المؤتمر العلمي لقسم الصحة النفسية بكلية التربية بجامعة بنها

الصحة النفسية : نحو حياة أفضل للجميع

(العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة)

١٧-١٨ يوليو ٢٠١١ م

تحت رعاية

الأستاذ الدكتور
عادل محمد زايد
محافظ القليوبية

الأستاذ الدكتور
محمد صفوت زهران
رئيس جامعة بنها

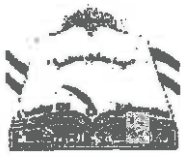
الأستاذ الدكتور
سهير شعراوي جمعة
رئيس شرف المؤتمر ونائب رئيس الجامعة للدراسات العليا

الأستاذ الدكتور
أبوالسعود محمد أحمد
رئيس المؤتمر وعميد كلية التربية بجامعة بنها

مقررا عام المؤتمر

الأستاذ الدكتور
أشرف أحمد عبدالقادر
أستاذ الصحة النفسية ووكيل كلية التربية للدراسات العليا والبحوث

الأستاذ الدكتور
هشام عبدالرحمن الخولي
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية بجامعة بنها



المؤتمر العلمي لقسم الصحة النفسية بكلية التربية بجامعة بنها

الصحة النفسية : نحو حياة أفضل للجميع

(العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة)

١٧-١٨ يوليو ٢٠١١ م

تحت رعاية

الأستاذ الدكتور
عادل محمد زايد
محافظ القليوبية

الأستاذ الدكتور
محمد صفوت زهران
رئيس جامعة بنها

الأستاذ الدكتور
سهير شعراوي جمعة
رئيس شرف المؤتمر ونائب رئيس الجامعة للدراسات العليا

الأستاذ الدكتور
أبوالسعود محمد أحمد
رئيس المؤتمر وعميد كلية التربية بجامعة بنها

مقررا عام المؤتمر

الأستاذ الدكتور
أشرف أحمد عبدالقادر
أستاذ الصحة النفسية ووكيل كلية التربية للدراسات العليا والبحوث

الأستاذ الدكتور
هشام عبدالرحمن الخولي
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية بجامعة بنها

أساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بالمرحلة الجامعية

دكتـــورة / نوره إبراهيم السليمان

أستاذ مشارك ، قسم التربية الخاصة، كلية التربية-جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية

ملخص البحث:

هدفت الدراسة إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط الحياتية اليومية لدى عينة من الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بالمرحلة الجامعية. حاولت الدراسة التوصل فيما إذا كان هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات دراسيا وغير المتفوقات على مقياس أساليب مواجهة الضغوط , وهل هناك فروق دالة إحصائيا في أساليب المواجهة قيد الدراسة وفقا لمستوى دخل الأسرة, وتعليم الوالدين. تكونت عينة الدراسة من (١٧٢) طالبة, منهن (٨٣) طالبة من المتفوقات و (٨٩) من غير المتفوقات، وكان متوسط أعمار الطالبات (٢١،٤) سنة. تم استخدم مقياس أساليب مواجهة الضغوط (COPE) من إعداد (Carver,Scheier,&Weintraub,1989) والذي تم ترجمته وإعداده وتطبيقه على البيئة السعودية من قبل الباحثة، وقد أظهرت النتائج , فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أسلوب المواجهة بالتخطيط لصالح الطالبات المتفوقات .وكذلك في أساليب المواجهة (الاستسلام والقبول \ الإنكار \ عدم المبالاة \ صرف الانتباه) لصالح الطالبات غير المتفوقات . كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات في أساليب المواجهة وفقا لمستوى تعليم إبائهن ومستوى الدخل الشهري لأسرهن .أوصت الباحثة بإنشاء وحدة إرشادية للطالبات تهتم بمشاكلهن الأكاديمية والنفسية والاجتماعية وكيفية مواجهتها وخاصة للمتفوقات منهن, كما أوصت بتضمين أساليب المواجهة الفعالة في المناهج الدراسية , وتكثيف البحوث والدراسات للتعرف على أنواع الضغوط والأزمات التي تتعرض لها الطالبات المتفوقات خلال دراستهن الجامعية.

Coping Strategies of Gifted and Non-Gifted College Students

Norah Ibrahim Al-Sulaiman, PH. D.

Abstract: This study was aimed to identify the Coping strategies used by gifted and non-gifted undergraduate students to overcome their daily stress. The study investigates whether there are statistical significant differences between responses of students with high academic achievement on the dimensions of Coping strategies scale, and whether there are significant differences between students in their Coping strategies, according to the level of family income, and parental education. The study sample consists of (172) students, (83) of whom are gifted and (89) are non-gifted, and the average age of students was (21.4) years. The scale of Coping strategies developed by (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989) was used, which was translated and standardized to Saudi culture by the researcher. The result indicated that there are statistically significant differences between

gifted and non-gifted students in the Coping strategy (planning) for the gifted students, and there are statistically significant differences between gifted and non-gifted students in the Coping strategies (Resignation and acceptance\ denial\ behavioral disengagement \mental disengagement) for the non-gifted students. Also, The results show statistically significant differences between gifted and non-gifted students in their Coping strategies, according to the level of fathers' education, and the level of family income .The researcher recommends setting up counseling services at the university to help establish direction and guidance for the students, and to develop therapy sessions for students who suffer from certain problems. The researcher also urges researchers to perform more studies concerning gifted students' problems, and to identify the services offered to them.

مقدمـــة:

إن ما يتعرض له الطالب اليوم من ضغوط, وما يواجهه من صعاب ومشكلات لمقابلة متطلبات العصر , الذي طرا علية الكثير من المستجدات في مختلف المجالات التعليمية, والتكنولوجية, والاقتصادية ,والسياسية ,والاجتماعية والأسرية , ليتطلب طرق تفكير وتعامل تختلف عما تعود عليه الفرد من أساليب جاهزة لمعالجة تلك القضايا والمستجدات. لقد تنامي الاهتمام في السنوات الأخيرة بالطلبة المتفوقين ,لدفعهم لمزيد من التفوق والانجاز العلمي (Sceeramaerddy et al ,2007) .ولم تقتصر تلك الرعاية على تقديم البرامج التعليمية والاهتمام بطرق التدريس والمناهج الدراسية والاثرائية, ولكن امتد الاهتمام للقيام بالأبحاث حول ما يتعرض له الطالب أو الطالبة المتفوقة في العصر الحالي من مواقف وضغوط وأحداث ومشكلات متعددة الجوانب, وللأسف لم يرافق تلك الدراسات المكثفة ,الاهتمام بأساليب التعامل والمواجهة لتلك المواقف والإحداث والمشكلات الحياتية الضاغطة التي يواجهها الطلبة المتفوقين وخاصة الملتحقين بالمرحلة الجامعية, مما يتطلب المزيد من الدراسات للتعرف على الأساليب التي يتم استخدامها ,والتي تعتبر من الأمور الجوهرية التي ينبغي التركيز عليها وتنميتها لدى الطلبة ,لتلافي انعكاساتها السلبية على حياتهم المستقبلية, ولتحقيق التكيف والتمتع بصحة نفسية سليمة , وتجنيبهم المغامرة بما تعودوا علية من أساليب, والتي قد لا تساعدهم على التعامل بفعالية مع الصعاب والضغوط الحياتية المحيطة بهم. وتعتبر المرحلة الجامعية احد المحطات الهامة في حياة الطلبة من الجنسين ,والتي لا تخلو من تلك الضغوط الحياتية والإحداث والمواقف والأزمات اليومية الضاغطة وخاصة المتفوقين منهم دراسيا . وهذه الضغوط الحياتية اليومية لها أثارها الصحية والأكاديمية والاجتماعية والنفسية على الطلبة .فالمرحلة الجامعية وما تحتويه من متغيرات ومتطلبات , تجعل الطالب أو الطالبة وخاصة المتفوقين منهم , إمام مواجهة للعديد من الصعاب والمواقف والتي تتطلب استجابات وردود أفعال قد يقف الطالب عاجز إمامها , لعدم وجود الآليات والأدوات والمهارات والأساليب الملائمة لمقابلة تلك الضغوط , باستجابات سليمة تحقق لهم الصحة النفسية. مما يتطلب إعداد الطلبة, وخاصة المتفوقين منهم وتهيئتهم,

لمواجهة معترك الحياة وإكسابهم الآليات والأساليب لاتخاذ القرارات لمواجهة كافة الأزمات والإحداث التي قد تعترض طريقهم في المستقبل.

من هنا جاءت أهمية دراسة أساليب مواجهة الضغوط لعينة من الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بالمرحلة الجامعية ,ومحاولة التعرف على نوعية تلك الأساليب ومدى توافقها مع الحلول الفعالة (Folkman & Lazarus,1985)(Lazarus,2000) وإثرها في تخفيف الضغوط والأزمات . فهؤلاء الطالبات المتفوقات دراسيا لن يستطعن تجنب أو تجاهل تلك الضغوط والإحداث والأزمات الحياتية اليومية التي تعترض طريقهن,لأنها جزء من الحياة ,ولكن من المهم إن يمتلكن استراتيجيات وخطط لأساليب المواجهة الفعالة للتغلب عليها .

مشكلة الدراسة:

أكدت العديد من الدراسات والأبحاث إن بعض المتفوقين دراسيا من الجنسين يتعرضون لمواقف وأحداث ومشكلات تمنعهم من تمتعهم بصحة نفسية سليمة وتعيق تقدمهم الأكاديمي وانجازهم العلمي (Bangel,2010 Moon ,Kelly & Feldhusen,2009, Black,Devereux & Salvanes,2001, Piechwski, 2003 Yoo&Moon,2006, Mueller, 2009, Neihart, Reis, Robinson & Moon, 2002, Vialle, Heaven, &Ciarrochi, 2007) وخاصة عند ارتفاع مستوى التفوق لديهم. (Moon,2009). هذه المشكلات والضغوط التي يتعرض لها الطلبة المتفوقين من الجنسين وعدم مقابلة متطلباتهم وتلبية احتياجاتهم الأكاديمية والاجتماعية والنفسية والتي تتضح في عدم الرضا عن نوعية المحاضرات والمنهج الدراسي وقلة الأمور الترفيهية (Bangel,2010) وقصور في المفاهيم السائدة حول المتفوقين والتوقعات العالية للوالدين (Dunst & Trivette , 1993)(Moffat et al , 2004) (Morelock, (1995) لتشكل معاناة للطلبة المتفوقين, تنعكس على حالتهم النفسية, وتؤدي إلى شعورهم بالقلق حول المستقبل والشعور بالوحدة وضعف العلاقات مع الآخرين والانعزالية ,وصعوبة التكيف ,والرغبة بالانسحاب والشعور بالحزن والغضب وعدم الرضا(Moon,2009)(Jin&Moon,2006) (David,2002) (Moon ,Kelly & Feldhusen,2009) (Silverman,1993) (العجيلي , ٢٠٠٦). وقد يؤدي إلى بروز العديد من الإعراض المرضية النفس جسمية (السهلي ,٢٠١٠) (العنزي ,٢٠٠٤) والسلوك العدواني (نظمي والسميري , ٢٠٠٧) فالضغوط الحياتية ما هي إلا مثيرات تتطلب استجابات وردود أفعال , والتي قد تؤثر سلبا على الجوانب النفسية والاجتماعية والجسمية في حالة عدم اختيار الاستجابات الملائمة لمواجهة تلك الضغوط الحياتية.

(Kaplan ; Sallis & Patterson ,1993)(Carver; Seheier & Weintraub,J,1989) (Lazarus,2000).

إن البيئة الجامعية وما تتضمنه من أنظمة وقوانين والتزامات وضوابط , إلى جانب توفر عناصر الانفتاح وتحقيق والاستقلالية والحرية,قد تضع الطالب أو الطالبة إمام مواقف ضاغطة قد يجد صعوبة في مواجهتها والتغلب عليها .هذه الضغوط والأزمات التي قد يتعرض لها الطلبة المتفوق دراسيا , قد لا تكون هي القضية أو المشكلة , لأنها قد تحدث للعديد من ألطلبه المتفوقين من الجنسين , ولكن المشكلة تكمن في أساليب مواجهتها وتفسيرها , وما يحمله الطالب من أفكار وعوامل مؤثرة قد تمنعه من التوصل إلى ما يساعده على مواجهة تلك الضغوط , وخاصة عندما تكون حتمية,لا يستطيع حلها أو إزالتها (Seligman & Csikszentmihaly,2000), مما يتطلب وجود طرق تفكير ذات فعالة تتوافق مع متطلبات العصر وتساهم في التخفيف من تلك الضغوط والأزمات والتخلص منها أو التقليل من أثارها على صحة الفرد النفسية والاجتماعية والجسمية وخاصة للإناث منهم ,لقصور في الخبرة لديهن في كيفية مواجهة المواقف والأزمات والإحداث الضاغطة (Yoo &.Moon, 2006) . مما يؤكد أهمية دراسة أساليب المواجهة للضغوط الحياتية اليومية التي تستخدمها طالبات الجامعة المتفوقات دراسيا وغير المتفوقات, والتعرف على اثر بعض المتغيرات ,كالمستوى التعليمي للوالدين والمستوى الاقتصادي للأسرة على أساليب المواجهة التي تستخدمها الطالبات المتفوقات دراسيا وغير المتفوقات للتعامل مع الضغوط والإحداث والمواقف اليومية . بهدف تقديم خدمات إرشادية وقائية وعلاجية مناسبة لتخفيف حده هذه الضغوط , وتوفير الجوال صحي الملائم والتمتع بصحة نفسية سليمة .

أهمية الدراسة :

١- يعتبر المتفوقين من الجنسين ثروة حقيقة لكل مجتمع, مما يتطلب الاهتمام بهم ومعالجة قضاياهم ومشكلاتهم والتي قد يؤثر على انجازهم وتحصيلهم العلمي.

٢- متطلبات العصر الحالي وما يرافقها من متغيرات ومستجدات في كافة المجالات, تتطلب التعرف على أساليب ملائمة تتوافق مع طبيعة التغيرات الحياتية المتصارعة وخاصة للطلبة المتفوقين .

٣- دراسة أساليب المواجهة هو مدخل طبيعي لتقديم برامج إرشاديه وتوجيهيه وعلاجية في أساليب مواجهة الضغوط الحياتية للطالبات المتفوقات

أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف طبيعة الفروق في أساليب مواجهة الضغوط اليومية بين طالبات الجامعة المتفوقات وغير المتفوقات .وكذلك محاولة التوصل فيما إذا كان فروق ذات دلالة إحصائية في

أساليب مواجهة الضغوط اليومية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات وفقا لمستوى تعليم الوالدين , والدخل الشهري للأسرة ,ومن ثم تفسير النتائج لهذه الدراسة في ضوء نتائج الدراسات السابقة.

فروض الدراسة :

في ضوء مراجعة ما تم نشرة من دراسات وأبحاث سابقة في مجال أساليب المواجهة للضغوط تـ التوصل لفروض الدراسة التالية :

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات على مقياس أساليب مواجهة الضغوط قيد الدراسة؟
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات على مقياس أسالب مواجهة الضغوط وفقا لمستوى تعليم الوالدين .
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات على مقياس أساليب مواجهة الضغوط وفقاً للدخل الشهري للأسرة .

مصطلحات الدراسة:

- **التفوق الدراسي** : تتبني الباحثة ما جاء في تعريف الرابـطة الأمريكـية للأطفال المتفوقين والموهوبين (American Association Of Gifted Children) كتعريف للتفوق الدراسي للدراسة الحالية :" الفرد الذي يكون أداؤه مرتفعاً عن مستوى أقرانه بصفة دائمة ومستمرة في أحد المجالات ويكون مقبولاً اجتماعياً ".
- **الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات** : يعتبر التحصيل الدراسي المرتفع احد محكات التفوق العقلي .وهذا المحك للتفوق العقلي يستخدم على نطاق واسع. ولهذا تعرف الباحثة " الطالبات المتفوقات" إجرائيا في هذه الدراسة الطالبات الحاصلات على معدلات تراكمية تزيد عن (٣،٧٥) من (٥) خلال دراستهن الجامعية. إما التعريف الإجرائي للطالبات الغير متفوقات , هن الطالبات الحاصلات على معدلات تراكمية تقل عن (٢،٥) من ٥ خلال دراستهن الجامعية .
- **أساليب المواجهة** : تتبنى الباحثة تعريف(Carver; Seheier & Weintraub,1989) لاستخدام مقياسهم في هذه الدراسة الحالية والذي يشير إن " أساليب المواجهة هو ما يبذله الفرد من مجهود في مواجهته للمواقف والإحداث والتي هي مجموعه من الأنشطة أو الخطط والتي يسعى الفرد من خلالها للتعامل مع المواقف الضاغطة لحلها أو التقليل من أثارها . والتعريف الإجرائي لأساليب المواجهة في الدراسة الحالية هي الدرجات التي تحصل عليها الطالبات من خلال استجاباتهن على عبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط المستخدم في هذه الدراسة .

- الضغوط الحياتية اليومية : هي الإحداث والمشكلات والمواقف التي تمر بالطالبات بالجامعة خلال مسيرتهن العلمية ,حيث تحدث تأثير يختلف من طالبة لأخرى ,وتتمثل المواقف الضاغطة إما إن تكون تعليمية , اجتماعيه , انفعالية , ترفيهية , اقتصادية , أسرية .

الدراسات السابقة :

لقد زاد الاهتمام خلال السنوات الأخيرة بتحقيق الصحة النفسية للطلبة وخاصة للمتفوقين منهم ,حيث أصبح هناك إدراك متزايد لقضايا وطبيعة نوعية الحياة والصعاب التي تعتري وتؤثر على التحصيل الدراسي والتعليم والمستقبل لهؤلاء المتفوقين . فالعديد من لدراسات الأجنبية الحديثة , تناولت دراسة أساليب المواجهة للضغوط الحياتية اليومية لدى الطلبة المتفوقين في المراحل الدراسية المختلفة ( ) (Shaunessy & Suldo ,2010) (Sreeramareddy et al , 2007) (Tanaka et al, 2009 David,2005) للتعرف على سلوكيات المتفوقين ,ولتقديم الرعاية والمتابعة باعتبارهم الثروة الحقيقة لتحقيق مزيد من التفوق والانجاز في مختلف المجالات, لهذا نحن نفتقر إلى هذا النوع من الدراسات والتعرف على مدى انتشار الصحة النفسية ونوعية أساليب المواجهة للضغوط لدى الطلبة المتفوقين , لإيجاد طرق فعاله تساهم في تحقيق التكيف والانسجام لهم . إن الدراسات العربية الحديثة التي تناولت عينات من الطلبة المتفوقين نادرة وخاصة المتعلقة بدراسة أساليب مواجهة الضغوط الحياتية اليومية , حيث إن معظمها تم إجرائها على عينات لم يتم تحديد متغير مستوى التفوق (دردير,٢٠١٠) (الهلالي , ٢٠٠٩) (العويضة , ٢٠٠٦) (عربيات , ٢٠٠٥) (جودة , ٢٠٠٤) (عبدالله,٢٠٠٢) بينما الدراسات التي تناولت هذا الجانب تعتبر قليلة ,ومنها دراسة العزي (٢٠٠٤) والتي قدمت برنامج إرشادي لخفض الضغوط للطالبات المتفوقات في المرحلة الثانوية في مدينة تعز بالجمهورية اليمنية . وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة متفوقة , تم تقسيم ألعينه إلى مجموعتين بعد إن تم تطبيق مقياس للضغوط عليهم , وتم إدخال برنامج إرشادي لأسلوب المواجهة بحل المشكلات على المجموعة التجريبية . وأظهرت النتائج انخفاض الضغوط لدى طالبات ألعينه التجريبية , مما يؤكد أهمية الاستعانة بالبرامج الإرشادية ألفعاله لأساليب مواجهة الضغوط للطالبات المتفوقات لخفض ما يتعرضن له من ضغوط يومية.

ودراسة أخرى اهتمت بالضغوط النفسة , أجرتها العجيلي (٢٠٠٦) وهي دراسة مقارنة للتعرف على الضغوط النفسية بين الطلبة المتفوقين المسرعين في كل من العراق والأردن .وقد استخدمت الباحثة مقياس التعرف على الضغوط من إعداد الباحثة ,وتم تطبيقه على عينه قدرها (٢١٦) طالب وطالبه في كل من المجتمع العراقي والأردني .وتوصلت الدراسة إن كلا العينتين من المجتمع الأردني والعراقي

يعانون من ضغوط نفسية وان الطلبة المسرعين في المرحلة الثانوية يعانون من ضغوط اكبر من الطلبة المسرعين في المرحلة الجامعية . وقد أوصت الباحثة بتقديم الدعم الإرشادي والأسري لهؤلاء الطلبة المتفوقين المسرعين . ومن الدراسات الأجنبية التي تناولت عينه من الطلبة المتفوقين ما قام به ساراماردي وزملائه (Sreeramareddy et al 2007) بدراسة طلبة كلية الطب المتفوقين بمدينة بخارى بدولة نيبال . وكان هدف الدراسة التعرف على الظروف التي يمر بها الطلبة بكلية الطب خلال الوقت الحالي من التغيير, والذي قد يؤثر على حياتهم العلمية ودراستهم للطب والتعرف على مصادر الضغوط وأساليب المواجهة التي يستخدمها للتغلب على تلك المواقف الضاغطة . وقد تم تطبيق مقياس الصحة العامة ومقياس مصادر الضغوط إلى جانب مقياس أساليب مواجهة الضغوط المستخدم في الدراسة الحالية (COPE) على عينه قدرها (٤٠٣) من الطلبة , منهم (٢٢٧) من الذكور و(١٧٦) من الإناث , تراوحت أعمارهم بين ١٧ – ٢٩سنه بمتوسط (٢٠،٧) سنه . وأظهرت النتائج إن أكثر مصادر الضغوط لدى الطلبة تعود إلى الجوانب الأكاديمية كالاختبارات والمقررات الدراسية وضيق الوقت وكثرت المهام والاجتماعية والتي تتضح في التوقعات العالية للأهالي في أداء أبنائهم الأكاديمي وقلت الخدمات الترفيهية . كما أظهرت النتائج إن الطلبة بكلية الطب بشكل عام يستخدمون أسلوب المواجهة النشطة , بينما كانت الاستراتيجيات الشائعة لديهم هي : إعادة التشكيل الايجابي , التخطيط , القبول , صرف الانتباه , والدعم الاجتماعي العاطفي . وجاء في نهاية قائمة الأساليب المستخدمة لدى طلبة كلية الطب أسلوب استخدام العقاقير والمهدئات

وفي دراسة أخرى مشابهه للدراسة السابقة, أجراها تانكا وآخرون (Tanaka, et, al ,2009) على عينة من الطلبة المتفوقين من كلية الطب للتعرف , فيما إذا كان هناك علاقة بين الضغوط التي يواجهها الطلبة بكلية الطب وظهور إعراض مرض الشقيقة الحاد عليهم (sever fatigue) والتي تعتبر شكوى منتشرة وعامه لدى طلبة تلك الكلية. كما هدفت الدراسة إلى التعرف على أساليب المواجهة لدى هؤلاء الطلبة , والتعرف فيما إذا كان هناك علاقة بين نوع الضغوط وأساليب المواجهة التي يستخدمونها. تكونت عينة الدراسة من (٧٣) طالب وطالبة ممن انظموا للدراسة بألسنه الثانية للدراسات العليا بكلية الطب . وقد أكمل إفراد ألعينه مقياس يختص بمرض الشقيقة fatigue بالإضافة إلى مقياس الإجهاد ومقياس أساليب مواجهة الضغوط للمواقف الصعبة . وقد أظهرت النتائج إن الضغوط والإجهاد الذي يواجهها طلبة كلية الطب لها ارتباط موجب بوجود مرض الشقيقة لديهم . وكان من أساليب المواجهة المستخدمة من قبل طلبة كلية الطب هو أسلوب التنفيس الانفعالي وإظهار المشاعر وأسلوب صرف الانتباه , كما أظهرت النتائج ارتباط أسلوب المواجهة بصرف الانتباه والتجاهل بوجود إعراض مرض الشقيقة لدى الطلبة أكثر من غيره من أساليب المواجهة للضغوط , أي كلما شعر الطالب

بألم الصداع فانه يحاول إن يتجاهل ويتجنب التفكير في الحدث الضاغط وقد أوصى الباحثين بإيجاد طرق وأساليب للتغلب على الضغوط والإجهاد والصداع لدى الطلبة بكلية الطب .

وفي دراسة قام بها شانسي وسلد (Shaunessy & Suldo,2010) للتعرف على الاستراتيجيات المستخدمة من الطلبة المتفوقين للتعامل ومواجهة الضغوط . تكونت ألعينه من الطلبة المتفوقين في المرحلة النهائية من الثانوية العامة والملتحقين بالبرنامج التحضيري للالتحاق بالجامعة , والذي يتصف بظروف وإحداث تختلف عما تعودوا عليه وهم في المرحلة الثانوية , مما يتطلب استخدامهم لأساليب مواجهه للإحداث والمواقف والضغوط الجديدة , تختلف عن الأساليب المستخدمة خلال دراستهم الثانوية قبل التحاقهم بالبرنامج. وقد أكملت عينة الدراسة مقياس الضغوط, بالإضافة إلى مقياس أساليب المواجهة للضغوط, كما تم مقابلة مجموعه من المتفوقين والمرتفع التحصيل والذين تم إدراجهم في مناهج أكاديمية مكثفه وهي البكلوريا العالمية (IB) وقد أظهرت النتائج إن الطلبة المتفوقين اظهروا مستويات من الشعور بالضغوط مشابهه للطلبة العاديين الغير متفوقين , الملتحقين بنفس البرنامج . بالإضافة إن الطلبة المتفوقين كانوا مشابهين لزملائهم من غير المتفوقين في الطريقة التي يتعاملون بها مع الضغوط الأكاديمية , حيث إنهم يستخدمون أسلوب إعادة التشكيل الايجابي , التجنب ,البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي . ومن جهة أخرى اظهر الطلبة المتفوقين اختلاف عن زملائهم العاديين في قدرتهم في التعامل مع الغضب والمرح وأسلوب حل المشكلات .

وفي دراسة طولية قام بها (Cross & Swiatek ,2009) هدفت إلى التعرف على فاعلية إستراتيجية الدعم الاجتماعي ألمعلوماتي والعاطفي لدى عينة من المتفوقين من المرحلة الثانوية . وقد بحثت الدراسة أساليب المواجهة التي يستخدمها الطلبة المتفوقين عند التحاقهم بالأكاديميات والمعاهد الكبيرة والتي تختلف عما تعودوا علية من بيئة مدرسية محدودة والتي قد تؤثر على مستوى تفوقهم . ولقد تم اخذ العينة من فصلين دراسيين من هؤلاء المتفوقين .وقد أدى هؤلاء الطلبة المتفوقين مقياس أساليب المواجهة مرتين , احدهما في ألسنه الأولى, ومرة أخرى في ألسنه الثانية .و تم تطبيق برنامج لهؤلاء الطلبة المتفوقين لكيفية التعامل والمواجهة السلوكية مع الأوضاع الأكاديمية والتفاعل مع الوضع الاجتماعي وكيفية تعاملهم مع الأوضاع المكتظة بالطلبة والتي قد تؤثر عليهم أكاديميا عبر الزمن .. وقد وجد إن هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين الادائين في التعامل مع المواقف والمشكلات التي تواجههم , حيث اظهر هؤلاء الطلبة المتفوقين عندما كانوا في ألسنه الأولى,عدم الاهتمام أو الاعتراف بتفوقهم أو تميزهم وكانوا اقل تفاعلا اجتماعيا واقل قبولا للأقران مقارنه بألسنه الثانية . وقد أوصى الباحثون بأهمية تدريب الطلبة المتفوقين على التأقلم في الأوضاع الجديدة والتعرف على كيفية مواجهة الضغوط والمتغيرات الجديدة في حال الانتقال من المدارس الثانوية والبرامج الاثرائية الصيفية المحدودة العدد

للطلبة والعاملين إلى بيئات مكتظة بالطلبة من جنسيات ولغات مختلفة مثل البيئية الجامعية أو الأكاديميات المخصصة العالمية للطلبة المتفوقين مما يتطلب تدريبهم على استراتيجيات المواجهة الفعالة للتعامل مع تلك المواقف والإحداث الضاغطة . وفي دراسة أخرى بحث فيها ديفيد (David,2005) اثر بعض المتغيرات على أساليب المواجهة لدى المتفوقين , حيث بحث العلاقة بين الذكاء العاطفي وأسلوب المواجهة للضغوط والمتمثل في استخدام الدعم الاجتماعي للتغلب على الضغوط الحياتية. وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٢٤) من الطلبة المتفوقين الصينيين في هونج كونج. وقد أظهرت النتائج إن للذكاء العاطفي تأثير على خفض الضغوط النفسية بوجود الدعم والتفاعل الاجتماعي حيث إن تأثير المشاعر الداخلية تعتبر من العوامل التي تعود للذكاء العاطفي والذي أدى إلى خفض الضغوط النفسية لدى عينه الدراسة باستخدام أسلوب التجاهل وكذلك أسلوب المواجهة بالتفاعل عن طريق الدعم الاجتماعي . وقد أوصت الدراسة بتحسين ودعم الذكاء العاطفي للطلبة المتفوقين لما له من تأثير في اختيار أساليب المواجهة كاستخدام الدعم الاجتماعي لتخفيض التوتر والضغوط النفسية لديهم .

لقد تبين من خلال مراجعة الدراسات السابقة المتعلقة بأساليب مواجهة الضغوط الحياتية للطلبة المتفوقين ,أن الدراسات الحديثة في هذا المجال تعتبر قليلة بل نادرة في المجتمع السعودي على حسب علم الباحثة، وخاصة للمرحلة الدراسية الجامعية وبالذات لعينات من الإناث المتفوقات وغير المتفوقات ,مما يتطلب البحث والدراسة ، فمعظم الدراسات تناولت أساليب المواجهة للضغوط الحياتية لدى عينات من غير المتفوقين ومن المرحلة الثانوية والمتوسطة، مما يؤكد أهمية الدراسة الحالية لعينة من الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات والملتحقات بالدراسة الجامعية ، ومن ثم تفسير نتائجها في ضوء نتائج الدراسات السابقة.

منهج الدراسة : يتضمن هذا الجزء التعريف بعينة الدراسة والأداة المستخدمة لجمع البيانات وطرق جمع البيانات والأساليب الإحصائية.

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (١٧٢) طالبة من قسم التربية الخاصة بجامعة الملك سعود بمدينة الرياض، ومن المستوى السادس والسابع . منهن (٨٣) طالبة من المتفوقات والأتي تزيد معدلاتهن التراكمية عن (٣،٧٥ من ٥)، وعدد (٨٩) طالبة من غيرا لمتفوقات , ممن تقل معدلاتهن التراكمية عن (٢،٥ من ٥). وكان متوسط أعمار الطالبات (٢١،٤) والجدول رقم (١) يوضح البيانات الأولية للعينة .

جدول رقم (١)

توزيع عينة الدراسة وفق بياناتهم الأولية

المتغيرات	التصنيف	العدد	النسبة%
مستوى التحصيل الدراسي	تحصيل دراسي منخفض	٨٩	٥١,٧
	تحصيل دراسي مرتفع	٨٣	٤٨,٣
مستوى تعليم الأم	الشهادة الابتدائية وأقل	٢١	١٢,٢
	الشهادة الثانوية وأقل	٧٧	٤٤,٨
	الشهادة الجامعية وأعلى	٧٤	٤٣,٠
مستوى تعليم الأب	لشهادة الابتدائية وأقل	٤٩	٢٨,٥
	الشهادة الثانوية وأقل	٨٥	٤٩,٤
	الشهادة الجامعية وأعلى	٣٨	٢٢,١
الدخل الشهري للأسرة	اقل من ٤٠٠٠ ريال	١٣	٧,٦
	من ٤٠٠٠ – ٨٠٠٠ ريال	٤٠	٢٣,٣
	٩٠٠٠ ريال وأكثر	١١٩	٦٩,٢
المجموع		١٧٢	١٠٠,٠

أداة الدراسة:

قامت الباحثة باستخدام مقياس أساليب مواجهة الضغوط Strategies Assessing Coping ويطلق علية (COPE) الذي قام بإعداده كل من (Carver, Scheieler & Weintraub, 1989). وذلك لمناسبته لعينة الدراسة الحالية ولاستخدامه على نطاق واسع من الباحثين في العديد من الثقافات. يقدم النموذج عدد من الأسئلة للمفحوصين حول كيفية مواجهة الضغوط والمواقف الصعبة والمشكلات. وتقع الإجابات على مقياس أساليب المواجهة قيد الدراسة في أربع خانات (دائماً |أحياناً | نادراً | أبداً) ويعطى المفحوص أربع درجات للإجابة (دائماً) في استخدامه لذلك الأسلوب ، وثلاث درجات للإجابة بـــ (أحياناً) ، و درجتان للإجابة بـــ (نادراً) . ودرجة واحدة للإجابة بـــ(أبداً) بمعنى انه لا يستخدم ذلك الأسلوب من المواجهة.

يتميز المقياس بصدق وثبات عاليين (Carver, 1997) وقد قامت الباحثة بترجمته وإعداده وتطبيقه على البيئة السعودية . يتكون المقياس من (٥٣) عبارة موزعة على (١٤) أسلوب لمواجهة

الضغوط الحياتية وهي (اللجوء إلى الدين , المواجهة النشطة , التخطيط , البحث عن الدعم الاجتماعي ألمعلوماتي , البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي , الكبح والحد من تداخل نشاطات أخرى في سبيل التركيز على الموقف, إعادة التشكيل الايجابي , ضبط النفس , القبول والاستسلام , التنفيس الانفعالي , الإنكار , صرف الانتباه , عدم المبالاة , استخدام الأدوية والمهدئات)

صدق المقياس: تم استخدام مقياس أساليب المواجهة بعد ترجمته إلى اللغة العربية وتحكيمه وإعادة ترجمته إلى اللغة الانجليزية مرة أخرى . وقد تم عرض المقياس على عدد من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية بجامعة الملك سعود من أقسام التربية الخاصة وعلم النفس لتحكيمه ومدى مناسبة عباراته لثقافة المجتمع السعودي, وقد كان الاتفاق بين الأعضاء بنسبة ٩٤%) لمناسبة العبارات لإبعاد أساليب المواجهة قيد الدراسة , وتم تعديل صياغة (٤)عبارات في الإبعاد للمقياس . بالإضافة لذلك فقد تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس والتحقق من مدى ارتباط كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية لكل بعد من إبعاد أسالب المواجهة للضغوط . وكذلك قياس علاقة كل بغد من إبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط بالدرجة الكلية للمقياس . تم استخدام معاملات ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين عبارات كل بعد من إبعاد مقياس أساليب المواجهة بالدرجة الكلية لذلك البعد الذي تنتمي إلية . وكما هو واضح من جدول (٢) فان معاملات الارتباط كانت جميعها دالة عند مستوى(٠,٠١) .

جدول رقم (٢)

معاملات ارتباط عبارات كل أسلوب من أساليب مقياس مواجهة الضغوط بالدرجة الكلية للبعد الذي تنمي إليه (العينة الاستطلاعية: ن=٤٣)

البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
المواجهة النشطة	٤	٠,٥٩٢١**	١٧	٠,٦٩٥٨**	٣١	٠,٦٩١٢**	٤٠	٠,٧٨٩٥**
المواجهة بالتخطيط	٥	٠,٨٠٢٥**	١٣	٠,٧٤٩٢**	٤٣	٠,٧٥١٠**	٥٢	٠,٨٥٨٣**
الكبح والحد من تداخل نشاطات أخرى	٢	٠,٥٨٠١**	١٠	٠,٦٣٩٦**	٢٦	٠,٦٨٧٩**	٣٦	٠,٧١٢٠**
المواجهة	٨	٠,٦٤٩١**	١٥	٠,٥٥١٦**	٢١	٠,٤٤٤٣**	٢٨	٠,٦٢٩٤**

البعد	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
ضبط النفس								
البحث عن الدعم الاجتماعي المعلوماتي	١	٠,٦١٩٣**	١٨	٠,٦٩٢٧**	٢٧	٠,٧٧٦٠**	٣٤	٠,٨٨٤٦**
البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي	٣	٠,٧٧٤٧**	١٤	٠,٧٠٢٣**	٢٢	٠,٨٠٧٣**	٣٧	٠,٨٦٧٢**
إعادة التشكيل الإيجابي	٦	٠,٨٠٢١**	٢٠	٠,٥٥٩١**	٢٥	٠,٧٩٧٨**	٣٥	٠,٦٩٨٤**
القبول والاستسلام	١٦	٠,٧٨٣٨**	٢٩	٠,٦٩٩٢**	٤٦	٠,٧٦٠٢**	٥١	٠,٦٧٩٣**
اللجوء إلى الدين	١١	٠,٧٩٤٨**	١٩	٠,٦٩٤٦**	٢٤	٠,٨٥٥٥**	٣٣	٠,٨١٦٠**
التنفيس الانفعالي	٩	٠,٧٢٤٩**	٢٣	٠,٧١٩١**	٣٩	٠,٧٥٧٥**	٥٣	٠,٥٠٧٣**
الإنكار	٧	٠,٧٩٧٠**	٣٢	٠,٦٣٨٣**	٤٤	٠,٨٦٧٩**	٤٧	٠,٨٠٩٠**
عدم المبالاة	٣٨	٠,٥٣٣١**	٤٢	٠,٧٥٢١**	٤٥	٠,٥٠٢١**	٤٨	٠,٦٢٧٠**
صرف الانتباه	١٢	٠,٨٠٣٢**	٣٠	٠,٨٧٨٥**	٤١	٠,٧٨٥٦**	٤٩	٠,٦٨٥٢**
استخدام المهدئات والأدوية	٥٠	١,٠٠٠٠**						

** دالة عند مستوى ٠,٠١

كما يتضح من الجدول (٣) ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد من إبعاد أساليب المواجهة بالدرجة الكلية للمقياس, والارتباط الدال بين درجات الإبعاد الأربعة عشر للمقياس والدرجة الكلية للمقياس ,وقد كانت جميعها دالة عند مستوى (٠،٠٥) ومستوى (٠،٠١) وهي تعتبر معامل صدق جيد للمقياس.

جدول رقم (٣)

معاملات ارتباط أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط بالدرجة الكلية للمقياس

(العينة الاستطلاعية: ن=٤٣)

البعد	معامل الارتباط
المواجهة النشطة	*٠,٣٨٧٨
المواجهة بالتخطيط	**٠,٤٥١٠
الكبح والحد من تداخل نشاطات أخرى	**٠,٦٢٥٥
المواجهة بضبط النفس	**٠,٦١٤٦
البحث عن الدعم الاجتماعي المعلوماتي	**٠,٥٢٣٠
البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي	**٠,٥١٥٧
إعادة التشكيل الإيجابي	*٠,٣٦١٧
القبول والاستسلام	**٠,٤٥٨٣
اللجوء إلي الدين	**٠,٤٧١٧
التنفيس الانفعالي	**٠,٥٣٢٢
الإنكار	**٠,٥٢٠٢
عدم المبالاة	**٠,٤٥٢١
صرف الانتباه	*٠,٣٨٠٧
إستخدام المهدئات والأدوية	*٠,٣٧٢١

ثبات المقياس :

لقد تم التأكد من ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة إلفا كرونباخ وكذلك طريقة التجزئة النصفية . وقد تراوحت معاملات الثبات الكلي للمقياس بطريقة الفاكرونباخ (٠،٨٥) . وأما حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية بثبات كلي للمقياس قدرة (٠،٨١) وهي تعتبر معامل ثبات جيد للمقياس .

جدول رقم (٤)

معاملات ثبات مقياس أساليب مواجهة الضغوط

بطريقة التجزئة النصفية ومعادلة ألفا كرونباخ

طريقة الثبات	قيمة معامل الثبات
التجزئة النصفية (معادلة جتمان)	٠,٨١
معامل ألفا كرونباخ	٠,٨٥

الأساليب الإحصائية:

تعتبر هذه الدراسة من الدراسات الوصفية التحليلية, وقد استخدمت الباحثة في تحليل البيانات لهذه الدراسة، النسب المئوية، والمتوسطات، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) . واختبار تحليل التباين الأحادي للتحقق من صحة فروض الدراسة.

نتائج الدراسة :

الفرض الأول : "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية وفقا لمستوى تحصيلهن الدراسي: (متفوقات \ غير متفوقات)". للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين للتعرف على الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعات باختلاف مستوى تحصيلهن الدراسي: (متفوقات \ غير متفوقات). والجدول (٥) يوضح النتائج التي تم التوصل لها.

جدول رقم (٥)

اختبار (ت) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة باختلاف مستوى التحصيل الدراسي

البعد	التحصيل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
المواجهة النشطة	غير المتفوقات	٨٩	٣,١١	٠,٥٧	٠,٠٩	٠,٩٢٩	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٣,١٠	٠,٥٠			
المواجهة بالتخطيط	غير المتفوقات	٨٩	٣,٢٥	٠,٥٦	٢,٠٤	٠,٠٤٣	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	المتفوقات	٨٣	٣,٤٢	٠,٥٠			
الكبح والحد من تدخل نشاطات أخرى	غير المتفوقات	٨٩	٣,١٥	٠,٥٢	٠,٦٤	٠,٥٢٣	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٣,١٠	٠,٥٠			
ضبط النفس	غير المتفوقات	٨٩	٢,٩٤	٠,٥٩	١,١٨	٠,٢٣٨	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٢,٨٤	٠,٤٩			
الدعم الاجتماعي المعلوماتي	الغير متفوقات	٨٩	٣,٢١	٠,٦١	٠,٥٨	٠,٥٦٠	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٣,٢٧	٠,٦٧			
الدعم الاجتماعي العاطفي	الغير متفوقات	٨٩	٣,١٥	٠,٦٦	٠,٣٠	٠,٧٦٩	غير دالة
	الطالبات المتفوقات	٨٣	٣,١١	٠,٧٤			
إعادة التشكيل الإيجابي	الغير متفوقات	٨٩	٣,١٧	٠,٥٨	١,٧٠	٠,٠٩١	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٣,٣٢	٠,٥٦			
القبول والاستسلام	الغير متفوقات	٨٩	٣,٠٧	٠,٦٥	٢,٠٨	٠,٠٣٩	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	المتفوقات	٨٣	٢,٨٦	٠,٦٥			

البعد	التحصيل الدراسي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
اللجوء إلى الدين	الغير متفوقات	٨٩	٣,٧٠	٠,٤٢	١,٠٦	٠,٢٩٠	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٣,٧٧	٠,٣٥			
التنفيس الانفعالي	الغير متفوقات	٨٩	٢,٨٨	٠,٦٣	١,٨٧	٠,٠٦٣	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٢,٧١	٠,٥٧			
الإنكار	الغير متفوقات	٨٩	٢,٢٩	٠,٧٦	٢,٧٢	٠,٠٠٧	دالة عند مستوى ٠,٠١
	المتفوقات	٨٣	١,٩٩	٠,٧٠			
عدم المبالاة	الغير متفوقات	٨٩	٢,٣٧	٠,٦٦	٢,٠٩	٠,٠٣٨	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	المتفوقات	٨٣	٢,١٦	٠,٦٥			
صرف الانتباه	الغير متفوقات	٨٩	٢,٧٥	٠,٧٤	٢,١٥	٠,٠٣٣	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	المتفوقات	٨٣	٢,٥١	٠,٧٣			
استخدام المهدئات والأدوية	الغير متفوقات	٨٩	١,٤٧	٠,٩١	١,٨٧	٠,٠٦٣	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	١,٢٤	٠,٧١			
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	الغير متفوقات	٨٩	٢,٩٧	٠,٣٠	١,٥٥	٠,١٢٣	غير دالة
	المتفوقات	٨٣	٢,٩٠	٠,٣٠			

يتضح من الجدول (٥) أن قيم (ت) دالة عند مستوى أقل من (٠,٠٥) في بعد: (المواجهة بالتخطيط)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الجامعة المتفوقات وغير المتفوقات في هذا الأسلوب لصالح الطالبات المتفوقات . كما يتضح من الجدول رقم (٥) أن قيم (ت) دالة عند مستوى أقل من (٠,٠٥) في الأبعاد: (القبول والاستسلام، الإنكار، عدم المبالاة، صرف الانتباه)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك الأساليب لدى الطالبات ، باختلاف مستوى تحصيلهن الدراسي. وذلك لصالح الطالبات غير المتفوقات . وبذلك نقبل الفرض من حيث: توجد فروق

ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية: (المواجهة بالتخطيط، القبول والاستسلام، الإنكار، عدم المبالاة، صرف الانتباه) وفقا لمستوى تحصيلهن الدراسي (متفوقات \ وغير المتفوقات) .في حين نرفض الفرض الذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية: (المواجهة الفعالة النشطة ، الكبح والحد من تداخل الإعمال ونشاطات الأخرى، المواجهة بضبط النفس ، البحث عن الدعم الاجتماعي المعلوماتي، البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي، إعادة التشكيل الايجابي ، اللجوء إلى الدين، التنفيس الانفعالي ، اللجوء إلى استخدام المهدئات والأدوية) وفقا لمستوى تحصيلهن الدراسي: (متفوقات \غير متفوقات)".

الفرض الثاني: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات غيرا لمتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية وفقا لمستوى تعليم الوالدين)". للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار (تحليل التباين الأحادي) لدلالة الفروق بين أكثر من مجموعتين مستقلتين للتعرف على الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعات المتفوقات وغير المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الوالدين . والجداول التالية توضح النتائج التي تم التوصل لها.

أولا : الفروق في درجات الطالبات المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية باختلاف مستوى تعليم الأب وإلام : يتضح من الجدول رقم (٦) إن قيم (ف) دالة عند مستوى أقل من (٠,٠٥) في ثلاثة من أبعاد أساليب المواجهة وهي : (المواجهة بضبط النفس , الإنكار، عدم المبالاة)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك الأبعاد من أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات، باختلاف مستوى تعليم آبائهن.

جدول رقم (٦)

اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الأب

البعد	التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	
المواجهة بضبط النفس	بين المجموعات	٠,٠٥	٢	٠,٠٣	٠,١١	٠,٨٩٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,٠٦	٨٠	٠,٢٥			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
[illegible]	بين المجموعات	٠,٠٤	٢	٠,٠٢	٠,٠٩	٠,٩١٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,٦٠	٨٠	٠,٢٦			
[illegible]	بين المجموعات	٠,٠٤	٢	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٩٢٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,٣٢	٨٠	٠,٢٥			
[illegible]	بين المجموعات	١,٨٢	٢	٠,٩١	٤,١٧	٠,٠١٩	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	داخل المجموعات	١٧,٥٠	٨٠	٠,٢٢			
الدعم الاجتماعي المتصور	بين المجموعات	٠,٣٣	٢	٠,١٧	٠,٣٦	٠,٦٩٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٦,٥٩	٨٠	٠,٤٦			
الهروب من الدعم الاجتماعي المتصور	بين المجموعات	٠,١٤	٢	٠,٠٧	٠,١٣	٠,٨٨٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٥,٠٢	٨٠	٠,٥٦			
إعادة التقييم الإيجابي	بين المجموعات	٠,٤٠	٢	٠,٢٠	٠,٦٤	٠,٥٣١	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٥,١٧	٨٠	٠,٣٢			
[illegible]	بين المجموعات	٠,٤٦	٢	٠,٢٣	٠,٥٤	٠,٥٨٢	غير دالة

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة	التعليق
	داخل المجموعات	٣٣,٩٥	٨٠	٠,٤٢			
اللغة العربية	بين المجموعات	٠,٦٦	٢	٠,٣٣	٢,٩١	٠,٠٦٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٩,١٣	٨٠	٠,١١			
الرياضيات	بين المجموعات	٠,١٣	٢	٠,٠٦	٠,٢٠	٠,٨٢٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦,٤٧	٨٠	٠,٣٣			
العلوم	بين المجموعات	٤,٦٥	٢	٢,٣٣	٥,٢٨	٠,٠٠٧	دالة عند مستوى ٠,٠١
	داخل المجموعات	٣٥,٢١	٨٠	٠,٤٤			
الدراسات الاجتماعية	بين المجموعات	٤,٠٦	٢	٢,٠٣	٥,٣٠	٠,٠٠٧	دالة عند مستوى ٠,٠١
	داخل المجموعات	٣٠,٦٥	٨٠	٠,٣٨			
التربية الفنية	بين المجموعات	٠,٤٧	٢	٠,٢٤	٠,٤٤	٠,٦٤٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٣,٢٧	٨٠	٠,٥٤			
التربية الرياضية	بين المجموعات	٠,١٣	٢	٠,٠٦	٠,١٢	٠,٨٨٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٤١,٠٦	٨٠	٠,٥١			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	بين المجموعات	٠,٢٤	٢	٠,١٢	١,٣١	٠,٢٧٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٧,٢٣	٨٠	٠,٠٩			

وللكشف عن مصدر تلك الفروق تم استخدام اختبار شيفيه كما يتضح من جدول (٧) أدناه :

جدول رقم (٧)

اختبار شيفيه لتوضيح مصدر الفروق في أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الأب

الأبعاد	مستوى تعليم الأب	المتوسط الحسابي	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	الشهادة الابتدائية فأقل	٢,٨١				
[illegible]	الشهادة الثانوية فأقل	٣,٠١			*	الشهادة الثانوية فأقل
[illegible]	الشهادة الجامعية فأعلى	٢,٦٩				
[illegible]	الشهادة الابتدائية فأقل	١,٨٣				
[illegible]	الشهادة الثانوية فأقل	٢,٢٦			*	الشهادة الثانوية فأقل
[illegible]	الشهادة الجامعية فأعلى	١,٧٧				
عدم المبالاة	الشهادة الابتدائية فأقل	٢,٠٢				

الأبعاد	مستوى تعليم الأب	المتوسط الحسابي	الشهادة الابتدائية وأقل	الشهادة الثانوية وأقل	الشهادة الجامعية وأعلى	الفرق لصالح
	الشهادة الثانوية واقل	٢,٤١			*	الشهادة الثانوية واقل
	الشهادة الجامعية وأعلى	١,٩٥				

* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة عند مستوى ٠,٠٥ في أساليب المواجهة (ضبط النفس , الإنكار , عدم المبالاة) بين الطالبات المتفوقات الأتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الجامعية وأعلى) وبين الطالبات المتفوقات الأتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الثانوية واقل)، وذلك لصالح الطالبات المتفوقات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الثانوية واقل).وبذلك نقبل الفرض من حيث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية: (المواجهة بضبط النفس ، الإنكار، عدم المبالاة) وفقا لمستوى تعليم الأب.

أما بالنسبة للفروق في درجات الطالبات المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية باختلاف مستوى تعليم الأم , فكما يتضح من الجدول(٨) أن قيم (ف) غير دالة في جميع أساليب المواجهة مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك الأساليب لمقياس مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس باختلاف مستوى تعليم أمهاتهن.

جدول رقم (٨)

اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الأم

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٥٧	٢	٠,٢٩	١,١٧	٠,٣١٥	غير دالة
	داخل المجموعات	١٩,٥٥	٨٠	٠,٢٤			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المواجهة بالتخطيط	بين المجموعات	٠,٩٧	٢	٠,٤٨	١,٩٧	٠,١٤٦	غير دالة
	داخل المجموعات	١٩,٦٧	٨٠	٠,٢٥			
الكبح والحد من تدخل نشاطات أخرى	بين المجموعات	٠,٢٦	٢	٠,١٣	٠,٥١	٠,٦٠٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,١٠	٨٠	٠,٢٥			
المواجهة بضبط الذات	بين المجموعات	٠,١١	٢	٠,٠٦	٠,٢٣	٠,٧٩٢	غير دالة
	داخل المجموعات	١٩,٢١	٨٠	٠,٢٤			
الدعم الاجتماعي المعلوماتي	بين المجموعات	٠,١٦	٢	٠,٠٨	٠,١٨	٠,٨٣٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٦,٧٦	٨٠	٠,٤٦			
الدعم الاجتماعي العاطفي	بين المجموعات	٠,٠١	٢	٠,٠١	٠,٠١	٠,٩٨٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٥,١٥	٨٠	٠,٥٦			
إعادة التشكيل الإيجابي	بين المجموعات	٠,٣٢	٢	٠,١٦	٠,٥١	٠,٦٠١	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٥,٢٤	٨٠	٠,٣٢			
القبول والاستسلام	بين المجموعات	٠,١٨	٢	٠,٠٩	٠,٢١	٠,٨١٢	غير دالة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
	داخل المجموعات	٣٤,٢٣	٨٠	٠,٤٣			
اللجوء إلى الدين	بين المجموعات	٠,٢٦	٢	٠,١٣	١,١١	٠,٣٣٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٩,٥٣	٨٠	٠,١٢			
التنفيس الانفعالي	بين المجموعات	٠,٠١	٢	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٩٨٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦,٥٩	٨٠	٠,٣٣			
الإنكار	بين المجموعات	١,٣٤	٢	٠,٦٧	١,٤٠	٠,٢٥٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٨,٥٢	٨٠	٠,٤٨			
عدم المبالاة	بين المجموعات	١,٠٧	٢	٠,٥٣	١,٢٧	٠,٢٨٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٣,٦٥	٨٠	٠,٤٢			
صرف الانتباه	بين المجموعات	٠,٨٠	٢	٠,٤٠	٠,٧٥	٠,٤٧٨	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٢,٩٥	٨٠	٠,٥٤			
المهدئات والأنوية	بين المجموعات	٠,٢١	٢	٠,١١	٠,٢١	٠,٨١٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٠,٩٧	٨٠	٠,٥١			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	بين المجموعات	٠,٠٢	٢	٠,٠١	٠,٠٨	٠,٩٢٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٧,٤٥	٨٠	٠,٠٩			

وبذلك نرفض الفرض الذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية وفقا لمستوى تعليم الأم".

ثانيا : الفروق في درجات الطالبات غير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية باختلاف مستوى تعليم الأب وإلام : يتضح من الجدول (٩) أن قيم (ف) دالة عند مستوى أقل من (٠,٠٥) في الأساليب (عدم المبالاة، استخدام المهدئات والأدوية)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك الأبعاد من أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات، باختلاف مستوى تعليم آبائهن.

جدول رقم (٩)

اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الأب

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٤٠	٢	٠,٢٠	٠,٦١	٠,٥٤٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٨,٤٦	٨٦	٠,٣٣			
المواجهة بالتخطيط	بين المجموعات	٠,٥٣	٢	٠,٢٦	٠,٨٤	٠,٤٣٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٧,١٦	٨٦	٠,٣٢			
الكبح والحد من تدخل نشاطات	بين المجموعات	٠,٩٦	٢	٠,٤٨	١,٨١	٠,١٦٩	غير دالة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
أخرى	داخل المجموعات	٢٢,٧٧	٨٦	٠,٢٧			
المواجهة بضبط النفس	بين المجموعات	٠,٤٧	٢	٠,٢٣	٠,٦٧	٠,٥١٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٠,٠٧	٨٦	٠,٣٥			
الدعم الاجتماعي المعلوماتي	بين المجموعات	٠,١٥	٢	٠,٠٨	٠,٢٠	٠,٨٢٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٣,٠٠	٨٦	٠,٣٨			
الدعم الاجتماعي العاطفي	بين المجموعات	٠,١٢	٢	٠,٠٦	٠,١٣	٠,٨٧٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٨,٧٣	٨٦	٠,٤٥			
إعادة التشكيل الإيجابي	بين المجموعات	٠,٠٢	٢	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٩٧٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٠,٠٣	٨٦	٠,٣٥			
القبول والاستسلام	بين المجموعات	٠,٨٤	٢	٠,٤٢	١,٠٠	٠,٣٧٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٦,٠٤	٨٦	٠,٤٢			
اللجوء إلى الدين	بين المجموعات	٠,٣٧	٢	٠,١٩	١,٠٣	٠,٣٦٠	غير دالة
	داخل المجموعات	١٥,٣٧	٨٦	٠,١٨			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
التنفيس الانفعالي	بين المجموعات	٠,٤٦	٢	٠,٢٣	٠,٥٩	٠,٥٥٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٤,٠٥	٨٦	٠,٤٠			
الإنكار	بين المجموعات	٠,٩٨	٢	٠,٤٩	٠,٨٤	٠,٤٣٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٥٠,١٧	٨٦	٠,٥٨			
عدم المبالاة	بين المجموعات	٣,١٨	٢	١,٥٩	٣,٩١	٠,٠٢٤	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	داخل المجموعات	٣٤,٩٦	٨٦	٠,٤١			
صرف الانتباه	بين المجموعات	١,٣٤	٢	٠,٦٧	١,٢٢	٠,٣٠١	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٧,٢٢	٨٦	٠,٥٥			
المعتقدات والأدوية	بين المجموعات	٩,٥٤	٢	٤,٧٧	٦,٥٥	٠,٠٠٢	دالة عند مستوى ٠,٠١
	داخل المجموعات	٦٢,٦٤	٨٦	٠,٧٣			
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	بين المجموعات	٠,١٤	٢	٠,٠٧	٠,٨٠	٠,٤٥٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٧,٧٣	٨٦	٠,٠٩			

وتم استخدام اختبار شيفيه للكشف عن مصدر تلك الفروق كما يوضح جدول (١٠).

جدول رقم (١٠)

اختبار شيفيه لتوضيح مصدر الفروق في أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الأب

البعد	مستوى تعليم الأب	المتوسط الحسابي	الشهادة الابتدائية واقل	الشهادة الثانوية واقل	الشهادة الجامعية واعلى	الفروق لصالح
استخدام المهدئات والأدوية	الشهادة الابتدائية واقل	٢,٢٨				
	الشهادة الثانوية واقل	٢,١٨				
	الشهادة الجامعية وأعلى	٢,٥٨		*		الشهادة الجامعية وأعلى
استخدام العقاقير	الشهادة الابتدائية واقل	٢,٣٨		*	*	الشهادة الابتدائية واقل
	الشهادة الثانوية واقل	١,٥٥				
	الشهادة الجامعية وأعلى	٢,٢١				

* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة عند مستوى ٠,٠٥ في أسلوب عدم المبالاة بين الطالبات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الثانوية واقل) وبين الطالبات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الجامعية وأعلى)، لصالح الطالبات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (جامعي وأعلى). ما اتضحت الفروق الدالة في أسلوب استخدام المهدئات والأدوية بين الطالبات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الابتدائية واقل) وبين كل من الطالبات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الثانوية واقل , والشهادة الجامعية واعلي)، لصالح الطالبات اللاتي مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الابتدائية واقل).

وبذلك نقبل الفرض من حيث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات غير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية (عدم المبالاة، استخدام المهدئات والأدوية) وفقا لمستوى تعليم الأب. أما بالنسبة للفروق في درجات الطالبات غير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية باختلاف مستوى تعليم الأم , فقد أتضح من جدول (١١) أن قيم (ف) غير دالة في جميع أساليب المواجهة لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس باختلاف مستوى تعليم أمهاتهن.

جدول رقم (١١)

اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات باختلاف مستوى تعليم الأم

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٠١	٢	٠,٠٠	٠,٠١	٠,٩٩٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٨,٨٦	٨٦	٠,٣٤			
المواجهة بالتخطيط	بين المجموعات	٠,٣٣	٢	٠,١٦	٠,٥١	٠,٦٠٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٧,٣٦	٨٦	٠,٣٢			
الكبح والحد من تداخل نشاطات أخرى	بين المجموعات	٠,٢١	٢	٠,١١	٠,٣٩	٠,٦٨١	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٣,٥٢	٨٦	٠,٢٧			
المواجهة بضبط النفس	بين المجموعات	٠,٢٥	٢	٠,١٣	٠,٣٦	٠,٧٠٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٠,٢٩	٨٦	٠,٣٥			
الدعم الاجتماعي	بين	١,٤٧	٢	٠,٧٣	١,٩٩	٠,١٤٢	غير

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المعلوماتي	المجموعات						
	داخل المجموعات	٣١,٦٩	٨٦	٠,٣٧			دالة
الدعم الاجتماعي الملتقى	بين المجموعات	١,٠٧	٢	٠,٥٤	١,٢٢	٠,٣٠٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٧,٧٨	٨٦	٠,٤٤			
إعادة التشكل الإيجابي	بين المجموعات	٠,١٣	٢	٠,٠٧	٠,١٩	٠,٨٢٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٩,٩٢	٨٦	٠,٣٥			
القبول والاستسلام	بين المجموعات	٠,٠٤	٢	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٩٥٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٦,٨٣	٨٦	٠,٤٣			
اللجوء إلى الدين	بين المجموعات	٠,٠٣	٢	٠,٠١	٠,٠٨	٠,٩٢٨	غير دالة
	داخل المجموعات	١٥,٧١	٨٦	٠,١٨			
التنفيس الانفعالي	بين المجموعات	٠,٠٥	٢	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٩٤٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٤,٤٧	٨٦	٠,٤٠			
الإنكار	بين المجموعات	٠,١١	٢	٠,٠٥	٠,٠٩	٠,٩١٣	غير دالة
	داخل	٥١,٠٥	٨٦	٠,٥٩			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
	المجموعات						
عدم سهولة	بين المجموعات	١,٠٠	٢	٠,٥٠	١,١٦	٠,٣١٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٧,١٣	٨٦	٠,٤٣			
صعوبات الانجاز	بين المجموعات	٠,٩٨	٢	٠,٤٩	٠,٨٩	٠,٤١٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٧,٥٨	٨٦	٠,٥٥			
اللجوء إلى المخدرات والأدوية	بين المجموعات	١,٠٢	٢	٠,٥١	٠,٦٢	٠,٥٤٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٧١,١٦	٨٦	٠,٨٣			
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	بين المجموعات	٠,٠٧	٢	٠,٠٤	٠,٤٠	٠,٦٧٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٧,٨٠	٨٦	٠,٠٩			

وبذلك نرفض الفرض الذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات غير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية وفقا لمستوى تعليم الأم".

الفرض الثالث : "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية وفقا لمستوى الدخل الشهري للأسرة:". للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار (تحليل التباين الأحادي) لدلالة الفروق بين أكثر من مجموعتين مستقلتين للتعرف على الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات وغير المتفوقات باختلاف مستوى دخل الأسرة الشهري : والجداول التالية توضح النتائج :

أولا : الفروق في درجات أساليب مواجهة الضغوط اليومية للطالبات المتفوقات باختلاف مستوى دخل أسرهن الشهري :

يتضح من الجدول (١٢) أن قيم (ف) دالة عند مستوى أقل من (٠,٠٥) في أسلوب المواجهة(إعادة التشكيل الايجابي)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى طالبات الجامعة المتفوقات، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس باختلاف مستوى دخل أسرهن.

جدول (١٢)

اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة المتفوقات باختلاف مستوى دخل الأسرة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٠٥	٢	٠,٠٢	٠,٠٩	٠,٩١١	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,٠٧	٨٠	٠,٢٥			
المواجهة بالتخطيط	بين المجموعات	٠,٣١	٢	٠,١٦	٠,٦١	٠,٥٤٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,٣٣	٨٠	٠,٢٥			
الكبح والحد من دخول نشاطات أخرى	بين المجموعات	٠,٠١	٢	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٩٧٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٠,٣٤	٨٠	٠,٢٥			
المواجهة بضبط النفس	بين المجموعات	٠,٣٤	٢	٠,١٧	٠,٧٣	٠,٤٨٧	غير دالة
	داخل المجموعات	١٨,٩٨	٨٠	٠,٢٤			
الدعم الاجتماعي المعلوماتي	بين المجموعات	٠,٥٦	٢	٠,٢٨	٠,٦٢	٠,٥٤١	غير دالة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
	داخل المجموعات	٣٦,٣٦	٨٠	٠,٤٥			
الدعم الاجتماعي العاطفي	بين المجموعات	٢,٠٥	٢	١,٠٣	١,٩٠	٠,١٥٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٣,١١	٨٠	٠,٥٤			
إعادة التأويل الإيجابي	بين المجموعات	٢,٧٢	٢	١,٣٦	٤,٧٦	٠,٠١١	دالة عند مستوى ٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٢,٨٥	٨٠	٠,٢٩			
القبول والاستسلام	بين المجموعات	٠,٢٨	٢	٠,١٤	٠,٣٣	٠,٧٢٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٤,١٣	٨٠	٠,٤٣			
اللجوء إلى الدين	بين المجموعات	٠,٣٦	٢	٠,١٨	١,٥٢	٠,٢٢٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٩,٤٤	٨٠	٠,١٢			
التنفيس الوجداني	بين المجموعات	١,٨٤	٢	٠,٩٢	٢,٩٨	٠,٠٥٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٤,٧٦	٨٠	٠,٣١			
الإنكار	بين المجموعات	١,٩١	٢	٠,٩٦	٢,٠٢	٠,١٤٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٧,٩٥	٨٠	٠,٤٧			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
عدم المبالاة	بين المجموعات	٠,٨٢	٢	٠,٤١	٠,٩٧	٠,٣٨٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٣,٨٩	٨٠	٠,٤٢			
سرعة الانفعال	بين المجموعات	٠,٦٠	٢	٠,٣٠	٠,٥٦	٠,٥٧٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٣,١٥	٨٠	٠,٥٤			
الميل إلى العنف والعدوانية	بين المجموعات	٢,٢٤	٢	١,١٢	٢,٣٠	٠,١٠٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٨,٩٥	٨٠	٠,٤٩			
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	بين المجموعات	٠,٢٧	٢	٠,١٣	١,٤٨	٠,٢٣٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٧,٢٠	٨٠	٠,٠٩			

وللكشف عن مصدر الفروق في بعد إعادة التشكيل الايجابي تم استخدام اختبار أقل فرق دال (LSD) لعدم تمكن اختبار شيفيه من الكشف عنها وجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول رقم (١٣)

اختبار (LSD) لتوضيح مصدر الفروق في أسلوب "إعادة التشكيل الايجابي"لدى الطالبات المتفوقات باختلاف مستوى الدخل الشهري للأسرة

مستوى الدخل الشهري للأسرة	المتوسط الحسابي	اقل من ٤٠٠٠ ريال	من ٤٠٠٠ - ٨٠٠٠ ريال	٩٠٠٠ ريال وأكثر	الفرق لصالح
اقل من ٤٠٠٠ ريال	٣,٨٨			*	اقل من ٤٠٠٠ ريال
من ٤٠٠٠ - ٨٠٠٠ ريال	٣,٥١			*	من ٤٠٠٠-٨٠٠٠ ريال
٩٠٠٠ ريال وأكثر	٣,٢١				

* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول رقم (١٣) وجود فروق دالة عند مستوى ٠,٠٥ في أسلوب إعادة التشكيل الايجابي بين الطالبات اللاتي مستوى دخل أسرهن (٩٠٠٠ ريال وأكثر) وبين كل من الطالبات اللاتي مستوى دخل أسرهن (اقل من ٤٠٠٠ ريال) و(٤٠٠٠ – ٨٠٠٠ ريال) لصالح كل من الطالبات اللاتي مستوى دخل أسرهن (اقل من ٤٠٠٠ ريال) ومتوسط (من ٤٠٠٠-٨٠٠٠ ريال). وبذلك نقبل الفرض من حيث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية: (إعادة التشكيل الايجابي) وفقا لمستوى دخل الأسرة: (عالي \ متوسط \ منخفض).

ثانيا : الفروق في درجات الطالبات غير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية باختلاف مستوى دخل الأسرة:

يتضح من الجدول رقم (١٤) أن قيم (ف) دالة عند مستوى أقل من (٠,٠٥) في الأساليب (التنفيس الانفعالي ، الإنكار، صرف الانتباه)، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تلك الأساليب لمقياس مواجهة الضغوط اليومية لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس باختلاف مستوى دخل أسرهن.

جدول (١٤)

اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) لدلالة الفروق في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط اليومية للطالبات الجامعة غير المتفوقات باختلاف مستوى الدخل الشهري للأسرة

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
المواجهة النشطة	بين المجموعات	٠,٦٢	٢	٠,٣١	٠,٩٤	٠,٣٩٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٨,٢٤	٨٦	٠,٣٣			
المواجهة بالتخطيط	بين المجموعات	٠,٦٩	٢	٠,٣٥	١,١٠	٠,٣٣٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٧,٠٠	٨٦	٠,٣١			
التنفيس والحد من تدخل نشاطات أخرى	بين المجموعات	٠,١٠	٢	٠,٠٥	٠,١٧	٠,٨٤٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٣,٦٣	٨٦	٠,٢٨			
المواجهة بضبط النفس	بين المجموعات	٠,٢٩	٢	٠,١٥	٠,٤١	٠,٦٦٤	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٠,٢٥	٨٦	٠,٣٥			
الدعم الاجتماعي المعلوماتي	بين المجموعات	١,٣٦	٢	٠,٦٨	١,٨٤	٠,١٦٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٣١,٨٠	٨٦	٠,٣٧			
الدعم الاجتماعي العاطفي	بين المجموعات	٠,٨٩	٢	٠,٤٥	١,٠١	٠,٣٦٨	غير دالة
	داخل	٣٧,٩٦	٨٦	٠,٤٤			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
	المجموعات						
إعادة التأويل الإيجابي	بين المجموعات	٠,١٥	٢	٠,٠٨	٠,٢٢	٠,٨٠٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٩,٩٠	٨٦	٠,٣٥			
التحمل والاستسلام	بين المجموعات	٠,٥٤	٢	٠,٢٧	٠,٦٤	٠,٥٣١	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٦,٣٤	٨٦	٠,٤٢			
اللجوء إلى الدين	بين المجموعات	٠,٢٦	٢	٠,١٣	٠,٧١	٠,٤٩٥	غير دالة
	داخل المجموعات	١٥,٤٨	٨٦	٠,١٨			
التقاسم الاجتماعي	بين المجموعات	٢,٢٧	٢	١,١٤	٣,٠٣	٠,٠٥٣	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	داخل المجموعات	٣٢,٢٤	٨٦	٠,٣٨			
التكتم	بين المجموعات	٥,٦٠	٢	٢,٨٠	٥,٢٩	٠,٠٠٧	دالة عند مستوى ٠,٠١
	داخل المجموعات	٤٥,٥٥	٨٦	٠,٥٣			
عدم المبالاة	بين المجموعات	١,١٥	٢	٠,٥٧	١,٣٣	٠,٢٦٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٦,٩٩	٨٦	٠,٤٣			
ضعف الأداء	بين	٤,١٤	٢	٢,٠٧	٤,٠١	٠,٠٢٢	دالة عند

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	التعليق
	المجموعات						
	داخل المجموعات	٤٤,٤٢	٨٦	٠,٥٢			مستوى ٠,٠٥
اللجوء إلى العبادات والأنشطة	بين المجموعات	٢,١٤	٢	١,٠٧	١,٣١	٠,٢٧٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٧٠,٠٤	٨٦	٠,٨١			
الدرجة الكلية لأساليب المواجهة	بين المجموعات	٠,٢٩	٢	٠,١٥	١,٦٧	٠,١٩٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٧,٥٨	٨٦	٠,٠٩			

وباستخدام اختبار شيفيه للكشف عن مصدر تلك الفروق لمتوسطات درجات الطالبات على أساليب موجهة الضغوط وفقا لاختلاف مستوى دخل الأسرة الشهري وكذلك اختبار أقل فرق دال (LSD) للكشف عن مصدر الفروق لعدم تمكن اختبار شيفيه من الكشف عنها كما هو موضح في جدول (١٥) .

جدول (١٥)

اختبار شيفيه لتوضيح مصدر الفروق في أساليب مواجهة الضغوط

اليومية لدى طالبات الجامعة غير المتفوقات باختلاف مستوى الدخل الشهري للأسرة

البعد	مستوى الدخل الشهري للأسرة	المتوسط الحسابي	أقل من ٤٠٠٠ ريال	من ٤٠٠٠- ٨٠٠٠ ريال	٩٠٠٠ ريال فأكثر	الفرق لصالح
التنفيس الانفعالي **	أقل من ٤٠٠٠ ريال	٣,٠٨				
	من ٤٠٠٠-٨٠٠٠ ريال	٣,١٤			*	من ٨٠٠٠

البعد	مستوى الدخل الشهري للأسرة	المتوسط الحسابي	اقل من ٤٠٠٠ ريال	من ٤٠٠٠- ٨٠٠٠ ريال	٩٠٠٠ ريال وأكثر	الفرق لصالح
						ريال
	٩٠٠٠ ريال وأكثر	٢,٧٧				
الإنكار	اقل من ٤٠٠٠ ريال	٢,٥٦				
	من ٤٠٠٠–٨٠٠٠ ريال	٢,٧٢			*	من ٤٠٠٠- ٨٠٠٠ ريال
	٩٠٠٠ ريال وأكثر	٢,١٣				
صرف الانتباه	اقل من ٤٠٠٠ ريال	٣,٠٨				
	من ٤٠٠٠–٨٠٠٠ ريال	٣,٠٧			*	من ٤٠٠٠- ٨٠٠٠ ريال
	٩٠٠٠ ريال وأكثر	٢,٦٠				

* دالة عند مستوى ٠,٠٥

** استخدام اختبار أقل فرق دال (LSD) للكشف عن مصدر الفروق لعدم تمكن اختبار شيفيه من الكشف عنها.

يتضح من الجدول (١٥) وجود فروق دالة عند مستوى ٠,٠٥ في أساليب المواجهة (التنفيس الانفعالي , الإنكار, صرف الانتباه) بين الطالبات اللاتي مستوى دخل أسرهن (٩٠٠٠ ريال وأكثر) وبين الطالبات اللاتي مستوى دخل أسرهن (من ٤٠٠٠–٨٠٠٠ ريال)، لصالح الطالبات اللاتي مستوى دخل أسرهن (من ٤٠٠٠–٨٠٠٠ ريال). وبذلك نقبل الفرض من حيث: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات غير المتفوقات في أساليب مواجهة الضغوط اليومية: (التنفيس الانفعالي ,الإنكار، صرف الانتباه) وفقا لمستوى الدخل الشهري للأسرة .

المناقشـــــــــــة :

لقد أظهرت النتائج أن الطالبات المتفوقات تميزن بأسلوب التخطيط لمواجهة الضغوط والإحداث اليومية الصعبة ,حيث يلجأن إلى التفكير بعمق في الخطوات التي يتخذنها تجاه الموقف الضاغط أو المشكلة والحدث وكيفية معالجتها بشكل أفضل. فالقدرة العقلية العامة (الذكاء) والذي أثبتت العديد من الدراسات ارتباطها بمتغير التحصيل الدراسي (Ackerman & Heggestad,1997) (Ceci,1991) والذي يغلب علية التفكير المنطقي الاستدلالي)(*Jensen,1989*) (Rushton & Jensen,2005 واستنباط الحلول للمواقف الصعبة , مما يفسر تميز الطالبات المتفوقات باستخدام أسلوب التخطيط أكثر من غيرها من أساليب المواجهة مقارنة بغير المتفوقات. وكما أظهرت النتائج استخدام الطالبات غير المتفوقات أساليب المواجهة بالقبول والاستسلام , الإنكار,عدم المبالاة مقارنة بالطالبات المتفوقات وتمثل ذلك في تقبلوهن للضغوط والتعود عليها ,والتعايش مع المشاعر السلبية ,وتقبل الواقع ,وانه لا يمكن تغييره أو إيجاد حل له ,وعدم المبادرة بعمل شئ حيال تلك الأزمات والضغوط . كما إن الطالبات غير المتفوقات استخدمن أسلوب المواجهة (الإنكار) حيث إنهن يرفضن التصديق بالمواقف والمشكلات والإحداث اليومية الضاغطة ويستغربن حدوثها , ويتصرف بسلبية وكان الحدث الضاغط لم يحدث ويحاولن إقناع أنفسهن بعدم صحة تلك المواقف للتخلص من الضغوط النفسية التي تقع عليهن . كما إن أسلوب " عدم المبالاة " اتضح أكثر لدى الطالبات غير المتفوقات ,حيث يغلب على تصرفاتهن عند مواجهة الضغوط اليومية الشعور باليأس من المحاولة واقتناع مسبق بعدم الوصول إلى ما يرغبن من حلول , مما يدفعهن للتوقف عن المجهود المبذول والتوقف عن الاستمرار في المحاولة للتخلص من تلك الضغوط . كما أظهرت الطالبات غير المتفوقات ميل نحو استخدام أسلوب المواجهة " صرف الانتباه " عن التفكير في الموضوع والانشغال بأمور أخرى " , وفي هذا الأسلوب تعمد الطالبات الغير متفوقات إلى اللجوء إلى النوم والانشغال بمشاهدة التلفاز والأفلام ,واللجوء إلى أحلام اليقظة والتفكير بأشياء محببة لهن, أكثر من المعتاد لصرف الانتباه عن التفكير في الموقف الضاغط لكسب راحة البال. ونلاحظ إن من النتائج , إن معظم أساليب المواجهة التي اتضحت فيها الفروق بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات هي أساليب سلبية وكانت لصالح الغير متفوقات فأسلوب الإنكار. كما هو ملاحظ, نادر الاستخدام لدى الطالبات المتفوقات دراسيا لمواجهة الضغوط الحياتية الصعبة , مما يؤكد أنهن يتميزن بخصائص شخصية كالشعور بالمسؤولية والاستقلالية والمبادرة تجاه المواقف والإحداث وعدم السلبية في المواجهة (Milgram, 1990), وقد ذكر كل من (Carver; Seheier & Weintraub,J,1989) إن الفرد لدية طرق ثابتة تبعا لميوله وشخصيته يحضرها لمواجهة الموقف الضاغط . ويضح من النتائج إن أساليب المواجهة التي تستخدمها الطالبات المتفوقات للتعامل مع الضغوط تراوحت متوسطاتها

بين (١،٢٤ إلى ٣،٧٧) وكان أعلاها اللجوء إلى الله سبحانه وتعالى فهو الملجأ الأول للتخلص من الضغوط والأزمات والإحداث الضاغطة . حيث إن مفهوم الدين , يختلف تفسيره لدى المجتمعات الأخرى , وقد تعتبره بعض الثقافات , مجرد ملجأ للتنفيس وتخفيف الضغوط والشحنات للحزن والألم والتوتر والغضب , ولكن الدين الإسلامي أعظم من ذلك , فالفرد عندما يلجا إلى خالقه فانه يطلب منه إن يفرج كربته , وان يزيل همه , وتحدث الاستجابة بمشيئته , فالله سبحانه وتعالى قريب من عبده , يجيب دعوة الداعي إذا دعاه, ويغير الحال في طرفة عين . كما نلاحظ من النتائج إن أساليب المواجهة التي تستخدمها الطالبات المتفوقات بشكل متكرر هي التخطيط \ إعادة التشكيل الايجابي للمواقف \ البحث عن الدعم الاجتماعي \ البحث عن الدعم الاجتماعي العاطفي \ المواجهة النشطة \ الكبح والحد من تدخل نشاطات الأخرى) . وكانت اقل الأساليب ندرة في الاستخدام هو أسلوب استخدام العقاقير والمهدئات . وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (Sreeramarddy et al , 2007) والتي أظهرت إن الأساليب الايجابية المستخدمة من الطالبات المتفوقات في الدراسة الحالية هي أيضا الأكثر استخداما من الطلبة المتفوقين بكلية الطب , وكذلك كان اقل الأساليب استخداما لديهم العقاقير والمهدئات . ولم تتضح من نتائج الدراسة الحالية وجود أساليب مواجهة سلبية تقع في المراتب الأولى من الاستخدام للطالبات المتفوقات . وعلى الرغم من وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات بأسلوبي المواجهة (عدم المبالاة \ صرف الانتباه) لصالح غير المتفوقات, إلا إن متوسطات استجابات الطالبات المتفوقات لا تخلو من استخدام هذين الأسلوبين, حيث لا تبتعد كثيرا عن متوسطات غير المتفوقات . والتفسير المحتمل هنا إن الإحداث والمواقف الضاغطة على الطالبات المتفوقات دراسيا قد تتكرر بكثرة عليهن, وقد يقمن بتجريب أساليب متنوعة وذات فعالة , ولكن لوجود بعض المواقف والإحداث والمشكلات ألخارجه عن سيطرتهن وإرادتهن كوجود مناهج دراسية غير مستوفاة لمطالبهن , وعدم وجود اختبارات حقيقية تقيس قدراتهن بدلا من الحفظ , والمعاناة من المواصلات, هذه الإحداث المتكررة , قد تدفعهن لاستخدام أسلوب التجاهل وعدم المبالاة ,وصرف الانتباه من خلال الهاء الذات والانشغال بأحلام اليقظة والإكثار من النوم للتغلب على الضغوط والتخفيف من حدتها , لإضفاء الراحة النفسية والشعور بالارتياح وهذا يتشابه مع ما توصل إليه(Sreeramarddy et al , 2007) في دراسته لطلبة كلية الطب حيث اتضح لديهم أساليب كصرف الانتباه والتجاهل للمواقف الضاغطة . مما يتطلب مزيد من الدراسة لهذا الجانب وتحديد الضغوط التي تقف إمامها الطالبات المتفوقات موقفا سلبيا ولا يستطعن عمل شئ لمواجهتها ويبادرن باستخدام أساليب غير ملائمة ,كعدم المبالاة وصرف الانتباه لتخفف من أثارها . وقد أشار كل من فولكمان ولازورس (Folkman & Lazarus,1985) إن وجود التفاعل ووجود الأفكار المتنوعة للطلبة من العوامل المؤثرة في مواجهة الضغوط وخاصة إذا كانت

حتمية لا يستطيع حلها أو إزالتها وهذا يتطلب العديد من المهارات لإظهار الاستجابات الكيفية الملائمة للرد على تلك المتغيرات والمواقف . كما أظهرت النتائج تشابها بين استجابات الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في ترتيب وتدرج أساليب المواجهة وفقا لشيوع استخدامها,وهذا يتفق مع ما توصل إلية (Shaunessy & Suldo,2010) وقد يعود ذلك إلى أساليب التنشئة الاجتماعية والتربوية في المجتمع السعودي والنظام التعليمي الموحد ,مما أدى إلى وجود ألتشابهه في بعض أساليب المواجهة التي تستخدمها الطالبات بغض النظر عن مستوى التفوق الدراسي . ولكن الملفت للنظر إن الأساليب الأقل فعالية اتضحت أكثر لدى الطالبات الغير المتفوقات دراسيا بشكل واضح مقارنه بالطالبات المتفوقات دراسيا . وأظهرت النتائج الفروق في أساليب المواجهة للطالبات المتفوقات باختلاف مستوى تعليم آبائهن . حيث اتضحت هذه الفروق في أساليب المواجهة السلبية (الإنكار , عدم المبالاة) لصالح الطالبات اللاتي تعليم آبائهن (الشهادة الثانوية واقل) مقابل من هن تعليم آبائهن الشهادة الجامعية واعلي, مما يؤكد إن المؤهل الدراسي العالي لإباء المتفوقات دراسيا انعكس ايجابيا على اختيارهن لأساليب المواجهة الايجابية, حيث كن اقل ميلا ممن هن تعليم آبائهن (المرحلة الثانوية واقل)في اختيار أساليب المواجهة السلبية كالإنكار وعدم المبالاة. وعلى الرغم من ارتفاع متوسطات الطالبات المتفوقات دراسيا , ممن تعليم آبائهن (الثانوي واقل) في أساليب المواجهة السلبية (الإنكار \ عدم المبالاة), إلا إنهن أيضا تميزن بأسلوب ايجابي واحد وهو " ضبط النفس " كأسلوب مواجهه, مقارنه بالطالبات المتفوقات دراسيا ممن تعليم آبائهن الشهادة الجامعية واعلي, والتفسير المحتمل لهذا الفرق بين المتفوقات دراسيا تبعا لمستوى تعليم الأب , انه قد يعود إلى إن إباء الطالبات المتفوقات من ذوي التعليم الثانوي , قد يكون لديهم تأثر بالشخصية التقليدية السعودية وبثقافة المجتمع وتبنيهم لأساليب مواجهه مكتسبة ومتأصلة ومتاثره بالمجتمع المسلم وثقافة الآباء والأجداد والتي تتضح فيها أساليب مواجهه كأسلوب ضبط النفس كقيم إسلاميه تتميز تصرفاتهم بالاتزان والتريث وعدم الاستعجال في مقابلة الإحداث والمواقف والصعاب وعدم التسرع في اتخاذ القرارات حتى لا تسأ الأمور أكثر , مقارنه بالطالبات المتفوقات ممن تعليم آبائهن الجامعي واعلي ,الذين قد يعمدوا إلى استخدام أسلوب المواجهة السريع وعدم التريث نتيجة لمتطلبات العصر , والأحداث المتسارعه حيث ذكر فولكمان ولازورس (Folkman & Lazarus ,1980) إن الأساليب المفضلة والمستحسنة من الشخص لمواجهة الضغوط قد تكون مكتسبة من الشخصية التقليدية المتعارف عليها ,وبهذا تكون هناك نوعية محدده من الخصائص الشخصية لاستخدامها في مواجهة الضغوط بطريقة معينة وفقا للثقافة المحيطة بالفرد ولكنها قد لا تكون مفيدة بشكل دائم للتنبؤ بأسلوب المواجهة .ولهذا فنحن لا نضمن إن تكون تلك الأساليب المستقاة من الشخصية التقليدية هي دائما

في الجانب الايجابي كأسلوب ضبط النفس مثلا , ولهذا يتطلب تطوير أساليب المواجهة لدى الطالبات بشكل أفضل وتغيير الاستجابات بحرية وبطريقة متجددة تتوافق مع المستجدات والتغيرات الحديثة.

كما أظهرت النتائج إن لتعليم الأب الجامعي واعلي تأثير على الفروق بين الطالبات الغير متفوقات في أسلوب المواجهة " عدم المبالاة " مقارنة بالتعليم الثانوي واقل . وقد يكون التفسير المحتمل هنا , إن الطالبات الغير متفوقات دراسيا ممن آبائهن من ذوي الشهادة الجامعية واعلي , قد لا يجدن الوقت الملائم للحديث مع آبائهن والاستفادة من خبرتهم , فيكون أسهل عليهن اللجوء إلى الأسلوب "عدم المبالاة ", مما قد يخفف عنهن حده الضغوط والمواقف الصعبة والمشكلات . ومن جهة أخرى أظهرت النتائج إن تعليم الآباء أحدث فروق لدى الطالبات الغير متفوقات , حيث إن الطالبات ممن تعليم آبائهن الشهادة الابتدائية واقل, كن أكثر استخداما لأسلوب "العقاقير والمهدئات " في مواجهتهن للضغوط مقارنه بمن تعليم آبائهن الثانوي أو الجامعي واعلي . مما يؤكد أهمية تعليم الآباء في التأثير على أساليب المواجهة للضغوط الحياتية مقارنة بتعليم الأمهات والذي لم تتضح فروق ذات دلالة إحصائية على نوعيه أساليب المواجهة التي تستخدمها الطالبات الغير متفوقات مثلهن مثل الطالبات المتفوقات .

كما أظهرت النتائج فروقا بين الطالبات المتفوقات دراسيا وفقا لدخل أسرهن الشهري في أسلوب مواجهه واحد " إعادة التشكيل الايجابي " وذلك لصالح المتفوقات دراسيا من ذوي الدخل الشهري المنخفض والمتوسط ,مقارنة بمن دخل أسرهن مرتفع. والتفسير المحتمل هنا إن الطالبات المتفوقات من ذوي الدخل الشهري المرتفع قد يجدن أساليب أفضل لقدرتهن المادية في حل بعض المواقف والمشكلات كالمواصلات وتوفر الكتب والسكن والأجهزة التقنية بدون الحاجة لإعادة التشكيل الذهني الموقف بطريقة ايجابيه , حيث إن إعادة التشكيل الايجابي يتعلق بتغيير المشاعر والتفسير الذهني للأمور بأكثر ايجابيه . كما أظهرت النتائج إن الطالبات الغير متفوقات من ذوي الدخل الشهري المتوسط اتضح لديهن أساليب مواجهة اقل فعالية (التنفيس الانفعالي , الإنكار , صرف الانتباه) مقارنه بذوي الدخل المرتفع . وكما هو ملاحظ إن هذه الأساليب المستخدمة من قبل الطالبات الغير متفوقات هي أساليب سلبيه لا تركز على حل الموقف أو المشكلة بطريقة مباشرة , مما يعطي مؤشر إن الطالبات الغير متفوقات من ذوي الدخل العالي قد يستخدمن استراتيجيات أخرى تساعدهن على مواجهة الضغوط الحياتيه بالاعتماد على الجوانب المادية , وهذه النتيجة قد تتطلب مزيد من الدراسة .

إن هذه الأساليب المستخدمة من الطالبات المتفوقات وغيرا لمتفوقات يعكس مدى احتياجهن لبرامج وقائية ويتطلب التدخل الإرشادي ,وتدريس مهارات المواجهة للضغوط (Tanaka et al,2009) (Mueller,2009) العزي (٢٠٠٤) للطلبة المتفوقين وكيفية إدارة الضغوط والتعرف على استراتيجيات المواجهة الفعالة للتعامل مع المواقف سواء مع التعامل الداخلي للذات أو مع الآخرين

والمواقف المحيطة وإيجاد مزيد من التسامح والصفح مع الذات والآخرين للتقليل من اثأر الإحداث الضاغطة بمعنى إن يتخذ الفرد الإجراءات وبذل مجهود لإزالة تلك الضغوط وعدم الاستسلام وتدريب الطلبة على التخطيط وإستراتيجية المواجهة النشطة وإعادة التشكيل الايجابي للمواقف والإحداث بدلا من استخدام الأساليب السلبية كالإنكار, صرف الانتباه , عدم المبالاة , استخدام المهدئات والأدوية والتي لن تحل المشكلة الحقيقة .

يمكن أن نلخص أهم نتائج هذه الدراسة في الآتي:

١. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أسلوب التخطيط لمواجهه الضغوط الحياتية اليومية لصالح الطالبات المتفوقات .

٢. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات وغير المتفوقات في أساليب المواجهة (الاستسلام والقبول \ الإنكار \ عدم المبالاة \ صرف الانتباه) لصالح الطالبات غير المتفوقات .

٣. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات في أساليب المواجهة التالية (ضبط النفس \ الإنكار \ عدم المبالاة) وفقا لمستوى تعليم آبائهن , لصالح الطالبات المتفوقات ممن مستوى تعليم آبائهن الشهادة الثانوية واقل مقارنة بمن مستوى تعليم آبائهن الشهادة الجامعية واعلي . ولم تتضح فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتفوقات في أساليب مواجهة للضغوط وفقا لمستوى تعليم أمهاتهن .

٤. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات غير المتفوقات في أسلوب المواجهة (عدم المبالاة) وفقا لتعليم آبائهن لصالح الطالبات ممن مستوى تعليم آبائهن الشهادة الجامعية واعلي ,مقارنة بمن مستوى تعليم آبائهن الشهادة الثانوية واقل.

٥. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات الغير متفوقات في أسلوب المواجهة (استخدام المهدئات والعقاقير) وفقا لمستوى تعليم آبائهن , وذلك لصالح الطالبات الغير متفوقات اللاتي مستوى تعليم آبائهن الشهادة الابتدائية واقل مقارنة بمن مستوى تعليم آبائهن (الشهادة الثانوية واقل \ الشهادة الجامعية واعلي) . ولم تتضح فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات الغير متفوقات في أساليب المواجهة للضغوط وفقا لمستوى تعلم أمهاتهن .

٦. وجود فروق ذات دلالة بين الطالبات المتفوقات في أسلوب المواجهة (إعادة التشكيل الايجابي) وفقا لدخل الشهري للأسرة وذلك لصالح كل من الدخل الشهري المنخفض والمتوسط مقابل الدخل الشهري المرتفع .

٧. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات الغير متفوقات في أساليب المواجهة التالية (التنفيس الانفعالي \ الإنكار \ صرف الانتباه) لصالح من دخل أسرهن الشهري متوسط مقارنة بمن دخل أسرهن الشهري مرتفع .

وقد أوصت الباحثة :

- إنشاء وحدة إرشادية خاصة بالجامعة تهتم بالطالبات وخاصة المتفوقات منهن , ومساعدتهن على تخطي الأزمات والضغوط من خلال طرح البرامج التدريبية الإرشادية والوقائية والعلاجية والتعرف على أساليب المواجهة الفعالة للضغوط والإحداث والمواقف الصعبة .
- تضمين المناهج التعليمة للمراحل الدراسية المختلفة المفاهيم العلمية الأساسية لأساليب المواجهة الفعالة وإدراج نشاطات لذلك لمساعدة الطلبة والطالبات وخاصة المتفوقين منهم التغلب على ما يواجههم من صعاب ومواقف ضاغطة وتوضيح الأساليب الغير فعالة لتجنب التعامل بها .
- تكثيف البحوث والدراسات للتعرف على أنواع الضغوط والأزمات التي تمربها الطالبات المتفوقات وأساليب مواجهتها خلال دراستهن الجامعية , للمساهمة بإيجاد أساليب مواجهة أكثر ملائمة لمختلف أنواع الضغوط .
- إجراء المزيد من الأبحاث والتي تتناول أساليب المواجهة لدى الطالبات المنخفضات التحصيل حيث اتضح من خلال هذه الدراسة إن لديهن أساليب سلبية غير ملائمة لمواجهة الضغوط , مقارنه بالطالبات المتفوقات ولربنا يكون لهذه الأساليب السلبية أثرها في انخفاض مستوى تحصيلهن الدراسي .
- بث الوعي بين المتعاملين مع الطالبات المتفوقات وإحاطتهن بأهمية توفير الصحة النفسية للطالبات وتزويدهم بأهم المشكلات والصعاب التي قد تمر بها الطالبات المتفوقات في المرحلة الجامعية لتفهم أوضاعهن والمساهمة في التقليل من حده تلك الضغوط والمواقف الصعبة .

المراجع

- ابومصطفي , نظمي عودة . السميري , نجاح عواد (٢٠٠٧) علاقة الإحداث الضاغطة بالسلوك العدواني . مجلة الجامعة الإسلامية , المجلد السادس عشر, العدد الأول , ص ٣٤٧-٤١٠ .
- جودة , أمال (٢٠٠٤) أساليب مواجهة إحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينه من طلاب وطالبات جامعة الأقصى . بحث مقدم للمؤتمر التربوي الأول " التربية في فلسطين وتحديات العصر " . كلية التربية ,الجامعة الإسلامية .
- دردير , نشوة (٢٠١٠) فاعلية برنامج للإرشاد العقلاني والانفعالي السلوكي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة من الإحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة . رسالة دكتوراه غير منشورة . جامعة القاهرة , معهد الدراسات التربوية , قسم الإرشاد النفسي . القاهرة .
- السهلي , عبدالله (٢٠١٠) أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب المرضى المترددين على مستشفي الطب النفسي بالمدينة المنورة . رسالة دكتوراه غير منشورة , قسم علم النفس , كلية التربية , جامعة أم القرى .
- العجيلي , شذى .(٢٠٠٦) دراسة مقارنة في الضغوط النفسية لدى الطلبة المسرعين في العراق ونظرائهم في الأردن . بحث مقدم لمؤتمر مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله لرعاية التفوق والموهبة , جده , المملكة العربية السعودية .
- عبدالله , منى (٢٠٠٢) أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادي والثانوي , دراسة مقارنه بين الريف والحضر . رسالة دكتوراه . معهد الدراسات العليا للطفولة , قسم الدراسات النفسية والاجتماعية . جامعة عين شمس .
- عربيات , عبدالحليم . (٢٠٠٥) فعالية برنامج إرشادي يستند إلى إستراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية . مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية . المجلد السابع عشر, العدد الثاني , ص ٢٤٨ – ٢٩٠ .
- العزي , مرفت (٢٠٠٤) برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية لدى التلميذات المتفوقات دراسيا . رسالة ماجستير غير منشورة , المركز الوطني للمعلومات , الجمهورية اليمنية .
- العويضة , سلطان (٢٠٠٦) العلاقة بين مصادر الضغوط وأساليب التدبر لدى عينه من طلبة الجامعات الخاصة الأردنية . رسالة التربية وعلم النفس , العدد (٢٧) ص ١٧٣- ٢٢١) .

- العنزي , أمل (٢٠٠٤) أساليب مواجهة الضغوط عند الصحيحات والمصابات بالاضطرابات النفسجسمية . رسالة ماجستير غير منشورة , قسم علم النفس , كلية التربية , جامعة الملك سعود .
- الهلالي , عادل (٢٠٠٩) أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة (٢٠٠٩) . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة أم القرى . كلية التربية , قسم علم النفس .

- Ackerman,P & Heggestad,E.(1997) Intelligence, personality, and interests : Evidence for overlapping traits. Psychological Bulletin,Vol,121 n2 p219-245.
- Bangel,N.(2010) Preserves Teacher's perceptions and Experiences in a Gifted education Training Model .Gifted Child Quarterly v53 n3 p 209-221 .
- Black,S;Devereux,P & Salvanes,S.(2010) Small Family ,Smart Family ? Family Size and the I Q Scores of young men . Journal of Human Resources,v45 n1 p 33-58 .
- Carver,C, Seheier,M & Weintraub,J.(1989) Assessing coping strategies : A theoretically based approach .Journal of Personality and Social Psycohology,Vol56 n 2 .pp 267-283.
- Ceci,S (1991) How much dose schooling influence general intelligence and cognitive components ? . Journal of developmental psychology,v27n5,pp703-727.
- Cross T & Swiatek,M (2009) Social Coping among Academically Gifted Adolescents In A residential Setting : A Longitudinal Study . Gifted Child Quarterly , V 53 n1 , p 25 – 33 .
- David, W (2002) Giftedness, adjustment problems and Psychological Distress Among Chinese Secondary Students in Hong Kong . Journal for education for the gifted children , v26 n1 p 6- 24 .
- David ,W.(2005) The relationships among emotional intelligence ,social coping , and psychological distress . High Ability Students ,v 16 n2 p 163 - 178 .
- Dunst, C & Trivette ,C (1993) Influences of life events and coping strategies on family functioning . paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association . Atlanta, pp 1 – 44 .
- Folkman,S & Lazarus,R.(1985) If changes it must be a process : Study of emotion and coping during three stages of college examination .Journal of personality and social psychology,v48n1pp150-170.

- Jensen,A (1989) The relationship between learning and intelligence. Journal of Learning and Individual Differences,v1n1,pp37-62.
- Jin,S & Moon , S .(2006) A study of well – being and school satisfaction among Academically Talented students Attending a science high school in Korea. Gifted Child Quarterly,v50 n2 p 169-184 .
- Kaplan ,R ; Sallis ,J & Patterson , T (1993) Biopsychosocial model of stress and health . In Health and human behavior , McGraw – Hill ,Neww York .
- Katrina,JM;Alex,M;Sue,R;Jillian,M.(2004) First year medical students stress and coping in a problem-based learning medical curriculum. Medical Education,v38n5,pp482-491.
- Lazarus, R (2000) Toward better research on stress and coping . Journal of American psychologist ,v55 n6 pp665 – 673.
- Li , H; Wang,J; &Wang,L .(2009) A survey on the generalized problematic internet use in chines college students and its relations to stressful life events and coping style .International Journal of Mental Health and Addiction,v7n2p333-346.
- Milgram, R (1990) Creativity and Ideas whose time has come and gone. In M. Run Co & R. Albert. Theories of creativity (pp215- 233). Newburg park, CA: sage publications.
- Moon,S;Kelly,K & Feldhusen,J. (2009) Specialized Counseling Services for Gifted youth and Their Families : A Needs Assessment . Gifted Quarterly v53 p163-173 .
- Moon, S.(2009) Myth15: High Ability Students Don't Face Problems And Challenge. Gifted Child Quarterly, V53 n4 p 274-276.
- Morelock, M (1995) The profoundly gifted child in family context. Unpublished doctoral dissertation. Medford, MA: Truft university
- Mueller, C .(2009) Factors as barriers to Depression Protective in Gifted and Nongifted Adolescents. Gifted Child Quarterly, v53 n1 p 3-14 .
- Neihart, M. Reis, S. Robinson, N and Moon , S.(2002). The social and Emotional Development of Gifted Children : What Do We Know ? . Prufrock press ,inc.
- Piechwski, M.(2003) Emotional and spiritual giftedness. In Colangelo. N & Davis. G. Handbook of gifted education.
- RushtonJ & Jensen,A (2005)Thirty years of research on race differences in cognitive ability , Psychology ,Public Policy and Law,v11n2,pp235-294.

- Seligman,M & Csikszentmihaly,M.(2000) positive psychology. American Psychology,Vol55 n1 pp5 -14.
- Shaunessy,E & Suldo, S (2010) Strategies used by intellectually gifted students to cope with stress during their participation in high school international baccalaurean program . Gifted child quarterly v54 n 2 p 127-137
- Silverman, L (1993) Counseling the gifted and talented. Denver. Co: love.
- Sreeramareddy , C ;Shankar , P ; Binu, V ; Menezes,R. (2007) Psychological Morbility,Sorurce of Stress and Coping Strategies among undergraduate medical students of Nepal . BMC Medical Education ,Bioded Central .
- Tanaka,M; Fukuda,S;Mizuno,K;Kuratsune,H;Watanabe,Y (2009) Stress and coping styles Are associated with severe fatigue in medical students . Behavioral Medicine v35 n3 p 87-92.
- U.S Department of education, Office of educational research and improvement (2009). Washington DC: US Government printing office.
- Vialle, W. Heaven, P &Ciarrochi, J (2007). On Being Gifted, but sad and misunderstood: Social Emotional, and Academic outcome of Gifted students in The Wollongong Youth Study. Educational Research and Evaluation, v13, n6 p 569-586 .
- Yoo,J.Moon,S (.2006) Counseling Needs of Gifted Students : An Analysis of Intake Forms at a University – Based Counseling Center . Gifted Child Quartely,V50 n1 p52-61 .

دار المصطفى للطباعة ٠١٢/٣٢٣٨٣٦٠