تحديد الذات وعلاقته بكل من وجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى

إعداد

د .هانم أحمد أحمد سالم
مدرس علم النفس التربوي
كلية التربية-جامعة الزقازيق

د .إحسان شكرى عطية حجازى
مدرس علم النفس التربوي
كلية التربية-جامعة الزقازيق

مستخلص البحث:

يهدف البحث الى التعرف على تحديد الذات ووجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط لطلبة التعليم الثانوى العام والفنى، والفروق بين الذكور والاناث وبين طلبة التعليم الثانوى بنوعيه) العام والفنى (فى تلك المتغيرات، وعلاقة تحديد الذات بكل من وجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط، وتكونت العينة النهائية من (370) طالبًا وطالبة بالصف الثانى الثانوى العام والفنى، طُبق عليهم مقياس تحديد الذات ومقياس وجهة الضبط ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط) إعداد الباحثتين(، وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة عن طريق برنامج(Spss22) ، توصل البحث إلى مجموعة من النتائج منها أن مستوى تحديد الذات لدى أفراد العينة كان متوسط، كما تميز غالبية الطلبة بوجهة ضبط داخلية، كما كان مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط ما بين مرتفع ومتوسط، كذلك توصل البحث إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والاناث فى تحديد الذات فيما عدا بعد تنظيم الذات، فى حين وجدت فروق دالة إحصائيًا بين طلبة التعليم الثانوى العام وطلبة التعليم الثانوى الفنى فى تحديد الذات لصالح طلبة الثانوى الفنى، كما لا توجد فروق فى وجهة الضبط ترجع لمتغير النوع أو نوع التعليم، فى حين وجدت فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث وبين طلبة التعليم الثانوى العام والفنى فى بعض استرتيجيات مواجهة الضغوط، كما توصل البحث إلى وجود علاقة موجبة بين تحديد الذات وكل من وجهة الضبط الداخلية، واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية.

الكلمات المفتاحية : تحديد الذات -وجهة الضبط -استراتيجيات مواجهة الضغوط.

Abstract:

The Research aimed to study Th level of Self- Determination and Locus Of Control and Coping Strategies for second General and Technical Secondary School Students, as well as the detection of the impact of some demographic variables such as gender (male/female), and the Secondary learning (general/ Technical) on these variables, and also study relationship between Self-Determination and both Locus Of Control and Coping Strategies, the research sample consisted of(370)student from second General and Technical Secondary School Students, The researchers prepared the research instruments, and used appropriate statistical methods through (Spss22)program. the research found that the level of Self-Determination was Average, it found Also that Almost of students were internal Locus of control, and the level of coping strategies was low or average or high, it found also that was no statistically significant differancess between male and femal in Self-Determination accept self regulation, and there were statistically significant differancess between General and Technical Secondary School Students in faver of Technical Secondary Students, and there were no statistically significant differancess between male and femal or the type of learning in locus of control, but there were statistically significant differancess between male and femal and also between General and Technical Secondary School Students in some of coping strategies, it found also there were positive relationship between Self-Determination and both of "locus of control" and positive coping strategies.

Key words: Self- Determination- Locus of Control- Coping Strategies of Stress

مقدمة البحث:

يعيش الطلبة فى عصر تتلاحق فيه الأحداث وتتسارع بصورة قد تجعلهم عاجزين عن فَهم ومواجهة ما يحدث حولهم من أحداث وتغيرات، مما يدفع الباحثين والتربويين إلى محاولة التعرف على البيئة النفسية لدى هؤلاء الطلبة، والتعرف على خصائصهم الشخصية، وكذلك التعرف على ما بها من متغيرات قد يكون من شأنها مساعدتهم على مواجهة الواقع والتصدى له بكل ما

فيه من تحديات وعقبات سواء فى المدرسة أو خارجها، وكذلك من أجل المرور بهم إلى المستقبل.

ومن بين تلك المتغيرات المهمة متغير تحديد الذات-Self Determinationالذي يساعد الطلبة على اتخاذ القرار ذو المعنى والمرتبط بجودة الحياة سواء فى المنزل أو فى المدرسة أو فى العمل أو فى المجتمع، كما أنه يساعدهم على اكتشاف الأفكار والآراء وتحديد الهدف وصنع القرار، وتمكنهم من التواصل مع الآخرين والتواصل مع الذات (Humphrey, 2010,15) و تحديد الذات مفهوم مهم للأفراد لأنه يساعدهم على النجاح الأكاديمي وكذلك النجاح فى الحياة بصفة عامة.(Humphrey, 2010,95)

ويقوم تحديد الذات على الإهتمام بالتعلم وتطوير معرفة الفرد الفطرية أو المكتسبة من البيئة، ويُقسم تحديد الذات إلى الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية، وتوجد ثلاثة أشكال للدافعية الداخلية وهى الحاجة إلى الكفاية والحاجة إلى الاستقلالية والحاجة إلى الترابط والتوافق، وتتشابه الحاجة إلى الكفاية مع فاعلية الذات، والتى تعبر عن المشاعر الداخلية لدى الفرد حول مدى اعتقاده عن نفسه وقدرته على إكمال المهمة، كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الاستقلالية وجهة الضبط الداخلية-(Clay-Spotser, 2015, 12).

ويعتبر (Ricoh, 2009, 2)وجهة الضبط بأنها المكون الشخصى للضبط المدرك والذى يتكون من مكون معرفى ومكون دافعى ومكون شخصى، وتوضح وجهة الضبط كيف أن معتقدات الأفراد لها أهمية فى نواتج الحياة، لذا فإن وجهة الضبط تساهم فى تحديد الذات، فى حين توصل بحث (Bulus, 2011) إلى أنه لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط والتمكين النفسي، الذى يُعد أحد أبعاد تحديد الذات.

كما أن الضغط والتوتر أصبح موجود فى كل جانب من جوانب الحياة، وقد زاد فى السنوات الأخيرة ويرجع ذلك إلى عدد من العوامل منها،

زيادة الضغط، والتنافس، ونقص الموارد، ونقص المساندة الأسرية، وزيادة العنف، مما جعل الطلبة يواجهون صعوبة فى حياتهم التى تميزت بالمخاطر والتغيرات السريعة، لذا فإن استراتيجيات مواجهة الضغوط من الممكن أن تساعد هؤلاء الطلبة على تخطى كل هذه التحديات، وكذلك تساعدهم على الإعتماد على الذات فى حل المشكلات واتخاذ القرارات وتحقيق السعادة النفسية (Kadhiravan & Kumar, 2012, 49) .

ويرى (Humphrey,2010,95) أن السعادة النفسية وكذلك النجاح الأكاديمي والنجاح فى الحياة بصفة عامة يتحقق من خلال تحديد الفرد لذاته، ومن ثم قدرته على مواجهة الضغوط.

ويُعد تحديد الذات أحد أهم خصائص الشخصية، ويعبر عن ميل الفرد إلى الإدراك والتصرف فى المواقف المختلفة ليشعر بالارتياح، ويسهم تحديد الذات في تسهيل فنيات أو استراتيجيات المواجهة بهدف تحويل الأحداث لتتوافق مع خطط الفرد المستهدفة(Strutton; Pelton; & Lumpkin, 1995, 134) ، وبالتالى فأنه يمكن القول بأنه توجد علاقة دالة إحصائيًا بين استراتيجيات مواجهة الضغوط وبين تحديد الذات.

وتوصل بحث (Parker; Jimmieson; & Amiot, 2013)إلى أنه توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات واستراتيجيات التخطيط للمواجهة واستراتيجيات المواجهة الفعالة والدافعية الداخلية لأداء المهمة.

وقد أشار بحث (Chin; Khoo; &Low, 2012) إلى وجود فروق دالة إحصائيًا فى تحديد الذات بين الذكور والإناث لصالح الذكور، فى حين أوضحت نتائج بحث (Vela, Alonson, Gil,& Corbella,2012) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى تحديد الذات، وأسفرت نتائج البحث ذاته عن وجود تأثير دال إحصائيًا للمرحلة الدراسية على تحديد الذات .

وتوصل بحث كل من" عبدالله أبو سكران(2009) "، و" فتحية خنفر " (2014)إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى وجهة الضبط، فى حين توصل بحث(Landine & Stewart, 1998) ، و"سناء

العطارى (1999)"إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى وجهة الضبط لصالح الإناث، فى حين توصل بحث" آمال بواللیف(2010) " ، و"محمدى على (2013) "إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى وجهة الضبط، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الطلبة فى التخصصات العلمية المختلفة فى وجهة الضبط.

وقد تباينت نتائج البحوث حول الفروق بين الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط، حيث وجدت" نبيلة أبو حبيب (2010) "فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لصالح الإناث، وتوصل" على الشكعة (2009) "إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى التفاعل الإيجابى لصالح الذكور وفى التفاعل السلبى والتصرفات السلبية لصالح الإناث ، فى حين توصل (Kumar & Bhukar, 2013)، وتوصلت نتائج بحث" شيماء توفيق (2017) "إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لصالح الذكور.

فى حين توصلت نتائج بحث" آمال جودة (2004) "إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الجامعة، وأشار بحث" مصطفى مصطفي (2010) "إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى ثلاث من استراتيجيات مواجهة الضغوط)تحمل المسئولية، واتخاذ القرار، وضبط النفس (لدى طلبة الجامعة ، فى حين وجدت بينهم فروق دالة إحصائيًا فى الدرجة الكلية لصالح الذكور، كما وجدت" مريم رجاء (2007) "فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط فى استراتيجية التنفيس الإنفعالى لصالح الإناث، وفى استراتيجية البحث عن الاثابة والمكافأة لصالح الذكور.

وتوصل" أحمد الحواس (2016) "إلى أن الطلبة يستخدمون أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بنفس الدرجة التى يستخدمون بها أساليب مواجهة

الضغوط السلبية، كما توصل" أحمد عرايفٍ (2013) "إلى أن متوسطات درجات أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية تحتل الدرجات الأولى على مقياس أساليب مواجهة الضغوط، باستثناء إعادة التفسير الإيجابى للمشكلة، لدى طلبة المرحلة الثانوية، فى حين توصلت نتائج بحث" عبدالله الضريبى، وعلى نحيلى، ومسعد النجار (2010) "إلى أن استراتيجيات المواجهة الإيجابية أكثر استخدامًا من استراتيجيات المواجهة السلبية لدى عينة البحث .

كما وجد (Kumar & Bhukar, 2013,7)أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين الطلبة فى استراتيجيات مواجهة الضغوط وفقًا لنوع التعليم حيث وجدا أن استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الطلاب والطالبات الذين يدرسون التربية الرياضية أفضل منها لدى الطلاب والطالبات الذين يدرسون الهندسة، وذلك بسبب الضغط الشديد الذى يتعرض له الطلبة الذين يدرسون الهندسة بسبب الكمية الكبيرة من المقررات والمهام المطلوب منهم أن ينجزوها، فى حين أن ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الطلبة الآخرين تساعدهم على إدارة أو مواجهة ضغوطهم، وتوصلت نتائج بحث" عبدالله الضريبى، وعلى نحيلى، ومسعد النجار (2010) "إلى وجود فروق دالة إحصائيًا فى استخدام استراتيجيات المواجهة الإيجابية بينالتعليم) الأساسى /الثانوى (لصالح حملة الشهادة الثانوية، كما توصلت نتائج بحث" مريم رجاء (2007) "إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلبة التخصصات المختلفة فى استراتيجيات مواجهة الضغوط، كذلك توصلت نتائج بحث" آمال جودة (2004)"إلى وجود فروق دالة إحصائيًا فى بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب وطالبات جامعة الأقصى تعزى إلى متغير التخصص.

وحيث إن متغير تحديد الذات لم يحظ بالدراسة فى البيئة العربية سوى فى بحث عربى وحيد– فى حدود علم الباحثتين -كما أنه لم يُدرس مع وجهة الضبط أو مع استراتيجيات مواجهة الضغوط بالبيئة العربية، وكذلك تباينت نتائج البحوث حول تأثير بعض المتغيرات الديموجرافية على تلك

المتغيرات، و حول طبيعة العلاقات فيما بينها، كذلك حول أى الاستراتيجيات أكثر استخدامًا لمواجهة الضغوط، لذلك وجدت الباحثتان ضرورة إجراء هذا البحث، وخاصة على التعليم الثانوى بنوعيه العام والفنى، لما لتلك المرحلة من أهمية فى حياة الطلبة حيث إنها تعتبر مرحلة فاصلة بين مرحلة المراهقة وبداية مرحلة الرشد والتى يتم فيه بناء الشخصية لدى هؤلاء الطلبة، لذا فالبحث بحاجة إلى التعرف على وجود تلك المتغيرات)تحديد الذات، ووجهة الضبط، واستراتيجيات مواجهة الضغوط (لدى هذه الشريحة المهمة من المجتمع.

مشكلة البحث :

يمكن تحديد مشكلة البحث فى الإجابة على الأسئلة التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى أبعاد تحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام وطلبة الصف الثانى الثانوى الفني فى أبعاد تحديد الذات لدى عينة البحث؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى درجات وجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام وطلبة الصف الثانى الثانوى الفني فى وجهة الضبط لدى عينة البحث؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى؟

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام وطلبة الصف الثانى الثانوى الفني فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة البحث؟
- ما مستوى تحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى؟
- ما مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى؟
- هل توجد علاقات دالة إحصائيًا بين درجات تحديد الذات ووجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى؟
- هل توجد علاقات دالة إحصائيًا بين درجات تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة التعليم الثانوى العام والفنى الصف الثانى الثانوى؟

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

- الفروق بين طلبة المرحلة الثانوية العامة والفنية بالصف الثانى حسب النوع)ذكور وإناث (ونوع التعليم)عام/فني (فى تحديد الذات ووجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط.
- مستوى كل من تحديد الذات، واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- استراتيجيات مواجهة الضغوط الأكثر استخدامًا لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- العلاقة بين تحديد الذات وكل من وجهة الضبط، واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.

أهمية البحث :

قد تُفيد نتائج هذا البحث في:

- تقديم إثراء للمكتبة العربية بإطار نظرى عن متغير تحديد الذات باعتباره مفهوم حديث نسبيًا فى البيئة العربية ولم يتم تناوله من قبل – فى حدود علم الباحثتان.-
- تبصرة المعلمين بخصائص الطلبة فى هذه المرحلة الحرجة من العمر الزمنى والتعرف على وجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط لديهم .
- الوصول إلى أكثر استراتيجيات مواجهة الضغوط استخدامًا لدى الطلبة حتى يتثنى توظيفها وتحسينها لدى جميع الطلبة .
- تبصرة القائمين على وضع المناهج والخطط الدراسية بخصائص الطلبة بحيث تتوفر بالمناهج الموضوعات والأنشطة التى تدعم وجهة الضبط الداخلية لديهم، وتزيد من اعتقادهم الشخصى فى قدراتهم وذواتهم .

مصطلحات البحث:

أولاً :تحديد الذات :(Self-Determination)

تعرفه الباحثتان بأنه قدرة الطالب على إدراك المواقف المختلفة من حوله والتصرف فيها بناء على معرفته لذاته وما تتميز بها من مواطن قوة ومواطن ضعف، وقدرته على تنظيم ذاته واتخاذ القرارات المناسبة حيال تلك المواقف .وقد أسفر التحليل العاملى الاستكشافي عن خمسة عوامل وهي :

١. **التنظيم الذاتى للتعلم** ويقصد به قدرة الطالب على التعامل مع الظروف البيئية المختلفة والتعرف على مشكلاتها من أجل الوصول إلى حلول لها ليتمكن من تحقيق أهدافه مع مقارنة تلك الأهداف فى ضوء أدائه السابق.
٢. **واقعية الذات** ويقصد بها معرفة الطالب لذاته ولقدراته التي تمكّنه من إنجاز أهدافه بصورة حقيقية واقعية وشعوره بالسعادة عند إنجاز الأهداف أو الأعمال سواء فى المدرسة أو فى الحياة بصفة عامة.

٣. **التمكين النفسي** ويقصد به عملية تعزيز الشعور بالكفاءة الذاتية زيادة الاهتمام بالفرد وتوسيع صلاحياته وإثراء المعلومات لديه ومشاركته في وضع الأهداف واتخاذ القرارات المتعلقة بحياته.

٤. **الثقة بالنفس** ويقصد بها وعى الطالب وإدراكه للاستعداداته وقدراته التى تمكّنه من إنجاز الأعمال الموكلة إليه بشكل جيد، وشعوره بأهمية وجوده فى الحياة .

٥. **الاستقلالية** وتعبر عن أداء الطالب وفقًا طريقته الخاصة مع مراعاة حقوق الآخرين، وكذلك قدرته على مواجهة الآخرين والاختلاف معهم دون إلحاق الضرر بهم، كذلك قدرة الطالب على التغلب ومواجهة العقبات التى تصادفه عند تحقيق أهدافه.

ثانيًا :وجهة الضبط :(Locus of Control)

تعرفه الباحثتان بأنه درجة إدراك الطالب للعلاقة بين المواقف والأحداث والمكافأة أو التدعيم المقدم بعد تلك الأحداث والمواقف، من حيث إدراكها على أنها نتائج لسلوكه) أى أن وجهة الضبط لدى الطالب داخلية (، أم أنها نتائج لظروف وعوامل خارجية وقد تكون غيبية ليس له دخل بها وغير قادر على السيطرة عليها)أى أن وجهة الضبط لدى الطالب خارجية(، أم أنها نتائج لظروف وعوامل مشتركة بين داخل الفرد والبيئة المحيطة التى ليس له دخل بها وغير قادر على السيطرة عليها)أى أن وجهة الضبط لدى الطالب داخلية خارجية) مسئولية جزئية.(

ثالثًا :استراتيجيات مواجهة الضغوط(Coping Strategies)

تعرفها الباحثتان بأنها جهود الطالب للتغلب والسيطرة على أحداث ومواقف الحياة الضاغطة، سواء ما إذا كانت هذه الجهود سلوكية أو إنفعالية، إيجابية أو سلبية، من أجل تحقيق التوافق النفسى والاجتماعى والمهنى للطالب.

الإطار النظرى:

أولًا :تحديد الذات:

يُنظر إلى تحديد الذات من خلال الجمع بين مهارات المعرفة والمعتقدات التى تمكّن الفرد من الإندماج فى سلوك التعلم المنظم ذاتيًا، كما أن تحديد الذات يساعد الأفراد على معرفة ما يريدونه واستخدام استراتيجيات تطويع الذات لإنجاز هذا العمل، من خلال الوعى بالإحتياجات الشخصية واختيار الأهداف والإقتناع بها، وهذا يتطلب العديد من المهارات منها صنع القرار وتقويم التقدم نحو الأهداف والتوافق مع الآراء وابتكار حلول فردية لما يواجه الفرد من مشكلات.(Lamb, 2006, 4)

ويعرف (Deci & Ryan, 1985, 38) تحديد الذات على أنه القدرة على الاختيار من المهام العديدة وتعزيز هذه الاختيارات، كما أنه حاجة تؤدى بالفرد إلى تنظيم سلوكياته الضرورية عند الإندماج فى عمل ما، كما عرفه (Strutton, et al, 1995, 134)بأنه ميل الأفراد للإدراك والتصرف فى المواقف المؤثرة ليشعرون بالارتياح، ويشير (Humphrey, 2010, 2-7) إلى أن تحديد الذات هو مجموعة من المهارات المهمة لدى الطالب، يتعرف من خلالها على مدى ضعفه وقوته وقدرته على التواصل مع الآخرين، كما أنها تساعده على التعامل مع البيئة الأكاديمية والتخطيط لأفعاله وإتخاذ القرارات المناسبة والتوافق مع متطلبات البيئة،كما يوضحه (Roby, 2015,5)بأنه درجة شعور الأفراد بفاعليتهم الذاتية ومعتقداتهم حول قدراتهم الذاتية.

وقد تناول (Lamb, 2006,11- 12)مفهوم تحديد الذات بأنه القدرة على ضبط الاحتياجات الشخصية واتخاذ القرارات المهمة، ويشمل بداخله العديد من المكونات منها الوعى بالذات وتعبر عن قدرة الفرد على تحديد وفهم الاحتياجات والإهتمامات والمؤثرات والقيم، وكذلك تطوير الذات والذىيعبر عن القدرة على توكيد الذات وما يراه الفرد ويحتاج إليه من حقوق وآراء تدعم وتحدد

مصالحه واحتياجاته الشخصية ،وتقويم الذات والذى يعبر عن مراقبة أداء المهمة وتحديد ما إذا كانت الخطة مناسبة لتحقيق الهدف، والتوافق ويعبر عن الأهداف والمعايير والخطط لتحسين الأداء لدى الأفراد.

وينقسم تحديد الذات إلى الدافعية الخارجية التى تجعل الفرد يتحمل نتيجة أفعاله وفى نفس الوقت يستمتع بالأنشطة التى يقوم بها وبالتعلم وإنجاز المهام، وفى المقابل تاتى الدافعية الخارجية والتى تعبر عن السلوكيات التى يتحملها الفرد ليس من أجل الاستمتاع ولكن من أجل تحقيق النواتج، ويتحقق ذلك من خلال التنظيم الخارجى والذى يعبر عن سلوكيات الفرد التى تخضع للضغط الخارجى مثل تجنب الفرد للعقاب من أجل الحصول على المكافأة، وكذلك من خلال التنظيم التكاملى والذى يعمل على إعادة هيكلة القيم والمعتقدات المجتمعية كى تندمج مع قيم ومعتقدات الفرد الشخصية، كما تتحقق الدافعية الخارجية أيضا من خلال التنظيم المحدد للإستفادة من القيم على الوجه الخاص، مما يؤدى إلى إثراء وتعزيز الذات (Ntoumanis; Edmunds; & Duda, 2009, 252)

ويظهر مفهوم تحديد الذات لدى الفرد من خلال ثلاث متطلبات نفسية رئيسية وهى الكفاية، والترابط والتوافق، والاستقلالية، وتشير الكفاية إلى استخدام الفرد لطاقته وفاعليته فى العمل من أجل اتمام المهمة بشكل جيد، ويعبر الترابط والتوافق عن الحاجة إلى العلاقات ذات المعنى مع الآخرين، والاستقلالية تشير إلى الحرية فى الاختيار ورغبة الفرد في إنجاز مهامه دون تدخل الآخرين.(Arshadi, 2010,1267)

وتشير الاستقلالية إلى رغبة الإندماج فى الانشطة الناتجة عن اختيار الفرد، بحيث يكون عضوًا فعالًا فى سلوكه الخاص به، فى حين تشير الكفاية إلى حاجة الأفراد للتفاعل بإيجابية مع البيئة والاحساس بالخبرة والتأثير فى النواتج المرغوبة ومنع الأحداث غير المرغوبة من الظهور، ويعبر الترابط والتوافق عن الحاجة إلى الاحساس والتوافق مع الآخرين فى الجماعات الاجتماعية (Ntoumanis; et al, 2009, 252).

وهناك من يرى أن تحديد الذات يتكون من حل المشكلة وفاعلية الذات، وهذا المفهوم يساعد الأفراد على تنمية مهـــارات التعلم لديهم، كذلك تعتبر الاعزاءات السببية الموجبة من أحد مكونات تحديد الذات، كما أن العناصر المهـمة لتطوير سلوك تحديد الذات منها اتخاذ القرار وتحديد الهدف والإتجاه نحو ملاحظة الذات وتدريب الذات والتطوع الذاتى والوعي بالذات ومعرفة الذات والتوجهات الداخلية للضبط.(Ricoh, 2009,5)

وقد إفترض (Deci & Rayn, 1985,109-120)أن نظرية لتحديد الذات بإعتبارها منظور متعدد للدافعية، حيث تفترض هذه النظرية أنماط متعددة من الأسباب التى تقف خلف سلوك الأفراد والتى يمكن ترتيبها على متصل لتحديد الذات، حيث توجد الدافعية الداخلية فى النهاية العظمى لهذا المتصل، والتى تتضمن القيام بالسلوكيات بسبب المتعة والرضا الذى يتم تحقيقه من خلال ممارسة تلك السلوكيات، والنمط الثانى للدافعية هو الدافعية الخارجية والتى تعبر عن الاشتراك فى الأنشطة لأسباب خارجية مثل الحصول على الإثابة أو تجنب العقاب، واستنادًا لهذه النظرية فإن الفرد دائمًا بحاجة إلى الشعور بالاستقلالية والكفاية، ويتحقق ذلك من خلال الدافعية الداخلية.

كما أشار (Turban; Tan; & Sheldon, 2007, 2380-2385) إلى أن نظرية تحديد الذات هى نظرية فى الدافعية تتعامل بإستمرار مع الأفراد، وتبحث عن التحديات والخبرات الجديدة لتطويرها، ويتكون مفهوم تحديد الذات من الدافعية الداخلية وهى شعور الفرد بالسرور والإهتمام والرضاعن المشاركة فى سلوك ما، وفيها يكون الفرد منظم ذاتيًا لموضوعاته ومدفوع داخليًا بغض النظر عن المكافأة أو العقاب وهي أعلى مستويات تحديد الذات، والمكون الثانى هو الدافعية الخارجية وفيها يتم التنظيم الخارجى للمعلومات ويعبر عن أقل مستويات تحديد الذات وهو عبارة عن السلوكيات التي يقوم بها الفرد لمواجهة الضغوط الخارجية ، والتنظيم المحدد ويشير إلى الإندماج فى المهمة للاستفادة من السلوك الشخصى، والتنظيم المتكامل ويشير إلى السلوكيات

التى يستطيع بها الفرد التغلب على الموقف ويتم فيها الدمج بين الفوئد والقيم الخارجية والإحساس بالذات، والتنظيم الانعكاسى والذى يشير إلى السلوكيات التى يقوم بها الفرد لتجنب الانفعالات السلبية والشعور بالذنب.

مكونات تحديد الذات:

يري ((Humphrey, 2010, 31 أن نموذج" فيلد وهوفمان (Field & Hoffman)" يدرس مفهوم تحديد الذات من خلال مجموعة من المكونات وهى أعرف نفسك، وقيم نفسك، والتطوع الذاتى، والتوكيدية، والتمكين النفسى، وصنع القرار، والكفاية، والثقة بالنفس، وتحديد الهدف، وتقييم الذات من خلال معرفة الحقوق والواجبات، والإهتمام بالذات، ومن ثم يتم وضع الأهداف والتخطيط لتنفيذها، والعمل تحت المخاطرة، والتواصل، والاستعانة بالمصادر الممكنة، والتفاوض مع الآخرين، والصبر والمثابرة من أجل ذلك، ثم يأتى بعد ذلك مرحلة النواتج وتجريبها والتعلم منها، ولهذا يأخذ هذا النموذج الشكل الدائرى، ويقوم هذا النموذج على افتراض أنه من أجل تحديد الذات لابد من تحقيق عدد من المؤشرات أهمها أعرف نفسك، وقيم نفسك، وهذا يشير إلى التعرف على نواحى القوة والضعف والتفضيلات والآراء وأى منها مهم بالنسبة للفرد.

ويتفق بحث كل من(Ntoumanis, et al ,2009,252) ، و (Sharon, 2008,1-3)، و (Turban, et al, 2007, 2390)أن تحديد الذات له مكونين رئيسين وهما:

١ - الدافعية الداخلية وتعبر عن شعور الفرد بالسرور والإهتمام والرضا عند مشاركته فى سلوك ما، وتعد أهم مكون من مكونات تحديد الذات، وفيها يكون الفرد منظم ذاتيًا ويؤدى المهام بغض النظر عن المكافأة أو الصعوبات التى تواجهه.

٢ - الدافعية الخارجية وتعبر عن أسباب أخرى للمشاركة فى الأنشطة والمهام غير الأسباب التى تعبر عن الدافعية الداخيلة، وأقل صور الدافعية

الخارجية هو التنظيم الخارجى، والذي يعبر عن مشاركة الفرد فى النشاط وفق ما تمليه عليه البيئة حتى يصبح هذا النشاط جزء من الذات.

وحدد (Parker; et al, 2013,173-180) مكونين لتحديد الذات وهما الاستقلالية ،والتحكم الخارجى، وتوصل بحث (Vela, et al, 2012,48-55) إلى وجود أربعة عوامل لتحديد الذات وهى الاستقلالية، وتحقيق الذات، والتمكين النفسى، وتنظيم الذات، وأشار بحث (Ricoh, 2009) إلى أن تحديد الذات له أربعة مكونات وهى السلوك الاستقلالى، وتنظيم الذات، والتمكين النفسى، وتحقيق الذات، و أسفر بحث (Wehmeyer & Palmer, 2003) عن وجود ثلاثة أبعاد لتحديد الذات وهى التمكين النفسى، والتفاعل الاجتماعى، والاستقلالية، وأظهر بحث (Wehmeyer & Schwartz, 1998) أن تحديد الذات يتكون من التمكين النفسي، والاستقلالية، والكفاءة، والإنتاجية، والإنتماءالاجتماعى، والرضا النفسى، ولكن توصل (Wehmeyer & Schwartz, 1997) إلى أن تحديد الذات يتكون من الاستقلالية، والتنظيم الذاتى، والتمكين النفسى، وتحقيق الذات.

وبالتالى ليس هناك استقرار على مكونات محددة لتحديد الذات ولذا سوف يتم في البحث الحالى إجراء التحليل العاملى الاستكشافي للوصول إلى مكونات تحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى.

خصائص الطلبة مرتفعي تحديد الذات:

يتميز الطلبة مرتفعي تحديد الذات بأن لديهم القدرة على اتخاذ القرار ذى المعنى والمرتبط بجودة الحياة الأسرية أو المدرسية، بالإضافة إلى قدرتهم على اكتشاف الآراء والأفكار وتحديد الهدف وصنع القرار، كما أنهم يمتلكون القدرة على التواصل مع الآخرين، وكذلك التواصل مع الذات، ولديهم روح المخاطرة والمبادرة والبدء بالأفعال، ولديهم معلومات ومهارات معرفية وسلوكية ذاتية ويتميزون بالتطوع الذاتي.(Humphrey, 2010,15))

وتوصلت نتيجة بحث (Clay-Spotser, 2015) إلى أن الشعور بالاستقلالية والثقة بالنفس كأحد مكونات تحديد الذات له تأثير إيجابى على التحصيل الدراسى لدى الطلبة بالمرحلة الثانوية، بالإضافة إلى ذلك فإن (Saif & Salah, 2013, 252) يري الأفراد الذين يتميزون بتحديد الذات يشعرون بالاستقلالية فى أداء المسئوليات، ويستطيعون اتخاذ القرارات فى العمل وتحديد طريقة العمل المناسبة والوقت المناسب لأداء المهام.

والاستقلالية كأحد متطلبات تحديد الذات تساعد الأفراد على اختيار المهام والمبادأة والمبادرة وتفسير المواقف الحياتية والارتقاء بالمعرفة وتنظيم الأفعال التى تحقق الأهداف الشخصية والإهتمامات بعيدًا عن الضوابط والاضطرابات، ويكون الأفراد ذوى الشخصية الاستقلالية مدفوعين داخليًا لأداء الأعمال، وقادرين على تفسير واختيار وتجميع الأحداث طبقًا لقواعد وضوابط البيئة التى يعيشون فيها. (Deci& Ryan, 1985, 111)

ويعتبر تحديد الذات هو العامل الأساسى الذي يساعد الأفراد فى حياتهم على تحقيق جودة الحياة لديهم(Wehmeyer, 1996, 23) ، ويرى (Lamb, 2006, 4)أن تحديد الذات يساعد الأفراد على معرفة ما يريدون فعله، واستخدام مهارات تطويع الذات للإنجاز واختيار الأهداف والإقتناع بها والتوافق مع الأداء وابتكار حلول فردية للمشكلة .بينما يضيف (Humphrey, 2010, 30) أن الطلبة منخفضي تحديد الذات غير واعين بالكيفية التى يصلون بها إلى الأهداف المحددة، ويكون لديهم نقص فى المعرفة الذاتية سواء بالقوة أو بالضعف.

ثانيًا :وجهة الضبط:

تُعد وجهة الضبط من المتغيرات الشخصية المهمة فى مجال علم النفس، إلا أن هذا المتغير تم ترجمته تحت مسميات مختلفة منها وجهة الضبط ومركز التحكم ومركز الضبط ومسئولية الإنجاز العقلى، إلا أنه سوف يتم

تناوله فى البحث الحالى تحت مسمى وجهة الضبط لأنه الأكثر ملائمة للترجمة من وجهة نظر الباحثتين .

ويُشتق مفهوم وجهة الضبط من نظرية التعلم الاجتماعى" لروتر " والتى تؤسس على أن الشخصية يتم تطويرها من خلال التفاعل بين الطلبة والأنظمة المدرسية، حيث يتم النظر لهذا المتغير من خلال إدراك الطالب للعوامل وللأحداث التى تضبط أحداث البيئة وتوجهها.(Ricoh, 2009, 10)

وقد تعددت التعريفات لهذا المتغير حيث عرف (Lumb, 2015, 21) وجهة الضبط على أنها مسئولية الإنجاز العقلى، واتخذ من فاعلية الذات كمحك لقياس وجهة الضبط ، وعرفه (Rotter, 1966) على أنه اختلاف الأفراد فى تعميم توقعاتهم حول مصادر التعزيز حيث يعتمد الأفراد ذوى الضبط الداخلى أن التدعيمات والمكافأة التى تحدث فى حياتهم تعود إلى قدراتهم وسلوكهم، على العكس من الأفراد ذوى الضبط الخارجى يرون أن التدعيمات والمكافأة فى حياتهم تسيطر عليها قوى خارجية كالحظ والصدفة والقضاء والقدر، ويذكر (Roby, 2015, 5) أن وجهة الضبط هي إعزاء الفرد لظروفه وأحداث حياته إلى عوامل داخلية أو عوامل خارجية.

وقد تطور هذا المتغير بناء على نظرية التعلم الاجتماعى ليصف إدراكات الطلبة عن كيفية ضبطهم للظروف المحيطة بهم فى حياتهم، وينقسم إلى الداخلى والخارجى، وتنشأ وجهة الضبط الداخلية نتيجة اعتقاد الطالب عن أحداث حياته وأنها ترجع إلى ذاته، بينما وجهة الضبط الخارجية ترجع الأحداث إلى الحظ أو الصدفة أو تأثير الآخرين.(Bulus, 2011, 542)

وبناء على ما سبق وما تناولته جميع البحوث السابقة تم تقسيم وجهة الضبط إلى وجهة الضبط الداخلية، ووجهة الضبط الخارجية وذلك وفق معظم البحوث السابقة التى أطلعت عليها الباحثتان، وتعبر وجهة الضبط الداخلية عن اعتقاد الأفراد بأنهم مسئولون عن الأحداث فى حياتهم، على العكس من ذوى الضبط الخارجى الذين يعتقدون أن هناك أسباب خارجية مثل

الحظ أو الصدفة أو أشخاص آخرين هم الذين يتحكمون فى أحداث حياتهم مثل بحوث كلًا من(Darshani, 2014)، ((Gan & Shang, 2007 كما أن هناك فئة من الطلبة يقعون على المنتصف من المتصل بين وجهة الضبط الداخلية ووجهة الضبط الخارجية وهم الطلبة ذوى المسئولية الجزئية، وهم الذين يرجعون نتائج أفعالهم تارة إلى أنفسهم وتارة إلى الأسباب والعوامل الخارجية ولهذا تم تسميتهم بأصحاب المسئولية الجزئية في وجهة الضبط.

تصنيف الطلاب ذوو وجهة الضبط:

اتفقت معظم البحوث السابقة على أن وجهة الضبط تصنف الأفراد إلى نوعين وهما الأفراد ذوى وجهة الضبط الداخلية والأفراد ذوى وجهة الضبط الخارجية، وقد تم قياس متغير وجهة الضبط بناء على هذين التصنيفين، إلا أن تصنيف الأفراد ما إذا كانوا ذوى ضبط داخلى أم ذوى ضبط خارجى هى التى إختلفت من بحث إلى آخر .

ويُعد مقياس" روتر (Rotter, 1966) "هو المقياس الأكثر شهرة لقياس وجهة الضبط والمكون من (13) مفردة قسرية الاختيار وقد تُرجم هذا المقياس واستخدم في بحوث عربية كثيرة، ثم توالى بعد ذلك ظهور المقاييس لقياس ذلك المتغير، كما ظهرت مقاييس يتم الإجابة عليها عن طريق تدريج ليكرت مثل مقياس.(Duttweiler, 1984)

ومن المقاييس الحديثة التى وضعت لقياس وجهة الضبط مقياس"محمد بلوم"، و"فايزة حلاسة (2016) "والذي صنف الطلاب إلى ذوى وجهة الضبط الداخلية، وذوى وجهة الضبط الداخلية، وطلبة حياديون ذوى المسئولية الجزئية.

ومقياس" أفراح القلاف، وعبدالله عبدالغفور، وسعيد اليمانى (2016) " ويقسم الأفراد بناء عليه إلى ذوى ضبط خارجى وهو الشخص الذى يحصل على درجة أقل من أو تساوى(12) ، وذوى ضبط داخلى وهو الشخص الذى يحصل على درجة أكبر من أو تساوى(24) ، والذى يحصل على درجة ما بين (23-13)

يصنف على أنه ذوى ضبط مختلط) داخلى -خارج Mixed Internal- External(locus of Control .

وسوف تتناول الباحثتان متغير وجهة الضبط عن طريق تقسيم الطلبة إلى ثلاث تصنيفات وهم ذوى الضبط الداخلى وهم الطلبة الذين يرون أنهم هم المسئولون عن نتائج أفعالهم ولا أحد آخر أو شئ خارجى مسئول عن تلك النتائج، وذوى الضبط الخارجى وهم الطلبة الذين يرون أن نتائج أفعالهم هى نتاج لعوامل خارجية لا دخل لهم بها ولا يستطيعون السيطرة عليها، وذوى المسئولية الجزئية) داخلى -خارجى (وهم طلبة يعزون نتائج بعض أفعالهم تارة إلى عوامل داخلية وتارة أخرى إلى عوامل خارجية أى أنهم مسئولون بصورة جزئية عن نتائج أفعاله.

خصائص الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية والخارجية والمسئولية الجزئية:

تلعب وجهة الضبط دورًا مهمًا فى الدافعية للتعلم، فالطلبة الذين لديهم وجهة ضبط داخلية يميلون إلى تصحيح أخطائهم عندما يحصلون على درجات منخفضة، بينما الطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية يميلون إلى تعليق أسباب الفشل إلى عوامل خارجية، لذا تكون دافعيتهم للعمل والإنجاز منخفضة، وهذا الميل يساعدهم على حماية مفهوم الذات من خلال الصاق الفشل على القوى الخارجية. (Anderman & Midgeley, 1997, 270)

وقد أوضحت نتائج بحث" منيرة منصور (2007) "أن الطالبات ذوات وجهة الضبط الداخلية يتميزن بالنشاط الفعال والبارز فى مجالات الحياة المختلفة كما أنهن أقل سرعة فى اتخاذ القرارات وخاصة الأعمال المتميزة التى تتطلب مهارات خاصة، كما أنهن يجتهدن لمساعدة الآخرين، ويحافظن على صحتهن النفسية ويكن أكثر قدرة على التوافق مع المواقف الضاغطة.

ويوضح (Ricoh, 2009, 11) أن الطلبة ذوي وجهة الضبط الخارجية يتجهون إلى إرجاء النجاح لديهم إلى الأداء الجيد فى الامتحان والمصادر الخارجية، ويرجعون النواتج السالبة إلى الفشل فى الامتحان ونقص القدرة

والحظ والفرص وضعف مساعدة الآخرين، كما لديهم مشكلات سلوكية ويرفضون آقرانهم.

كما استخلص" عبدالله أبو سكران2009) "، (63-61 مجموعة من الخصائص التى يتميز بها الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية منها الحذر والانتباه وأخذ خطوات تتسم بالفاعلية والتمكن لتحسين حال بيئتهم، ويقاومون المحاولات المغرية للتأثير عليهم، كما أنهم يهتمون كثيرًا بمهاراتهم وتعزيزها، ويهتمون بفشلهم أيضًا، كما يكون لديهم مهارات تفكير متميزة، و لديهم مستوى عال من الطموح، ومفهوم إيجابى عن أنفسهم، فى حين يكون الطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية سلبيين بصفة عامة، ولا يشاركون فى الإنتاج ويفتقرون الإحساس بوجود قدرة داخلية، وأنهم لايكون لديهم إحساس بالمسئولية الشخصية عن نتائج أفعالهم الخاصة.

وتوصل بحث" ابتسام العفاري (2011) "إلى أن الإناث ذوات وجهة الضبط الداخلية يتسمن بأنهن أكثر ذكاءًا وطموحًا ومرونة فى التفكير ويملن إلى المناقشات الفلسفية والعقلية ويفضلن الأفكار غير التقليدية والانفتاح على الخبرة، ويكن أكثر حبًا وميلًا للاستطلاع.

وأشار (Tella; Tella, & Adeniyi, 2011, 169) إلى أن الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية يبحثون عن المعلومات، ويستخدمون عادات الاستذكار الجيدة، بينما الطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية يبذلون مجهود أقل فى التعلم، ويعتقدون أن قدراتهم ومجهودهم ليس سببًا لنجاحهم.

كذلك توصلت نتائج بحث"أحمد الحسن، وفاطمة علي (2015) " إلى أن الطلبة الموهوبين يتميزون بوجهة ضبط داخلية، حيث يتعاملون مع النجاح أو الفشل بصورة أكثر واقعية، وأنهم أكثر قدرة على التحكم فى النتائج وبذل مزيد من الجهد وأنهم أكثر ميلًا للتعلم .فى حين توصل بحث" محمد عبدالله (2000)"إلى أن الأفراد ذوى الضبط الخارجى أكثر تكيفًا من أقرانهم وخاصة فى المواقف التى تكون فيها فرصة الضبط الشخصى قليلة بحيث لا

يوجد مجال عند الشخص للتحكم فى الموقف لأنه خارج نطاقه تماما، لذلك يصبح التوجه الخارجى أكثر تكيفاً.

واستنتج" بشير معمرية (2009) "أن لكل فئة من ذوى الضبط الداخلى أو الخارجى لهم مزايا ومساوئ، حيث إن الأفراد ذوى الضبط الداخلى لا يتصفون كلهم بالفاعلية والتفوق، لأن البعض منهم يكونون متصلبين وقاسين لا يتعاطفون مع الآخرين، حيث يرون أن الأشخاص الذين يقعون فى المتاعب لا يستحقون المساعدة لأنهم هم السبب وراء وقوعهم فى المشاكل، كما أنهم يكونون محاصرين دائمًا بمشاعر الفشل و الخوف من الاحباط وخيبة الأمل، ويواجهون مشاكل الحياة بإنفعال مبالغ فيه، فى حين أن الأفراد ذوى الضبط الخارجى لديهم ميزات مثل اعتقادهم فى الحصول على التعزيز بشرط أن يكون فى الوقت المناسب والمكان المناسب وأن تكون محظوظاً.

ثالثًا :استراتيجيات مواجهة الضغوط:

تُعد الضغوط من أشهر المظاهر السلوكية المنتشرة بين صغار السن، ويعبر الضغط عن حالة نفسية سلبية تصيب الأفراد واستجابة انفعالية نفسية تعبر عن شعور الفرد بأن سعادته النفسية من الصعب أن تُحقق (Maja; Ivan; Mateja, Damir, Joze,& Vasja, 2013, 46). لذلك تُعد مواجهة تلك الضغوط مهمة بالنسبة للطالب، حيث إن الطالب قد يغير من أفكاره وسلوكياته لإدارة التوتر، أو إنه قد يدير المشكلات ويواجهها بشكل مباشر فى المواقف الضاغطة، كما أن المواجهة تحدد عملية إدارة المتطلبات الداخلية والخارجية اللازمة لحل المشكلة.(Khosla, 2006, 186)

وقد تم تناول هذا المتغير تحت العديد من المسميات، حيث أطلق عليه بعض الباحثين أساليب مواجهة الضغوط والبعض الآخر مهارات مواجهة الضغوط والبعض استراتيجيات مواجهة الضغوط، وسوف تتناول الباحثتان المتغير تحت مسمى استراتيجيات مواجهة الضغوط حيث تعبر الاستراتيجية

عن التخطيط للأساليب العامة التى تحكم نشاط الطالب وأفكاره عند ممارسة العمليات العقلية، وترتبط بوسائل العمل من أجل الوصول إلى أهداف محددة، والهدف الأساسى الذى يسعى إليه الطالب عند مواجهة الضغوط يكمن فى الوصول إلى حل لهذا الموقف الضاغط أو المشكلة، لذا فإنه يكرث كل مجهوده وتفكيره من أجل التخطيط للوصول إلى الحل المناسب.

ويعرف (Cooper, 2006, 11) استراتيجيات مواجهة الضغوط على أنها قدرة الطلبة على التغلب على تحديات الحياة بالطرق الفعالة التى تحقق له الاستقرار، ويعرفها (Ricoh, 2009, 11) على أنها تَغلب الفرد على تحديات الحياة بالطرق الفعالة التى تحقق له الاستقرار، كما ذكر (Kumar& Bhukar, 2013, 6)أنها قدرة الطلبة على التأثير على الضغوط فى ضوء خبراتهم السابقة، وتشير" سامية محمد (2014) "إلى أن استراتيجيات مواجهة الضغوط هي الطرق المختلفة التى يستخدمها الفرد فى مواجهة الضغوط النفسية وهى إما استراتيجيات موجبة فاعلة سوية، أو استراتيجيات سالبة وغير فاعلة وغير سوية، كما يعرفها (Helvik, Bjorklof, Corazzinigk, Selbaek, Laks, Ostbye,& Engedal, 2016)على أنها طرق التفكير والسلوك الموجه للموقف الضاغط وتنقسم إلى مجموعة من الاستراتيجيات المعتمدة على المشكلة، ومجموعة من الاستراتيجيات المعتمدة على الانفعال.

وتم تقسيم استراتيجيات مواجهة الضغوط إلى مجموعة من الاستراتيجيات الإيجابية و مجموعة من الاستراتيجيات السلبية، وتتضمن الاستراتيجيات الإيجابية المواجهة والتحدى للمشكلة، والتحليل المنطقى للموقف الضاغط واعادة التقييم الإيجابى للموقف، والبحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف الضاغط والمساعدة من الآخرين، واستخدام اسلوب حل المشكلة والتصدى للأزمة بطريقة مباشرة، وتتضمن الاستراتيجيات السلبية الاحجام المعرفى لتجنب التفكير فى الواقع والممكن فى الأزمة، وكذلك تتضمن

الاستسلام السلبى للمشكلة، والبحث عن الاثابة والمكافأة البديلة أو التعويضية بدلا من البحث عن الحل، كما تتضمن التنفيس والتفريغ الإنفعالى.

وقد توصل بحث" أحمد عرافة (2013) " إلى أن متوسطات درجات استراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية تحتل الدرجات الأولى على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط، باستثناء إعادة التفسير الإيجابى للمشكلة، لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما توصل بحث" على الكشعة (2009) "إلى أن استراتيجيات التفاعل الإيجابى تحتل المرتبة الأولى من حيث الاستخدام لدى أفراد العينة تليها الاستراتيجيات السلوكية، وأخيرا الاستراتيجيات السلبية.

مكونات استراتيجيات مواجهة الضغوط-:

توصل بحث (Jalowiec, 2001) إلى وجود ثمانى استراتيجيات لمواجهة الضغوط وهى مواجهة المشكلة من بعيد، وتجنب المشكلة، والتفاؤل والتفكير الإيجابى، والمرونة، والانفعالات المفرطة الزائدة، والتأكد من المشاعر، وطلب المساعدة ، والاعتماد على الذات.

كما أشار بح(Strutton, et al, 1995) إلى وجود أربعة أبعاد لاستراتيجات مواجهة الضغوط وهى استراتيجيات الإندماج القائم على المشكلة وتتمثل فى ضبط الذات والحل المباشر وتحمل المسئولية والتعزيز الإيجابى، واستراتيجيات التجنب القائم على المشكلة، واستراتيجيات الإندماج القائم على الانفعال والمتمثلة فى تجنب الانفعال والتباعد العقلى) فصل المشاعر عن العقل (وطلب المساعدة الاجتماعية، وتوصل بحث (Dapt, 2014)إلى أن استراتيجيات مواجهة الضغوط تنقسم إلى مجموعة من الاستراتيجيات الإيجابية مثل المواجهة والتحدى وطلب المساعدة، ومجموعة من الاستراتيجيات السلبية مثل التقبل والهروب والتجنب، وحددت" فوقية عبدالحميد (2015)" أربع استراتيجيات لمواجهة الضغوط وهى طلب العون واللجوء إلى الله والتعامل النشط والتأجيل.

واتفق كل من(Helvik, et al., 2016) ، و (Wilski & Chmielewski, 2015)، و (Gouround; Anagnostopoulos; Potamianos; Maja et al, 2013)) (Lykeridou; Schmidt & Vaslamatzis , 2012)على أن استراتيجيات المواجهة تنقسم إلى استراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة واستراتيجيات المشكلة القائمة على الانفعال، كما توصلت نتائج بحث (Hanger & Runtz, 2012) إلى أن استراتيجيات المواجهة تنقسم إلى استراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة وتتضمن الجهود المبذولة لإدارة الموقف بنجاح، واستراتيجيات المشكلة القائمة على الانفعال وتهدف إلى تنظيم الانفعال، واستراتيجيات المواجهة التى تعتمد على الهروب أو التجنب والتى تعتمد على تأخير التعامل مع الموقف .

وأظهرت نتائج بحث (Sapranaviciute; Padaiga & Pauzie, 2013) أنه يوجد (15) استراتيجية لمواجهة الضغوط وهى إعادة التشفير الإيجابى للمشكلة، والشرود الذهنى، والتركيز وضبط الانفعالات، والمساندة الاجتماعية، والمواجهة النشطة والفعالة، والإنكار، واللجوء إلى الله، والسخرية، والانسحاب السلوكى، وضبط الأعصاب، والمساندة العاطفية، واستخدام الوسائل المناسبة والإنشغال بالأنشطة، والتنافسية، والتخطيط، والتقبل.

من خلال ما سبق تبين للباحثتان أنه تم تقسيم استراتيجيات مواجهة الضغوط بأكثر من طريقة، إلا أنها جميعها تدور حول نفس المكونات، إلا أنها وضعت تحت مسميات مختلفة للاستراتيجيات، وسوف تقوم الباحثتان بقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط من خلال تقسيمها إلى استراتيجيات المواجهة الإيجابية واستراتيجيات المواجهة السلبية.

وتشمل استراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية:

١ - استراتيجية التحدى والمواجهة وتشير إلى جهود الطالب للتعامل مع المشكلة والاصرار على حلها مهما بلغت صعوبتها.

٢ - استراتيجية طلب المساعدة وتشير إلى استعانة الطالب بالأفراد الآخرين المحيطين به من أصحاب الخبرة وأهل الثقة.

٣ - استراتيجية إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة وتعبر عن إعادة النظر إلى المشكلة من خلال البحث عن الجوانب الإيجابية فيها والتى تؤدى إلى الوصول إلى الحل.

-4استراتيجية اللجوء إلى الله وتعبر عن ثقة الطالب وإيمانه بوجود الله وقدرته على مساعدته للوصول إلى حل المشكلة.

وتشمل استراتيجيات مواجهة الضغوط السلبية:

١ - استراتيجية التمنى وتعبر عن رغبة الطالب حول أن الآمور سوف تسير إلى الأفضل أو أن المشكلة لم تحدث فى الأساس.

٢ - استراتيجية لوم الذات والآخرين وتعبر عن مشاعر الغضب والوم والعتاب للذات والآخرين على اعتبار أنهما هم سبب الوقوع فى المشكلة.

٣ - استراتيجية التنفيس الإنفعالى إظهار الطالب لمشاعره السلبية تجاه المشكلة أو الموقف الواقع فيه من خلال النكت والضحك الهستيري.

٤ - استراتيجية الهروب أو التجنب وتعبر عن جهود الطالب التى يبذلها للبعد عن المشكلة والتفكير فيها والوصول إلى حل مناسب لها.

العلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط:

لكى يتم فهم مصطلح تحديد الذات جيداً لابد من اكتشاف العلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط، حيث أنهما مرتبطين بدرجة كبيرة، حيث إن الشخص الذى يفشل فى تطوير وجهة ضبطه الداخلية يكون لديه نقص فى تحديد الذات، لأنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين تحديد الذات من جهة ووجهة الضبطمن جهة أخرى. (Lamb, 2006,5)

إلا أن تحديد الذات يختلف عن وجهة الضبط حيث إن وجهة الضبط تشير إلى الإعزاءات السببية الخارجية أو الداخلية التى تقف وراء الأحداث التى تحدث للفرد، بينما تحديد الذات يتضمن تقييم لكفايات الشخص داخل موقف ما ((Robey, 2015, 5.

وتوصل(Sharon, 2008) إلى أن الطلبة ذوى تحديد الذات يتميزون بوجهة الضبط الداخلية، فى حين أنه إذا وجد هؤلاء الطلبة تحت ضوابط محددة فأنهم يتميزون بوجهة الضبط الخارجية .

و توصلت نتائج بحث كل من(Bal, Singh, & Singh, 2010) ، و (Fini & Mitra, 2011)إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط والدافعية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية العامة.

وأوضحت نتائج بحث (Wehmeyer, 1994) أن الأفراد ذوى وجهة الضبط الداخلية يكونون أكثر قدرة على التوافق مع بيئة عملهم، وبالتالى فأنهم يشعرون بالتمكين النفسى) أحد مكونات تحديد الذات (لأداء المهام الموكلة إليهم فى أعمالهم، ويرون أنفسهم عوامل سببية ذو تأثير فى بيئة العمل.

وأشارت نتائج بحث (Gouround, et al, 2012)) إلى أن الطلبة ذوى الضبط المدرك المرتفع يتميزون باستخدام استراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة، فى حين يتميز الطلبة ذوى الضبط المدرك المنخفض بالتوتر والقلق واستخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط القائمة على التجنب.

وحيث إن تحديد الذات يعبر عن ميل الفرد إلى الإدراك والتصرف فى المواقف المؤثرة ليشعر بالارتياح، فإن تحديد الذات يسهل فنيات أو استراتيجيات المواجهة بهدف تحويل الأحداث لتتوافق مع خطط الفرد المستهدفة، ويعتبر تحديد الذات أحد خصائص الشخصية أى توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط.(Strutton, et al, 1995, 134)

وتوصلت نتائج بحث (Cooper, 2006) إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط و استراتيجيات مواجهة الضغوط وخاصة الاستراتيجيات القائمة على المشكلة.

وأشار بحث" خالد العديلى (2012) " إلى أن الاستقلالية) التى تُعد أحد مكونات تحديد الذات في البحث الحالى (لها دور مهم فى الحد من الضغوط

النفسية وآثارها على الأفراد وخاصة الاكتئاب، حيث يرى إن الأفراد مرتفعى الاستقلالية لديهم قدرة على مقاومة ضغوط الجماعة، ويرفضون الخضوع لمطالب الآخرين غير المقبولة، فى حين أن نقص الاستقلالية يورط الفرد فى أداء أنواع غير مقبولة من السلوكيات نتيجة الخضوع والاستسلام والعجز عن الرفض لإغراءات الآخرين .

كما أظهرت نتائج بحث" مريامة حنصالى (2014) "أنه توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تنظيم الذات والذىيُعد أحد مكونات تحديد الذات وبين استراتيجيات مواجهة الضغوط وخاصة الإيجابية منها.

البحوث السابقة:

أولا: البحوث التى تناولت تحديد الذات:

وهدف بحث (Wehmeyer & Schwartz, 1997) إلى دراسة العلاقة بين تحديد الذات والنواتج الإيجابية لدى الطلبة ذوى صعوبات التعلم بالفرقة الأولى بالجامعة، وتكونت العينة من (72) طالبًا، طُبق عليهم مقياس (Arc) من إعداد (Wehmeyer, 1995) لتحديد الذات، وباستخدام التحليل العاملى الاستكشافى ومعاملات الارتباط توصل البحث إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات والنواتج الإيجابية، وتوصل البحث إلى أن تحديد الذات يتكون من الاستقلالية، والتنظيم الذاتى والتمكين النفسى وتحقيق الذات.

وتناول بحث (Wehmeyer & Schwartz, 1998) العلاقة بين تحديد الذات وجودة الحياة النفسية لدى الطلبة المتأخرين عقليًا، طُبق البحث على (50)طالبًا من ذوى التأخر العقلى، وباستخدام التحليل الاحصائى ومعاملات الارتباط تم التوصل إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات وجودة الحياة، حيث يسهم تحديد الذات فى جودة الحياة فالطلبة ذوى تحديد الذات تكون جودة الحياة لديهم مرتفعة وعلى العكس من ذلك الطلبة ذوى جودة

الحياة المنخفضة، كما توصل البحث إلى أن تحديد الذات يتكون من التمكين والاستقلالية والكفاءة والانتاجية والانتماء الاجتماعى والرضا النفسى.

واهتم بحث (Wehmeyer & Palmer, 2003) بدراسة أثر تحديد الذات على التحصيل لدى الطلبة ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الثانوية، وتكونت عينة البحث من (94)طالبًا وطالبًة، طُبق عليهم مقياس تحديد الذات، وباستخدام تحليل المسار ومعاملات الارتباط والتحليل العاملى الاستكشافى توصل البحث إلى وجود ثلاثة أبعاد لتحديد الذات وهى التمكين النفسى والتفاعل الاجتماعى والاستقلالية، بالإضافة إلى أنه لا يوجد تأثير دال إحصائيًا لمتغير العمر الزمنى على تحديد الذات، كذلك وجدت علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات والتحصيل لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ودرس بحث (Humphrey, 2010) العلاقة بين تحديد الذات والتكيف والنجاح الأكاديمي لدى الطلبة العاديين وذوى صعوبات التعلم، وتكونت عينة البحث من (251) طالبًا جامعيًا، طُبق عليهم مقياس تحديد الذات والمكون من (92)مفردة لقياس خمس مكونات وهى اعرف نفسك، وقيم نفسك، والتخطيط، الأداء ،والتجريب، وباستخدام التحليل العاملى التوكيدى تم التحقق من هذه المكونات، وباستخدام اختبار) ت (تم التوصل إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى تحديد الذات، ووجود تأثير دال إحصائيًا للمرحلة الدراسية والعمر الزمنى على أبعاد تحديد الذات.

واهتم بحث" محمد نوفل (2011) "بدراسة الفروق فى دافعية التعلم المستندة إلى نظرية تحديد الذات لدى عينة من طلبة كليات العلوم التربوية فى الجامعة الأردنية، وتكونت عينة البحث من (803)طالبًا وطالبًة، طُبق عليهم مقياس الدافعية المستندة إلى تحديد الذات والمكون من سبع أبعاد لقياس تحديد الذات وهى المتعة، والإهتمام، والكفاية المدركة ،وبذل الجهد والخيارات المدركة، والقيمة، والفائدة، والعلاقة، وباستخدام اختبار)ت (للعينات المستقلة توصل البحث إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى بعدى بذل الجهد

والخيارات المدركة، والعلاقة لصالح الإناث ولا توجد فروق دالة إحصائيًا فى باقى الأبعاد)المتعة، والإهتمام، والكفاية المدركة، والقيمة، والفائدة.(

وناقش (Chin, et al, 2012) تأثير النوع والعمر الزمنى على تحديد الذات لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة البحث من (632) طالبًا وطالبًة،يمتد عمرهم الزمنى من (13:18) عام، طُبق عليهم مقياس لتحديد الذات ومقياس توجه الهدف، وباستخدام معاملات الارتباط والتحليل العاملى التوكيدى توصل البحث إلى أن تحديد الذات يتكون من الدافعية الداخلية) التنظيم الذاتى للتعلم (والدافعية الخارجية بالإضافة إلى الاستقلالية والكفاية والترابط والتوافق) تحقيق الذات(، وباستخدام اختبار)ت (توصل البحث الى أنهتوجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى التنظيم الذاتى كأحد أبعاد تحديد الذات لصالح الذكور.

وتناول بحث (Vela, et al, 2012) دراسة تحديد الذات لدى الطلبة الأسبان ذوى صعوبات التعلم، وتكونت عينة البحث من (371) طالبًا وطالبًة تمتد أعمارهم من (11-17) عام، طُبق عليهم مقياس (Arc) لتحديد الذات، وباستخدام اختبار)ت (والتحليل العاملى الاستكشافىتوصل البحث إلى وجود أربعة عوامل لتحديد الذات وهى الاستقلالية وتحقيق الذات والتمكين النفسى وتنظيم الذات، بالإضافة إلى توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى تحديد الذات لصالح الإناث فيما عدا بعد واقعية الذات لم توجد فيه فروق فيما بينهما، كذلك لا يوجد تأثير دال إحصائيًا للعمر الزمنى علي تحديد الذات.

ثانيا : البحوث التى تناولت العلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط:

درس بحث (Strutton,et al., 1995) العلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى مديرى المبيعات، وتكونت العينة من (374)مديرًا للمبيعات بإحدى الشركات، طُبق عليهم مقاييس لقياس متغيرات البحث) تحديد الذات ،ووجهة الضبط ،واستراتيجيات مواجهةالضغوط(، وباستخدام معاملات الارتباط لبيرسون توصل البحث إلى

وجود علاقة دالة إحصائياً بين تحديد الذات وكل من وجهة الضبط واستراتيجات مواجهة الضغوط.

وكشف بحث (Ricoh, 2009)عن العلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط لدى الطلبة العاديين وذوى صعوبات التعلم، وتكونت عينة البحث من (120)طالب وطالبة فى سن المراهقة، طُبق عليهم مقياس تحديد الذات والمكون من أربعة أبعاد وهى)الاستقلالية، وتنظيم الذات، والتمكين النفسى، وتحقيق الذات(، ومقياس وجهة الضبط، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون أوضحت النتائج وجود علاقة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات ووجهة الضبط ،حيث إنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الداخلية وكل من الاستقلالية، والتمكين النفسى، وتنظيم الذات، والوعى بالذات، كما توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الخارجية والتمكين النفسى.

وأظهر بحث (Robey, 2015) أثر المشاركة فى الفنون الجميلة على تعزيز وجهة الضبط وتحديد الذات لدى الطلبة الذين يعانون من صعوبات فى التعلم، وتكونت عينة البحث من (34) طالبًا يدرسون الفنون الجميلة ولديهم صعوبات تعلم نمائية، طُبق عليهم مقياس تحديد الذات ومقياس وجهة الضبط، وباستخدام معامل ارتباط الرتب لـ"كندال "توصل البحث إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الداخلى وتحديد الذات، بينما توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الخارجى وتحديد الذات.

ثالثا : البحوث التى تناولت العلاقة بين تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط:

كشف بحث (Amiot,Gaudreau & Blanchard, 2004) عن العلاقة بين تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط، وتكونت عينة البحث من (129)طالبًا وطالبًة بمتوسط عمر زمنى (18) عام، طُبق عليهم مقياس تحديد الذات، وقائمة استراتيجيات مواجهة الضغوط القائمة على المهمة والقائمة على التجنب، وباستخدام معاملات الارتباط وتحليل الإنحدار أوضحت نتائج البحث

أن تحديد الذات يرتبط إيجابيا مع استراتيجيات المواجهة القائمة على المهمة وسلبيًا مع استراتيجيات المواجهة القائمة على التجنب، كذلك أوضحت النتائج أنه يمكن التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط القائمة على المهمة من خلال تحديد الذات، كما أن تحديد الذات يتكون من بعدين هما الدافعية الداخلية والإندماج النشط للذات فى المهام.

وناقش بحث (Lumb, 2015) العلاقة بين تحديد الذات والنمو فى خبرة طلبة الجامعة لمواجهة أحداث الحياة السالبة، وتكونت عينة البحث فى الدراسة الأولى من (375) مشاركًا ومشاركةً امتدت اعمارهم بين (56 -17)عام، وفى الدراسة الثانية كانت العينة (534) امتدت اعمارهم بين (60 -17) عام، طُبقت عليهم عدة مقاييس لقياس المتغيرات بالبحث منها مقياس تقرير ذاتى للتعرف على أحداث الحياة السلبية لدى العينة، ومقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط ومقياس دافعية الاستقلال، وباستخدام معامل الارتباط لبيرسون تم التوصل إلى عدد من النتائج منها وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين دافعية الاستقلال كأحد مكونات تحديد الذات وبين استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى أفراد العينة.

تعقيب عام على البحوث السابقة:

من حيث الهدف :هدفت البحوث السابقة إلى التعرف على مكونات تحديد الذات وكذلك دراسة العلاقة بين تحديد الذات وعدد من المتغيرات مثل النجاح الأكاديمى والتحصيل الدراسى وجودة الحياة النفسية والتكيف، وكذلك هدفت بعض البحوث إلى دراسة العلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط، وتحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط.

من حيث العينة :تناولت البحوث السابقة عينات من الطلبة العاديين ومن الطلبة ذوى صعوبات التعلم ومن الطلبة ذوى التأخر الدراسى، وكذلك من الراشدين، وامتدت أعمار العينات فى البحوث السابقة من (60 -11) سنة.

من حيث الأدوات :تم تطبيق مقاييس لقياس تحديد الذات ومن أشر المقاييس التى استخدمت لهذا الغرض مقياس (Arc) من اعداد (Wehmeyer, 1995)، ومقاييس لقياس وجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط من اعداد الباحثين الذين أجروا البحوث.

من حيث الأساليب الإحصائية :تم استخدام أساليب إحصائية تناسب الغرض الذى أجريت البحوث من أجله مثل معاملات الارتباط وتحليل الانحدار والتحليل العاملى الاستكشافى.

من حيث النتائج :توصلت البحوث إلى عدد من النتائج والتى أتفقت مع بعضها البعض فى بعض النتائج واختلفت فى النتائج الأخرى فيما يخص مكونات تحديد الذات، والفروق بين الذكور والاناث فى تلك المتغيرات كما هو موضح بالبحوث السابقة.

فروض البحث:

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى أبعاد تحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام وطلبة الصف الثانى الثانوى الفنى فى أبعاد تحديد الذات لدى عينة البحث.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى وجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام وطلبة الصف الثانى الثانوى الفنى فى وجهة الضبط لدى عينة البحث.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام وطلبة الصف الثانى الثانوى الفنى فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة البحث.
- توجد مستويات متباينة ذات دلالة إحصائية لتحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- توجد مستويات متباينة ذات دلالة إحصائية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- توجد علاقة دالة إحصائيًا بين درجات تحديد الذات ووجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى.
- توجد علاقة دالة إحصائيًا بين درجات تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة التعليم الثانوى العام والفنى الصف الثانى الثانوى.

منهجية واجراءات البحث :

أولًا :منهج البحث:

اعتمد البحث على المنهج الوصفى، وتم استخدام مجموعة من الأساليب الاحصائية من خلال برنامج(Spss22)، وبرنامج(Lisrel 8,8) ، وذلك من أجل تقنين أدوات البحث، واختبار صحة الفروض.

ثانيًا :عينة البحث:

١ - **العينة الاستطلاعية** :تم اشتقاق عينة البحث الاستطلاعية من طلبة الصف الثانى الثانوى من عدد من مدارس الثانوية العامة، والثانوية الفنية التابعة للإدارات التعليمية بمحافظة الشرقية، وتكونت العينة من (169)طالبًا وطالبًة للعام الدراسى2017-2016 م.

٢ - **العينة النهائية** :تكونت العينة من (371)طالبًا وطالبًة من طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى، وقد استخدمت بيانات هذه العينة للتحقق

من فروض البحث، والجدول رقم (1) التالى يوضح توزيع العينة النهائية على وفقًا للنوع ونوعية التعليم .

جدول :(1)

توزيع عينة البحث النهائية وفقًا للنوع ونوعية التعليم

النوع		نوعية التعليم	
ذكور	إناث	ثانوى عام	ثانوي فني
131	239	217	153
370			

ثانيًا :أدوات البحث:

المقياس الأول :مقياس تحديد الذات) من إعداد الباحثتين:(

قامت الباحثتان بالاطلاع على عدد من المقاييس الأجنبية التى وضعت لقياس هذا المتغير مثل مقياس(Wehmeyer, 1995) "Arc"، وكذلك المقياس العربى الوحيد الذى استند واضعه إلى نظرية تحديد الذات لوضعه وهو من إعداد" محمد نوفل (2011)"من أجل إعداد هذا المقياس ويتكون المقياس الحالى من (40) مفردة، ويتم الاجابة عليه طبقًا لمقياس ليكرت الثلاثى، والمفردات جميعها مصاغة فى الاتجاه الإيجابى وبالتالى تكون أعلى درجة يحصل عليها الطالب(120) ، وأقل درجة (40) ، وتدل الدرجة المرتفعة على تحديد ذات مرتفع، وتدل الدرجة المنخفضة على تحديد ذات منخفض .

وقد تم حساب بعض الخصائص السيكومترية لمقياس تحديد الذات على النحو التالى:

أ-حساب الثبات :عن طريق معامل ألفا لـ"كرونباخ:"

تم حساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا لكرونباخ للمقياس ككل ثم حساب معاملات ألفا للمقياس فى حالة حذف درجة كل مفردة، وكانت النتيجة موضحة بالجدول رقم (2) التالى :

جدول (٢)

معاملات ألفا لـ"كرونباخ "لثبات مقياس تحديد الذات

رقم المفردة	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة
1	0.706	14	0.713	27	0.714
2	0.718	15	0.715	28	0.716
3	0.715	16	0.727	29	0.719
4	0.727	17	0.719	30	0.725
5	0.718	18	0.712	31	0.719
6	0.712	19	0.714	32	0.716
7	0.716	20	0.719	33	0.714
8	0.716	21	0.704	34	0.719
9	0.712	22	0.713	35	0.707
10	0.727	23	0.710	36	0.718
11	0.720	24	0.711	37	0.707
12	0.711	25	0.725	38	0.708
13	0.716	26	0.705	39	0.708
				40	0.713
معامل ألفا العام للمقياس ككل0.720 =					

يتضح من جدول (2)السابق أن :المفردات(30-25 -16- 10- 4-) ، تزيد قيم معاملات ألفا لها عن قيمة معامل ثبات ألفا للمقياس ككل، لذا تُعد هذه المفردات غير ثابتة وتم حذفها، وتم إعادة حساب معامل ثبات ألفا للمقياس ككل بعد حذف هذه المفردات فأصبحت قيمة معامل الثبات0).(727..

٢ - الاتساق الداخلى لمقياس تحديد الذات:

- **الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد مقياس تحديد الذات**

تم حساب الاتساق الداخلى لمفردات أبعاد مقياس تحديد الذات عن طريق حساب معامل الإرتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى

تنتمى إليه المفردة، وكانت قيم معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول رقم (3)التالى :

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد

التنظيم الذاتي للتعلم		واقعية الذات		التمكين النفسي		الثقة بالنفس		الاستقلالية	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
1	0.469**	3	0.399**	9	0.578**	8	0.611**	5	0.429**
6	0.419**	13	0.339**	14	0.497**	15	0.655**	17	0.461**
7	0.463**	19	0.483**	20	0.540**	21	0.631**	18	0.417**
11	0.363**	22	0.528**	28	0.508**	34	0.631**	24	0.454**
12	0.442**	26	0.438**	33	0.410**			29	0.404**
23	0.503**	27	0.473**	36	0.524**			31	0.438**
37	0.577**	35	0.481**					32	0.438**
38	0.363**								
39	0.417**								
40	0.579**								

يتضح من جدول (3)السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى0) ,(01، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

- **الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس تحديد الذات**

معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية للمقياس، وكانت قيم معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول رقم (4) التالى :

جدول (٤)

معامل الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس

أبعاد تحديد الذات	التنظيم الذاتي للتعلم	واقعية الذات	التمكين النفسي	الثقة بالنفس	الاستقلالية
معامل الارتباط	0.791**	0.694**	0.574**	0.545**	0.656**

يتضح من جدول (4)السابق أن :جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) وهذا يدل على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وأبعاده الفرعية، وبالتالي فإن الأبعاد الفرعية لمقياس تحديد الذات والمقياس ككل يتميزان بالاتساق الداخلي.

ب-حساب الصدق-:

تم حساب الصدق باستخدام عدة طرق هي :

١ -صدق المحكمين:

تم عرض المقياس على عدد (3)من أساتذة علم النفس التربوى بقسم علم النفس التربوى كلية التربية جامعة الزقازيق، وقد حظيت جميع مفردات المقياس بالقبول من الأساتذة جميعهم، مع الأخذ فى الاعتبار تعديل صياغة بعض المفردات حتى تتلائم مع طبيعة الطلبة وطبيعة المرحلة العمرية التى يطبق فيها المقياس، وخاصة أنه سيتم تطبيق المقياس على التعليم الثانوى العام والتعليم الثانوى الفنى .

٢ -حساب صدق المفردات:

تم حساب صدق مفردات مقياس تحديد الذات عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس فى حالة حذف درجة المفردة

من الدرجة الكلية للمقياس، باعتبار أن بقية مفردات المقياس محكًا للمفردة، والجدول رقم (5) التالى يوضح ذلك:

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجات المفردات والدرجة الكلية للمقياس مع حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية

رقم المفردة	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة
1	0.414**	14	0.249**	28	0.201*
2	0.177*	15	0.218*	29	0.182*
3	0.229**	17	0.188*	31	0.188*
5	0.182*	18	0.273**	32	0.197*
6	0.271**	19	0.248**	33	0.237**
7	0.199*	20	0.180*	34	0.193*
8	0.191*	21	0.420**	35	0.360**
9	0.265**	22	0.243**	36	0.196*
10	0.177*	23	0.311**	37	0.359**
11	0.187*	24	0.283**	38	0.345**
12	0.287**	26	0.392**	39	0.337**
13	0.216*	27	0.224*	40	0.259**

*دال عند مستوى(0,05) ، ** دال عند مستوى(0,01)

يتضح من جدول (5)السابق أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس الذى تنتمى إليه المفردة دال إحصائيًا عند مستوى0) , (01أو مستوى0) , (05مما يدل على صدق مفردات المقياس.

ج -الصدق العاملى الاستكشافى:

بالإضافة إلى صدق المحكمين وصدق المفردات تم حساب التحليل العاملى الاستكشافى للتحقق من صدق مقياس تحديد الذات على درجات (169)طالبًا وطالبًة .وباستخدام طريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد لأنه يُفترض استقلالية الجوانب بطريقة الفاريمكس Varimaxمع استخدام

محك" كايزر "والذى يقبل العوامل التي لايقل جذرها الكامن عن الواحد الصحيح وقد نتج عن التحليل خمسة عوامل تفسر (40.20%) من التباين الحادث بين استجابات الطلبة وذلك بعد حذف المفردات غير الثابتة والجدول التالي يفسر مصفوفة العوامل موضحة وتشبعاتها بعد التدوير مع حذف التشبعات التى تقل قيمتها عن (0.3) والعامل الذي يتشبع عليه أقل من ثلاث مفردات)فؤاد أبوحطب وآمال صادق،1991 ،(641-640 ، والنتيجة بالجدول رقم (6)التالى.

جدول(٦)

مصفوفة العوامل لمقياس تحديد الذات بعد التدوير مع حذف التشبعات غير الدالة

العوامل المفردات	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
1	0.333				
2					
3		0.490			
5					0.316
6	0.445				
7	0.470				
8				0.611	
9			0.540		
11	0.334				
12	0.602				
13		0.535			
14			0.498		
15				0.397	
17					0.429
18					0.375
19		0.547			

العوامل المفردات	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
20			0.518		
21				0.505	
22		0.469			
23	0.428				
24					0.524
26		0583			
27		0.387			
28			0.307		
29					0.471
31					0.480
32					0.489
33			0.422		
34				0.619	
35		0.557			
36			0.536		
37	0.601				
38	0.597				
39	0.315				
40	0.556				
نسبة التباين	9.538	8.881	7.798	7.563	6.398
نسبة التباين الكلى	9.538	18.419	25.982	33.780	40.178

ويُستنتج من جدول (6)السابق أن :هناك خمسة عوامل لتحديد الذات دالة إحصائيًا وتم حذف المفردة (2) لأنها لم تتشبع على أحد من العوامل وتم تسمية العوامل فى ضوء البحوث السابقة والإطار النظري كما يلي:

- العامل الأول قد تشبع عليه عشرة مفردات وهى-38-37-23-12-11-7-6-1) (40-39وكل المفردات في الاتجاه الموجب وتم تسمية هذا العامل" **التنظيم الذاتى للتعلم**."
- العامل الثانى قد تشبع عليه سبع مفردات وهى (35 -27-26 -22 -19-13-3) وكل المفردات في الاتجاه الموجب وتم تسمية هذا العامل **واقعية الذات**.
- العامل الثالث قد تشبع عليه ست مفردات وهى (36 -33 -28 -20 -14-9) وكل المفردات في الاتجاه الموجب وتم تسمية هذا العامل **التمكين النفسي**.
- العامل الرابع قد تشبع عليه أربع مفردات وهى (34 -21 -15 -8) وكل المفردات في الاتجاه الموجب وتم تسمية هذا العامل **الثقة بالنفس**.
- العامل الخامس قد تشبع عليه سبع مفردات وهى -31-29- 24-17-18 -5) (32وكلها في الاتجاه الموجب وتم تسمية هذا العامل **الاستقلالية**

وبذلك يتميز مقياس تحديد الذات بصدق البناء العاملى مما يؤكد صلاحية المقياس لما وضع لقياسه.

من الإجراءات السابقة تم حذف (6)مفردات غير ثابتة أو غير صادقة وتأكد للباحثتان ثبات واتساق وصدق المقياس وصلاحيته لقياس تحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى، وبذلك تكون المقياس فى صورته النهائية من (34) مفردة موزعة على خمسة أبعاد، والدرجة العظمى للمقياس (102) والدرجة الصغرى.(34)

المقياس الثانى :مقياس وجهة الضبط) من إعداد الباحثتين:(

قامت الباحثتين بالاطلاع على عدد من المقاييس الأجنبية التى وضعت لقياس هذا المتغير والموجودة بالبحوث السابقة التى تم الاستناد إليها عند كتابة البحث الحالى من أجل إعداد هذا المقياس ويتكون المقياس الحالى من (33)مفردة، وضعت لقياس وجهة الضبط لطلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى، وكل مفردة يليها خيارين يوضحا وجهة الضبط لدى الطلبة سواء كانت داخلية أم خارجية أو مسئولية جزئية من خلال الدرجة المتوسطة.

وقد تم حساب بعض الخصائص السيكومترية لمقياس وجهة الضبط على النحو التالى:

أ -حساب الثبات :

- **ثبات المفردات بطريقة معامل ألفا** :حيث إنه تم حساب الثبات عن طريق حساب معامل ألفا لـ"كرونباخ " لمفردات المقياس وذلك فى حالة حذف درجة المفردة من درجة المقياس الذى تنتمى اليه، وكانت النتيجة كما هى موضحة بالجدول رقم (7) التالى :

جدول (٧)

معاملات ألفا لـ"كرونباخ "لثبات مقياس وجهة الضبط

رقم المفردة	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة
1	0.749	12	0.754	23	0.736
2	0.747	13	0.764	24	0.749
3	0.755	14	0.747	25	0.753
4	0.752	15	0.751	26	0.754
5	0.752	16	0.762	27	0.743
6	0.749	17	0.750	28	0.745
7	0.748	18	0.747	29	0.739
8	0.743	19	0.760	30	0.758
9	0.746	20	0.749	31	0.744
10	0.741	21	0.747	32	0.748
11	0.740	22	0.768	33	0.741
معامل ألفا العام للمقياس ككل0.755 =					

يتضح من جدول (7) السابق أن :المفردات(30-22 -19 -16 -13) ، تزيد قيمتها عن قيمة معامل الثبات الكلى وحيث إن وجود هذه المفردات يؤدى إلى خفض معامل الثبات لذا تُعد هذه المفردات غير ثابتة وتم حذفها، ثم إعادة

حساب معامل ثبات ألفا للمقياس ككل بعد حذف تلك المفردات فكانت قيمة معامل الثبات0)..(768

٢ - **طريقة الاتساق الداخلي لمقياس وجهة الضبط :**

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس، وكانت قيم معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول رقم (8) التالى :

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
1	0.366**	11	0.478**	24	0.348**
2	0.385**	12	0.332**	25	0.230**
3	0.275**	14	0.368**	26	0.280**
4	0.376**	15	0.275**	27	0.353**
5	0.275**	17	0.393**	28	0.395**
6	0.456**	18	0.356**	29	0.450**
7	0.346**	20	0.325**	31	0.443**
8	0.451**	21	0.376**	32	0.345**
9	0.465**	23	0.474**	33	0.379**
10	0.413**				

يتضح من جدول (8) السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى0) ,(01، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

ب-حساب الصدق :تم حساب الصدق عن طريق ما يلى:

١ -**صدق المحكمين:**

تم عرض المقياس فى صورته الحالية المكون من (35) مفردة على عدد (3)من الأساتذة المحكمين بقسم علم النفس التربوى كلية التربيةجامعة الزقازيق، وقد تم حذف مفردتين بناءً على أراء سيادتهم وذلك لتشابههم مع

مفردات آخرى فى الفكرة، وبذلك يتكون المقياس فى صورته النهائية من (33) مفردة وتعطى الاستجابات0) ، (1والدرجة المرتفعة تدل على وجهة الضبط الخارجية، والدرجة المنخفضة تدل على وجهة الضبط الداخلية، وما بينهما يعبر عن المسئولية الجزئية) داخلى -خارجى.(

ب-حساب صدق المفردات:

تم حساب صدق مفردات مقياس وجهة الضبط عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس الذى تنتمى إليه المفردة وذلك فى حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس الذى تنتمى إليه، باعتبار بقية المفردات محكاً للمفردة، والجدول رقم (9)التالى يوضح معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس الذى تنتمى إليه :

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية لمقياس وجهة الضبط بعد حذف المفردة

رقم المفردة	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة
1	0.258**	11	0.424**	24	0.289**
2	0.311**	12	0.199*	25	0.194*
3	0.182*	14	0.328**	26	0.182*
4	0.209*	15	0.224*	27	0.453**
5	0.198*	17	0.238**	28	0.325**
6	0.267**	18	0.303**	29	0.434**
7	0.291**	20	0.272**	31	0.366**
8	0.428**	21	0.306**	32	0.290**
9	0.328**	23	0.482**	33	0.435**
10	0.437**				

يتضح من جدول (9)السابق أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات مقياس وجهة الضبط والدرجة الكلية للمقياس وذلك فى

حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، دال إحصائيًا عند مستوى (0,01)، وعند مستوى (0,05) مما يدل على صدق جميع مفردات المقياس .

ج -الصدق التمييزي لمقياس وجهة الضبط:

تم تطبيق مقياس مركز التحكم) ترجمة وتعريب فاروق موسي، (1992 بعد تقنينه على طلاب الصف الثانى الثانوى، بالإضافة إلى المقياس الحالي)وجهة الضبط (ثم حساب الصدق باستخدام الصدق التمييزى)صدق المقارنة الطرفية (لمقياس وجهة الضبط حيث تم تصنيف العينة التى بلغت (169) طالبًا وطالبًة لمجموعتين طرفيتين 27%) من العينة مرتفعين فى درجة مقياس مركز التحكم، و 27%من العينة منخفضين فى درجة مقياس مركز التحكم (من خلال حساب الارباعيات لدرجات المحك وتم المقارنة بين المجموعتين في درجاتهم على مقياس وجهة الضبط باستخدام اختبار)ت (ويتضح ذلك من الجدول رقم (10)التالى:

جدول (١٠)

نتائج اختبار)ت (لدلالة الفروق بين مرتفعى ومنخفضى وجهة الضبط

الإحصاءات وجهة الضبط	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة) ت(
مجموعة المرتفعين	26.78	0.832	17.673**
مجموعة المنخفضين	16.88	3.063	

يتضح من جدول (10)السابق أنه يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (0.01)بين متوسط درجات المرتفعين ودرجات المنخفضين في المقياس لصالح مجموعة المرتفعين مما يدل على الصدق التمييزي لمقياس وجهة الضبط وهذا يؤكد قدرة مقياس وجهة الضبط على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين، مما يحقق صدق المقارنة الطرفية.

من الإجراءات السابقة تأكد للباحثتان ثبات وصدق واتساق المقياس وصلاحيته لقياس وجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام

والفنى، وبذلك يتكون المقياس في صورته النهائية من (28) مفردة، والدرجة الكبرى للمقياس (28) والدرجة الصغرى) صفر.(

وسوف يتم تصنيف الطلبة وفق إجاباتهم على المقياس إلى ثلاث فئات وهم :الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية وهم من يحصلون على الدرجات من (9 -0)، والطلبة ذوى المسئولية الجزئية)ضبط داخلى /خارجى (وهم الذين يحصلون على الدرجات من(18 -10) ، وطلبة ذوى وجهة ضبط خارجية وهم الذين يحصلون على الدرجات من .(28-19)

المقياس الثالث :مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط) من إعداد الباحثتين:(

قامت الباحثتين بالاطلاع على عدد من المقاييس الأجنبية التى وضعت لقياس هذا المتغير والموجودة بالبحوث التى تم الاستعانة بها فى كتابة البحث الحالى، كذلك مقياس(Dapt, 2014) ، ومقياس (Jalowiec,2001) من أجل إعداد هذا المقياس ويتكون المقياس الحالى من (60) مفردة موزعة على استراتيجيتين لمواجهة الضغوط كل استراتيجية تشتمل على أربعة أبعاد، وتقسم هذه الاستراتيجيات إلى نوعين وهما استراتيجيات المواجهة الإيجابية وتشمل) استراتيجية التحدى والمواجهة، واستراتيجية طلب المساعدة، واستراتيجية إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة، واستراتيجية اللجوء إلى الله (واستراتيجيات المواجهة السلبية وتشمل) استراتيجية التمنى، واستراتيجية لوم الذات والآخرين، واستراتيجية التنفيس الإنفعالى، واستراتيجية الهروب أو التجنب.(

ويتم الإجابة بالاختيار من بين الخيارت) أفعل ذلك كثيرًا-أفعل ذلك بدرجة متوسطة- نادرًا ما أفعل ذلك، لا أفعل ذلك مطلقًا (والمفردات الخاصة بالاستراتيجيات الإيجابية تُعطى الدرجات(1 -2 -3 -4)، والمفردات الخاصة بالاستراتيجيات السلبية تُعطى الدرجات(4 -3 -2 -1) ، وتم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية-جامعة الزقازيق

وتم الابقاء على (59)مفردة وتم حذف مفردة واحدة لأنها لا تقيس ما وضعت لقياسه من وجهة نظر المحكمين .

وقد تم حساب بعض الخصائص السيكومترية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط على النحو التالى:

أ-حساب الثبات:

١ - طريقة معامل ألفا لـ"كرونباخ:"

تم حساب ثبات مفردات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا لكرونباخ لمفردات كل بعد على حده وذلك فى حالة حذف درجة المفردة من درجة البعد الذي تنتمي إليه، وكانت النتيجة كما هى موضحة بالجدول رقم (11) التالى :

جدول (١١)

معاملات ألفا لـ"كرونباخ "لثبات مقياس استراتيجيات المواجهة

المواجهة والتحدى		طلب المساعدة		اللجوء إلى الله		إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	
م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة
1	0.650	4	0.638	7	0.633	10	0.727
2	0.726	5	0.626	8	0.635	11	0.705
3	0.697	6	0.670	9	0.656	12	0.728
25	0.691	28	0.638	31	0.646	34	0.714
26	0.717	29	0.622	32	0.616	35	0.708
27	0.680	30	0.689	33	0.616	36	0.743
45	0.641	48	0.669	51	0.634	54	0.722
46	0.664	49	0.696	52	0.610	55	0.701
47	0.665	50	0.683	53	0.730	56	0.725
معامل ألفا =		معامل ألفا =		معامل ألفا =		معامل ألفا =	

المواجهة والتحدى		طلب المساعدة		اللجوء إلى الله		إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	
0,708		0,689		0,669		0,743	
التمنى		التجنب والهروب		التنفيس الإنفعالى		لوم الذات ولوم الآخرين	
م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة	م	معامل ألفا بعد حذف المفردة
13	0.452	19	0.514	16	0.532	22	0.448
14	0.514	20	0.499	17	0.521	23	0.421
15	0.482	21	0.478	18	0.493	24	0.549
37	0.425	57	0.491	40	0.495	43	0.388
38	0.401	58	0.474	41	0.541	44	0.474
39	0.516	59	0.543	42	0.597	معامل ألفا = 0,515	
معامل ألفا = 0,516		معامل ألفا = 0,546		معامل ألفا = 0,577			

يتضح من جدول (11)السابق أن :معامل ألفا للمفردات في حالة حذف كل مفردة أقل من أو يساوى معامل ألفا العام للبعد الذى تنتمى إليه المفردة، أى أن جميع المفردات ثابتة، فيما عدا المفردة رقم (2) من بعد **المواجهة والتحدى**، ولذلك فقد تم حذفها، وبإعادة حساب معامل ألفا للبعد بعد حذف المفردة أصبح**0)** ,(**726**، والمفردة رقم (53) من بعد **اللجوء إلى الله** ولذلك فقد تم حذفها، وبإعادة حساب معامل ألفا للبعد بعد حذف المفردة أصبح0) ,(**730**، والمفردة رقم (42) من بعد **التنفيس الانفعالي** ولذلك فقد تم حذفها ،وبإعادة حساب معامل ألفا للبعد بعد حذف المفردة أصبح0) ,(**597**، والمفردة رقم (24) من بعد **لوم الذات والآخرين** ولذلك فقد تم حذفها، وبإعادة حساب معامل ألفا للبعد بعد حذف المفردة أصبح0) , .(**549**).

٢ - الاتساق الداخلى لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط:

تم حساب الاتساق الداخلي لمفردات أبعاد المقياس عن طريق حساب معامل الإرتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه المفردة، وكانت قيم معاملات الإرتباط كما يوضحها الجدول رقم (12) التالى :

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى له المفردة

المواجهة والتحدى		طلب المساعدة		اللجوء إلى الله		إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
1	0.691**	4	0.518**	7	0.399**	10	0.438**
3	0.593**	5	0.579**	8	0.542**	11	0.589**
25	0.636**	6	0.482**	9	0.456**	12	0.635**
26	0.416**	28	0.635**	31	0.539**	34	0.551**
27	0.604**	29	0.577**	32	0.614**	35	0.624**
45	0.652**	30	0.331*	33	0.592**	36	0.473**
46	0.591**	48	0.483**	51	0.536**	54	0.486**
47	0.493**	49	0.406**	52	0.557**	55	0.612**
		50	0.466**			56	0.503**

تابع جدول(١٢)

معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى له المفردة

التمني		الهروب والتجنب		التنفيس الإنفعالى		وم الذات والآخرين	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط

التمني		الهروب والتجنب		التنفيس الإنفعالى		وم الذات والآخرين	
0.506**	13	0.508**	19	0.570**	16	0.538**	22
0.486**	14	0.514**	20	0.514**	17	0.608**	23
0.592**	37	0.540**	21	0.570**	18	0.642**	43
0.679**	38	0.557**	57	0.642**	40	0.587**	44
0.477**	39	0.587**	58	0.520**	41		
		0.432**	59				

يتضح من جدول (12)السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى0) ,(01، وهذا يدل على الاتساق الداخلي للمقياس.

- **الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط**

تم حساب معاملات الارتباط للأبعاد الفرعية الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية) المواجهة والتحدى، وطلب المساعدة، واللجوء إلى الله، وإعادة التقييم الإيجابى للمشكلة(، ومعاملات ارتباط الأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية) التمنى، والهروب والتجنب، والتنفسيس الإنفعالى، ولوم الذات والآخرين (وكانت قيم معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول رقم (13) التالى :

جدول (١٣)

معامل الارتباط بين أبعاد المقياس الفرعي والدرجة الكلية للمقياس

البعد	المواجهة والتحدى	طلب المساعدة	اللجوء إلى الله	إعادة التقييم للمشكلة
معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الإستراتيجيات الإيجابية وأبعاده	0.848**	0.616**	0.533**	0.809**
البعد	التمني	الهروب	التنفيس	لوم الذات

البعد	المواجهة والتحدى	طلب المساعدة	اللجوء إلى الله	إعادة التقييم للمشكلة
		والتجنب	الإنفعالى	والآخرين
معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الإستراتيجيات السلبية وأبعاده	0.687**	0.680**	0.772**	0.695**

يتضح من جدول (13) السابق أن جميع معاملات الارتباط دال عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يدل على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وأبعاده الفرعية، وبالتالي فإن الأبعاد الفرعية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط والمقياس ككل يتميزان بالاتساق الداخلي.

ب-حساب الصدق-:

تم حساب الصدق عن طريق ما يلى :

١ - حساب صدق المفردات:

تم حساب صدق مفردات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى اليه المفردة وذلك فى حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى اليه، باعتبار بقية المفردات محكًا للمفردة، والجدول رقم (14) التالى يوضح معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه بعد حذف المفردة:

جدول(١٤)

معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه بعد حذف المفردة

بعد المواجهة والتحدى		بعد طلب المساعدة		بعد اللجوء إلى الله		إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	
م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة
1	0.688**	4	0.480**	7	0.401**	10	0.376**
3	0.298**	5	0.527**	8	0.403**	11	0.507**
25	0.337**	6	0.304**	9	0.280**	12	0.382**
26	0.203*	28	0.464**	31	0.333**	34	0.458**
27	0.396**	29	0.552**	32	0.463**	35	0.484**
45	0.587**	30	0.181*	33	0.476**	36	0.290**
46	0.471**	48	0.318**	51	0.386**	54	0.402**
47	0.471**	49	0.256**	52	0.484**	55	0.525*
		50	0.250**			56	0.386**
التمنى		التجنب والهروب		التنفيس الإنفعالى		لوم الذات ولوم الآخرين	
م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة	م	معامل الارتباط بعد حذف المفردة
13	0.340**	19	0.253**	16	0.286**	22	0.312**
14	0.227*	20	0.209**	17	0.291**	23	0.240**

بعد المواجهة والتحدى		بعد طلب المساعدة		بعد اللجوء إلى الله		إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	
0.223**	37	0.199*	21	0.322**	18	0.481**	43
0.349**	38	0.263**	57	0.294**	40	0.291**	44
0.269**	39	0.423**	58	0.368**	41		
		0.183*	59				

يتضح من جدول (14)السابق أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه وذلك فى حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد دال إحصائيًا عند مستوى (0,01) ، وعند مستوى (0,05) مما يدل على صدق مفردات المقياس .

ب-حساب الصدق العاملى التوكيدى لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام التحليل العاملى التوكيدى باستخدام برنامج) ليزرل (وذلك عن طريق اختبار نموذج العاملين الكامنين حيث تم افتراض أن المتغيرات الثمانية تتشبع على عاملين كامنين وتم افتراض أن المتغيرات المشاهدة من x1 إلى x4 كمؤشرات للعامل الكامن الأول والذي يسمي الاستراتيجيات الإيجابية وهي على التوالى) المواجهة والتحدى، وطلب المساعدة، واللجوء إلى الله، وإعادة التقييم الإيجابى للمشكلة(، والمتغيرات من x5 إلى x8 كمؤشرات للعامل الكامن الثانى و الذي يسمي الاستراتيجيات السلبية وهي على التوالى)التمنى، التجنب والهروب، والتنفيس الإنفعالى، ولوم الذات ولوم الآخرين) (عزت عبد الحميد ،123، (125-2008، وتم الحصول على مصفوفة الارتباط بين الأبعاد الثمانية للمقياس، وأخضعت المصفوفة للتحليل العاملى التوكيدى وأسفرت النتائج عن تشبع الأبعاد الثمانية على عاملين كامنين، كما بالجدول رقم (15) التالى:

جدول (١٥)

نتائج التحليل العاملى التوكيدى لتشبعات الأبعاد الثمانية لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط بالعاملين الكامنين

أبعاد مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط		التشبع بالعامل الكامن	الخطأ المعيارى لتقدير التشبع	قيمة)ت(	معامل الثبات
الاستراتيجيات الإيجابية	المواجهة	1.673	0.658	2.541**	1.776
	طلب المساعدة	0,276	0,089	3,103**	0,168
	اللجوء إلى الله	0,274	0,0801	3,425**	0,075
	إعادة التقييم الإيجابى	0,487	0,099	4,880**	0,238
الاستراتيجيات السلبية	التمني	0,833	0,119	7,010**	0,694
	الهروب	0,337	0,0911	3,700**	0,114
	التنفيس الانفعالي	0,435	0,0935	4,654**	0,189
	لوم الذات والآخرين	0,178	0,0898	1,986**	0,032

ويتضح من الجدول (15)السابق أن كل التشبعات أو معاملات الصدق دالة إحصائيًا عند0) , (01مما يدل على صدق جميع الأبعاد المكونة للمقياس، وكذلك أشارت النتائج إلى صدق هذا النموذج حيث حقق مؤشرات حسن مطابقة جيدة كما يتضح من جدول (16) التالى:

جدول(١٦)

مؤشرات حسن المطابقة لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

م	اسم المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي
1	قيمة كا^2 x 2 درجات الحريةdf مستوي دلالة كا2	264,25 17 0889,0	أن تكون قيمة كا^{2}غير دالة إحصائياً
2	نسبة كا^2/df x 2	486,1	من) صفر (إلى(5)
3	جذر متوسط مربعات خطأ الاقتراب (RMSEA)	0.0536	من) صفر (إلى (0.1)
4	جذر متوسط مربعات البواقي (RMSR)	0.0512	من) صفر (إلى (0.1)
5	-مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحاليECVI -الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع	0.374 0.426	أن تكون قيمة المؤشر للنموذج الحالي أقل من نظريتها للنموذج المشبع
6	مؤشر حسن المطابقةGFI	0.968	من) صفر (إلى(1)
7	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحريةAGFI	0.932	من) صفر (إلى(1)
8	مؤشر المطابقة المعياريNFI	0.874	من) صفر (إلى(1)
9	مؤشر المطابقة المقارنCFI	0.955	من) صفر (إلى(1)
10	مؤشر المطابقة النسبيRFI	0.793	من) صفر (إلى(1)

يتضح من الجدول (16)السابق أن قيمة كا25)=^{2}, (264ومستوى دلالة0) , (0889وهى غير دالة إحصائياً ودرجات حرية (17) =وجميع مؤشرات حسن المطابقة تقع فى المدى المثالي للمؤشر، وهذا يدل على مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع الاختبار.

من الإجراءات السابقة تأكد للباحثتان ثبات وصدق واتساق المقياس وصلاحيته لقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى، وبذلك يتكون المقياس فى صورته النهائية من (54)مفردة موزعة على ثمانية أبعاد، والدرجة الكلية للمقياس (216) والدرجة الصغرى.(54)

نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول ومناقشتها وتفسيرها :ينص الفرض الأول على أنه) **لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى أبعاد تحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى(، وللإجابة على هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22) وبحساب اختبار) ت (لدى عينتين مستقلتين** تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (17) التالى:

جدول (١٧)

نتائج اختبار) ت (لدلالة الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى درجات تحديد الذات

درجات تحديد الذات	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
واقعية الذات	ذكور	131	17,91	1,919	0,159
	إناث	239	17,92	1,907	
تنظيم الذات	ذكور	131	23,82	3,127	3,858**
	إناث	239	25,05	2,788	
التمكين النفسى	ذكور	131	14,11	2,305	0,778
	إناث	239	14,29	1,837	
الاستقلالية	ذكور	131	15,81	2,275	0,776
	إناث	239	16,09	2,120	

درجات تحديد الذات	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
الثقة بالنفس	ذكور	131	10,05	1,553	1,567
	إناث	239	9,79	1,504	
الدرجة الكلية لتحديد الذات	ذكور	131	81,79	7,827	1,824
	إناث	239	83,15	6,278	

يتضح من الجدول (17)السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى درجات تحديد الذات والدرجة الكلية فيما عدا بعد تنظيم الذات حيث وجدت فروق دالة إحصائيًا فيه عند مستوى (0,01) بين متوسطى درجات الذكور والإناث لصالح الإناث.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه بحث (Humphrey, 2010)من أنه **لا** توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى تحديد الذات .**وتختلف هذه النتيجة** مع ما توصلت إليه نتائج بحث" محمد نوفل (2011) "من أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى بعدى) بذل الجهد، والعلاقة (لصالح الإناث، بينما **لا** توجد فروق دالة إحصائيًا فى باقى الأبعاد، وبحث (Chin,et al, 2012)الذى أشار إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى التنظيم الذاتى كأحد أبعاد تحديد الذات لصالح الذكور، وبحث "علاء الكناني (2015) "الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى التمكين النفسى لصالح الذكور.

ويمكن تفسير أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى درجات تحديد الذات والدرجة الكلية فيما عدا بعد تنظيم الذات بأن كل من الذكور والإناث بالصف الثانى الثانوى العام والفنى يكونون فى مرحلة المراهقة وهى مرحلة إثبات الذات بالنسبة لهم، حيث يحاولون أخذ قراراتهم بأنفسهم كذلك يفعلون الأشياء التى تجعلهم يبدون مستقلين

وواثقين من أنفسهم حتى يثبتون أنهم على قدر المسئولية، وخاصة أنهم يكونون على مشارف المرحلة الجامعية التى تتطلب منهم أن يكونوا على دراية جيدة بأنفسهم لتحديد نوع الدراسة المناسبة لهم، أو الانخراط فى مجال البحث عن العمل والفرص والاختيار من بين تلك البدائل.

كما قد يرجع ذلك أيضًا إلى طبيعة الذكور والإناث خاصة فى مرحلة المراهقة حيث يتسمون بالاستقلالية فى أمورهم ويثقون فى أنفسهم وفى آرائهم بدرجة كبيرة، حيث يتمسكون بتلك الآراء ويحاولون إقناع الآخرين بها، لذا يحاول الآباء احتوائهم بالصورة التى تدعم التمكين النفسى لديهم وتعزز من واقعية الذات عندهم بحيث يسلكون ويتصرفون وفق قدراتهم وامكانياتهم ليثبتوا للأخرين أنهم قادرين على التحكم فى مجريات الأمور من حولهم.

أما فيما يخص وجود فروق فى تنظيم الذات لصالح الإناث فإن ذلك يتلائم مع طبيعة الإناث من حيث أنهن أكثر اهتمامًا بالنواحى الخاصة بالتنظيم والترتيب والتنسيق لكل شئ حولهن، على العكس من غالبية الذكور الذين لا يهتمون بتلك النواحى وينظرون إليها على أنها لا لزوم لها ولا فائدة منها، بالدرجة التى تصل إلى أنهم قد يسخرون من صديق لهم إذا اهتم بالنواحى التنظيمية .

نتائج الفرض الثانى ومناقشتها وتفسيرها وينص الفرض الثانى على **أنه) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى أبعاد تحديد الذات بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى(، ولاختبار على هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22) وبحساب اختبار)ت (لدى عينتين مستقلتين** تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (18) التالى:

جدول(١٨)

نتائج اختبار) ت (لدلالة الفروق بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى فى درجات تحديد الذات

درجات تحديد الذات	نوع التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
واقعية الذات	ثانوى عام	217	17,63	1,952	3,699**
	ثانوى فنى	153	18,36	1,764	
تنظيم الذات	ثانوى عام	217	24,26	3,024	2,804**
	ثانوى فنى	153	25,12	2,817	
التمكين النفسى	ثانوى عام	217	13,94	2,028	3,276**
	ثانوى فنى	153	14,63	1,929	
الاستقلالية	ثانوى عام	217	15,59	2,150	4,789**
	ثانوى فنى	153	16,65	2,059	
الثقة بالنفس	ثانوى عام	217	9,81	1,551	1,081

درجات تحديد الذات	نوع التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
	ثانوى فنى	153	9,98	1,484	
الدرجة الكلية	ثانوى عام	217	81,22	6,871	5,06**
	ثانوى فنى	153	84,74	6,380	

يتضح من الجدول (18)السابق أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطى درجات طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى فى أبعاد تحديد الذات)واقعية الذات -تنظيم الذات-التمكين النفسي - الاستقلالية (والدرجة الكلية لمقياس تحديد الذات لصالح طلبة الثانوى الفنى، في حين أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بينهم فىبعدالثقة بالنفس.

ولم تتفق أو تختلف هذه النتيجة مع أى من البحوث السابقة حيث لم يتم دراسة الفروق بين نوع التعليم فى هذا المتغير.

ويمكن تفسير أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى فى أبعاد تحديد الذات والدرجة الكلية لصالح طلبة الثانوى الفنى، فيما عدا بعد الثقة بالنفس، حيث إن طلبة المرحلة الثانوية الفنية يكونون فى مرحلة تعتبر نهائية وفاصلة بالنسبة للغالبية العظمى منهم، لذا عليهم أن يكونوا أكثر تحديدًا لذواتهم، ويعرفون جيدًا ماذا يجب عليهم فعله فى المرحلة القادمة من حياتهم ويحددوا أهدافهم بدقة بل ويخططون من أجل تحقيق ذلك، ولذا يكون تنظيم الذات لدى طلبة التعليم الثانوى الفنى مرتفع كما يشعر طلبة التعليم الثانوى الفنى بالاستقلالية في آرائهم وتنظيمهم المستمر للذات من أجل تحقيق آمالهم لأنهم على وشك

الانتهاء من الدراسة ويبدأون فى البحث عن العمل ويتاح لهم التمكين النفسي ويستطيعون اتخاذ القرارات الخاصة بحياتهم بناء على الاحتكاك بسوق العمل والتعرف على إمكاناتهم وقدراتهم وكيفية توظيفها دون القيود التى تُفرض على طلبة التعليم الثانوى العام لأنهم ما زالوا في البحث والدراسة والتركيز والانشغال بالحصول على الدرجات المرتفعة لدخول كليات الجامعة التى تؤهلهم للالتحاق بسوق العمل.

أما بالنسبة إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى فى بعد الثقة بالنفس، فإنه يمكن تفسير ذلك إلى أن طلبة الثانوى العام لديهم ثقة بأنفسهم يكتسبوها من اهتمام ورعاية الدولة ووسائل الاعلام وجميع فئات المجتمع بهم والتعامل معهم بأنهم هم قادة المجتمع مستقبلًا ولذا يشعرون بأهميتهم في الحياة وتزداد الثقة في أنفسهم، بينما طلبة التعليم الثانوى الفنى يحاولون أن يثبتوا أهميتهم من خلال تلك الثقة، أو حتى كنوع من ميكانيزمات الدفاع عن ذاتهم ضد نظرة المجتمع لهم، النظرة التى تشعرهم بالدونية وأنهم أقل من أقرانهم بالتعليم الثانوى العام، كما قد يرجع ذلك طبيعة العينة التى تم اختيارها من المدارس الثانوية الفنية من طلبة مدارس الثانوى الفنى الصناعى ومن تخصصات تنسيق درجاتها مرتفع كالكهرباء والتبريد والتكيف، ولذا يتساوى طلبة التعليم الثانوى العام وطلبة التعليم الثانوى الفنى فى الثقة بالنفس ولا توجد فروق دالة إحصائيًا بينهما في الثقة بالنفس .

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها وتفسيرها وينص الفرض الثالث على أنه)**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى وجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى**(، تم تصنيف الطلبة حسب وجهة الضبط لديهم إلى ثلاث مجموعات وفقًا للدرجات التى حصلوا عليها في مقياس وجهة الضبط فى صورته النهائية، وكان غالبية الطلبة ذوو وجهة ضبط داخلية (262) طالبًا وطالبًة بنسبة(70,62%) ، تليها

مجموعة الطلبة ذوو المسئولية الجزئية وعددهم (83) طالبًا وطالبًة بنسبة (21,83%)، ثم الطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية وعددهم (25) طالبًا وطالبًة بنسبة(6,74%) ، ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22) وبحساب اختبار) ت (لدى عينتين مستقلتين تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (19) التالى-:

جدول(١٩)

نتائج اختبار) ت (لدلالة الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى متغير وجهة الضبط

وجهة الضبط	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
وجهة الضبط الداخلية	ذكور	82	3,54	2,127	1,078
	إناث	180	3,24	2,102	
المسئولية الجزئية)داخلى -خارجى(	ذكور	37	9,97	1,787	0,722
	إناث	46	10,26	1,819	

أما فيما يخص وجهة الضبط الخارجية فأنه نظرًا لأن عدد الطلبة الذين كانت وجهة ضبطهم خارجية أقل من (30) طالبًا وطالبًة، حيث كان عددهم(25) ، لذا تم حساب اختبار" مان ويتنى "للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث ذوى وجهة الضبط الخارجية، وكانت النتائج كما يوضحها جدول رقم (20) التالى:

جدول(٢٠)

نتائج اختبار" مان ويتنى "لدلالة الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث ذوى وجهة الضبط الخارجية

وجهة الضبط	النوع	العدد	متوسط الرتب	مجموع متوسطات الرتب	نتائج مان ويتنى ودلالته
وجهةالضبط الخارجية	ذكور	12	13,29	2,127	74,5
	إناث	13	17,73	2,102	

يتضح من الجدولين19)،(20 السابقين: أنه لا توجد فروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى وجهة الضبط لدى المجموعات الثلاث) داخلى وخارجى ومسئولية جزئية.(

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه بحث كلًا من" :عبدالله أبو سكران(2009)"، و" فتحية خنفر(2014) "، و "آمال بواللیف(2010) " ، و"محمدى على (2013) "من أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى وجهة الضبط .**وتختلف مع ما توصل إليه** بحث كل من Landine) (& Stewart, 1998، و"سناء العطارى (1999)"حيث توصلا إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى وجهة الضبط لصالح الإناث.

ويمكن تفسير تلك النتيجة بأن الذكور والإناث فى المرحلة الثانوية العامة والفنية والذين تميز الغالبية العظمى منهم بوجهة ضبط داخلية يشعرون وبنفس الدرجة عن مسئوليتهم الكاملة عن أعمالهم ونتائجها، ويعتمدون علي أنفسهم في قضاء احتياجاتهم ويتميزون بالنشاط والحيوية والدافعية للعمل ومستوى الطموح المرتفع كنوع من إثبات الذات وخاصة مع تغير نظرة المجتمع للدور المتوقع من الذكور والإناث القيام به، وكذلك توقع المحاسبية لكليهما فلم يعد من المقبول أن نُحمل الذكور فقط نتيجة أفعالهم

ونُنَحى ذلك عن الإناث، لذا فإنه من الطبيعى ألا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث فى وجهة الضبط، وكذلك لدى المجموعات التى تميزت بوجهة ضبط خارجية الذين يتميزون بالسلبية ويرجعون نتائج أعمالهم إلى الحظ أو الصدفة أو أى عوامل أخرى خارجية غير ذواتهم ويبعدون أنفسهم عن كل شئ ولا يلقون اللوم على أنفسهم، وكذلك لدى الطلبة ذوى المسئولية الجزئية والذين يرجعون نتائج أفعالهم إلى أمور تتعلق بذاتهم الداخلية أو أمور تتعلق بالآخرين أو العوامل الخارجية حسب طبيعة الموقف.

نتائج الفرض الرابع ومناقشتها وتفسيرها :وينص الفرض الرابع على أنه) **لا توجد فروق ذات دلالة احصائية فى وجهة الضبط بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى**(، ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج (spss22) وبحساب نتائج اختبار)ت (تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (21) التالى:

جدول (٢١)

نتائج اختبار)ت (لدلالة الفروق بين متوسطى درجات طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى

وجهة الضبط	نوع التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
وجهة الضبط الداخلية	ثانوى عام	154	3,45	2,049	0,273
	ثانوى فنى	108	3,17	2,185	
المسئولية الجزئية)داخلى - خارجى(	ثانوى عام	47	10,09	1,806	1,089
	ثانوى فنى	36	10,19	1,802	

أما فيما يخص وجهة الضبط الخارجية فإنه نظرًا لأن عدد الطلبة الذين كانت وجهة ضبطهم خارجية أقل من (30) طالبًا وطالبًة، حيث كان عددهم (25) طالبًا وطالبًة، لذا تم حساب إختبار" مان ويتنى "للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى ذوى وجهة الضبط الخارجية، وكانت النتائج كما يوضحها جدول رقم (22) التالى:

جدول (٢٢)

نتائج اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين متوسطى درجات طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى ذوى وجهة الضبط الخارجية

وجهة الضبط	نوع التعليم	العدد	متوسط الرتب	مجموع متوسطات الرتب	نتائج مان ويتنى ودلالته
وجهة الضبط الخارجية	ثانوى عام	16	13,97	223,50	56,5
	ثانوى فنى	9	11,28	101,50	

يتضح من الجدولين21) ، (22 السابقين :أنه **لا** توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى فى وجهة الضبط لدى المجموعات الثلاثة داخلى، وخارجى، ومسئولية جزئية.

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصل إليه نتائج بحث"محمدى على " (2013)الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الطلبة فى التخصصات العلمية المختلفة فى وجهة الضبط، **ولم تتفق** مع أى من البحوث السابقة، في حدود علم الباحثتان، حيث لم يتم دراسته وفقًا لنوع التعليم.

ويمكن تفسير أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين طلبة الثانوى العام وطلبة الثانوى الفنى فى وجهة الضبط إلى أن كل من طلبة التعليم الثانوى

العام والفنى مشتركون فى مرحلة واحدة وهى مرحلة المراهقة، والتى يتميز فيها الطلبة بأنهم مستقلين عن الآخرين ويحاولون إثبات ذاتهم وقادرين على تحمل المسئولية ولديهم ثقة عالية فى أنفسهم ويتميزون بالنشاط والحرية والحيوية، وكذلك تحقيق الإنجازات لأنهم على مشارف المرحلة الجامعية بالنسبة لطلبة الثانوية العامة، أو على وشك الانخراط فى الحياة والعمل بالنسبة للثانوية الفنية، لذا فإن هؤلاء الطلبة يشعرون بمسئوليتهم الكاملة عن أفعالهم وأنهم هم السبب فيها وخاصة وأن معظم الطلبة تميزوا بوجهة ضبط داخلية ولا توجد فروق دالة إحصائيًا بينهما في ذلك،كما تميز عدد من طلبة التعليم الثانوى بنوعيه عام وفني بأنهم ذوى المسئولية الجزئية، وهناك مجموعة صغيرة يتميزون بوجهة ضبط خارجية وهم من يرجعون النجاح والفشل فى المهام إلى أسباب وعوامل خارجية غير أنفسهم وهذا نادرًا ما يوجد لدى طلبة مرحلة المراهقة .

نتائج الفرض الخامس ومناقشتها وتفسيرها : ينص الفرض الخامس على **أنه) توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى**(،ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22) وبحساب اختبار) ت (لدى عينتين مستقلتين تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (23) التالى-:

جدول (٢٣)

نتائج اختبار) ت (لدلالة الفروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط

استراتيجيات مواجهة الضغوط	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
المواجهة والتحدى	ذكور	131	26,32	3,842	2,460**
	إناث	239	27,31	3,618	

استراتيجيات مواجهة الضغوط	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
طلب المساعدة	ذكور	131	26,70	4,309	0,525
	إناث	239	26,44	4,874	
اللجوء إلى الله	ذكور	131	27,29	3,336	4,439**
	إناث	239	29,51	3,051	
إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	ذكور	131	28,95	4,889	1,548
	إناث	239	29,70	4,188	
الدرجة الكلية لاستراتيجيات الإيجابية	ذكور	131	109,97	11,606	2,468**
	إناث	239	112,96	10,898	
التمنى	ذكور	131	10,73	3,196	0,571
	إناث	239	10,53	3,085	
التنفيس الإنفعالى	ذكور	131	12,19	3,625	0,517
	إناث	239	12	3,386	
الهروب والتجنب	ذكور	131	14,66	3,826	0,681
	إناث	239	14,37	4,004	
لوم الذات والآخرين	ذكور	131	8,27	2,628	1,458
	إناث	239	7,78	2,477	
الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية	ذكور	131	45,85	9,471	1,057
	إناث	239	44,77	9,388	

يتضح من الجدول (23)السابق أنه توجد فروق دالة إحصائيًاعند مستوى (0,01) بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى بعدى المواجهة والتحدى، واللجوء إلى الله، و الدرجة الكلية للاستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية لصالح الإناث، كماأنه لا توجد فروق بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى باقى الاستراتيجيات الإيجابية) طلب المساعدة -إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة (والاستراتيجيات السلبية) التمني -التنفيس الإنفعالى-الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه بحث كل من" آمال جودة " (2004)، و"مصطفى مصطفي (2010) "من أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى ثلاث من استراتيجيات مواجهة الضغوط)تحمل المسئولية، واتخاذ القرار، وضبط النفس (لدى طلبة الجامعة ، فى حين وجدت بينهم فروق دالة إحصائيًا فى استراتيجيتين)التعامل مع الآخرين، وحل المشكلات (من استراتيجيات مواجهة الضغوط، وكذلك فى الدرجة الكلية لاستراتيجات مواجهة الضغوط لصالح الذكور، وبحث" نبيلة أبوحبيب (2010)"الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لصالح الإناث، وبحث (Sapranaviciute; et al, 2013)الذى أشار إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجيات التركيز، وضبط الانفعال، وطلب المساعدة لصالح الإناث، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط، وبحث " سامية محمد (2014) " الذى أظهر أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط، وبحث كل من" انتصار الصمادى(2015) "، (Clay- Spotser, 2015)، و"عمار الفريحات" ،و"فخرى المؤمنى (2016) " الذين توصلوا إلى أنه لا

توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات بين الذكور والإناث .**وتختلف هذه النتيجة مع ما توصل** إليه بحث" مريم رجاء (2007) "الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجية التنفيس الإنفعالى لصالح الإناث، وفى استراتيجيتى البحث عن الإثابة ،والمكافأة لصالح الذكور، وبحث" على الشكعة (2009) "الذى أشار إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى التفاعل الإيجابى لصالح الذكور ، كما توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجاتالذكور والإناث فى التفاعل السلبى والتصرفات السلبية لصالح الالإناث ، وبحث كل من (Kumar & Bhukar, 2013) ، وبحث" هدى عبدالقادر(2016) "، و"شيماء توفيق (2017) " الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات الذكور والإناث فى استراتيجيات مواجهة الضغوط لصالح الذكور.

ويمكن تفسير وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في استراتيجيات مواجهة الضغوط) المواجهة والتحدي للمشكلة - اللجوء إلى الله – والدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية (لصالح الإناث، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث في استراتيجيات مواجهة الضغوط) طلب المساعدة -إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة-التمنى -التنفيس الإنفعالى -الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين - الدرجة لكلية للإستراتيجيات السلبية .(حيث إنه من طبيعة الإناث قدرتهن على تحمل الصعاب عن الذكور ، وتجدهن لديهن حل لمعظم المشكلات، بالإضافة إلى أنهن يرغبن في مواجهة المشكلة والتحدي لها لكى يثبتن وجودهن وأنهن قادرات على تحمل المسئولية مثلهن مثل الذكور، وكذلك يتميزن الإناث بالحس المرهف عن الذكور ويلجأن بسرعة إلى الدعاء والبكاء واللجوء إلى الله عندما تواجههن مشكلة ما، وعموماً فإن الإناث لديهن قدر كبير من الاهتمام بالمشكلات ويسعين إلى حلها بشتي الطرق على النقيض من ذلك هناك بعض الذكور الذين يتميزوا بالاستهتار في بعض الآمور والامبالاة ويطلقون شعارتهم

لمجرد أنهم ذكور، ولهذا تميزن الإناث بالاستراتيجيات الإيجابية لمواجهة الضغوط) المواجهة والتحدي -طلب المساعدة -اللجوء إلى الله -إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة.(

ولكن بالنسبة لاستراتيجية طلب المساعدة فإن كل من الذكور والإناث متساوون في ذلك ، حيث إن معظم الناس عندما يقعون فى مشكلة حقيقية يطلبون المساعدة من الآخرين ويعيدون التقييم للمشكلة ، بل قد يلجأون إلى الحيل الدفاعية من خلال أحلام اليقظة والتمني والتنفيس الإنفعالى ومحاولة الهروب والتجنب من المشكلة وفي بعض الأحيان إلقاء اللوم على الآخرين ويتساوا فى ذلك الذكور والإناث ولهذا لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث في الإستراتيجيات السلبية) التمني -التنفيس الإنفعالي -الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين (لمواجهة الضغوط.

نتائج الفرض السادس ومناقشتها وتفسيرها :وينص الفرض السادس على أنه) **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى فى استراتيجيات مواجهة الضغوط** (ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22) وبحساب اختبار)ت (لدى عينتين مستقلتين تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (24) التالى:

جدول (٢٤)

نتائج اختبار)ت (لدلالة الفروق بين متوسطى درجات طلبة الثانوى العام والفنى فى أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط

استراتيجيات مواجهة الضغوط	نوع التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
المواجهة والتحدى	ثانوى عام	217	26,64	3,965	1,998*
	ثانوى فنى	153	27,42	3,310	

استراتيجيات مواجهة الضغوط	نوع التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
طلب المساعدة	ثانوى عام	217	25,48	4,636	5,308**
	ثانوى فنى	153	28,01	4,335	
اللجوء إلى الله	ثانوى عام	217	29,18	3,057	1,448
	ثانوى فنى	153	28,69	3,459	
إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة	ثانوى عام	217	28,72	4,601	3,239**
	ثانوى فنى	153	30,32	4,099	
الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية	ثانوى عام	217	110,12	10,757	3,709**
	ثانوى فنى	153	114,44	11,431	
التمنى	ثانوى عام	217	10,86	3,075	1,982**
	ثانوى فنى	153	10,23	3,161	
التنفيس الإنفعالى	ثانوى عام	217	12,70	3,206	4,295**
	ثانوى فنى	153	11,16	3,635	
الهروب والتجنب	ثانوى عام	217	14,69	3,727	1,228
	ثانوى فنى	153	14,18	4,216	

استراتيجيات مواجهة الضغوط	نوع التعليم	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة) ت (ودلالتها
لوم الذات والآخرين	ثانوى عام	217	8,10	2,534	0,801
	ثانوى فنى	153	7,88	2,539	
الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية	ثانوى عام	217	46,35	8,993	2,941**
	ثانوى فنى	153	43,45	9,773	

يتضح من الجدول (23)السابق أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة التعليم الثانوى العام والثانوى الفنى فى الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية لصالح طلبة التعليم الثانوى الفنى، في حين توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة التعليم الثانوى العام والثانوى الفنى فى الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية لصالح طلبة التعليم الثانوى العام، كما وجدت فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة التعليم العام والثانوى الفنى فى استراتيجيات المواجهة والتحدى، وطلب المساعدة، وإعادة التقييم الإيجابى للمشكلة لصالح طلبة التعليم الثانوى الفنى، بينما توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة التعليم الثانوى العام والثانوى الفنى فى استراتيجيتى التمنى، والتنفيس الإنفعالى لصالح طلبة التعليم الثانوى العام، كذلك أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطى درجات طلبة التعليم الثانوى العام والثانوى الفنى فى استراتيجيات اللجوء إلى الله، والهروب والتجنب، ولوم الذات والآخرين .**وتتفق هذه النتيجة مع** بحث (Kumar & Bhukar, 2013) الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الطلبة فى استراتيجيات مواجهة الضغوط وفقًا لنوع التعليم، حيث وجد أن استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الطلاب والطالبات الذين يدرسون التربية الرياضية

أفضل منها لدى الطلاب والطالبات الذين يدرسون الهندسة، وذلك بسبب الضغط الشديد الذى يتعرض له الطلبة الذين يدرسون الهندسة بسبب الكمية الكبيرة من المقررات والمهام المطلوب منهم أن ينجزوها، فى حين أن ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الطلبة الآخرين تساعدهم على إدارة أو مواجهة ضغوطهم، كما تتفق مع نتائج بحث" مريم رجاء (2007) "الذى توصل إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلبة التخصصات المختلفة فى استراتيجيات مواجهة الضغوط ، كذلك تتفق مع نتائج بحث" آمال جودة (2004) " التى أظهرت أنهتوجد فروق دالة إحصائيًا فى بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلبة وطالبات جامعة الأقصى تعزى إلى متغير التخصص.

ويمكن تفسير تلك النتيجة من خلال أن طلبة التعليم الثانوى الفنى أكثر انخراطًا في الحياة من طلبة التعليم الثانوى العام المقتصرين على عملية الاستذكار فقط ومنعزلين عن الحياة الواقعية، بينما طلبة التعليم الثانوى الفنى يتجهون إلى سوق العمل أثناء الدراسة بل وبعض التخصصات قد تفرض على الطلبة النزول إلى المصانع والاندماج مع العمال، وماكينات التشغل ومعايشة مشاكل العمل ولهذا هم يتميزون بالقدرة على مواجهة المشكلة بل واللجوء إلى الآخرين لمساعدتهم في حل المشكلات ويعيدون التفكير في المشكلة ولهذا تميز طلبة التعليم الثانوى الفنى بالاستراتيجيات الإيجابية لمواجهة الضغوط أكثر من طلبة التعليم الثانوى العام الذين يتميزون بالرفاهية والبعد عن المشكلات وعندما يقع هؤلاء الطلبة في مواقف ضاغطة يلجأون إلى استخدام الاستراتيجيات السلبية لمواجهة الضغوط ويُسرعون إلى آبائهم أو أقاربهم لحل المشكلة ويعيشون هم في أحلام اليقظة ويتمنون أنهم لم يقعوا في مشكلات، ويبدأون في الهزار والنكت والتنفيس الإنفعالى عن أنفسهم، ولكن هناك بعض المواقف الضاغطة يتساوي فيها طلبة التعليم الثانوى العام والفنى حيث يلجأون إلى الهروب والتجنب للمشكلات، بالإضافة إلى طبيعة الشعب الشباب فى الوقت الحالى الذين يفضلون اللجوء إلى الله والدعاء عند الوقوع فى مشكلة

ما ويلقون اللوم على الآخرين أو على أنفسهم بأنهم السبب فى الوقوع فى المشكلة.

نتائج الفرض السابع ومناقشتها وتفسيرها :وينص الفرض السابع على أنه) **توجد مستويات متباينة لتحديد الذات لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى**(، ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج(Spss22) ، وتم تحديد المستوى بناء على فئات الاستجابة كما فى جدول (25) التالى، ويتم اختبار مستوى درجات تحديد الذات من خلال حساب المتوسطات الحسابية والمتوسطات الوزنية والانحرافات المعيارية لهذه الدرجات فى التعليم الثانوى بنوعيه العام والفنى كما فى جدول.(26)

جدول(٢٥)

فئات ومستويات درجات تحديد الذات

الفئات	المستوى	التقدير فى المقياس
من 1 ـ أقل من1.67	منخفض جدا	لا ينطبق
من -1.67 أقل من2.33	منخفض	ينطبق إلى حد ما
من -2.33 أقل من3	متوسط	ينطبق كثيرًا

ويتضح من الجدول (25) أنه يُحدد المستوى بناءً على المتوسط النسبى للمقياس الثلاثى ويكون المستوى منخفض جدًا]1-1,67[، ومنخفض]1,67- 2,33[، ومتوسط.[2,34-3]

جدول(٢٦)

مستوى تحديد الذات لطلبة التعليم الثانوى العام والفنى

مجموعات البحث	النتائج	واقعية الذات	تنظيم الذات	التمكين النفسى	الاستقلالية	الثقة بالنفس
العينة الكلية	الانحراف المعيارى	1,909	2,967	2,014	2,175	1,524

مجموعات البحث	النتائج	واقعية الذات	تنظيم الذات	التمكين النفسى	الاستقلالية	الثقة بالنفس
	المتوسط الحسابى	17,93	24,61	14,22	16,03	9,88
	المتوسط الوزنى	2,56	2,46	2,37	2,29	2,47
	المستوى	متوسط	متوسط	متوسط	منخفض	متوسط
طلبة التعليم الثانوى العام	الانحراف المعيارى	1,952	3,024	2,028	2,150	1,551
	المتوسط الحسابى	17,63	24,26	13,94	15,59	9,81
	المتوسط الوزنى	2,51	2,42	2,32	2,22	2,45
	المستوى	متوسط	متوسط	منخفض	منخفض	متوسط
طلبة التعليم الثانوى الفنى	الانحراف المعيارى	1,764	2,817	1,929	2,059	1,484
	المتوسط الحسابى	18,36	25,12	14,63	16,65	9,98
	المتوسط الوزنى	2,62	2,51	2,43	2,37	2,49
	المستوى	متوسط	متوسط	متوسط	متوسط	متوسط

يتضح من الجدول (26)السابق أن مستوى أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات-تنظيم الذات-التمكين النفسي-الثقة بالنفس (لدى طلبة الصفالثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى متوسطاً، بينما يمثل بعد الاستقلالية مستوى

منخفض لدى كل من طلبة العينة الكلية، وطلبة الصف الثانى الثانوى العام، ويمثل بعد التمكين النفسى مستوى منخفض لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام، **ولم تتفق أو تختلف هذه النتيجة** مع أى من البحوث السابقة، حيث لم يتم دراسة مستوى تحديد الذات من قبل – فى حدود علم الباحثتان.-

ويمكن تفسير تلك النتيجة :بالنسبة لطلبة التعليم الثانوى العام فإن أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات-التنظيم الذاتي للتعلم-الثقة بالنفس (تتخذ مستوى متوسط، في حين أن بُعدي الاستقلالية والتمكين النفسي يمثلوا مستوى منخفض، ولكن طلبة التعليم الثانوى الفنى فإن أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات -التنظيم الذاتي – التمكين النفسي -الاستقلالية– الثقة بالنفس (جميعها تمثل مستوى متوسط.

كما أسفرت النتائج أن بُعدي واقعية الذات والثقة بالنفس يمثلان الترتيب الأول والثانى على التوالى وهذه النتيجة منطقية مع طلبة مرحلة المراهقة الذين هم أكثر الأفراد دراية بقدراتهم وإمكاناتهم الحقيقة ولديهم ثقة فى أنفسهم بدرجة كبيرة ولكنهم مذبذبين غير مستقلين عن الآخرين تمامًا وهذا تحقق لدى العينة الكلية وعينة التعليم الثانوى العام، بينما طلبة التعليم الثانوى الفنى فإن بُعدى واقعية الذات والتنظيم الذاتي يمثلان الترتيب الأول والثانى، حيث اختلفوا عن أقرانهم بالتعليم الثانوى العام فى قدراتهم على تنظيم الذات أثناء العمل لطبيعة تخصصاتهم العملية.

ويمكن تفسير ذلك أيضًا بأن كل من طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى يتميزون بالواقعية في قراراتهم ويدركون أنفسهم وقدراتهم جيدًا ويستخدمون استراتيجيات للتخطيط وتنظيم أفعالهم وهذا نابع من الثقة بالنفس التي يمتلكها طلبة مرحلة المراهقة ولهذا ظهرت أبعاد تحديد الذات بدرجة متوسطة ، ولكن يتضح من خلال الحديث مع عينة البحث أثناء التطبيق أن طلبة الصف الثانى الثانوى الفنى يعتبروا أنفسهم في السنة قبل التخرج على النقيض من طلبة التعليم الثانوى العام الذين يدركون أنهم ما

زال أمامهم على الأقل خمس سنوات التخرج، ولذا يتعامل المجتمع مع التعليم الثانوى الفنى بأنهم حاصلين على مؤهل يستطيعون العمل به في السوق وبالتالي هؤلاء الطلبة لديهم قدر من الاستقلالية بدرجة متوسطة، كما يُتاح لهم توظيف إمكاناتهم وتوسيع صلاحياتهم وتسهيل مشاركتهم في وضع الأهداف بدرجة متوسطة، بينما طلبة التعليم الثانوى العام يعتمدون بدرجة كبيرة على مدرسيهم وأولياء أمورهم في اتخاذ القرارات المهمة ويخافون من توظيف ما لديهم من استعدادات ويكون اختيارهم للأقسام العلمية في المرحلة الثانوية بناء رغبة مَنْ يحبون .ولهذا فإن الاستقلالية والتمكين النفسي يكون بدرجة منخفضة.

ولكن بصفة عامة فإن طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى وبحسب طبيعة العصر الحالي وما به من تقدم علمى وتكنولوجى وتقني عال، أصبح لديهم الوعى الكاف باحتياجاتهم وكذلك السبل إلى تحقيق تلك الاحتياجات، كما أن البدائل أمامهم كثيرة ومتاحة بالصورة التى تجعلهم قادرين على المفاضلة بينها واختيار الأفضل فى ضوء معرفتهم بقدراتهم وامكانياتهم، حيث أصبح من السهل عليهم أن يتواصلوا مع العالم الخارجى ويطلعوا على خبرات الأخرين والاستفادة منها فى حياتهم، وقبول ما يرونه صواب ورفض الأخر.

نتائج الفرض الثامن ومناقشتها وتفسيرها :وينص الفرض الثامن على أنه) **توجد مستويات متباينة لاستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى العام والفنى**(، ولاختبار صحة هذا الفرضتم تحديد المستوى بناء على فئات الاستجابة هذه كما فى جدول (27) التالى، ويتم اختبار مستوى درجات استراتيجيات مواجهة الضغوط من خلال حساب المتوسطات الحسابية والمتوسطات الوزنية والانحرافات المعيارية لهذه الدرجات فى العينة الكلية ولدى طلبة التعليم الثانوى بنوعيه العام والفنى كما في جدول (27) التالى.

جدول (٢٧)

فئات ومستويات درجات استراتيجيات مواجهة الضغوط

الفئات	المستوى	التقدير فى المقياس
من 1 ـ أقل من1.75	منخفض جدًا	لا أفعل ذلك مطلقًا
من -1.75 أقل من2.51	منخفض	نادرًا ما أفعل ذلك
من -2.51 أقل من3,27	متوسط	أفعل ذلك بدرجة متوسطة
من -3,27 أقل من4	مرتفع	أفعل ذلك كثيرًا

ويتضح من جدول (27) السابق أنه يُحدد المستوى بناءً على المتوسط النسبى للمقياس الرباعى ويكون المستوى منخفض جدًا[1-1,75] ، و منخفض [1,75- 2,51] ، متوسط [2,51-3,27] ، ومرتفع.[3,27-4]

جدول (٢٨)

مستوى استراتيجيات مواجهة الضغوط لطلبة التعليم الثانوى العام والفنى

مجموعات البحث	النتائج	المواجهة والتحدى	طلب المساعدة	اللجوء إلى الله	إعادة التقييم للمشكلة	التمنى	التنفيس الإنفعالى	الهروب والتجنب	لوم الذات والآخرين
العينة الكلية	الانحراف المعيارى	3,724	4,677	3,234	4,457	3,122	3,469	3,939	2,535
	المتوسط الحسابى	26,96	26,53	28,53	29,44	10,60	12,06	14,48	8,01
	المتوسط الوزنى	3,37	95،2	3,56	3,27	2,12	2,01	2,89	2
	المستوى	مرتفع	متوسط	مرتفع	مرتفع	منخفض	منخفض	متوسط	منخفض
طلبة التعليم الثانوى العام	الانحراف المعيارى	3,965	4,636	3,057	4,601	3,057	3,206	3,727	2,534
	المتوسط الحسابي	26,64	25,48	29,18	28,82	10,86	12,70	14,69	8,10
	المتوسط الوزنى	3,33	2,83	3,65	3,60	2,17	2,12	2,94	2,03

مجموعات البحث	النتائج	المواجهة والتحدى	طلب المساعدة	اللجوء إلى الله	إعادة التقييم للمشكلة	التمنى	التنفيس الإنفعالى	الهروب والتجنب	لوم الذات والآخرين
	المستوى	مرتفع	متوسط	مرتفع	مرتفع	منخفض	منخفض	متوسط	منخفض
طلبة التعليم الثانوى الفنى	الانحراف المعيارى	3,310	4,335	3,459	4,099	3,161	3,635	4,216	2,539
	المتوسط الحسابى	27,42	28,01	28,69	30,32	10,23	11,16	14,18	7,88
	المتوسط الوزنى	3,43	3,11	3,59	3,79	2,05	1,86	2,83	1,97
	المستوى	مرتفع	متوسط	مرتفع	مرتفع	منخفض	منخفض	متوسط	منخفض

يتضح من الجدول (28)السابق :أن أكثر استراتيجيات المواجهة استخدامًا لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى)العينة الكلية (هى استراتيجية المواجهة والتحدي تليها استراتيجيات اللجوء إلى الله، وإعادة التقييم الإيجابى للمشكلة، وطلب المساعدة على الترتيب، بينما أقل الاستراتيجيات استخداماً هى لوم الذات والآخرين، والتنفيس الانفعالى، والتمنى على الترتيب، ولكن أكثر الاستراتيجيات استخدامًا لدى طلبة **التعليم الثانوى العام** هي استراتيجية اللجوء إلى الله وتليها استراتيجية إعادة التقييم الإيجابى، والمواجهة والتحدي، والهروب والتجنب على الترتيب، بينما أكثر الاستراتيجيات استخدامًا لدى طلبة **التعليم الثانوى الفنى** هي إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة، وتليها استراتيجيات اللجوء إلى الله، والمواجهة والتحدى للمشكلة، وطلب المساعدة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه بحث" أحمد عرايفي (2013) " الذى أشار إلى أن متوسطات درجات أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية تحتل الدرجات الأولى على مقياس أساليب مواجهة الضغوط، لدى طلبة المرحلة الثانوية، فى حين توصل بحث" عبدالله الضريبى، وعلى نحيلى، ومسعد النجار " (2010)إلى أن استراتيجيات المواجهة الإيجابية أكثر استخدامًا من

استراتيجيات المواجهة السلبية لدى عينة البحث .**وتختلف هذه النتيجة مع ما توصل اليه** بحث"أحمد صالح (2016) " الذى توصل إلى أن الطلبة يستخدمون أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية بنفس الدرجة التى يستخدمون بها أساليب مواجهة الضغوط السلبية.

ويمكن تفسير ذلك بأن طلبة التعليم الثانوى بنوعيه العام والفنى أكثر استخدامًا للإستراتيجيات الإيجابية) المواجهة والتحدي للمشكلة، واللجوء إلى الله، وطلب المساعدة، وإعادة التقييم الإيجابى للمشكلة (إلا أن طلبة التعليم الثانوى العام تميزوا باستراتيجية الهروب والتجنب، وترى الباحثتان أن هذه النتيجة منطقية لأن طلبة مرحلة المراهقة يحاولون إثبات وجودهم والاعتماد على أنفسهم والهروب من تأثير الكبار فى بعض الآمور ويحاولون تحقيق الاستقلالية في أعمالهم، وبالأخص طلبة التعليم الثانوى الفنى الذين يبدأون النزول إلى سوق العمل بداية من الصف الأول الثانوى إن لم يكن قبل ذلك، ولهذا هم منخرطين في العمل والحياة وضغوطها ومشاكلها، ويتفاعلون بإيجابية مع ضغوط الحياة ويحاولون إيجاد الحلول لما يواجههم من مشكلات، ويشترك معهم طلبة التعليم الثانوى العام على الرغم من أنهم قد يلجأون في بعض الأحيان إلى الهروب والتجنب لأنهم معتمدين قليلاً على الأخرين ولم يندمجوا فى سوق العمل ويتعرضوا للمشكلات الواقعية الحياتية كأقرانهم من التعليم الثانوى الفنى.

نتائج الفرض التاسع ومناقشتها وتفسيرها :وينص الفرض التاسع على أنه) **توجد علاقة دالة إحصائيًا بين درجات تحديد الذات) واقعية الذات-التنظيم الذاتي – التمكين النفسي-الاستقلالية- الثقة بالنفس-الدرجة الكلية لتحديد الذات (وتصنيفات وجهة الضبط الثلاثة لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى**(، ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22)وبحساب معاملات الارتباط تم التوصل إلى النتائج الموضحة بالجدول رقم (29) التالى:

جدول (٢٩)

معاملات الارتباط بين تحديد الذات ووجهة الضبط لدى طلبة الصف الثانى الثانوي بنوعيه

مجموعات البحث	المتغيرات	واقعية الذات	تنظيم الذات	التمكين النفسى	الاستقلالية	الثقة بالنفس	الدرجة الكلية
العينة الكلية	وجهة الضبط الداخلية	0,157*	0,244**	0,015	0,027	0,038	0,189**
	المسئولية الجزئية	0,152	0,119	0,048	0,027	0,189	0,125
	وجهة الضبط الخارجية	0,211	0,002	0,272	-0,542*	0,037	0,309
طلبة التعليم الثانوى العام	وجهة الضبط الداخلية	0,109	0,235**	0,027	0,086	0,007	0,165**
	المسئولية الجزئية	0,046	0,162	0,088	0,106	0,194	0,138
	وجهة الضبط الخارجية	0,134	0,103	0,152	0,134	0,064	0,078
طلبة التعليم الثانوى الفني	وجهة الضبط الداخلية	0,200*	0,195*	0,054	0,020	0,086	0,196*
	المسئولية الجزئية	0,375*	0,072	0,210	0,188	0,178	0,147
	وجهة الضبط الخارجية	0,116	0,231	0,274	0,162	0,159	0,400

يتضح من الجدول (29)السابق أنه:

١ - **لا توجد علاقة بين الدرجة الكلية لتحديد الذات وأبعاده) واقعية الذات-التنظيم الذاتي – التمكين النفسي-الاستقلالية– الثقة بالنفس (ودرجات كل من الطلبة ذوى وجهة الضبط المسئولية الجزئية)داخلى-خارجى (والطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية لدى مجموعات البحث) العينة الكلية، والتعليم الثانوى العام، والتعليم الثانوىالفنى.(**

٢ - **توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) بين الدرجة الكلية لتحديد الذات وبعدى تحديد الذات) واقعية الذات-تنظيم الذات (من جهة وبين درجات الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية فى مجموعة الصف الثانى الثانوى الفنى.**

٣ - **توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد واقعية الذات كأحد أبعاد تحديد الذات ودرجات كل من الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية والطلبة ذوى وجهة الضبط المسئولية الجزئية فى مجموعة العينة الكلية ومجموعة التعليم الثانوى الفنى.**

٤ - **توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًاعند مستوى (0,01) بين الدرجة الكلية لتحديد الذات وبعد تحديد الذات) تنظيم الذات (من جهة وبين درجات الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية فى مجموعة الصف الثانى الثانوى العام ومجموعة العينة الكلية.**

٥ - **توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد الاستقلالية كأحد أبعاد تحديد الذات ودرجات الطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية لدى طلبة العينة الكلية.**

وتتفق هذه النتيجة مع بحث كل من(Strutton,et al., 1995)، و Ricoh, 2009))**الذى توصل إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين تحديد الذات ووجهة الضبط ، حيث وجدت علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الداخلية وكل من أبعاد تحديد الذات) الاستقلالية ،والتمكين النفسى ،وتنظيم**

الذات ،والوعى بالذات(، كذلك وجدت علاقة سالبة بين وجهة الضبط الخارجية والمستويات المرتفعة من أبعاد تحديد الذات)التمكين النفسى ،وتنظيم الذات ،والوعى بالذات(، **وتتفق كذلك مع بحث** (Robey, 2015) وتوصل البحث إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الداخلية وتحديد الذات، بينما توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الخارجى وتحديد الذات .**وتختلف مع** بحث (Ricoh, 2009) الذى توصل إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الداخلية وبعد تحديد الذات) التمكين النفسى(، كما وجدت علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين وجهة الضبط الخارجية والتمكين النفسى.

ويمكن تفسير ذلك بأن مفهوم تحديد الذات هو مفهوم الشخص عن ذاته بما لديه من مجموعة المهارات المعرفية والمعتقدات التي يمتلكها الشخص أثناء اندماجه فى العمل، كما أن الطلبة ذو تحديد الذات يتميزون بالاستقلالية والسرعة في اتخاذ القرارات المهمة للعمل، والتطوع الذاتى وتقديم المساعدة للآخرين وهذا يتفق مع الطلبة ذوى وجهة الضبط الداخلية الذين يُرجعون النجاح أو الفشل إلى أنفسهم ولا يلقون اللوم على الآخرين أو إلى الحظ والصدفة، بالإضافة إلى اعتقادهم بأنهم هم صانعين النجاح داخلياً بما لديهم من دافعية داخلية ولهذا كانت العلاقة بين أبعاد تحديد الذات ووجهة الضبط الداخلية موجبة، في حين توجد علاقة سالبة بين وجهة الضبط الخارجية الاستقلالية كأحد أبعاد تحديد الذات وقد يرجع ذلك إلى الطلبة ذوى وجهة الضبط الخارجية يرجعون النجاح والفشل إلى الحظ أو الصدفة وإلى الآخرين وبالتالى هم غير مستقلين عن الآخرين ويعتمدون عليهم في كل آمورهم، ولا يستطيعون الاختيار من المهام المعروضة ولا اتخاذ قرار يخص حياتهم لذا كانت العلاقة عكسية بين الاستقلالية ووجهة الضبط الخارجية.

نتائج الفرض العاشر ومناقشتها وتفسيرها :وينص الفرض العاشر على أنه) **توجد علاقة دالة إحصائيًا بين أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات-التنظيم**

الذاتي – التمكين النفسي-الاستقلالية– الثقة بالنفس-الدرجة الكلية لتحديد الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة التعليم الثانوى العام والفنى الصف الثانى الثانوى(.، ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام برنامج (Spss22)وبحساب معاملات الارتباط تم التوصل إلى النتائج التالية بالجدول رقم (30) التالى:

جدول (٣٠)

معاملات الارتباط بين تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى

مجموعات البحث	النتائج	المواجهة والتحدى	طلب المساعدة	اللجوء إلى الله	إعادة التقييم للمشكلة	الاستراتيجيات الإيجابية
العينة الكلية	واقعية الذات	0,238**	0,167*	0,174*	0,235**	0,309**
	تنظيم الذات	0,486**	0,050	0,410**	0,324**	0,455**
	التمكين النفسى	0,277**	0,260**	0,230**	0,206**	0,368**
	الاستقلالية	0,185**	0,111	0,152*	0,219**	0,253**
	الثقة بالنفس	0,180**	0,119	0,191**	0,169*	0,142*
	الدرجة الكلية	0,462**	0,154*	0,388**	0,377**	0,508**
طلبة التعليم الثانوى العام	واقعية الذات	0,238**	0,167*	0,174*	0,235**	0,309**
	تنظيم الذات	0,486**	0,050	0,410**	0,324**	0,455**
	التمكين النفسى	0,277**	0,260**	0,230**	0,206**	0,142*
	الاستقلالية	0,185**	0,111	0,152*	0,219**	0,508**

مجموعات البحث	النتائج	المواجهة والتحدى	طلب المساعدة	اللجوء إلى الله	إعادة التقييم للمشكلة	الاستراتيجيات الإيجابية
	الثقة بالنفس	0,180**	0,119	0,191**	0,269**	0,253**
	الدرجة الكلية	0,462**	0,154*	0,388**	0,377**	0,779**
طلبة التعليم الثانوى الفني	واقعية الذات	0,253**	0,237**	0,434**	0,344**	0,418**
	تنظيم الذات	0,422**	0,284**	0,445**	0,523**	0,552**
	التمكين النفسى	0,100	0,216**	0,110	0,259**	0,237**
	الاستقلالية	0,197**	0,244**	0,061	0,262**	0,262**
	الثقة بالنفس	0,229**	0,080	0,284**	0,328**	0,300**
	الدرجة الكلية	0,404**	0,354**	0,435**	0,565**	0,585**

تابع جدول (٣٠)

معاملات الارتباط بين تحديد الذات واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة الصف الثانى الثانوى بنوعيه العام والفنى

مجموعات البحث	النتائج	التمنى	التنفيس الإنفعالى	الهروب والتجنب	لوم الذات والآخرين	الاستراتيجيات السلبية
العينة الكلية	واقعية الذات	-0,19**	0,031	0,095	0,013	0,009
	تنظيم الذات	0,127	0,185**	0,207**	0,026	0,116
	التمكين النفسى	-0,28**	0,051	0,055	0,015	0,087

مجموعات البحث	النتائج	التمنى	التنفيس الإنفعالى	الهروب والتجنب	لوم الذات والآخرين	الاستراتيجيات السلبية
	الاستقلالية	-0,15*	0,038	0,025	0,003	0,029
	الثقة بالنفس	0,078*	0,071	0,050	0,052	0,034
	الدرجة الكلية	-0,26**	0,103	-0,15*	0,030	0,021
طلبة التعليم الثانوى العام	واقعية الذات	0,186**	0,031	0,095	0,013	0,009
	تنظيم الذات	0,127	0,185**	0,207**	0,026	0,116
	التمكين النفسى	0,280**	0,051	0,055**	0,015	0,087
	الاستقلالية	-0,15*	0,038	0,025	0,003	0,029
	الثقة بالنفس	0,078	0,071	0,050	0,052	0,034
	الدرجة الكلية	-0,26**	0,103	0,153*	0,030	0,021
طلبة التعليم الثانوى الفني	واقعية الذات	-0,27**	0,189*	0,184*	0,054	0,077
	تنظيم الذات	-0,24**	0,078	0,017	0,090	0,079
	التمكين النفسى	-0,23**	0,117	0,046	0,039	0,021
	الاستقلالية	0,101	0,127	0,032	0,153	0,133
	الثقة بالنفس	-0,26**	0,163*	0,146	0,033	0,047
	الدرجة الكلية	-0,34**	0,119	0,081	0,078	0,052

يتضح من الجدول (30) السابق أنه:

بالنسبة لعينة البحث الكلية:

١ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات-التنظيم الذاتي – التمكين النفسي-الاستقلالية – الدرجة الكلية تحديد الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية)المواجهة والتحدي-إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة-الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية.(

٢ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية) طلب المساعدة- اللجوء إلى الله(، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجية التمني، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين واقعية الذات واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى – الهروب والتجنب-لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٣ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) تنظيم الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط) اللجوء إلى الله-التنفيس الانفعالى-الهروب والتجنب(، فى حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تنظيم الذات واستراتيجيات المواجهة) طلب المساعدة-التمني –لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٤ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) التمكين النفسي (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية)طلب المساعدة- اللجوء إلى الله(، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) التمكين النفسى (واستراتيجية التمني، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين التمكين

النفسي واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى –الهروب والتجنب-لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٥ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد تحديد الذات) الاستقلالية (واستراتيجية اللجوء إلى الله، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد تحديد الذات)الاستقلالية (واستراتيجية التمنى، فى حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الاستقلالية واستراتيجيات المواجهة) طلب المساعدة– التنفيس الانفعالى– الهروب والتجنب-لوم الذات والأخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٦ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين بعد تحديد الذات) الثقة بالنفس (واستراتيجية اللجوء إلى الله عند مستوى(0,01) ، وبين الثقة بالنفس واستراتيجيات) إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة، والدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية، والتمني (عند مستوى(0,05) ، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الثقة بالنفس واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى –الهروب والتجنب-لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٧ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًابين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية اللجوء إلى الله عند مستوى (0,01) ،وبين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية طلب المساعدة عند مستوى(0,05) ، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًابين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية التمني عند مستوى(0,01) ، وبين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية الهروب والتجنب عند مستوى(0,05) ، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى – لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

بالنسبة لمجموعة التعليم الثانوى العام:

١ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات التنظيم الذاتي – الثقة بالنفس-الاستقلالية – الدرجة الكلية تحديد الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية)المواجهة والتحدي-إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة-الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية.(

٢ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية) طلب المساعدة - اللجوء إلى الله(، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجية التمنى، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين واقعية الذات واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى – الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٣ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) تنظيم الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط) اللجوء إلى الله-التنفيس الانفعالى-الهروب والتجنب(، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تنظيم الذات واستراتيجيات المواجهة) طلب المساعدة- التمني –لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٤ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًابين بعد تحديد الذات) التمكين النفسي (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية) طلب المساعدة- اللجوء إلى الله-التمني-الهروب والتجنب (عند مستوى(0,01) ، بين بعد تحديد الذات)التمكين النفسي (والدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية عند مستوى (0,05)، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين التمكين النفسي واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى – لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٥ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد تحديد الذات) الاستقلالية (واستراتيجية اللجوء إلى الله، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,05) بين بعد تحديد الذات)الاستقلالية (واستراتيجية التمني، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الاستقلالية واستراتيجيات المواجهة) طلب المساعدة- التنفيس الانفعالى – الهروب والتجنب-لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٦ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين بعد تحديد الذات) الثقة بالنفس (واستراتيجية اللجوء إلى الله عند مستوى(0,01) ، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الثقة بالنفس واستراتيجيات المواجهة) طلب المساعدة-التمنى-التنفيس الانفعالى –الهروب والتجنب-لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٧ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية اللجوء إلى الله عند مستوى(0,01) ، وبين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية طلب المساعدة عند مستوى(0,05) ، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية التمني عند مستوى(0,01) ، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجيات المواجهة)التنفيس الانفعالى-الهروب والتجنب – لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

بالنسبة لطلبة التعليم الثانوى الفنى:

١ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01)بين أبعاد تحديد الذات) واقعية الذات-التنظيم الذاتي– الثقة بالنفس-الاستقلالية–الدرجة الكلية تحديد الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية) المواجهة

والتحدي-إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة-الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية.(

٢ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًابين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية) طلب المساعدة - اللجوء إلى الله (عند مستوى(0,01) ، بين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجيتي التنفيس الإنفعالى، والهروب والتجنب عند مستوى(0,05) ، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) واقعية الذات (واستراتيجية التمنى، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين واقعية الذات واستراتيجيات المواجهة) لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٣ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) تنظيم الذات (واستراتيجيات مواجهة الضغوط) طلب المساعدة -اللجوء إلى الله(، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01)بين بعد تحديد الذات) تنظيم الذات (واستراتيجية التمنى، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين تنظيم الذات واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الإنفعالى- الهروب والتجنب – لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٤ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) التمكين النفسي (واستراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية)طلب المساعدة- إعادة التقييم الإيجابى للمشكلة -الدرجة الكلية للاستراتيجيات الإيجابية(، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) التمكين النفسي (واستراتيجية التمنى، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين التمكين النفسي واستراتيجيات المواجهة) المواجهة والتحدى للمشكلة -اللجوء إلى الله -

التنفيس الانفعالى – الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٥ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين بعد تحديد الذات) الاستقلالية (واستراتيجية طلب المساعدة، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الاستقلالية واستراتيجيات المواجهة) اللجوء إلى الله-التمنى-التنفيس الانفعالى – الهروب والتجنب-لوم الذات والآخرين-الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٦ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين بعد تحديد الذات) الثقة بالنفس (واستراتيجية اللجوء إلى الله عند مستوى(0,01) ، وبين الثقة بالنفس واستراتيجية التنفيس الانفعالى عند مستوى(0,05) ، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين بعد تحديد الذات)الثقة بالنفس (واستراتيجية التمنى، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الثقة بالنفس واستراتيجيات المواجهة) طلب المساعدة – الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

٧ - توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجيتى اللجوء إلى الله، وطلب المساعدة، ولكن توجد علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01) بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجية التمنى، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية لتحديد الذات واستراتيجيات المواجهة) التنفيس الانفعالى – الهروب والتجنب -لوم الذات والآخرين -الدرجة الكلية للاستراتيجيات السلبية.(

وتتفق هذه النتيجة مع بحث (Strutton,et al., 1995) الذى توصل إلى وجود علاقة بين تحديد الذات واستراتيجات مواجهة الضغوط، وبحث (Amiot, et al, 2004)الذى أوضح أن تحديد الذات يرتبط إيجابيًا مع استراتيجيات المواجهة القائمة على المهمة)الإيجابية (وسلبيًا مع استراتيجيات المواجهة

القائمة على التجنب)السلبية(، وبحث" مريامة حنصالى (2014) "الذى توصل إلى وجود علاقة بين استراتيجيات المواجهة وتنظيم الذات، وبحث (Lumb,2015) الذى أشار إلى عدد من النتائج من بينها وجود علاقة موجبة بين الاستقلالية واستراتيجيات مواجهة الضغوط.

ويمكن تفسير تلك النتيجة بأن الطلبة الذين يمتلكون القدرة على تحديد ذاتهم يكون لديهم القدرة على مواجهة المشكلات والتصدى لها من خلال ثقتهم فى أنفسهم، كما أنهم يعرفون قدراتهم الحقيقية لمواجهة المشكلات لذا فإنهم يلجأون أحيانًا لطلب المساعدة وجمع المعلومات التى تساعدهم على حل تلك المشكلات، كما أن تمكنهم النفسى يساعدهم على مواجهة المشكلات بكافة الطرق وحلها وخاصة عن طريق استخدام الاستراتيجيات الإيجابية، كما أن الطلبة المحددون ذاتيًا يكونوا أقل استخدامًا لاستراتيجيات مواجهة الضغوط السلبية لأن استخدام تلك الاستراتيجيات يكون منافيًا لطباعهم وقدراتهم وامكانياتهم، اذ تعبر الاستراتيجيات السلبية عن العجز الموجود لدى الفرد وعدم قدرته على مواجهة المشكلة بجدية لذا فإنهم يلجأون الى طرق أخرى للهروب من مواجهة الواقع وكذلك من المشكلة ذاتها .

توصيات البحث والبحوث المقترحة:

أولًا :التوصيات:

من خلال الإطار النظرى ونتائج البحث الحالى وكذلك من خلال معايشة الباحثتين للطلبة أثناء التطبيق تم التوصل إلى مجموعة من التوصيات تتمثل فى :

١ - تفعيل دور الاخصائى النفسى داخل المدارس الثانوية العامة والفنية لتعزيز تحديد الذات لدى الطلاب مما يحقق وجهة الضبط الداخلية والاعتماد على النفس في إنجاز المهام.

٢ - توفير البيئة الداعمة للطلبة داخل المدارس والتى تمكنهم من أن يكونوا شخصيات مستقلة قادرة على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم، ومن ثم استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية التي تمكنهم من التحدى للمشكلات وحلها.

٣ - تعويد الطلبة على أن يتحملوا نتائج تصرفاتهم وأفعالهم مع تخفيف حدة اللوم والعتاب الموجه إليهم إذا ما وقعوا فى الاخطاء، وتوجيهم أنهم يجب أن يعملوا بجد والناتج والتوفيق انما يأتى بقدر الله ومشيئته.

٤ - تشجيع الطلبة وتدريبهم على استخدام الاستراتيجيات الإيجابية لمواجهة الضغوط التى يتعرضون لها فى داخل المدرسة وخارجها، بالصورة التى تساعدهم على التغلب على تلك المشكلات، كذلك حثهم على عدم استخدام الاستراتيجيات السلبية لما لها من آثار سلبية على صحتهم النفسية والجسمية .

ثانيًا :البحوث المقترحة:

من خلال ما تم التوصل اليه من نتائج تقترح الباحثتان عدد من البحوث وهي:

١ - إجراء دراسة مقارنة بين الطلبة ذوى صعوبات التعلم والطلبة العاديين فى تحديد الذات ووجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط.

٢ - عمل نموذج بنائى للعلاقة بين تحديد الذات ووجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة والفنية.

٣ - دراسة متغير تحديد الذات مع متغيرات أخرى مثل التوافق الدراسى والمهنى والرضا عن الحياة، واتخاذ القرار، والإندماج الوالدى ولدى عينات أخرى كطلبة المرحلة الجامعية والمرحلة الإعدادية والمرحلة الابتدائية.

٤ - عمل برنامج تدريبى لتحسين تحديد الذات لدى الطلبة منخفضى تحديد الذات لدى طلبة المدارس العاديين وذوى صعوبات التعلم.

٥ - اجراء دراسة مقارنة بين طلبة المدارس الثانوية والإعدادية والابتدائية فى متغير وجهة الضبط واستراتيجيات مواجهة الضغوط.

٦ - عمل برنامج تدريبى لتدريب الطلبة على استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط الإيجابية.

٧ - اجراء دراسة مسحية للتعرف على أكثر المتغيرات النفسية والمدرسية تأثيرًا على طلبة المدارس الثانوية العامة والفنية.

المراجع

ابتسام بنت هادى بن أحمد العفارى .(2011) العلاقة بين وجهة الضبط والعوامل الخمسة الكبرى فى الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة ام القرى، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة أم القرى.

أحمد صالح الحواس .(2016) أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بتأكيد الذت لدى طلبة جامعة حائل، **مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق**،93 ،(1) ، .115-165

أحمد محمد الحسن، وفاطمة أحمد على .(2015) مركز التحكم وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى كل من الموهوبين والعاديين من تلاميذ مرحلة الأساسى فى ولاية الجزيرة بالسودران، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**،16 ،(3) ،. 244 -215

أحمد محمد عرافى .(2013) أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بتأكيد الذات)لدى طلبة المرحلة الثانوية فى محافظة مهد الذهب(، **رسالة ماجستير)غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة أم القرى.

أفراح القلاف، وعبدالله عبدالغفور، وسعيد أحمد اليمانى .(2016) الخصائص السيكومترية لمقياس وجهة الضبط للمرحلة الابتدائية،24 ،(5) ، -135 144.

آمال عبدالقادر جودة .(2004) أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الأقصى، **المؤتمر الأول فى التربية،" التربية فى فلسطين وتغيرات العصر"، المنعقد بكلية التربية**، الجامعة الإسلامية.

انتصار الصمادى .(2015) الضغط النفسى لدى طلبة جامعة العلوم الاسلامية العالمية واستراتيجيات التعامل معها، **مجلة دراسات -العلوم التربوية، الجامعة الاردنية**،42 ،.845 -831

بشير معمرية .(2009) **مصدر الضبط والصحة النفسية الاتجاه المعرفى السلوكى**، ط1، المنصورة، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع.

آمال بواللیف .(2010) وجهة الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسى الجامعى "دراسة مقارنة بين طلبة كلية العلوم الطبية وطلبة كلية العلوم الانسانية والاجتماعية"، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية الآداب والعلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة باجى مختار – عنابة، الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية.

خالد بن محمد بن عبدالله العديلى .(2012) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيًا والعاديين بمدينة مكة المكرمة، **رسالة ماجستير)غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة أم القرى.

حنان مقداد .(2016) الصلابة النفسية لدى الطالبات الجامعيات المقيمات، دراسة استكشافية بمدينة ورقة، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدى مرباح – ورقة.

سامية محمد صابر .(2014) أنماط التعلق وعلاقتها بالكمالية، وأساليب المواجهة للضغوط النفسية لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة، **مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق**،84 ،(2) ،.126-13

سناء العطارى .(1999) مستوى مهارات التفكير الناقد وعلاقته بمركز الضبط وبعض المتغيرات الاخرى لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة القدس.

شيماء إبراهيم توفيق .(2017) مكونات التفكير الإيجابى لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الزقازيق وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة الزقازيق.

عبدالله الضريبى، و على نحيلى، ومسعد النجار .(2010) أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات" دراسة ميدانية على عدد من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق"، **مجلة جامعة دمشق**،26 ،(4) ، .719 -669

عبدالله يوسف أبوسكران .(2009) التوافق النفسى والاجتماعى وعلاقته بوجهة الضبط) الداخلى -الخارجى (للمعاقين حركيا فى قطاع غزة، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية التربية**، الجامعة الاسلامية -غزة.

عزت عبدالحميد حسن .(2008) **الاحصاء المتقدم للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية تطبيقات باستخدام برنامج ليزرال8,8** ، بنها، دار المصطفى للطباعة والترجمة.

علاء عبدالأمير على الكنانى .(2015)رتب الهوية وعلاقتها بالتمكين النفسى لدى طلبة الجامعة، **رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية**، الجامعة المستنصرية.

على الشكعة .(2009) استراتيجيات مواجهة احداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فى محافظة نابلس، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث) العلوم الانسانية(**،(2)22،.378-352

عمار عبدالله محمود الفريحات، وفخرى فلاح المومنى .(2016) التوافق النفسى وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين فى محافظة عجلون، **مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية**، جامعة الشهيد حمة لخضير -الوادى،16 ،.42-25

فاروق عبد الفتاح موسي .(1992)**اختبار مركز التحكم للأطفال**، ط4، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

فتحية خنفر .(2014) الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطالب الجامعى، دراسة ميدانية بجامعة قاصدى مرباح ورقلة، **رسالة ماجستير)غير منشورة(، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدى مرباح -ورقلة.

فؤاد أبوحطب، وآمال صادق .(1991) **مناهج البحث وطرق التحليل الاحصائى فى العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية**، ط1، القاهرة، الأنجلو المصرية.

فوقية حسن عبدالحميد .(2015) **مقياس الاستجابة للضغوط النفسية)كراسة التعليمات والأسئلة(**، القاهرة، دار الرشاد .

محمد بلوم، و فايزة حلاسة .(2016) تصميم مقياس مركز الضبط فى المجال المدرسى لدى عينة من المراهقين المتمدرسين، **مجلة العلوم النفسية والتربوية**،2 ،.329-346

محمد قاسم عبدالله .(2000) **الشخصية استراتيجياتها تطبيقاتها الاكلينيكية والتربوية" الشخصية والعلاج النفسى"**، دمشق، دار مكتبتى.

محمد نوفل .(2011) الفروق فى دافعية التعلم المستندة إلى نظرية تقرير الذات لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربوية فى الجامعات الأردنية، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث) العلوم الانسانية(**،(2) 25 ، .277-308

محمدى على .(2013) الأسلوب المعرفى الاعتماد-الاستقلال عن المجال الإدراك ى وعلاقته بمركز الضبط على ضوء متغير الجنس والتخصص والبيئة دراسة مقارنة على مستوى السنة الثانية ثانوى بثانويتى مراح بوهران وخالد بن الوليد بأدرار، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية العلوم الاجتماعية**، جامعة وهران.

مريامة حنصالى .(2014) ادارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتى الشخصية المناعية) الصلابة النفسية التوكيدية (فى ضوء الذكاء الإنفعالى، دراسة ميدانية على الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام ادارية، **رسالة دكتوراة) غير منشورة(، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة محمد خضير بسكرة.

مريم رجاء .(2007) الاستراتيجيات التى يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية" دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربيى بجامعة دمشق"، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس**، 5 (1)،145-172.

مصطفى رشاد مصطفى .(2010) الذكاء العاطفى وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعات غزة، **رسالة ماجستير)غير منشورة(، كلية التربية**، الجامعة الإسلامية – غزة .

منيرة منصور .(2007) الخجل وعلاقته بوجهة الضبط الداخلى – الخارجى لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة ام القرى.

نبيلة أحمد أبوحبيب .(2010) الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسى لدى أبناء الشهداء فى محافظة غزة، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية التربية**، جامعة الأزهر – بغزة .

هدى عبدالقادر .(2016) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بفاعلية الذات والضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى عينة من طلبة الجامعة بليبيا، **رسالة ماجستير) غير منشورة(، كلية الآداب**، جامعة المنصورة.

Amiot, C. E.; Gaudreau, P.; & Blanchard, C. M. (2004). Self-Determination, Coping, and Goal Attainment in Sport, **Journal of Sport & Exercise Psychology**, 26, 396- 411.

Anderman, E.,& Midgeley, C. (1997). Changes in personal perceived classroom goals structures across the translation to middle level school,**Contemporary Educational Psychology**, 22, 269- 298.

Arshadi, N. (2010). Basic need satisfaction, work motivation, and job performance in an industrial company in Iran, **Procedia Social and Behavioral Sciences**, 5, 1267- 1272.

Bal, B,S.; Singh, B.; & Singh, O. (2010). Achievement motivation and locus of control of University level individual and team sport players- Aprognostic study, **Journal of Physical education and sports management**, 1(13), 33-36.

Bulus, M. (2011). Goal orientations, locus of control and academic Achievement in prospective teachers: An individual Differences Perspective, **Journal of Educational Science: Theory & Practice**, 11(2), 540- 546.

Chin, N.; Khoo, S.; & Low, W. (2012). Self- Determination and goal orientation in track and field, **Journal of Human Kinetics,** 33, 151- 161.

Clay- Spotser, H. (2015). Self- Efficacy, Locus of control, and parental Involvement on students' Academic Achievements, **Doctor Theiss, College of Social and Behavioral Sciences,** Walden University.

Cooper, A. M. (2006). An investigation of coping skills, locus of control and quality of life in young adults with learning disabilities, **Doctor thess, Faculty of Social Science,** Stamford University.

Dapt, S. (2014). Validation of scale measuring Coping strategies of adults, **International Journal of Advanced Researsh,** 2(5), 392-395.

Darshani, R. K. N. D. (2014). Areview of personality types and locus of control as moderators of stress and conflict management, **International Journal of Scientific And Research Publications**, 4(2), 1-8.

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). The General Causality Orintation Scale: Self- Determination in Personality, **Journal of Research in Personality,** 19, 109- 134.

Duttweiler, P. c. (1984). The Internal control Index: Anewly Developed measure of locus of control, **Journal of Educational and Psychological Measurment**, 44, 209- 221.

Fini, A, A, S. & Mitra, Y. (2011). Survey on relationship of achievement motivation, locus of control and academic achievement in high school students of Bandar Abbas, **Procedia Social and Behavioral Sciences**, 30, 866- 870.

Gan, Y. & Shang, J. (2007). Coping Flexibility and locus of control as predict of Burnout among Chinese College Students, **Journal of Social Behavior and Personality**, 35(8), 1087-1098.

Gouround, K.; anagnostopoulos, F.; Potamianos, G.; Lykeridou, K.; Schmidt, L.; & Vaslamatzis, G. (2012). Perception of Control, Coping and Psychological Stress of Ifertiile Women Undergoing IVF, Reproductive Healthcar Ltd, 24, 670- 679.

Hanger, A., D. & Runtz, M., G. (2012).Physical and psychological maltreatment in childhood and later health problems in women : An exploratory investigation of the roles of perceived stress and coping strategies, **Child Abuse & Neglect**, 36, 393- 403.

Helvik, A. S.; Bjorklof, G.; Corazzinigk, K.; Selbaek, G.; Laks, J.; Ostbye, T.; &Engedal, K.(2016). Are Coping Strategies And Locus Of control Orientation associated with health quality of life in older adults with and without depression?, **Journal of Gerontology And Geriatrics**,64, 130-137.

Humphrey, M. J. B. (2010). The Relationship of self- Determination skills. Use of Accommodation, and use of services to Academic success in Undergraduate Juniors and seniors with Learning Disabilities, **Doctor Thiess, Faculty of the Graduate School,** University of Maryland.

Maja, J.; Ivan, E.; Mateja, V.; Damir, K.; Joze, S. & Vasja, R. (2013). Relationship between stress coping strategies and absenteeism among middle – level managers, **Journal of management**, 18(1), 45-57.

Jalowiec, A. (2001). **Jalowiec coping scale**, Wililie & Tneel investigators, well Being : hope.computer research.

Kadhiravan, S. & Kumar, K. (2012). Enhancing stress coping skills among college students, **Journal of Arts, Science & Commerce**,4(1), 49- 55.

Khosla, M. (2006). Positive Affect and Coping with Stress, **Journal of the Indian Psychology**, 32(3), 185- 192.

Kumar, S. & Bhukar, J. P. (2013). Stress level and coping strategies of college students, **Journal of Physical Education and Sport Management**, 4 (1), 5-11, January (2013).

Lumb, A. M. (2015).Self Determination Theory and Posttraumatic Growth in university students Experiencing Negative life events, **Doctor thiess, Faculty of Social Science,** University of Ottawa.

Lamb, P. A. (2006). Self- Determination and career development: skills for successful transitions to postsecondary Education and Employment, **Doctor Thiess, Program Manager Special Education and Transation Services Nisonger Center**, The Ohio Stae University.

Ntoumanis, N.; Edmunds, J.;& Duda, J. L.(2009). Understanding the coping process from a self- determination, **British Journal of Health Psychology**, 14, 249- 260.

Parker, S. L,; Jimmieson, N. N.; &Amiot, C. E. (2013). Self-Determination, control, and Reactions to Change in workload A work simulation, **Journal of Occupational Health Psychology,** 18(2), 173- 190.

Ricoh, S. (2009). An Examination of Self- Determination and locus of control in Adolescents with and without learning Disabilities, **Master Thiess, Faculty of Graduate Studies,** Univesrity Of Calgary.

Robey, K. (2015). Impact Of fine arts Participation on Self-Determination and locus of control among Persons with developmental disabilities, **This Project was supported in part by an award from the Researsh: Art Works Program at The National Endowment for the Arts: Grant # 14-3800- 7002**.

Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcements, **Journal of Psychological Monographs**, 80(1), 1-28.

Sharen, L. (2008). Self- Determinatio Theory, **Doctor Thiess**, EBSCo, 1- 7, Researdh Starters, Academic Topic Over views.

Saif, N. & Saleh, A. (2013). Psychological Empowerment and jop satisfaction in Jordanian hospitals, **International Journal of Humanities and Social Science,** 3(16), 250- 257.

Sapranaviciute, L.; Padaiga, Z.; & Pauzie, N. (2013). The Stress coping strategies and Depressives Symptoms in international students, **Procedia Social and Behavioral Sciences,** 84, 827-831.

Strutton, D.; Pelton, L. E.; & Lumpkin, J. R. (1995). Personality Characteristics and salespeople's choice of coping strategies, **Journal of the Academy of Marketing Science,** 23(2), 132-140.

Tella, A.; Tella, A.,& Adeniyi, O. (2011). Locus of control, interest in schooling, self-efficacy and academic achievement, **Cypriot Journal of Educational Sciences**, 4, 168- 182.

Turban, D.; Tan,H.; Brown, K.;& Sheldon, K.(2007). Antecedents and aoutocomes of Perceived locus of causality: An Application of Self- Determination Theory, **Journal of Applied Social Psychology**, 37(10), 2376- 2404.

Vela, M.; Alonson, M. A. V.; Gil, F. G.; Corbella, M. B.; & Wemeyer, M. L. (2012). Assessment of the Self- Determination of Spanish students with Intellectual Disabilities and other Educational need, **Journal of Educational and Training in Autism and Developmental Disabilitis**, 47(1), 48- 57.

Wehmeyer, M. L. (1994). Perception of self- determination and psychological empowerment of Adolescents with mental retardation, **Journal Educational And Traning In mental Retardation And Developmental Disabilities**, 29(1), 9-21.

Wehmeyer, M.L. (1995). **The ARC's self-Determination scale: procedural Guidelines, Arlington:** the Arc of Untetd States.

Wehmeyer, M. L. & Palmer, S. B. (2003). Adult Outcomes for students with Cognative Diabilities three year after High school the impact of Self- Determination, **Journal Educational And Traning In mental Retardation And Developmental Disabilities**, 38(2), 131-144.

Wehmeyer, M. L. & Schwartz, M. (1997). Self- Determinatin and Positive Outcomes Aflow up study of yoth with Mental Retardation of learning Disabilities, **Journal Exceptional Children**, 63 (2), 245-255.

Wehmeyer, M. L. & Schwartz, M. (1998). The Relationship between Self- Determinatin and quality of life for Adults with Mental Retardation, **Journal Educational And Traning in mental Retardation and Developmental Disabilities**, 33 (1), 3-12.

Wilski,M.; Chmielewski, B.; & Tomczak, M. (2015). Work locus of control and Burnout in polish physiotherapists: the mediating Effect of Coping Strategies styles, International **Journal of Occupational Mental Health**, 28(5), 875-889.