤
٢,٩٨٠٢١	٨,٤٠٨٥	التنقيس الانفعالي	١٦
	٩,٩٧٥٧	الدرجة الكلية	

يتضح من الجدول (٨) أن متوسط الدرجة الكلية لأساليب المواجهة لدى الطلاب المندفعين بلغت (٩,٩٧٥٧). وأن المتوسط الحسابي لأساليب المواجهة لدى الطلاب المندفعين تراوحت بين (٨,٤٠٨٥) و(١١,٣٠٢٨)، كان أعلاها لأسلوب المواجهة (تحمل المسؤولية) ، يليه أسلوب المواجهة (إعادة التفسير الإيجابي) ، ثم تلاه الأسلوب (المواجهة وتأكيد الذات) ، أما أقل أساليب المواجهة شيوعاً لدى الطلاب المندفعين، كان أقلها أسلوب المواجهة (التفيس الانفعالي) ، ويسبقه الأسلوب (الإنكار) ، والأقل منه أسلوب (الاستسلام) .

وأظهرت النتائج أن أساليب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة كانت (تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، المواجهة وتأكيد الذات، البحث عن إثبات بديلة، الالتجاء إلى الله، الدعابة، ضبط الذات، التحليل المنطقي ، التركيز على الحل) ، وهي في معظمها أساليب مواجهة إيجابية (أيجابية) لمواجهة الضغوط، حيث يعد الأسلوب (البحث عن إثبات بديلة) من الأساليب الإيجابية (سلبية) .

أما أساليب المواجهة الأقل شيوعاً لدى الطلاب المندفعين من عينة الدراسة جاءت (الدعابة، الانعزال، لوم الذات، أحلام اليقظة، الاسترخاء والانفصال الذهني تقبل الأمر الواقع، الاستسلام، الإنكار، التفيس الانفعالي)، وجميعها أساليب مواجهة إيجابية (سلبية) لمواجهة الضغوط.

ويلاحظ الباحث أن أسلوب (الالتجاء إلى الله ، والمواجهة وتأكيد الذات) جاء في مقدمة الأساليب الأكثر شيوعاً لدى كل من المتروين والمندفعين ، ويعزو الباحث ذلك إلى طبيعة أفراد العينة حيث أنهم من المسلمين الذين يحملون الثقافة الإسلامية التي تربي على التوكل على الله والاستعانة به والهرع إليه عند المصائب والأزمات ، كما يعزو ذلك بالنسبة لأسلوب (المواجهة وتأكيد الذات) إلى التنشئة الأسرية والمجتمعية التي تشجع الفرد على الصلابة وتدعمه نحو تحمل المسؤولية وتأكيد الذات وإثباتها .

كما يلاحظ الباحث أيضاً أن أسلوب (التحليل المنطقي) جاء متقدماً في ترتيب الأساليب الأكثر شيوعاً لدى المتروين، بينما احتل مرتبة متأخرة في ترتيب الأساليب الأكثر شيوعاً لدى المندفعين ، وأن أسلوب (البحث عن المعلومات) أتى ضمن الأساليب الأكثر شيوعاً لدى المتروين ، ووفي المقابل جاء ضمن الأساليب الأقل شيوعاً لدى المندفعين ، ويفسر الباحث ذلك بتفوق المتروين على المندفعين في الأنشطة العقلية التخيلية ، وأن المتروين يميلون إلى التأمل

في مدى معقولة الحلول العديدة المقترحة للوصول إلى حل فعلي، بينما يستجيب المندفعون استجابة فورية للحل الأقرب .

ويود الباحث الإشارة إلى إشترك أفراد عينة الدراسة (المتروين والمندفعين) في ترتيب متوسطات أساليب مواجهة الضغوط الأقل شيوعا (الاستسلام — الإنكار — التنفيس الانفعالي) ، وعطفاً على إجابات السؤالين الثاني والثالث المتعلقة بأكثر وأقل أساليب مواجهة الضغوط شيوعا لدى المتروين والمندفعين، فإن الباحث يرى أنه يمكن أن تكون هناك ثمة علاقة بين الصحة النفسية الجيدة وبعض أساليب مواجهة الضغوط التي تعد أساليب إيجابية والتي قد تعد من مظاهر ومؤشرات الصحة النفسية مثل: كفاءة الفرد في مواجهة إحباطات الحياة ومشكلاتها اليومية وتحمل الفرد لمسؤولية أفعاله وقراراته، والتمتع بالانزان الانفعالي والواقعية والتعامل مع الواقع دون شطحات خيالية، وقد ورد كل من أسلوب: المواجهة وتأكيد الذات ، وأسلوب تحمل المسؤولية ضمن الأساليب الأكثر شيوعا لدى كل من المتروين والمندفعين ، وورد أسلوب التنفيس الانفعالي ، وأسلوب احلام اليقظة ضمن الأساليب الأقل شيوعا لدى كل منهم .

ثالثا: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: " هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الأسلوب المعرفي الاندفاع والتروي وأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة؟".

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع والتروي) في ضوء زمن الاستجابة وعدد الأخطاء وأساليب مواجهة الضغوط والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٩)

معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع والتروي) في ضوء زمن الاستجابة وعدد الأخطاء وأساليب مواجهة الضغوط والدرجة الكلية .

المترون				المندفعون				أساليب مواجهة الضغوط		
مستوى الدلالة	عدد الأخطاء	مستوى الدلالة	زمن الاستجابة	العدد	مستوى الدلالة	عدد الأخطاء	مستوى الدلالة		زمن الاستجابة	العدد
٠,٥٤٧	٠,٠٥٤	٠,٠٠٧	*٠,٢٣٩-	١٢٨	٠,٠٦٤	٠,١٥٦-	٠,١٠٤	٠,١٣٧-	١٤٢	التحليل المنطقي
٠,٠٢٣	*٠,٢٠١-	٠,٣٥٨	٠,٠٨٢	١٢٨	٠,١٦٠	٠,١١٩-	٠,٥٧١	٠,٠٤٨	١٤٢	التركيز على الحل
٠,٤١٤	٠,٠٧٣-	٠,٧٤٧	٠,٠٢٩	١٢٨	٠,٢٠٨	٠,١٠٦-	٠,٠٠٢	*٠,٢٥٨	١٤٢	المواجهة وتأكيد الذات
٠,٠٠١	*٠,٢٨٢	٠,٢٠٦	٠,١١٢-	١٢٨	٠,٦٤١	٠,٠٣٩	٠,٠٠٠	*٠,٢٨٩	١٤٢	ضبط الذات
٠,٠٣٧	*٠,١٨٤-	٠,٧٢٤	٠,٠٣٢-	١٢٨	٠,٠٠٦	*٠,٢٢٩-	٠,٤٢٣	٠,٠٦٨-	١٤٢	البحث عن المعلومات
٠,٠٠١	٠,٢٩٥	٠,٢١٢	٠,١١١	١٢٨	٠,٩٧٧	٠,٠٠٢	٠,٠١٠	*٠,٢١٠	١٤٢	تحمل المسؤولية
٠,٦٦٢	٠,٠٣٩	٠,٤٣٠	٠,٠٧٠	١٢٨	٠,٠٤٣	*٠,١٧٠	٠,٠٧٩	٠,١٤٨	١٤٢	لوم الذات
٠,٠٠٠	*٠,٣١٢-	٠,٣٤١	٠,٠٨٦-	١٢٨	٠,٠٢١	*٠,١٩٤-	٠,٣٢٠	٠,٠٨٤	١٤٢	تقبل الأمر الواقع
٠,٢٠٧	٠,١١٢-	٠,٥٩٢	٠,٠٤٨-	١٢٨	٠,٣٨٥	٠,٠٧٣	٠,١٦٣	٠,١١٨-	١٤٢	إعادة التفسير الإيجابي
٠,٣٦٤	٠,٠٨١	٠,٠٦٤	٠,١٦٤	١٢٨	٠,٠٢٢	*٠,١٩٢-	٠,٠٩٢	٠,١٤٢	١٤٢	الالتجاء إلى الله
٠,٠٦١	٠,١٦٦-	٠,١٣٦	٠,١٣٢	١٢٨	٠,٠٠٠	*٠,٣٥٠	٠,١٣٦	٠,١٢٦-	١٤٢	الاستسلام
٠,٠٧٤	٠,١٥٨	٠,٠١٨	*٠,٢١٠-	١٢٨	٠,٤٠٤	٠,٠٧١-	٠,٠٣٧	*٠,١٧٥-	١٤٢	الانعزال
٠,١٤٤	٠,١٣٠	٠,٨١٧	٠,٠٢١	١٢٨	٠,٤١٦	٠,٠٦٩-	٠,٥٢٩	٠,٠٥٣	١٤٢	أحلام اليقظة
٠,٥١٨	٠,٠٥٨-	٠,٢٥٥	٠,١٠١-	١٢٨	٠,٥٦٥	٠,٠٤٩	٠,٣٩٩	٠,٠٧١-	١٤٢	الإنكار
٠,٤٣٢	٠,٠٧٠	٠,٠٢٩	*٠,١٩٣	١٢٨	٠,٢٦٥	٠,٠٩٤	٠,٠٥٢	٠,١٦٣-	١٤٢	الاسترخاء والانفصال الذهني
٠,١٨٧	٠,١١٧	٠,٥٩٤	٠,٠٤٨	١٢٨	٠,٠٠٠	*٠,٣٨٤	٠,١٤٦	٠,١٢٣-	١٤٢	التفيس الانفعالي
٠,٠١٦	*٠,٢١٢-	٠,٠١٤	*٠,٢١٦-	١٢٨	٠,٠٠١	*٠,٢٨٧-	٠,٠٠٢	*٠,٢٥٦-	١٤٢	الدعابة
٠,٠٠٥	*٠,٢٤٨-	٠,٦٥٢	٠,٠٤٠	١٢٨	٠,٥٤٥	٠,٠٥١-	٠,١٥٥	٠,١٢٠	١٤٢	البحث عن إثبات بديلة
٠,٠٥٢	٠,١٧٢-	٠,٨٤٩	٠,٠١٧-	١٢٨	٠,٤٨٠	٠,٠٦٠-	٠,١٨٧	٠,١١١	١٤٢	الدرجة الكلية

* وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$).

* وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

أظهرت نتائج الجدول (٩) بعد استخراج معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع/التروي) في ضوء زمن الاستجابة وعدد الأخطاء وأساليب مواجهة

الضغوط : عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع) في ضوء زمن الاستجابة وأساليب مواجهة الضغوط (التحليل المنطقي، التركيز على الحل، البحث عن المعلومات، لوم الذات، تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الإيجابي، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، البحث عن إثبات بديلة، الدرجة الكلية) ، يظهر ذلك ما حازت عليه من معاملات ارتباط ومستويات الدلالة الموضحة في الجدول، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع) في ضوء زمن الاستجابة وأساليب مواجهة الضغوط (المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، الانعزال، الدعابة)، وأشارت النتائج إلى عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع) في ضوء عدد الأخطاء وأساليب مواجهة الضغوط (التحليل المنطقي، التركيز على الحل، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، إعادة التفسير الإيجابي، الانعزال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، البحث عن إثبات بديلة، الدرجة الكلية)، وبينت النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (الاندفاع) في ضوء عدد الأخطاء وأساليب مواجهة الضغوط (البحث عن المعلومات، لوم الذات، تقبل الأمر الواقع، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، التنفيس الانفعالي، الدعابة)، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (التروي) في ضوء زمن الاستجابة وأساليب مواجهة الضغوط (التركيز على الحل، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، تحمل المسؤولية، لوم الذات، تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الإيجابي، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، أحلام اليقظة، الإنكار، التنفيس الانفعالي، البحث عن إثبات بديلة، الدرجة الكلية)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (التروي) في ضوء زمن الاستجابة وأساليب مواجهة الضغوط (التحليل المنطقي، الانعزال، الاسترخاء والانفصال الذهني، الدعابة) ، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (التروي) في ضوء عدد الأخطاء وأساليب مواجهة الضغوط (التحليل المنطقي، المواجهة وتأكيد الذات، تحمل المسؤولية، لوم الذات، إعادة التفسير الإيجابي، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، الانعزال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، الدرجة الكلية)، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين درجات الأسلوب المعرفي (التروي) في ضوء عدد الأخطاء وأساليب مواجهة

الضغوط (التركيز على الحل، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، تقبل الأمر الواقع، الدعابة، البحث عن إثباتات بديلة)، وقد أشارت النتائج إلى أن غالبية العلاقة بين المتغيرين الأسلوب المعرفي (التروي/ الاندفاع) وأساليب مواجهة الضغوط، لم ترق إلى مستوى الدلالة الإحصائية . ولم يتم العثور على أي دراسة تؤيد أو ترفض هذه النتيجة في حدود علم الباحث وذلك لأن الاتجاه إلى ربط الأساليب المعرفية (التروي/ الاندفاع) وأساليب مواجهة الضغوط يعد من الاتجاهات الحديثة.

وعلى ضوء وجود العلاقات الارتباطية بين الأسلوب المعرفي (التروي / الاندفاع) وبعض أساليب المواجهة وخصوصا المتعلق منها بالجانب الوجداني ؛ فإن دراسة الباحث تدعم وتؤيد ما ذهبت إليه بعض الأبحاث التي ترى أن الأساليب المعرفية التي من ضمنها (أسلوب التروي / الاندفاع) لها صفة العمومية حيث أن لها أبعادا شاملة تمكننا من النظر إلى الشخصية بطريق كلية ، فهي لا تقتصر على الجانب المعرفي من الشخصية فقط بل تتناول جوانب الشخصية الأخرى ، الانفعالية والوجدانية والاجتماعية .

رابعاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: " هل توجد فروق في متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى كل من المتروين والمندفعين تعزى لبعض المتغيرات مثل (التخصص، مستوى دخل الأسرة)؟".

التخصص: للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين (Independent- Samples T-test) للكشف عن دلالة الفروق عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لمتوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى كل من المتروين والمندفعين تبعاً لمتغير التخصص، والجدول التالي يوضح دلالة الفروق في متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين.

جدول (١٠)

نتائج تحليل اختبار (ت) (T-TEST) لدلالة الفروق في متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين تبعاً لمتغير التخصص.

أساليب المواجهة	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التحليل المنطقي	شرعي	٨١	١٠,٠٣٧٠	١,٣٩١٤٤	١,٠٠٢-	٠,٣١٨
	طبيعي	٤٧	١٠,٣٤٠٤	٢,٠٢٤٥٩		
التركيز على الحل	شرعي	٨١	٩,٦٦٦٧	٢,١٢١٣٢	٢,٣٠٨-	*٠,٠٢٣
	طبيعي	٤٧	١٠,٧٨٧٢	١,٩٩٩٣١		
المواجهة وتأكيد الذات	شرعي	٨١	١١,١٣٥٨	١,٧٥١٨١	٠,٤٨١-	٠,٦٣١
	طبيعي	٤٧	١١,٢٩٧٩	١,٩٧٧٢١		
ضبط الذات	شرعي	٨١	١٠,٨١٤٨	٢,٢٩٧٣٤	١,٩٤١	٠,٠٥٦
	طبيعي	٤٧	٩,٨٥١١	٢,٩١٩٠٤		
البحث عن المعلومات	شرعي	٨١	١٠,٨٦٤٢	٢,٤٥٣٣٣	١,٩٥٣	٠,٠٥٣
	طبيعي	٤٧	١٠,٠٤٢٦	١,٩٨٨٦٤		
تحمل المسؤولية	شرعي	٨١	١١,٦٧٩٠	٢,٧٢٨٦٨	١,٢٦٤-	٠,٢٠٩
	طبيعي	٤٧	١٢,٣٤٠٤	٣,٠٥٩٣٩		
لوم الذات	شرعي	٨١	٩,٥٥٥٦	٢,٥٤٩٥١	١,٨٠٣-	٠,٠٧٤
	طبيعي	٤٧	١٠,٣٨٣٠	٢,٤١٨٧١		
تقبل الأمر الواقع	شرعي	٨١	٩,٣٨٢٧	٢,٣١٦٠٧	٠,٩٨٤-	٠,٣٢٧
	طبيعي	٤٤	٩,٧٢٧٣	١,٥٧٥٤٥		
إعادة التفسير الايجابي	شرعي	٨١	٩,٨٠٢٥	٢,٠٤٥٨٥	١,٧١١	٠,٠٨٩
	طبيعي	٤٧	٩,١٧٠٢	١,٩٥٩٥٨		
الالتجاء إلى الله	شرعي	٨١	١٢,٣٥٨٠	٢,٨٣٤٢٠	١,١٥٠	٠,٢٥٢
	طبيعي	٤٧	١١,٧٦٦٠	٢,٧٦٠٠٦		
الاستسلام	شرعي	٨١	٨,٣٩٥١	١,٨٤١٧٣	١,٤٢٥-	٠,١٥٧
	طبيعي	٤٧	٨,٨٧٢٣	١,٨٠١١٧		
الانعزال	شرعي	٨١	٩,٥١٨٥	٢,٠٦٢٢٣	٠,٧٠٦	٠,٤٨٢
	طبيعي	٤٧	٩,٢٥٥٣	١,٩٨٣٢٨		
أحلام اليقظة	شرعي	٨١	٨,٧٦٥٤	٢,١٣٤٦٦	١,٢٥٥	٠,٢١٣
	طبيعي	٤٧	٨,٢١٢٨	٢,٥٤٤٧٠		
الإنكار	شرعي	٨١	٨,٥٤٣٢	٢,٢٨٠٦٢	١,٧٠٨-	٠,٠٩٠
	طبيعي	٤٧	٩,٢١٢٨	١,٨٦٤٢٧		
الاسترخاء والانفصال الذهني	شرعي	٨١	٩,٤٠٧٤	٢,٢٩٥٥٣	٠,٠٠٨	٠,٩٩٤
	طبيعي	٤٧	٩,٤٠٤٣	٢,١٨٣٥٣		
التنفيس الانفعالي	شرعي	٨١	٧,٩٢٥٩	٢,٠٠٤٨٦	٠,٠٨٧-	٠,٩٣١
	طبيعي	٤٧	٧,٩٥٧٤	١,٩٣٣٢٠		
الدعابة	شرعي	٨١	٩,٨٠٢٥	١,٩٣٩٢٠	٢,٨٢٣-	*٠,٠٠٦
	طبيعي	٤٧	١٠,٨٧٢٣	٢,٢٧٠٩٦		
البحث عن إثبات بديلة	شرعي	٨١	١٠,٧٩٠١	٢,٣٠٠٦٣	٠,٤٠٥-	٠,٦٨٦
	طبيعي	٤٧	١٠,٩٥٧٤	٢,١٦٦٥٢		
الدرجة الكلية	شرعي	٨١	٩,٩٦٩١	٠,٠٩٧٠٢	٠,٠٥٤-	٠,٩٥٧
	طبيعي	٤٧	٩,٩٧٠٠	٠,٠٧٥٤٢		

*وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.05)$.

يتضح من الجدول (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لدى المتروين ولصالح التخصص الطبيعي في أسلوب " التركيز على الحل، والدعابة" وجاءت قيمة "ت" (-٢,٣٠٨، ٢,٨٢٣) وعلى التوالي، عند مستوى الدلالة (٠,٠٢٣، ٠,٠٠٦) وعلى التوالي، ويرى الباحث أن السبب في ذلك يعود لطبيعة التخصص الطبيعي، الذي يدرّب الطالب على التركيز والفهم والتحليل والتطبيق أكثر من التخصص الشرعي.

وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لدى المتروين تبعاً لمتغير التخصص في أساليب المواجهة (التحليل المنطقي، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، تحمل المسؤولية، لوم الذات، تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الايجابي، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، الانزعال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، البحث عن إثباتات بديلة، الدرجة الكلية)، كما تظهر من قيمة "ت" ومستويات الدلالة في الجدول، أما بالنسبة للطلاب المندفعين، فالجدول التالي يوضح دلالة الفروق لمتوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المندفعين.

جدول (١١) نتائج تحليل اختبار (ت) (T-TEST) لدلالة الفروق لمتوسطات أساليب

مواجهة الضغوط لدى المندفعين تبعاً لمتغير التخصص.

أساليب المواجهة	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التحليل المنطقي	شرعي	٦٨	١١,٥١٤٧	١,٩٢٧٧٤	١,٩١٠	٠,٠٥٨
	طبيعي	٧٤	١٠,٩١٨٩	١,٧٨٨٥٢		
التركيز على الحل	شرعي	٦٨	١٠,٧٣٥٣	١,٨٦٥٧٨	١,٦٧٧	٠,٠٩٦
	طبيعي	٧٤	١٠,٢٤٣٢	١,٦٢٨٦٠		
المواجهة وتأكيد الذات	شرعي	٦٨	٩,٨٥٢٩	٢,٣٨٩٤٣	١,٨٢٦-	٠,٠٧٠
	طبيعي	٧٤	١٠,٥٨١١	٢,٣٥٨٣٥		
ضبط الذات	شرعي	٦٨	١١,٠١٤٧	٢,٣٤٦٧٥	١,٠٨٦-	٠,٢٧٩
	طبيعي	٧٤	١١,٤٥٩٥	٢,٥١٦٧٣		
البحث عن المعلومات	شرعي	٦٨	١٠,٣٢٣٥	١,٩٠٣٩٧	٧٨٩.-	٠,٤٣١
	طبيعي	٧٤	١٠,٥٥٤١	١,٥٧١٥١		
تحمل المسؤولية	شرعي	٦٨	١٠,٧٧٩٤	٢,٥٧٩١٧	٢,٥٠١-	*٠,٠١٤
	طبيعي	٧٤	١١,٧٨٣٨	٢,٢٠٣٨٠		

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	التخصص	أساليب المواجهة
٠,٧٩٣	٠,٢٦٣	٢,١٦٠١٣	٩,٥٧٣٥	٦٨	شرعي	لوم الذات
		٢,٣٧٦٩٦	٩,٤٧٣٠	٧٤	طبيعي	
*٠,٠٠٠	٤,٢٢٨-	١,٨٠٥٧٦	٨,٤١١٨	٦٨	شرعي	تقبل الأمر الواقع
		٢,١٧٧٢٦	٩,٨٣٧٨	٧٤	طبيعي	
٠,٢٠٦	١,٢٧١	٢,٢٩١١٠	٩,٢٢٠٦	٦٨	شرعي	إعادة التفسير الايجابي
		٢,٣٠٧٢١	٨,٧٢٩٧	٧٤	طبيعي	
*٠,٠٢٦	٢,٢٥٦-	٣,٠٠٦٩٨	١٠,٣٦٧٦	٦٨	شرعي	الالتجاء إلى الله
		٢,٩٠١٣١	١١,٤٨٦٥	٧٤	طبيعي	
*٠,٠٠٦	٢,٨٠٠	٢,٤٩٣١٩	٩,٤١١٨	٦٨	شرعي	الاستسلام
		٢,٤٧٦٢٥	٨,٢٤٣٢	٧٤	طبيعي	
٠,٤٣٦	٠,٧٨١	٢,٣٣٧٩٩	١٠,٢٣٥٣	٦٨	شرعي	الانعزال
		٢,٤٧٥٩٥	٩,٩١٨٩	٧٤	طبيعي	
*٠,٠٠٠	٣,٨٠٩	١,٩٣٢٧٥	١٠,١٠٢٩	٦٨	شرعي	أحلام اليقظة
		١,٩٧٧١٥	٨,٨٥١٤	٧٤	طبيعي	
٠,٠٨١	١,٧٦٠	٢,٢٠٢٦٤	٩,١١٧٦	٦٨	شرعي	الإنكار
		٢,١٥٩٥٥	٨,٤٧٣٠	٧٤	طبيعي	
*٠,٠١٣	٢,٥٢٨-	٣,٠٢١٥٤	٨,٧٢٠٦	٦٨	شرعي	الاسترخاء والانفصال الذهني
		٢,٠٤٣٠٨	٩,٨٢٤٣	٧٤	طبيعي	
٠,٠٨٠	١,٧٦٥	٣,١٢٨٦١	٨,٨٦٧٦	٦٨	شرعي	التنفيس الانفعالي
		٢,٧٩١٨٣	٧,٩٨٦٥	٧٤	طبيعي	
٠,١٥٥	١,٤٣١	١,٨٣٢٤٨	١٠,٥١٤٧	٦٨	شرعي	الدعابة
		٢,٥٨٠٠٨	٩,٩٧٣٠	٧٤	طبيعي	
٠,٣٩٠	٠,٨٦٣	١,٩٦١٨٨	١١,١٧٦٥	٦٨	شرعي	البحث عن إثباتات بديلة
		٢,١٣٨٧٠	١٠,٨٧٨٤	٧٤	طبيعي	
٠,١٠٦	١,٦٢٦	١١٩٠٧٠	٩,٩٩٦٧	٦٨	شرعي	الدرجة الكلية
		١٧٣٠٨٠	٩,٩٥٦٥	٧٤	طبيعي	

*وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتضح من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لدى المندفعين ولصالح التخصص الشرعي في الأساليب (الالتجاء إلى الله، الاستسلام، أحلام اليقظة)، وجاءت قيم "ت" (-٢,٢٥٦، ٢,٨٠٠، ٣,٨٠٩) على التوالي، عند مستوى الدلالة (٠,٠٢٦، ٠,٠٠٦، ٠,٠٠٠) على التوالي. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لدى المندفعين ولصالح التخصص الطبيعي في الأساليب (تحمل المسؤولية، تقبل الأمر الواقع، الاسترخاء والانفصال الذهني)، تبعاً لقيم "ت" و مستويات الدلالة الظاهرة في الجدول، وهنا يتساءل الباحث عما إذا كان الطلاب المختارين لدراسة التخصص الطبيعي هم أكثر واقعية وتحملًا للمسؤولية من الطلاب المتجهين للتخصص الشرعي. وهو ما يحتاج إلى دراسة أعمق وأدق، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لدى المندفعين تبعاً لمتغير التخصص في أساليب المواجهة (التحليل المنطقي، التركيز على الحل، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، لوم الذات، إعادة التفسير الايجابي، الانعزال، الإنكار، التنفيس الانفعالي، الدعابة، البحث عن إثبات بديلة، الدرجة الكلية)، كما تظهر من قيمة "ت" ومستويات الدلالة في الجدول، وتتفق هذه النتيجة بشكل عام مع دراسة الفاندي (٢٠٠٥)، الهاللي (٢٠٠٩)، والنيال وعبدالله (١٩٩٧م)، وخليفة (٢٠٠١)، في ضعف تأثير (الصف الدراسي، والتخصص وبعض المتغيرات) على أساليب المواجهة.

مستوى دخل الأسرة: للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للكشف عن دلالة الفروق عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) لمتوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى كل من المتروين والمندفعين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة، والجدول التالي يوضح دلالة الفروق لمتوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين.

جدول (١٢) تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، للكشف عن الفروق في استجابات الطلاب المتروين لأساليب مواجهة الضغوط تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة.

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أساليب مواجهة الضغوط
٠,٨٤٥	٠,١٦٩	٠,٤٧٢	٢	٠,٩٤٤	بين المجموعات	التحليل المنطقي
		٢,٧٩٧	١٢٢	٣٤١,١٨٤	داخل المجموعات	
			١٢٤	٣٤٢,١٢٨	المجموع	
٠,٣٠٧	١,١٩٣	٥,٣٥٧	٢	١٠,٧١٤	بين المجموعات	التركيز على الحل
		٤,٤٩٠	١٢٢	٥٤٧,٧٣٤	داخل المجموعات	
			١٢٤	٥٥٨,٤٤٨	المجموع	
٠,٠٨٩	٢,٤٧٠	٨,٢٠٧	٢	١٦,٤١٤	بين المجموعات	المواجهة وتأكيد الذات
		٣,٣٢٢	١٢٢	٤٠٥,٣١٤	داخل المجموعات	
			١٢٤	٤٢١,٧٢٨	المجموع	
٠,٢٨٦	١,٢٦٤	٨,١٥٦	٢	١٦,٣١٢	بين المجموعات	ضبط الذات
		٦,٤٥١	١٢٢	٧٨٧,٠١٦	داخل المجموعات	
			١٢٤	٨٠٣,٣٢٨	المجموع	
*٠,٠٠٢	٦,٤١٩	٣٢,١٨٠	٢	٦٤,٣٦٠	بين المجموعات	البحث عن المعلومات
		٥,٠١٣	١٢٢	٦١١,٦٤٠	داخل المجموعات	
			١٢٤	٦٧٦,٠٠٠	المجموع	
٠,٦٣٥	٠,٤٥٥	٣,٨٤١	٢	٧,٦٨٢	بين المجموعات	تحمل المسؤولية
		٨,٤٣٤	١٢٢	١٠٢٨,٩٢٦	داخل المجموعات	
			١٢٤	١٠٣٦,٦٠٨	المجموع	
*٠,٠٠١	٧,٩٢٠	٤٥,٧٠٢	٢	٩١,٤٠٤	بين المجموعات	لوم الذات
		٥,٧٧٠	١٢٢	٧٠٣,٩٨٨	داخل المجموعات	
			١٢٤	٧٩٥,٣٩٢	المجموع	
٠,٠٨٢	٢,٥٥٥	١٠,٩٥٧	٢	٢١,٩١٤	بين المجموعات	تقبل الأمر الواقع
		٤,٢٨٩	١١٩	٥١٠,٣٨١	داخل المجموعات	
			١٢١	٥٣٢,٢٩٥	المجموع	
٠,٨١١	٠,٢١٠	٠,٨٨٥	٢	١,٧٧٠	بين المجموعات	إعادة التفسير الإيجابي
		٤,٢١٣	١٢٢	٥١٤,٠٢٢	داخل المجموعات	
			١٢٤	٥١٥,٧٩٢	المجموع	

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أساليب مواجهة الضغوط
*٠,٠٠٠	١١,٠٩٦	٧٦,٩١١	٢	١٥٣,٨٢٣	بين المجموعات	الالتجاء إلى الله
		٦,٩٣٢	١٢٢	٨٤٥,٦٤٩	داخل المجموعات	
			١٢٤	٩٩٩,٤٧٢	المجموع	
*٠,٠٣١	٣,٥٧٤	١١,٧٩٩	٢	٢٣,٥٩٨	بين المجموعات	الاستسلام
		٣,٣٠١	١٢٢	٤٠٢,٧٧٠	داخل المجموعات	
			١٢٤	٤٢٦,٣٦٨	المجموع	
٠,٠٩٨	٢,٣٧٣	٩,٠٥٩	٢	١٨,١١٧	بين المجموعات	الانعزال
		٣,٨١٨	١٢٢	٤٦٥,٧٧١	داخل المجموعات	
			١٢٤	٤٨٣,٨٨٨	المجموع	
٠,٥٩٦	٠,٥٢٠	٢,٦٧٣	٢	٥,٣٤٧	بين المجموعات	أحلام اليقظة
		٥,١٤١	١٢٢	٦٢٧,١٦٥	داخل المجموعات	
			١٢٤	٦٣٢,٥١٢	المجموع	
٠,٩٦٩	٠,٠٣١	٠,١٣٩	٢	٠,٢٧٨	بين المجموعات	الإنكار
		٤,٤٦٧	١٢٢	٥٤٤,٩٢٢	داخل المجموعات	
			١٢٤	٥٤٥,٢٠٠	المجموع	
٠,٠٨٨	٢,٤٨١	١٢,٤٠٣	٢	٢٤,٨٠٥	بين المجموعات	الاسترخاء والانفصال الذهني
		٥,٠٠٠	١٢٢	٦٠٩,٩٩٥	داخل المجموعات	
			١٢٤	٦٣٤,٨٠٠	المجموع	
٠,٢٥٣	١,٣٩٠	٥,٤٦٧	٢	١٠,٩٣٤	بين المجموعات	التنقيس الانفعالي
		٣,٩٣٣	١٢٢	٤٧٩,٨٦٦	داخل المجموعات	
			١٢٤	٤٩٠,٨٠٠	المجموع	
٠,١٠٨	٢,٢٦٣	١٠,١٩٦	٢	٢٠,٣٩٢	بين المجموعات	الدعابة
		٤,٥٠٦	١٢٢	٥٤٩,٧٣٦	داخل المجموعات	
			١٢٤	٥٧٠,١٢٨	المجموع	
٠,٩٥١	٠,٠٥٠	٠,٢٥٦	٢	٠,٥١٢	بين المجموعات	البحث عن إثباتات بديلة
		٥,١٢٧	١٢٢	٦٢٥,٤٨٨	داخل المجموعات	
			١٢٤	٦٢٦,٠٠٠	المجموع	
٠,٨٥٥	٠,١٥٧	٠,٠٠١	٢	٠,٠٠٢	بين المجموعات	الدرجة الكلية
		٠,٠٠٦	١٢٢	٠,٧٣١	داخل المجموعات	
			١٢٤	٠,٧٣٣	المجموع	

*وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

تبيين من الجدول (١٢) وبعد اجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq 0,05$) بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (التحليل المنطقي، التركيز على الحل، المواجهة وتأكيد الذات، ضبط الذات، تحمل المسؤولية، تقبل الأمر الواقع، إعادة التفسير الايجابي، الانعزال، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، التنفيس الانفعالي، الدعابة، البحث عن إثبات بديلة، الدرجة الكلية)، تبعاً لقيم "ف" و مستويات الدلالة الظاهرة في الجدول، وتبين وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq 0,05$) بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (البحث عن المعلومات، لوم الذات، الالتجاء إلى الله، الاستسلام)، تبعاً لقيم "ف" و مستويات الدلالة الظاهرة في الجدول، ولتحديد مصادر الفروق بين فئات (مستوى دخل الأسرة) تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بعد التحقق من تجانس التباين بواسطة اختبار ليفينيه (Levene Statistic) ولجميع أساليب المواجهة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١٣) نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، للتعرف على اتجاه الفروق بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتروين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (البحث عن المعلومات، لوم الذات، الالتجاء إلى الله، الاستسلام)

أساليب المواجهة	مستوى دخل الأسرة	أقل	وسط	أكثر
البحث عن المعلومات	أقل			١,٨٣٨٥١*
	وسط			
	أكثر			
لوم الذات	أقل			٢,٢١٥٨٤-*
	وسط			
	أكثر			
الالتجاء إلى الله	أقل			٣,٠٧١٤٣*
	وسط			
	أكثر			
الاستسلام	أقل			١,٢٣٩١٣-*
	وسط			
	أكثر			

*وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من الجدول (١٣) وبعد استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، أن فروق المتوسطات الحسابية التي ظهرت بين استجابات المشاركين في الدراسة لأساليب

مواجهة الضغوط لدى المتروين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (البحث عن المعلومات، لوم الذات، الالتجاء إلى الله، الاستسلام). كانت بين مستوى دخل الأسرة (أقل) والفئة (أكثر) ولصالح مستوى دخل الأسرة (أقل) وذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

أما بالنسبة للطلاب المندفعين، والجدول التالي يوضح دلالة الفروق لمتوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المندفعين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة.

جدول (١٤) تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، للكشف عن الفروق في استجابات الطلاب المندفعين لأساليب مواجهة الضغوط تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة.

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أساليب مواجهة الضغوط
٠,٦٨٠	٠,٣٨٧	١,٤٠٩	٢	٢,٨١٩	بين المجموعات	التحليل المنطقي
		٣,٦٣٨	١٣٤	٤٨٧,٤٥٩	داخل المجموعات	
			١٣٦	٤٩٠,٢٧٧	المجموع	
٠,٧٠٩	٠,٣٤٥	١,١٠٣	٢	٢,٢٠٦	بين المجموعات	التركيز على الحل
		٣,١٩٣	١٣٤	٤٢٧,٨٩٦	داخل المجموعات	
			١٣٦	٤٣٠,١٠٢	المجموع	
*٠,٠٠٠	١٢,٤١٢	٥٨,٤٠٦	٢	١١٦,٨١٣	بين المجموعات	المواجهة وتأكيد الذات
		٤,٧٠٦	١٣٤	٦٣٠,٥٤٥	داخل المجموعات	
			١٣٦	٧٤٧,٣٥٨	المجموع	
٠,١٣٤	٢,٠٤٤	١١,٩٦٥	٢	٢٣,٩٣٠	بين المجموعات	ضبط الذات
		٥,٨٥٥	١٣٤	٧٨٤,٥٣٨	داخل المجموعات	
			١٣٦	٨٠٨,٤٦٧	المجموع	
٠,٩٥٤	٠,٠٤٧	٠,١٤٨	٢	٠,٢٩٦	بين المجموعات	البحث عن المعلومات
		٣,١٦٢	١٣٤	٤٢٣,٧٣٣	داخل المجموعات	
			١٣٦	٤٢٤,٠٢٩	المجموع	
٠,٣٦٥	١,٠١٦	٦,١٧٣	٢	١٢,٣٤٥	بين المجموعات	تحمل المسؤولية
		٦,٠٧٢	١٣٤	٨١٣,٧١٣	داخل المجموعات	
			١٣٦	٨٢٦,٠٥٨	المجموع	
*٠,٠٠٩	٤,٨٨٥	٢٤,١٨٩	٢	٤٨,٣٧٨	بين المجموعات	لوم الذات
		٤,٩٥٢	١٣٤	٦٦٣,٥٦٤	داخل المجموعات	
			١٣٦	٧١١,٩٤٢	المجموع	
٠,٤٣٩	٠,٨٢٨	٣,٧٥٧	٢	٧,٥١٤	بين المجموعات	تقبل الأمر الواقع
		٤,٥٣٩	١٣٤	٦٠٨,٢٨٢	داخل المجموعات	
			١٣٦	٦١٥,٧٩٦	المجموع	
*٠,٠٠٧	٥,١٣١	٢٤,٥٠٥	٢	٤٩,٠٠٩	بين المجموعات	إعادة التفسير الايجابي

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أساليب مواجهة الضغوط
		٤,٧٧٦	١٣٤	٦٣٩,٩٤٠	داخل المجموعات	
			١٣٦	٦٨٨,٩٤٩	المجموع	
٠,٠٥٢	٣,٠٢٧	٢٦,٨٦٧	٢	٥٣,٧٣٥	بين المجموعات	الالتجاء إلى الله
		٨,٨٧٧	١٣٤	١١٨٩,٥٣٥	داخل المجموعات	
			١٣٦	١٢٤٣,٢٧٠	المجموع	
٠,٣٣٤	١,١٠٧	٦,٧٠١	٢	١٣,٤٠٣	بين المجموعات	الاستسلام
		٦,٠٥٤	١٣٤	٨١١,٢٣٩	داخل المجموعات	
			١٣٦	٨٢٤,٦٤٢	المجموع	
*٠,٠٢٦	٣,٧٥٣	١٩,٤٧٦	٢	٣٨,٩٥١	بين المجموعات	الانعزال
		٥,١٩٠	١٣٤	٦٩٥,٤٥٧	داخل المجموعات	
			١٣٦	٧٣٤,٤٠٩	المجموع	
٠,١٠٥	٢,٢٩١	٩,٦٥٩	٢	١٩,٣١٧	بين المجموعات	أحلام اليقظة
		٤,٢١٥	١٣٤	٥٦٤,٨٤٣	داخل المجموعات	
			١٣٦	٥٨٤,١٦١	المجموع	
٠,٧١١	٠,٣٤٢	١,٧١٢	٢	٣,٤٢٣	بين المجموعات	الإنكار
		٥,٠٠٢	١٣٤	٦٧٠,٢٥٦	داخل المجموعات	
			١٣٦	٦٧٣,٦٧٩	المجموع	
٠,٧٧٤	٠,٢٥٧	١,٨١١	٢	٣,٦٢٢	بين المجموعات	الاسترخاء والانفصال الذهني
		٧,٠٥٩	١٣٤	٩٤٥,٩٤٠	داخل المجموعات	
			١٣٦	٩٤٩,٥٦٢	المجموع	
*٠,٠٠٠	١٢,١٥٦	٩٥,١٤٨	٢	١٩٠,٢٩٥	بين المجموعات	التنفيس الانفعالي
		٧,٨٢٨	١٣٤	١٠٤٨,٨٨٧	داخل المجموعات	
			١٣٦	١٢٣٩,١٨٢	المجموع	
٠,٠٥٢	٣,٠٢٤	١٥,٤٠٥	٢	٣٠,٨٠٩	بين المجموعات	الدعابة
		٥,٠٩٤	١٣٤	٦٨٢,٦٥٠	داخل المجموعات	
			١٣٦	٧١٣,٤٦٠	المجموع	
٠,١٦٣	١,٨٣٦	٧,٧٦٨	٢	١٥,٥٣٥	بين المجموعات	البحث عن إثبات بديلة
		٤,٢٣٠	١٣٤	٥٦٦,٨٧٣	داخل المجموعات	
			١٣٦	٥٨٢,٤٠٩	المجموع	
٠,٠٥٢	٠,٦٩٤	٠,٠١٦	٢	٠,٠٣٢	بين المجموعات	الدرجة الكلية
		٠,٠٢٣	١٣٤	٣,١٠٤	داخل المجموعات	
			١٣٦	٣,١٣٧	المجموع	

*وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

تبيين من الجدول (١٤) وبعد اجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0,05$) بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المتدربين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من

أساليب المواجهة (التحليل المنطقي، التركيز على الحل، ضبط الذات، البحث عن المعلومات، تحمل المسؤولية، تقبل الأمر الواقع، الالتجاء إلى الله، الاستسلام، أحلام اليقظة، الإنكار، الاسترخاء والانفصال الذهني، الدعابة، البحث عن إثبات بديلة، الدرجة الكلية)، تبعاً لقيم "ف" و مستويات الدلالة الظاهرة في الجدول، وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المندفعين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (المواجهة وتأكيد الذات، لوم الذات، إعادة التفسير الإيجابي، الانعزال، التنفيس الانفعالي)، تبعاً لقيم "ف" و مستويات الدلالة الظاهرة في الجدول، ولتحديد مصادر الفروق بين فئات (مستوى دخل الأسرة) تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بعد التحقق من تجانس التباين بواسطة اختبار ليفينيه (Levene Statistic) ولجميع أساليب المواجهة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١٥) نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، بين متوسطات أساليب مواجهة الضغوط لدى المندفعين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (المواجهة وتأكيد الذات، لوم الذات، إعادة التفسير الإيجابي، الانعزال، التنفيس الانفعالي)

أساليب المواجهة	مستوى دخل الأسرة	أقل	وسط	أكثر
المواجهة وتأكيد الذات	أقل			*٢,٣١٩٥٥
	وسط			
	أكثر			
لوم الذات	أقل			*١,٤٥٦١٤
	وسط			
	أكثر			
إعادة التفسير الإيجابي	أقل			*١,٣٨٥٩٦
	وسط			
	أكثر			
الانعزال	أقل			*١,٣٨٩٧٢
	وسط			
	أكثر			
التنفيس الانفعالي	أقل			*٢,٠١٧٥٤
	وسط			
	أكثر			

*وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من الجدول (١٥) وبعد استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية، أن فروق المتوسطات الحسابية التي ظهرت بين استجابات المشاركين في الدراسة لأساليب مواجهة الضغوط لدى المندفعين تبعاً لمتغير مستوى دخل الأسرة لكل من أساليب المواجهة (المواجهة وتأكيد الذات، لوم الذات، الانعزال، إعادة التفسير الإيجابي، التنفيس الانفعالي). ومعظمها أساليب

سلبية إجمالية . كانت بين مستوى دخل الأسرة (أقل) والفئة (أكثر) ولصالح مستوى دخل الأسرة (أقل) وذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

ويرى الباحث أن السبب في وجود الفروقات في متوسطات أساليب مواجهة الضغوط والعائد لمتغير مستوى الدخل لدى المترولين والمندفعين عموماً قد يعود إلى ما للفقر وانخفاض الدخل — في بعض الأحيان — من تأثير نفسي وسلوكي واجتماعي على الفرد ، حيث قد يعاني أفراد الأسر الفقيرة من شح في التربية النفسية والسلوكية الصحيحة ومن ضعف الرعاية والمتابعة الأسرية إلى جانب معاناتهم من عدم كفاية في المال والغذاء ورداءة في المسكن ، ومن الطبيعي أن ينعكس ذلك على أساليبهم واستراتيجياتهم في مواجهة ضغوط الحياة المتعددة التي تواجههم ، وينوه الباحث إلى أن ذلك لايعتبر قاعدة فقد خرج الكثيرون من الأصحاء نفسياً والمترنين انفعالياً من وسط المعاناة والظروف الاقتصادية والاجتماعية السيئة .

التوصيات : على ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث فإنه يوصي بما يلي :

١ . حث التربيين والمهتمين إلى محاولة التنبه للأساليب والاستراتيجيات التي يتخذها الطلاب والأبناء عند مواجهتهم للضغوط .

٢ . متابعة الطلاب المهينين لاتخاذ أساليب مواجهة سلبية مثل الانعزال والتنفيس الانفعالي وهم من المندفعين وخصوصاً من ذوي الدخل المنخفض ومحاولة تحسين وتطوير بعض أساليبهم السلبية في مواجهة الضغوط

قائمة المراجع

المراجع العربية :

- أبوخطب، فؤاد (١٩٨٣). القدرات العقلية (ط٤). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أبو عرام، أمل علاء الدين (٢٠٠٥). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية. رسالة دكتوراه غير منشورة. قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، القاهرة: جامعة عين شمس.
- حمودة ، حكيمة آيت (٢٠١٢). دور أساليب المواجهة في التعامل مع قلق الامتحان وأثرها في النجاح والرسوب في شهادة الدراسة الثانوية، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٠ (١). ١٠٤.

الخنعمي، صالح سفير (٢٠٠٨). وجهة الضبط والاندفاعية لدى المتعاطين وغير المتعاطين للهروين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا. الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

خليفة، سهام محمد عبدالفتاح. (٢٠١١). كفاءة الذات وأساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة البحث العلمي في التربية، ١٢(٣). ٧٩١ - ٨١٥.

الزهراني، حمد (٢٠٠٥). وجهة الضبط والاندفاعية لدى المتعاطين للكحول وغير المتعاطين. رسالة ماجستير غير منشورة. مكة المكرمة: جامعة الملك سعود.

السلمي، طارق عبدالعالي (٢٠٠٢). الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع) والتفكير الابتكاري لدى عينة من طلاب الصف الثالث الثانوي بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

السيد، فتحي محرز وآخرون. (١٩٩٧). الفروق بين المتروين والمندفعين في التحصيل الدراسي، القاهرة: جامعة الأزهر، مجلة التربية، ٦٧.

الشرقاوي، أنور (٢٠٠٣). علم النفس المعرفي المعاصر. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

صعدي، ابراهيم (١٩٩٩). الأسلوب المعرفي (التروي/الاندفاع) والتصرف في المواقف التربوية لدى المعلمين/المعلمات بمنطقة جازان. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

صغير، عبلة (٢٠٠٢). التحصيل الدراسي وعلاقته بأسلوب (التروي/الاندفاع) عند مستويات مختلفة من الفلق والذكاء لدى طالبات المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية الآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

الطريزي، عبدالرحمن سليمان (١٩٩٤). الضغط النفسي: مفهومة تشخيصه وطرق مقاومته. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

طه، فرج عبدالقادر (٢٠٠٣). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. القاهرة: دار غريب.

عبدالله، منى محمود محمد (٢٠٠٢). أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية دراسة مقارنة بين الريف والحضر. رسالة دكتوراه غير منشورة. معهد الدراسات العليا للطفولة، القاهرة: جامعة عين شمس.

عبدالمعطي، حسن مصطفى (٢٠٠٦). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. القاهرة: زهرة الشروق.

العنوم، عدنان يوسف (٢٠٠٤). علم النفس المعرفي (النظرية والتطبيق). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

عراقي، أحمد محمد (٢٠١٣). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بتأكيد الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة مهد الذهب. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

الفرماوي، حمدي (١٩٩٤). الأساليب المعرفية بين النظرية والبحث. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

الفرماوي، حمدي (٢٠٠٩). الأساليب المعرفية بين النظرية والتطبيق. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

فريز، فاطمة حلمي حسن (١٩٨٦). التأمل /الاندفاع وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية، جامعة الزقازيق.

القايدي، نزار حامد (٢٠١٢). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة جدة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

المشوح، سعد بن عبدالله . (٢٠١٠). هروب الفتيات و علاقته بوجهة الضبط و الأساليب المعرفية (الاندفاع و التروي) في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - العلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٧ . ٩٥ - ١٥٩ .

مصطفى، هدى نصر محمد . (٢٠١١). تنمية بعض مهارات الذكاء الاجتماعي وتأثيرها في تحسين أساليب مواجهة الضغوط لدى الطالبة الجامعية . مجلة البحث العلمي في التربية، ١٢ (٣). ٧٤٥ - ٧٦٥ .

الهاللي، عادل عبدالرحمن (٢٠٠٩). بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

المراجع الأجنبية :

Bootzin, R. (1991). *Psychology Today: an introduction*, 7th ed. McGraw-Hill, Inc

Higgins, J. E. & Endler. N.S. (1995). Coping life stress and psychological and somatic distress. *European Personality*, 9(4), 253-270.

-
- Mann, L. (1973). *Difference between reflective and impulsive children in tempo and quality of decision making, child Development*, 274-279.
- Millsum, J.H. (1985). A Model the Eu-stress system for Health. *Illness-behavior science*, 13, 150-167.
- Mckinney J.D. : (1973). problem solving. Strategies in Impulsive and reflective second graders, *Developmental Psychology*, 8(1): 145
- Stephenson, N, S, (1990). *Relationship Between Coping Style And Hardiness of Males and Females Employed as Attorneys and Bankers*, DAI-, 50-90.
- Whitfield, G and Davidson, A. (2008). *Cognitive behavioral Therapy Explained*. Oxon, U.K, Radclife Publishing Ltd.