

استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلاب الجامعة المتفوقين والمتأخرين دراسياً

فهيم حسان فاضل(*)

ملخص: هدفت الدراسة الراهنة إلى الكشف عن الفروق في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلاب الجامعة المتفوقين والمتأخرين دراسياً، تبعاً لمتغيرات الجنس، والتخصص العلمي، والمستوى الدراسي. تكونت عينة الدراسة من (108) من طلاب جامعة الحديدة: (67) من المتفوقين دراسياً و(41) من المتأخرين دراسياً، راوحت أعمارهم بين (18-25) سنة، وطبق عليهم مقياس استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: 1 - وجود فروق جوهرية بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات المواجهة الإيجابية، باتجاه الطلاب المتفوقين، في حين لم توجد فروق جوهرية بين المجموعتين في استراتيجية التجنب والتصرفات السلوكية. 2 - وجود فروق جوهرية بين المجموعتين في استراتيجيات التجنب تبعاً لمتغير الجنس؛ حيث حصلت الإناث على متوسطات أعلى جوهرياً من الذكور في المجموعتين. 3 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الإيجابية تبعاً لمتغير التخصص العلمي، باتجاه طلاب قسم اللغة الإنجليزية مقارنة بطلاب قسم علم النفس وقسم التمريض وقسم التاريخ. كما وجدت فروق بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات المواجهة الإيجابية تبعاً للمستوى الدراسي؛ حيث تفوق طلاب المستوى الثالث على طلاب المستوى الثاني.

المصطلحات الأساسية: استراتيجيات المواجهة، أحداث الحياة اليومية الضاغطة، الطلاب المتفوقون، الطلاب المتأخرون دراسياً.

(*) قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة الحديدة، اليمن.

مشكلة الدراسة:

تمثل الأحداث الضاغطة أحد المظاهر المميزة للحياة اليومية في العصر الراهن؛ وذلك بسبب التغيرات الحادة والسريعة التي تطرأ في مختلف مجالات الحياة، ويتخذ الفرد إزاء ذلك استجابات وردود أفعال متنوعة لمواجهة تلك الأحداث الضاغطة، وما ينجم عنها من آثار إيجابية أو سلبية في حياته، أو في عملية التكيف مع هذه الضغوط وانعكاسات نجاح عملية التكيف أو فشلها على الصحة العامة للفرد وعلى مستوى الإنجاز والدافعية لديه. والأفراد الذين يفشلون في تطويق المواقف الضاغطة يلتمسون طرقاً أخرى تمكنهم من ترويض أنفسهم كي تتقبل الموقف من ناحية، أو يصابون - من ناحية أخرى - باضطرابات جسيمة أو بدرجة من القلق والغضب والعجز المتعلم (جمعة يوسف، 2000 أ: 59).

وترتبط الضغوط بأحداث الحياة اليومية، فكلنا - بلا استثناء - نتعرض يومياً لمصادر متنوعة من الضغوط الخارجية التي تشمل: ضغوط العمل والدراسة، والضغوط الأسرية، وضغوط تربية الأبناء، ومعالجة مشكلات الصحة، والأمور المالية، والأزمات المختلفة، كما نتعرض يومياً للضغوط ذات المصادر الداخلية، مثل: الآثار العضوية والنفسية، والسلبيات التي تنتج من أخطائنا السلوكية (عبدالستار إبراهيم، 1998).

وقد كانت نقطة الانطلاق الحقيقية في دراسة أحداث الحياة الضاغطة من الجهود التي بذلها أدولف ماير A.Meyer عندما ابتكر ما سماه "صحيفة الحياة" Life Chart مستهدفاً تنظيم البيانات الطبية على شكل سيرة ذاتية دينامية. وتلا ذلك جهود هانز سيللي H. Selye, 1980، الذي قدم مفهوم الضغوط إلى الحياة العلمية عندما أرسى مفهوم "زملة التكيف العام" General Adaptation Syndrome (في: جمعة يوسف، 2000 ب: 387). ثم تعاقبت بعد ذلك جهود العلماء والباحثين في هذا المجال.

وفي الآونة الأخيرة ركز فريق من الباحثين على كيفية استخدام الأساليب التي يتصدى بها الفرد للأحداث الضاغطة، ووجدوا أن سلوك التصدي للحدث الضاغط يمثل السلوك التكيفي المتعلم الهادف إلى حل المواقف التي تسببها أحداث الحياة اليومية الضاغطة، وتجاوزها (علي عبد السلام، 2003: 10).

وحاول بعض الباحثين تحديد الاستجابات المعرفية، والانفعالية، والفسولوجية،

والسلوكية التي تحدث عندما يواجه الفرد مواقف مهددة ومفروضة عليه، وخلصوا إلى أن أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة تنقسم إلى نوعين، هما: المواجهة المركزة على المشكلة (Problem Focused Coping)، والمواجهة المركزة على الانفعال (Emotion Focused Coping) (Lazarus and Folkman, 1984, p117). وأضاف البعض أسلوباً ثالثاً، هو أسلوب المواجهة المركزة على التقدير Appraisal Focused Coping، وهو يشير إلى الجهود التي تحاول تحديد معنى أو إعادة تحديده، أو إدراك الشخص للمواقف. (جمعة يوسف، 2000 أ: 69). في حين يتحدث البعض عن الاستراتيجيات السلوكية مقابل الاستراتيجيات المعرفية، ويفضل فريق آخر أن يصنف أساليب المواجهة إلى أساليب إقدام (مواجهة إيجابية) وأساليب تجنب. وعلى أية حال، فإن استراتيجية المواجهة استجابة أو مجموعة استجابات يقوم بها الفرد للتعامل مع الأحداث الضاغطة، والمشكلات التي تتضمنها أو الناتجة منها.

وتُعرف استراتيجيات المواجهة بأنها جهود معرفية أو سلوكية يبذلها الفرد من أجل تخفيف متطلبات الأحداث الضاغطة أو تحملها، واقتراح الباحثون - بناءً على وجهة النظر هذه - أن الفرد قد يواجه الضغوط بطريقة الترويض العملي (Actively Manage) للمواقف والأحداث الضاغطة، أو من خلال محاولة تخفيف المضاعفات الانفعالية المترتبة على التعرض لهذه المواقف والأحداث، كما أنه قد يلجأ إلى الأسلوبين معاً، واعتماداً على متطلبات الحدث الضاغط، قد يكون كلا الأسلوبين أسلوباً تكيفياً، أو قد يكون اختلالاً وظيفياً. (Afari, Schmalin, Herrell, Hartman, Goldberg and Buchwald, 2000).

وإذا لم يستطع الفرد مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة والتكيف معها يصبح عرضة للإصابة بكثير من الاضطرابات النفسية كالقلق، والاكتئاب. (رثيفة عوض، 2000: 15) والحالة هذه، فإن الاستراتيجيات غير التوافقية أو التي بسببها يفشل الفرد في مواجهة الأحداث الضاغطة قد تكون عاملاً من عوامل ضعف الأداء الأكاديمي، والاجتماعي، والأداء العام لدى الفرد. كما أنها قد تكون سبباً رئيساً من أسباب إصابته ببعض الأمراض العضوية، وتعرضه لكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية (Steiner, Erickson, Hernandez and Pavelski, 2001). وكذلك الحال بالنسبة إلى سوء التوافق بين الفرد وبيئته، سواء البيئة الاجتماعية أو بيئة الدراسة؛ فالأحداث الضاغطة تضعف القدرة التكيفية للفرد، ويمكن أن تؤدي - في أقصى درجاتها - إلى اضطراب في السلوك الإنساني، أو إلى خلل في عملية التكيف

مع البيئة المحيطة، ويكون لها آثار سلبية على الجوانب الجسمية والنفسية والعقلية لدى الفرد. (علي عبد السلام، 2003: 4).

وتعزى الفروق بين الأفراد في استخدام أساليب مواجهة الأحداث الضاغطة إلى عوامل كثيرة، منها أنماط شخصياتهم ومستويات قدراتهم وخبراتهم السابقة وطرائق تقييمهم لهذه الأحداث والطرق التي يدركون بها الموقف والأساليب التي يفكرون بها (آمال جودة، 2004). وتعادل مرحلة الدراسة الجامعية مرحلة الشباب التي تعد من أهم مراحل النمو؛ حيث يتعرض فيها الطلاب لخبرات كثيرة، وأحداث متعددة تؤثر على حياتهم، سواء داخل الجامعة أو خارجها، وقد تترك تلك الخبرات والأحداث آثاراً سلبية في شخصياتهم، بالإضافة إلى آثارها في توافقهم مع أنفسهم، ومع المجتمع المحيط بهم، كل ذلك ينعكس سلباً، أو إيجاباً على سلوكهم (نظمي أبو مصطفى، ونجاح السمييري، 2008)، فضلاً عن التغيرات الارتقائية في الجوانب النفسية والاجتماعية والفسولوجية التي تفرض على الطالب مجموعة من الحاجات والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، يضاف إلى ذلك الرغبة في تحقيق الاستقلالية والتفرد وتحقيق الذات ككيان مستقل ومتميز.

وتشير الدراسات إلى أن طلاب الجامعة يواجهون ضغوطاً نفسية مختلفة نتيجة للعديد من المتطلبات والأعباء الملقاة على عاتقهم، مثل المتطلبات الأكاديمية التي تتعلق بالاستذكار، والتحصيل، والامتحانات، والمتطلبات ذات الطابع الاقتصادي التي تتعلق بالرسوم والمصاريف الجامعية الباهظة، والتكاليف الأخرى (آمال جودة، 2004). وأكد البعض أن طلاب الجامعات يعانون مواقف وأزمات عديدة، تتمثل في مواجهة الامتحانات، والعلاقات مع الزملاء والأساتذة، والمنافسة من أجل النجاح، والمشكلات العاطفية، والتعامل مع مقتضيات البيئة الجامعية وأنظمتها وقوانينها وما تفرضه من قيود على حركتهم وحريتهم. وتبين من دراسة كنوستانس Constance (2004) أن طلاب الجامعة عرضة لمواجهة كثير من الصراعات النفسية نتيجة المواقف والأحداث الجديدة والمتعددة، التي يواجهونها في حياتهم الجامعية، وتظهر في إحساسهم بالاستقلالية، وتحمل المسؤولية، وكسب الدور الأكاديمي، والمهني؛ مما زاد تركيز الباحثين على دراسة استراتيجيات مواجهة الأحداث الضاغطة لدى الطلاب بشكل عام، وطلاب الجامعة بشكل خاص.

ومن جهة أخرى، اهتم عدد من الباحثين بدراسة العوامل المرتبطة بتفوق

الطلاب في التحصيل الدراسي، ووجدت بعض الدراسات فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الطلاب مرتفعي التحصيل وزملائهم منخفضي التحصيل في متغيرات نفسية وإكلينيكية مختلفة؛ فقد ذكر فريخ العنزي (2003) أن بعض الدراسات وجدت أن الطلبة ذوي النزعة نحو الاتزان الانفعالي كانوا أفضل تحصيلاً من الطلبة ذوي النزعة نحو الانفعال. وبينت نتائج دراسة هاريلمان وانجل وويدمان (Hurrelmann, Engle and Weidman, 1992) أن الضغوط والصراعات النفسية تؤثر تأثيراً سلبياً في الأداء الدراسي للطلاب.

وأشارت الدراسات النفسية أيضاً إلى أن الطلاب ذوي التحصيل الدراسي المنخفض يظهرون درجات مرتفعة على مقاييس القلق مقارنة بالطلاب المتفوقين، مؤكدين أن انخفاض المستوى الدراسي للطلاب يعد - في حد ذاته - حدثاً ضاغطاً يواجهه الطالب، ويفقد بسببه الوقت الكافي للاسترخاء والشعور بالهدوء والسكينة (Flynn, Schipper, Roac and Segerstrom, 2009). وأن استراتيجيات مواجهة الضغوط ترتبط - بشكل أساسي - بالاستجابات الانفعالية وقوة الاستجابات للضغوط النفسية، وباتساق مع تدني المستوى الدراسي، ولا سيما عندما تتجاوز الأعباء الدراسية قدرات الفرد، وتشكل ضغوطاً تحتم عليه مواجهتها، وبذلك تشغل كثيراً من الوقت الذي كان يفترض أن يستغله في الاستذكار وتلبية مطالب الدراسة الأكاديمية.

وبناء على ذلك تهدف الدراسة الراهنة إلى الكشف عن دلالة الفروق بين الطلاب المتفوقين والطلاب ذوي التحصيل الدراسي المنخفض (المتأخرين دراسياً) في استراتيجيات مواجهة الأحداث اليومية الضاغطة، وأثر بعض المتغيرات (الجنس، والتخصص العلمي، والمستوى الدراسي) والتفاعل فيما بينها، في هذه الفروق.

مفاهيم الدراسة:

أ - أحداث الحياة الضاغطة Stressful Life Events :

عرف رايس (Rees, 1979, 21) أحداث الحياة الضاغطة بأنها "المثيرات أو المتغيرات التي تحدث في البيئة الداخلية والخارجية، والتي لها من الشدة والاستمرارية؛ بحيث تقلل القدرة التكيفية للكائن الحي، ويمكن أن تؤدي - في أقصى درجاتها - إلى اضطراب في السلوك الإنساني، أو إلى سوء توافقه مع البيئة، أو إلى استجابات سلبية على الجوانب النفسية والجسمية للفرد".

ويعرفها طلعت منصور، وفيولا الببلاوي (1989) بأنها "تلك الأحداث المرتبطة

بالضغوط وبالتوتر وبالشدة الناتجة عن المتطلبات أو التغيرات التي تستلزم نوعاً من إعادة التوافق، وما ينتج عن ذلك من آثار جسدية ونفسية، وقد تنتج كذلك الصراع، والإحباط، والحرمان، والقلق".

ويعرفها علي عبد السلام (2003: 10) بأنها "سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها الفرد نتيجة تعامله مع متطلبات البيئة المحيطة به، وتفرض عليه سرعة التوافق في مواجهته لهذه الأحداث، لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية، والوصول إلى تحقيق التوافق مع البيئة المحيطة به".

وتعرفها زينب شقير (1998: 4) بأنها "مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى".

ب - استراتيجيات المواجهة Coping strategies :

أشار فولكمان ولازاروس (Folkman and Lazarus, 1980) إلى أن استراتيجيات المواجهة هي الجهود التي يبذلها الفرد للسيطرة على المطالب الداخلية والخارجية التي تتسبب بها المواقف الضاغطة أو خفض هذه المطالب أو تحملها. أو هي ذلك التغيير المستمر في الجهود المعرفية، والسلوكية، والانفعالية؛ من أجل إدارة المطالب الداخلية أو الخارجية التي يقيمها الفرد بأنها ترهق إمكانياته أو تفوقها (Lazarus and Folkman, 1984).

ونذكر لطفي إبراهيم (1994) أن أساليب مواجهة الضغوط هي "مجموعة من النشاطات أو الاستراتيجيات - السلوكية و/ أو المعرفية، يسعى من خلالها الفرد إلى تطويع الموقف الضاغط وحل المشكلة أو تخفيف التوتر الانفعالي المترتب عليه" (لطفي إبراهيم، 1994: 5).

ويعرفها (علي عبد السلام، 2003: 5) بأنها "الأساليب التي يواجه بها الفرد أحداث الحياة اليومية الضاغطة، والتي تتوقف مقوماتها الإيجابية أو السلبية نحو الإقدام أو الإحجام طبقاً لقدراته، وإطاره المرجعي للسلوك، ومهاراته في تحمل أحداث الحياة اليومية الضاغطة، وطبقاً لاستجاباته التكيفية نحو مواجهة هذه الأحداث دون إحداث أية آثار سلبية جسدية أو نفسية عليه".

وتعرف أساليب مواجهة الأحداث اليومية الضاغطة إجرائياً بأنها المجموع

الكلية للدرجات التي يحصل عليها الفرد في كل استراتيجية من الاستراتيجيات الثلاث (المواجهة الإيجابية، والتجنب، والتصرفات السلوكية) التي تقاس بمقياس استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، المستخدم في الدراسة الراهنة. ويعد ارتفاع الدرجة الكلية في هذه الاستراتيجيات دليلاً على شيوع استخدامها من قبل الفرد.

الدراسات السابقة:

أجرى باتيرسون ومكوبين (Patterson & Mc Cubbin, 1987) دراسة للكشف عن أساليب تعامل المراهقين مع الأحداث الضاغطة التي تواجههم. تكونت عينة الدراسة من (426) من طلبة المرحلة الثانوية: (185) ذكراً (241) أنثى، ينتمون إلى مستويات اجتماعية مختلفة، وطبقت عليهم أداة خاصة لقياس أساليب التعامل مع الأحداث الضاغطة. وأسفرت الدراسة عن نتائج، منها وجود فروق جوهرية بين متوسطات الإناث والذكور باتجاه الإناث في أربع (استراتيجيات)، هي: استراتيجية البحث عن المساعدة الاجتماعية، واستراتيجية حل المشكلات، واستراتيجية الارتباط بصديق، واستراتيجية بناء الكفاءة الذاتية.

كما أجرى कुमार ورماموري (Kumar and Ramamurti, 1990) دراسة بهدف تعرف استراتيجيات مواجهة الأحداث الضاغطة لدى الأفراد في أثناء التقدم بالعمر، واشتملت العينة على (360) من الراشدين، وقد جمعت المعلومات من خلال المقابلة الشخصية؛ حيث طلب منهم تحديد الخبرات الضاغطة التي مروا بها خلال العامين الماضيين، وكيفية تعاملهم معها، وأسفرت الدراسة عن نتائج، منها: وجود فروق معنوية بين الجنسين في استراتيجيات الحصول على المعلومات وطلب النصيحة والتحليل المنطقي باتجاه الإناث، في حين كانت الفروق في استراتيجية إعادة التقييم المنطقي باتجاه الذكور. ولم توجد فروق بين الذكور والإناث في استخدام استراتيجية التقبل والاستسلام في مواجهة الضغوط الأسرية.

وهدف دراسة أسبنول وتايلور (Aspinwall, Taylor, 1992) إلى الكشف عن تأثير أساليب المواجهة على التوافق في الحياة الجامعية لدى عينة مكونة من (672) طالباً وطالبة في جامعة وسترن. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير إيجابي لأساليب المواجهة الفعالة على التوافق في الحياة الجامعية، وإلى أن أسلوب التجنب كان منبئاً بسوء التوافق.

وقام تومشان (1996) Tomchin بدراسة تناولت العلاقة بين مفهوم الذات وأساليب التعامل مع الضغوط لدى عينة مكونة من (457) من المراهقين المتفوقين أكاديمياً، واتضح من خلال نتائج الدراسة أن المتفوقين ذوي المستوى المرتفع في مفهوم الذات يستخدمون الأساليب التي تركز على حل المشكلة والتوصل إلى حل حاسم لها، وليس تجاهل المشكلة، أو التعايش معها، بالإضافة إلى التماس المساندة والدعم الاجتماعي من الآخرين.

وأجرت مايسة النبال وعبد الله هشام (1997) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة ضغوط الحياة وبعض الاضطرابات النفسية، والكشف عن أثر متغيرات الجنس والعمر والتخصص في أساليب المواجهة. تضمنت عينة الدراسة (244) من الطلاب الجامعيين في قطر: (195) من الذكور و(49) من الإناث. وطبق عليهم مقياس استراتيجيات مواجهة ضغوط الحياة ومقياس الاضطرابات الانفعالية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :

1 - وجود علاقة موجبة بين بعض أساليب مواجهة ضغوط الحياة (أسلوب التوجه الانفعالي وأسلوب التوجه التجنبي، وأسلوب التوجه نحو الأداء) والقلق والاكتئاب والوسواس القهري.

2 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أغلب أساليب المواجهة لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص الدراسي والعمر.

3 - كانت مجموعة مرتفعي الضغوط أكثر ميلاً إلى استخدام أسلوب التوجه الانفعالي، في حين كانت مجموعة منخفضي الضغوط أكثر ميلاً إلى استخدام أسلوب التوجه نحو الأداء.

كما هدفت دراسة سميرة أبو غزالة (1999) إلى الكشف عن العلاقة بين ثلاثة مستويات للضغوط النفسية (المرتفعة، المتوسطة، المنخفضة) والذكاء، وتأثير الذات، وبعض السمات المرضية. وشملت عينة الدراسة (195) طالبة من طالبات المستوى الثالث من جميع الاختصاصات في كلية التربية - إعداد معلمات المرحلة الابتدائية بمحافظة جدة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعات الثلاث للضغوط النفسية (المرتفعة - المتوسطة - المنخفضة) في تأكيد الذات وبتجاه ذوات الضغوط النفسية المرتفعة. ولم توجد

فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعات الثلاث للضغوط (المرتفعة، المتوسطة، المنخفضة) في نسبة الذكاء.

وقامت ماييسة شكري (1999) بدراسة التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأساليب مواجهة الضغوط لدى (210) طلاب وطالبات في جامعة طنطا، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق جوهريّة بين الجنسين في أساليب المواجهة (البحث عن الدعم الانفعالي، والتركيز على الانفعال وتصريفه، واللجوء إلى الدين) باتجاه الإناث، ووجود فروق بين الجنسين في أساليب المواجهة (قمع الأنشطة المتعارضة، وكبح المواجهة، والبحث عن الدعم الوصيلي، وعدم الانشغال السلوكي) باتجاه الذكور، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في باقي أساليب المواجهة (المواجهة الفعالة، التخطيط، والإنكار، والتقبل). كما كشفت عن وجود ارتباط دال موجب بين التفاؤل وأساليب المواجهة التي تتمثل في التركيز على المشكلة، ووجود ارتباط دال سالب بين التفاؤل وأساليب المواجهة التي تتمثل في التجنب.

وهدفّت دراسة جمال تفاحة، وعبد المنعم حسيب (2002) إلى الكشف عن العلاقة بين الالتزام الشخصي واستراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى (233) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية بالعريش. وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط دال موجب بين استراتيجية المواجهة وجميع أبعاد الالتزام الشخصي لدى أفراد العينة. ووجود فروق بين المتفوقين دراسياً والعاديين في استراتيجية المواجهة باتجاه المتفوقين دراسياً، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجية المواجهة بين الجنسين باتجاه الذكور، وفي استراتيجية البحث عن المساعد، والسلبية، باتجاه الإناث، ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في بعدي تجنب الضغوط والسعي إلى الاستمتاع.

وقامت دلال العلمي (2003) بدراسة التوتر والضغط النفسي والاكتئاب واستراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى عينة من طلاب الجامعات الفلسطينية والأردنية، بلغ قوامها (696) طالباً وطالبة. واستخدمت الباحثة بطارية اختبارات لقياس التوتر والاكتئاب والضغط النفسي واستراتيجيات التعامل مع الضغوط، وقد خلصت إلى عدد من النتائج، منها ما يأتي:

1 - يتعرض الطلبة في الجامعات الفلسطينية لضغوط نفسية شديدة، في حين يتعرض الطلبة في الجامعات الأردنية إلى ضغوط نفسية متوسطة القوة.

2 - يميل الطلبة في الجامعات الفلسطينية إلى استخدام مهارات التكيف بشكل أكبر من طلبة الجامعات الأردنية.

3 - توجد فروق معنوية بين طلاب الجامعات الفلسطينية وطالباتها في مهارات التعامل مع الضغوط، باتجاه الطلاب الذكور. ولم تكشف الدراسة عن وجود فروق جوهرية بين طلبة الجامعات الأردنية الذكور والإناث في استخدام مهارات التعامل مع الضغوط.

وفي اليمن أجرى عبد الله الضريبي (2004) دراسة عن أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة ذمار وعلاقتها ببعض المتغيرات، بهدف تعرف أكثر أساليب المواجهة شيوعاً لدى طلاب الجامعة، والكشف عن تأثير متغيرات الجنس، والمستوى الدراسي، والتخصص، ومكان السكن، والحالة الاجتماعية، في الفروق بين الطلاب في أساليب المواجهة. وأسفرت الدراسة عن نتائج، أهمها:

1 - أن أسلوب الهروب والتجنب كان أكثر الأساليب شيوعاً في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.

2 - وجود تأثير للجنس، والمستوى الدراسي، والتخصص على أسلوب الهروب والتجنب.

3 - وجود تأثير لمتغير الجنس على أسلوب حل المشكلة بالتمني.

4 - وجود تأثير لمتغيري (المستوى الدراسي، ومكان السكن) على أسلوب طلب المساعدة من الآخرين.

5 - وجود تأثير لمتغيري (الجنس، الحالة الاجتماعية) على أسلوب اللجوء إلى الدين.

6 - عدم تأثير أي متغير في أسلوب المواجهة والتحدي، وأسلوب لوم الذات.

وهدف دراسة نظمي أبو مصطفى، ونجاح السمييري (2008) إلى الكشف عن علاقة الأحداث الضاغطة بالسلوك العدواني لدى طلاب جامعة الأقصى، وتعرف الفروق المعنوية في كل مجال من مجالات مقياس الأحداث الضاغطة تبعاً لمتغيرات الجنس، والمستوى الدراسي، والخلفية الثقافية. وشملت عينة الدراسة (524) طالباً وطالبة: (188) طالباً و(336) طالبة. وأعد الباحثان مقياس الأحداث الضاغطة، ومقياس السلوك العدواني لأغراض الدراسة، التي أسفرت عن نتائج، منها: أن أكثر

الأحداث الضاغطة شيوعاً بين الطلاب هي الأحداث الضاغطة السياسية، بنسبة (90%)، والأحداث الضاغطة الاقتصادية بنسبة (80%)، والأحداث الضاغطة الدراسية والأحداث الضاغطة الاجتماعية بنسبة (76,6%) لكل منهما، والأحداث الضاغطة الشخصية (76,33%) والأحداث الضاغطة الأسرية (60%)، والأحداث الضاغطة الصحية (56,67%)، ثم الأحداث الضاغطة النفسية بنسبة (53,33%). كما تبين من نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب من الجنسين في المجالات الفرعية لمقياس الأحداث الضاغطة، وهي (الأحداث الضاغطة الأسرية، والأحداث الضاغطة الاقتصادية، والأحداث الضاغطة الدراسية، والأحداث الضاغطة الاجتماعية) باتجاه الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأحداث الضاغطة الأسرية باتجاه طلاب المستوى الثاني، والأحداث الضاغطة الدراسية باتجاه طلاب كل من المستويات الثاني والثالث والرابع، وفي الأحداث الضاغطة الاجتماعية والصحية، والسياسية، باتجاه المستوى الرابع.

ومن هذه الدراسات أيضاً دراسة نبيلة دخان، وبشير الحجار (2006) التي هدفت إلى الكشف عن مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية. تكونت العينة من (541) من طلاب الجامعة وطالباتها: (183) طالباً و (358) طالبة. واستخدم الباحثان أدوات من إعدادهما لتقييم كل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية. وتوصلت الدراسة إلى نتائج، منها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الذكور والإناث، باتجاه الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تعزى لمتغير التخصص، باتجاه طلبة الكليات العلمية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية تعزى لمتغير السنة الدراسية، باتجاه السنة الرابعة.

وقام ناجاز وزملاؤه (Nagase, et al., 2009) بدراسة للكشف عن العلاقة بين استراتيجية مواجهة الضغوط والاكتئاب لدى عينة، اشتملت على (24551) من عامة الشعب الياباني ممن تزيد أعمارهم على 20 سنة. واستخدم الباحثون مقياس مركز الدراسات الوبائية للاكتئاب، واستبانة لتقييم استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكلة، والمركزة على الانفعال، واستراتيجية التجنب. وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في معدلات استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكلة، في حين ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في

استراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال، وفي استراتيجيات التجنب، باتجاه الإناث. كما ظهرت علاقة إيجابية دالة بين الاكتئاب واستراتيجية التجنب، وعلاقة سلبية دالة بين الاكتئاب واستراتيجية المواجهة المركزة على المشكلة.

ويتضح من خلال نتائج الدراسات السابقة أن استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الطلاب في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تتأثر بعدد من العوامل والمتغيرات، وأن هناك تأثيراً سلبياً للضغوط النفسية على أداء الطلاب، وتكيفهم مع متطلبات الحياة الجامعية. كما يتضح من خلال أوجه الشبه والاختلاف بين الدراسة الراهنة والدراسات السابقة أن الفروق بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة الأحداث الضاغطة لم تدرس بشكل كاف في البيئة العربية وفي اليمن بشكل خاص - على حد علم الباحث. وفي ضوء ذلك يصبح من المشروع إثارة السؤال الآتي: هل يختلف طلاب الجامعة المتفوقون عن الطلاب ذوي التحصيل الدراسي المنخفض في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة؟

فروض الدراسة:

- 1 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة.
- 2 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة تبعاً لمتغير الجنس.
- 3 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة تبعاً للتخصص العلمي والمستوى الدراسي.

إجراءات الدراسة:

أولاً - منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج المقارن؛ كونه المنهج الأكثر ملاءمة لتصميم الدراسة الراهنة؛ حيث حددت مستويات المتغير التابع (استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة) لدى الطلاب المتفوقين وزملائهم من ذوي التحصيل الدراسي المنخفض في جامعة الحديدة، واختبار دلالة الفروق بين المجموعتين تبعاً

لتأثير عدد من المتغيرات المستقلة (وهي متغيرات الجنس، والتخصص العلمي، والمستوى الدراسي).

ثانياً - مجتمع الدراسة وعينتها:

اقتصر مجتمع الدراسة الراهنة على طلاب جامعة الحديدة خلال العام الجامعي 2009-2010، بكلياتها وأقسامها العلمية المختلفة. وقد اختيرت عينة الدراسة بالطريقة القصدية؛ حيث قام الباحث بمراجعة سجلات درجات الطلاب في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2008-2009 وتحديد التقديرات العليا والدنيا للطلاب (أعلى التقديرات وأدناها في كل مستوى). وقد اشتملت عملية الفرز على المستويات الثاني والثالث والرابع من أقسام: علم النفس، واللغة العربية، واللغة الإنجليزية، والدراسات الإسلامية، وقسم التاريخ بكلية الآداب، والمستوى الثاني من قسم التمريض بكلية العلوم الطبية. واستبعد من عملية الفرز الطلاب الباقون للإعادة، وهم أولئك الطلاب الذين رسبوا خلال السنة الدراسية السابقة (الفصلين الأول والثاني) بأكثر من ثلاث مواد، وفقاً للائحة شؤون الطلاب.

وبناء على ذلك تكونت عينة الدراسة من (108) طلاب وطالبات: (67) من الطلاب المتفوقين و(41) من الطلاب المتأخرين دراسياً. وبلغ عدد الطالبات في عينة الدراسة الكلية (73) طالبة؛ بنسبة (67,59%)، وبلغ عددهن في مجموعة المتفوقين (42) طالبة؛ بنسبة (62,68%)، في حين بلغ عددهن في مجموعة الطلاب المتأخرين (31) طالبة؛ بنسبة (75,60%).

وراوح مدى العمر لدى الطلاب المتفوقين بين (18-25) سنة؛ بمتوسط (21,58)، وانحراف معياري (1,79)، وراوح في مجموعة الطلاب المتأخرين دراسياً بين (19-25) سنة؛ بمتوسط (22,34)، وانحراف معياري (1,47). وبلغت قيمة اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (2,27). وكانت هذه الفروق دالة عند مستوى (0,025). لكن الباحث يرى أن هذه الفروق لن تؤثر على نتائج الدراسة خاصة أن أفراد المجموعتين ينتمون إلى مرحلة عمرية ودراسية واحدة، وهي المرحلة الجامعية، ومن المستويات الثاني والثالث والرابع، ونستأنس برأي مشابه ورد في دراسة (جمعة يوسف، 2000 ج) عندما واجهته مشكلة مشابهة.

كما استخدم اختبار مربع كاي للكشف عن الفروق بين المجموعتين في التخصص العلمي والمستوى الدراسي، وبلغت قيم مربع كاي (2,77 و 0,122) على

التوالي، ولم تكن هذه القيم ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) ودرجات حرية (5) للتخصص العلمي، و(2) للمستوى الدراسي.

ثالثاً - أداة الدراسة:

استخدم الباحث مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة الذي أعده (علي عبد السلام علي، 2003). وهو يتكون من (30) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد، يمثل كل بعد استراتيجية مواجهة محددة، وهذه الأبعاد هي:

البعد الأول: التفاعل الإيجابي في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (استراتيجية المواجهة): ويتكون من (13) فقرة تحمل الأرقام 1، 3، 4، 6، 7، 12، 13، 16، 17، 18، 23، 24، 27.

وتقيس هذه الفقرات سمات الإقدام والإيجابية والمرونة، التي يتسم بها الأفراد القادرون على التعامل مع مصادر الضغوط والأحداث الضاغطة الداخلية والخارجية؛ حيث تكون لديهم قدرة السيطرة على تلك المصادر دون إحداث أية آثار سلبية، ويسعى هؤلاء الأفراد إلى التوافق النفسي والاجتماعي في مواجهتهم لتلك الأحداث الضاغطة. وفي الدراسة الراهنة يطلق على هذا البعد (استراتيجية المواجهة الإيجابية).

البعد الثاني: التفاعل السلبي في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (استراتيجية التجنب): ويتكون من (7) فقرات، تحمل الأرقام 11، 14، 19، 21، 26، 29، 30.

وتقيس هذه الفقرات سمات الإحجام لدى الأفراد الذين يتسمون بالتفاعل السلبي، وتركز على الاستجابات السلبية في أثناء مواجهة أي موقف ضاغط في الحياة اليومية؛ حيث يتسم هؤلاء الأفراد بالإحجام المعرفي عن التفكير الواقعي والمنطقي في أثناء مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، ويقبلون حالة الاستسلام في أثناء تعاملهم مع تلك الأحداث، ويبحثون عن أنشطة بديلة تبعدهم عن مواجهتها، ويحصلون على مصادر للتوافق النفسي والاجتماعي بعيداً عن الأزمات التي تفرزها أحداث الحياة اليومية الضاغطة. ونطلق على هذا البعد في الدراسة الراهنة (استراتيجية التجنب).

البعد الثالث: التصرفات السلوكية التي يتخذها الفرد عند مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة: ويتكون من (10) فقرات، تحمل الأرقام 2، 5، 8، 9، 10، 15، 20، 22، 25، 28.

وتقيس هذه الفقرات التصرفات السلوكية لدى الأفراد عند مواجهة أحداث

الحياة اليومية الضاغطة، وتتوقف هذه التصرفات على قدراتهم وعلى الإطار المرجعي لسلوكهم، ومهاراتهم في تحمل أحداث الحياة اليومية الضاغطة، وعلى أنماط شخصياتهم عند معالجتهم لأي أزمة يواجهونها في الحياة اليومية، وعلى طرائق استخدامهم للوسائل والأساليب التكيفية سواء أساليب الإقدام أو الإحجام. ونطلق على هذا البعد في الدراسة الراهنة (التصرفات السلوكية).

وقد استخرج (علي عبد السلام، 2003) في أثناء إعداد المقياس للبيئة المصرية معاملات صدق وثبات عالية من بيانات (100) مفحوص، كما قام الباحث بحساب الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على مجموعة من أساتذة علم النفس بجامعة الزقازيق، واستبعاد الفقرات التي لم تحصل على نسبة اتفاق (80%) من المحكمين. وأكد تحقق الصدق الظاهري في المقياس بعد ذلك. أما الصدق العاملي فقد استخرجه من بيانات (100) فرد من الطلاب والموظفين والعاملين، وبينت نتائج التحليل العاملي تشبع الأبعاد الثلاثة للمقياس على عامل واحد استوعب (9,79%) من التباين؛ مما يعني أن درجة الصدق العاملي في المقياس جيدة. (علي عبد السلام، 2003: 21-25). أما في الدراسة الراهنة فقد توافر في المقياس أنماط الصدق الآتية :

أ - الصدق المنطقي:

حيث عرض المقياس على أربعة من أساتذة علم النفس بكليتي الآداب والتربية بجامعة الحديدة، وطلب منهم الحكم على صلاحية المقياس لتقدير استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلاب الجامعة، وجاء تقييم الأساتذة المحكمين إيجابياً؛ حيث أكدوا أن فقرات المقياس تقيس استراتيجيات المواجهة، وأن أبعاد المقياس تتلاءم مع استراتيجيات المواجهة المتعارف عليها علمياً، وتفضلوا بتقديم بعض المقترحات لإعادة صياغة بعض الفقرات.

ب - الاتساق الداخلي :

استخرج الباحث معاملات الاتساق الداخلي التي يطلق عليها أحياناً صدق البناء من خلال حساب العلاقة بين مجموع درجات كل بعد من الأبعاد الفرعية الثلاثة بعضها مع بعض، ومع الدرجة الكلية للمقياس، من بيانات عينة قوامها (62) طالباً وطالبة. وتظهر نتائج ذلك في جدول (1) الآتي :

جدول (1)
معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية	التصرفات السلوكية	التجنب	المواجهة	
**0,71	**0,39	0,147-	-	المواجهة
**0,50	**0,39	-	0,147-	التجنب
**0,79	-	**0,39	*0,31	التصرفات السلوكية

* دالة عند مستوى (0,05). ** دالة عند مستوى (0,01).

ويتضح من جدول (1) أن معاملات الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01)، في حين ظهرت علاقة سلبية غير دالة بين البعد الأول (استراتيجية المواجهة الإيجابية) والبعد الثاني (استراتيجية التجنب)؛ مما يعني أن كلاهما يقيس خاصية مختلفة عن خاصية الآخر، في حين كانت علاقة البعدين الأول والثاني مع البعد الثالث (التصرفات السلوكية) ذات دلالة إحصائية، وهذا أمر طبيعي إذا كان المقياس صادقاً؛ لأن البعد الثالث لا يمثل استراتيجية مواجهة مستقلة بقدر ما يقيس خصائص عامة ترتبط باستراتيجية المواجهة الرئيسية لدى الفرد. وتدل هذه النتائج على توافر صدق تكوين عالٍ في المقياس.

أما بالنسبة إلى الثبات فقد حسب في الدراسة الحالية بطريقتين، هما: ثبات الاتساق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ، وثبات التجزئة النصفية، وعلى نحو ما هو مبين في جدول (2).

جدول (2)
معاملات ثبات المقياس

الأبعاد	معامل ألفا	ثبات التجزئة النصفية
البعد الأول: المواجهة الإيجابية	0,74	0,70
البعد الثاني: التجنب	0,55	0,63
البعد الثالث: التصرفات السلوكية	0,38	0,42
الدرجة الكلية للمقياس	0,67	0,69

ويتضح من جدول (2) توافر معاملات ثبات مرتفعة في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس.

نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة".

وللتحقق من هذا الفرض طبق اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وجدول (3) يوضح دلالة اختبار (ت) بين المجموعتين في استراتيجيات المواجهة الثلاث:

جدول (3)

الفروق بين المجموعتين في استراتيجيات المواجهة

مستوى الدلالة	ت	متأخرون		متفوفون		استراتيجية المواجهة
		ع	م	ع	م	
0,019	2,378	3,75	30,219	2,88	31,746	المواجهة الإيجابية
غير دالة	1,185	2,41	16,39	2,62	15,79	التجنب
غير دالة	0,605	2,709	21,75	2,68	21,43	التصرفات السلوكية

ويتضح من جدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات المواجهة الإيجابية باتجاه الطلاب المتفوقين، في حين لا توجد فروق جوهرية بين المجموعتين في استراتيجية التجنب والتصرفات السلوكية. وبذلك يكون الفرض الأول في الدراسة الراهنة قد تحقق بشكل جزئي.

نتائج الفرض الثاني: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة تبعاً لمتغير الجنس".

لاختبار صحة هذا الفرض استخدم تحليل التباين الثنائي للكشف عن الفروق في استراتيجيات المواجهة لدى طلاب الجامعة (المتفوقين - المتأخرين) بدلالة متغير الجنس (الذكور - الإناث). وجدول (4) يبين نتائج تحليل التباين الثنائي:

جدول (4)
نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دور التفاعل بين (التفوق - الجنس)
في استراتيجيات المواجهة

الدالة الإحصائية	ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	المتغير التابع	مصدر التباين
0,015	6,079	64,25	1	64,25	المواجهة الإيجابية	التفوق
غير دالة	0,909	5,856	1	5,856	التجنب	
غير دالة	0,168	1,220	1	1,220	التصرفات السلوكية	
غير دالة	0,781	8,259	1	8,259	المواجهة الإيجابية	الجنس
0,094	2,865	18,405	1	18,405	التجنب	
غير دالة	2,002	14,544	1	14,544	التصرفات السلوكية	
غير دالة	0,408	4,307	1	4,307	المواجهة الإيجابية	التفوق* الجنس
غير دالة	0,021	0,134	1	0,134	التجنب	
غير دالة	0,009	0,066	1	0,066	التصرفات السلوكية	
		10,569	104	1099,145	المواجهة الإيجابية	الخطأ
		6,445	104	670,291	التجنب	
		7,263	104	755,399	التصرفات السلوكية	

ويتضح من خلال جدول (4) أن هناك فروقاً جوهرية في استراتيجيات المواجهة الإيجابية تعزى لمتغير التفوق، أما بالنسبة إلى متغير الجنس فلا توجد فروق دالة على الرغم من أن متوسطات الإناث في مجموعتي المتفوقين والمتأخرين دراسياً كانت أكبر من متوسطات الذكور في المجموعتين.

وعلى الرغم من أن هذه النتائج أشارت إلى استخدام الإناث لاستراتيجية التجنب بدرجة أكبر من الذكور، فإن هذا التباين لم يظهر بوضوح في دور التفاعل بين متغيري (التفوق - الجنس) وأثره على دلالة الفروق في أي من استراتيجيات مواجهة الأحداث اليومية الضاغطة. وبناء على ذلك يكون الفرض الثاني للدراسة الراهنة قد تحقق بشكل جزئي أيضاً.

نتائج الفرض الثالث: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة تبعاً للتخصص العلمي والمستوى الدراسي".

للتحقق من هذا الفرض استخدم تحليل التباين العاملي (Factorial Anova) والجدول (5) الآتي يظهر جزءاً من هذه النتائج:

جدول (5)

خلاصة نتائج اختبار ويلكس لمبدأ لمتغيرات التفوق والتخصص والمستوى الدراسي وتفاعلاتها في استراتيجيات المواجهة

الدالة الإحصائية	درجة حرية الخطأ	درجة الحرية الفرضية	ف المحسوبة	قيمة ويلكس لمبدأ	مصدر التباين
غير دالة	76,00	3,000	1,189	0,955	التفوق
غير دالة	210,204	15,000	1,010	0,825	التخصص
غير دالة	152,00	6,000	1,554	0,888	المستوى
0,083	210,204	15,000	1,574	0,745	التفوق * التخصص
0,058	152,00	6,000	2,088	0,853	التفوق * المستوى
غير دالة	221,024	24,00	0,646	0,821	التخصص * المستوى
غير دالة	215,446	18,00	0,616	0,868	التفوق * التخصص * المستوى

ويبدو من خلال جدول (5) وجود فروق في استراتيجيات المواجهة تبعاً للتفاعل بين متغيرات (التفوق - التخصص العلمي) و (التفوق - المستوى الدراسي) ولتحديد اتجاه الفروق استخدم تحليل التباين العاملي (Factorial Anova)، و جدول (6) يقدم خلاصة تلك النتائج.

ويتضح من خلال جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المواجهة الإيجابية تبعاً لمتغيرات (التفوق، والتخصص، والمستوى الدراسي) كل على حدة، ووجود تأثير دال للتفاعل بين (التفوق، والتخصص العلمي) في استراتيجيات المواجهة الإيجابية والتجنب، ووجود تأثير دال للتفاعل بين (التفوق، والمستوى الدراسي) على الفروق في استراتيجية المواجهة الإيجابية والتجنب. ولم تظهر تأثيرات للتفاعل بين متغيرات (التفوق، والتخصص، والمستوى الدراسي) في أي من استراتيجيات المواجهة. ومن أجل تحديد اتجاهات الفروق التي كشف عنها

جدول (6)

دلالة الفروق بين المجموعتين في استراتيجيات المواجهة تبعاً للتخصص
والمستوى الدراسي، باستخدام تحليل التباين العاملي

مصدر التباين	المتغير التابع	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة الإحصائية
التفوق	المواجهة الإيجابية	25,785	1	25,785	2,827	0,097
	التجنب	0,762	1	0,762	0,116	غير دالة
	التصرفات السلوكية	1,201	1	1,201	0,153	غير دالة
التخصص	المواجهة الإيجابية	98,204	5	19,641	2,154	0,068
	التجنب	9,451	5	1,890	0,287	غير دالة
	التصرفات السلوكية	30,367	5	6,073	0,775	غير دالة
المستوى	المواجهة الإيجابية	69,483	2	34,741	3,809	0,026
	التجنب	0,581	2	0,291	0,044	غير دالة
	التصرفات السلوكية	4,223	2	2,112	0,269	غير دالة
التفوق * التخصص	المواجهة الإيجابية	93,306	5	18,661	2,046	0,081
	التجنب	84,882	5	16,976	2,575	0,033
	التصرفات السلوكية	26,858	5	5,372	0,685	غير دالة
التفوق * المستوى	المواجهة الإيجابية	60,170	2	30,085	3,229	0,042
	التجنب	34,117	2	17,058	2,588	0,082
	التصرفات السلوكية	16,826	2	8,413	1,073	غير دالة
التفوق * التخصص * المستوى	المواجهة الإيجابية	43,356	6	7,226	0,792	غير دالة
	التجنب	15,717	6	2,619	0,397	غير دالة
	التصرفات السلوكية	27,639	6	4,607	0,588	غير دالة
الخطأ	المواجهة الإيجابية	711,340	86	78	9,120	
	التجنب	514,182	86	78	6,592	
	التصرفات السلوكية	611,304	86	78	7,837	

تحليل التباين استخدم الباحث الاختبارات التتبعية وخاصة اختبار شيفيه (Scheffe)، واتضح من نتائج هذا الاختبار وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجية المواجهة الإيجابية بين متوسطات طلبة قسم اللغة الإنجليزية، وقسم علم النفس وقسم التمريض، وقسم التاريخ، باتجاه طلاب قسم اللغة الإنجليزية، في حين لم توجد فروق جوهرية بين متوسطات أفراد العينة في كل من استراتيجية التجنب، والتصرفات السلوكية، تبعاً لمتغير التخصص العلمي.

كما تبين أيضاً من خلال اختبار شيفيه وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجية المواجهة الإيجابية عند مستوى (0,05) بين طلبة المستوى الثاني، وطلبة المستوى الثالث، باتجاه طلبة المستوى الثالث. ونظراً لظهور فروق ذات دلالة إحصائية في هذه الاستراتيجية فقط سنعرض في جدول (7) خلاصة نتائج اختبار شيفيه المتعلقة باستراتيجية المواجهة الإيجابية.

جدول (7)

خلاصة نتائج الاختبارات التتبعية للفروق الدالة بين متوسطات التخصص والمستويات الدراسية في استراتيجية المواجهة الإيجابية

المواجهة الإيجابية	المتوسطات	فروق المتوسطات	الدالة الإحصائية
علم النفس (أ)	30,181	(ب - أ) 2,1538*	0,025
الإنجليزية (ب)	33,170	—	—
التمريض (ج)	28,571	(ب - ج) 3,800*	0,002
تاريخ (د)	30,808	(ب - د) 2,2273*	0,025
المستوى الثاني (هـ)	30,291	—	—
المستوى الثالث (و)	32,584	(و - هـ) 1,7492*	0,042

* دالة عند مستوى 0,05.

مناقشة النتائج:

تحققت فروض الدراسة الراهنة بشكل جزئي؛ فقد تحقق الفرض الأول جزئياً؛ حيث ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسياً في استراتيجية المواجهة الإيجابية. وبالرجوع إلى جدول (3) يتضح أيضاً أن متوسط

الطلاب المتفوقين في استراتيجية التجنب أقل من متوسط مجموعة الطلاب المتأخرين دراسياً، لكن قيمة (ت) المحسوبة لم تكن ذات دلالة إحصائية في هذه الحالة. وكذلك الحال بالنسبة إلى الفروق بين المجموعتين في التصرفات السلوكية.

ويمكن تفسير الفروق بين المجموعتين في استراتيجية المواجهة الإيجابية من خلال الجهود الكبيرة التي يبذلها المتفوقون في أثناء مواجهة المشكلات اليومية التي يتعرضون لها في الحياة، وخاصة في الحياة الدراسية التي تفرض عليهم مشكلات كثيرة وتحديات كبيرة، تنمي لديهم الإصرار على مواجهة تلك المشكلات وحلها بنجاح؛ الأمر الذي يتسق مع تفوقهم في الأداء الأكاديمي باعتبار التنافس على المراكز المتقدمة يمثل مشكلة كبيرة، على الطالب أن يواجهها، وأن يحقق أهدافه التي تضمن له مكانته ضمن الطلاب الأوائل، وما تتطلبه من جهود للمحافظة على تلك المكانة. أما الطلبة المتأخرون دراسياً فقد يوجد لديهم إصرار ضعيف على حل المشكلات حلاً صحيحاً والتغلب عليها بنجاح، ولذلك ينعكس التوجه العام للفرد نحو حل المشكلات على استراتيجياته في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة.

وتتفق نتائج الدراسة الراهنة - إلى حد كبير - مع نتائج دراسة تومشان (Tomchin, 1996)؛ حيث وجد أن الطلاب المتفوقين ذوي المستوى المرتفع في مفهوم الذات يتميزون عن غير المتفوقين في ميلهم إلى استخدام استراتيجيات المواجهة التي تركز على حل المشكلة. كما تتفق مع نتائج دراسة جمال تفاعلة وعبدالمعنى حسيب (2002)؛ حيث وجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة لدى الطلاب المتفوقين والطلاب العاديين باتجاه الطلاب المتفوقين. وأسفرت نتائج دراسة أسبنول وتايلور (Aspinwall, Taylor, 1992) عن أن أسلوب التجنب كان منبئاً بسوء التوافق في الحياة الجامعية. وإذا ما نظرنا إلى الذكاء باعتباره عاملاً عاماً يميز بين المتفوقين وغير المتفوقين دراسياً فقد يتضح وجود عدم اتساق بين نتائج الدراسة الراهنة ونتائج دراسة سميرة أبو غزالة (1999) التي لم يتبين من خلالها وجود فروق جوهرية بين المجموعات الثلاث للضغوط (المرتفعة، المتوسطة، المنخفضة) في متوسطات درجات الذكاء.

أما بالنسبة إلى الفرض الثاني فقد تحقق بشكل جزئي أيضاً، حيث كانت الفروق بين الجنسين جوهرية في استراتيجية التجنب فقط، وباتجاه الطالبات. ويمكن تفسير ذلك - كما أشار بولاند وكابلز (Boland & Cappeliez, 1997) - من

خلال الضغوط التي تفرض على الإناث بصفة عامة، أو ربما لعدم تكافؤ الفرص، والأسلوب غير التكيفي في مواجهة الأحداث الضاغطة، والضيق النفسي.

وتجدر الإشارة إلى أن هناك كثيراً من الجدل والتضارب الذي يحيط بمسألة الفروق بين الجنسين؛ فقد لاحظ الباحث وجود تضارب كبير في نتائج الدراسات السابقة التي سعت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في استراتيجيات مواجهة الأحداث الضاغطة؛ حيث أشارت بعض هذه الدراسات إلى عدم وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في استراتيجيات المواجهة، مثل دراسة مايسة شكرى (1999) عن وجود فروق بين الجنسين في أساليب المواجهة الفعالة والتخطيط والإنكار والتقبل، في حين وجدت الباحثة فروقاً في أساليب (البحث عن الدعم الانفعالي، والتركيز على الانفعال وتصريفه، واللجوء إلى الدين) باتجاه الإناث، وفروقاً في (قمع الأنشطة المتعارضة، وكبح المواجهة، والبحث عن الدعم الوسيلى، وعدم الانشغال السلوكي) باتجاه الذكور. وتبين من نتائج دراسة (جمعة يوسف، 2000 ب) عدم وجود فروق معنوية بين الجنسين في تقدير أحداث الحياة الضاغطة، وخاصة في المتوسطات العامة للمجموعتين، لكنه وجد فروقاً في بعض مفردات المقياس.

ومن جهة أخرى وجدت بعض الدراسات فروقاً جوهرية بين الجنسين في استراتيجيات المواجهة وفي إدراك الأحداث الضاغطة، مثل دراسة كومار وراماموويرتي (1990)، ودراسة باتيرسون ومكوبين (1987)، وأشار هؤلاء الباحثون إلى أن هذه الفروق تعزى إلى الأدوار التقليدية للنوع، وإلى أساليب التنشئة الاجتماعية لكل من الذكور والإناث. كما وجد جمال تفاحة وعبد المنعم حسيب (2002) فروقاً جوهرية في استراتيجية المواجهة الإيجابية باتجاه الذكور، وفروقاً جوهرية في استراتيجية البحث عن المساعدة، والسلبية، باتجاه الإناث. ووجدت دلال العلمي (2003) فروقاً بين الطلاب والطالبات بالجامعات الفلسطينية في استراتيجيات التعامل مع الضغوط باتجاه الذكور، لكنها لم تجد فروقاً جوهرية بين طلبة الجامعات الأردنية من الجنسين في استخدام مهارات التكيف. ووجد عبدالله الضريبي (2004) تأثيراً لمتغير الجنس في بعض استراتيجيات المواجهة، وهي: استراتيجية التجنب، واستراتيجية حل المشكلة بالتمني، وأسلوب اللجوء إلى الدين. ووجد (نظمي أبو مصطفى، ونجاح السميري، 2008) فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الطلاب من الجنسين في المجالات الفرعية لمقياس الأحداث الضاغطة، وهي

(الأحداث الضاغطة الأسرية، والأحداث الضاغطة الاقتصادية، والأحداث الضاغطة الدراسية، والأحداث الضاغطة الاجتماعية) باتجاه الذكور. كما كشفت دراسة نبيلة دخان، وبشير الحجار (2006) عن وجود فروق جوهريّة بين الجنسين في الضغوط النفسية باتجاه الذكور، ووجد ناجاز وزملاؤه (2009) فروقاً جوهريّة في معدلات المواجهة المركزة على الانفعال باتجاه الإناث، في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المواجهة المركزة على المشكلة.

ويتضح من نتائج الدراسات السابقة أن الفروق بين الجنسين في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لم تحسم بعد، حيث يتفوق الذكور على الإناث في بعض الاستراتيجيات، في حين تتفوق الإناث على الذكور في استراتيجيات أخرى، بحيث يبدو وكأن هذه الفروق ناتجة من عامل المصادفة، ولا تمثل فروقاً دقيقة ذات ثبات نسبي؛ بحيث يمكن أن تعزى إلى الفروق بين الجنسين في التنشئة الاجتماعية والأدوار التقليدية في الحياة العامة وما يترتب عليها من تباين بينهما في بعض الخصائص الشخصية، والسلوكية، والقدرات العقلية. كما أن التضارب في نتائج الدراسات السابقة قد يعزى إلى الاختلاف في الأدوات المستخدمة في تلك الدراسات لتقييم استراتيجيات المواجهة، وحجم العينات، وعدد استراتيجيات المواجهة المقيسة في كل دراسة؛ الأمر الذي يولد كثيراً من الإرباك في أثناء المقارنة بين نتائج الدراسات السابقة بعضها مع بعض، أو مع نتائج دراسات جديدة كالدراسة التي بين أيدينا.

وفيما يتعلق بالفرض الثالث فقد تحقق إلى حد كبير؛ حيث يتضح من خلال مراجعة جدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الإيجابية بين طلاب قسم اللغة الإنجليزية من جهة والطلاب في أقسام علم النفس والتمريض والتاريخ من جهة أخرى، باتجاه طلاب قسم اللغة الإنجليزية، حيث بلغ متوسط الفروق بين طلاب اللغة الإنجليزية وطلاب علم النفس (2,1538)، وبين طلاب اللغة الإنجليزية وطلاب التمريض (3,800). وبين طلاب اللغة الإنجليزية وطلاب التاريخ (2,2273). وكانت هذه الفروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05). ولم تظهر فروق جوهريّة في استراتيجيات التجنب والتصرفات السلوكية وفقاً لمتغير التخصص العلمي.

أما بالنسبة إلى تأثيرات المستوى الدراسي فقد تبين من خلال نتائج تحليل التباين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة الإيجابية

واستراتيجية التجنب، وتبين من خلال الاختبارات التتبعية أن هذه الفروق كانت جوهرية فقط في استراتيجية المواجهة عند المقارنة بين متوسطات طلبة المستوى الثاني والمستوى الثالث، باتجاه طلاب المستوى الثالث. ويجد الباحث صعوبة في تفسير العلاقة بين المستوى الدراسي واستراتيجية المواجهة الإيجابية، بسبب عدم توافر بيانات كافية من الدراسات السابقة في هذه الحالة.

ويتضح من خلال مراجعة الدراسات السابقة المتاحة أن نتائج الدراسة الراهنة لا تتسق مع نتائج دراسة عبد الله الضريبي (2004) الذي أشار إلى وجود تأثير لمتغير التخصص العلمي على استراتيجيات التجنب وطلب المساعدة من الآخرين. كما لا تتسق مع نتائج دراسة ماييسة النبال وعبد الله هاشم (1997) حيث لم يجد الباحثان فروقاً جوهرية بين الطلاب في استراتيجيات المواجهة تبعاً لمتغير التخصص الدراسي.

وتتفق نتائج الدراسة الراهنة الخاصة بمتغير المستوى الدراسي مع دراسة نظمي أبو مصطفى، ونجاح السمييري (2008)؛ حيث وجدا فروقاً ذات دلالة إحصائية في الأحداث الضاغطة الأسرية باتجاه طلاب المستوى الثاني، والأحداث الضاغطة الدراسية باتجاه طلاب كل من المستويات الثاني والثالث والرابع، وفي الأحداث الضاغطة الاجتماعية، والصحية، والسياسية، باتجاه المستوى الرابع.

ويخلص الباحث من خلال نتائج الدراسة الراهنة إلى استنتاج عام، مفاده أن بُعد (التفوق - التأخر الدراسي) يؤدي دوراً فاعلاً في استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلاب الجامعة، وأن هذه الاستراتيجيات تتأثر بالتفاعل بين متغيرات (التفوق - التأخر الدراسي، وجنس الطالب، وتخصصه العلمي، ومستواه الدراسي). ومع ذلك فإن تأكيد هذه النتائج يبقى منوطاً بدراسات أخرى تشمل عينات ممثلة للطلاب المتفوقين والطلاب المتأخرين دراسياً في كل الجامعات اليمنية، بقدر الإمكان.

المراجع:

آمال عبد القادر جودة (2004). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى. بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الأول "التربية في فلسطين وتغيرات العصر"، المنعقد بكلية التربية في الجامعة الإسلامية في الفترة من 23-24/11/2004.

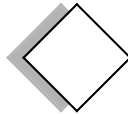
- جمال تفاحة، وعبد المنعم حسيب (2002). الالتزام الشخصي واستراتيجيات التعامل مع الضغوط: دراسة مقارنة بين البدو والحضر، مجلة الإرشاد النفسي، 15: 259-307.
- جمعة سيد يوسف (2000 أ). الفروق بين الفصامين والأسوياء الذكور في نمط السلوك (أ) واستراتيجيات مواجهة الضغوط، في: دراسات في علم النفس الإكلينيكي، تحرير (جمعة سيد يوسف). القاهرة: دار غريب، 53-100.
- جمعة سيد يوسف (2000 ب). الفروق بين الذكور والإناث في إدراك أحداث الحياة المثيرة للمشقة. في: دراسات في علم النفس الإكلينيكي، تحرير (جمعة سيد يوسف)، القاهرة: دار غريب، 383-417.
- جمعة سيد يوسف (2000 ج). الذاكرة الانتقائية الملائمة للمزاج لدى مرتفعي ومنخفضي الأعراض الاكتئابية. في: دراسات في علم النفس الإكلينيكي، تحرير (جمعة سيد يوسف). القاهرة: دار غريب، 103-168.
- دلال العلمي (2003). دراسة مقارنة في متغيرات التوتر والضغط النفسية والاكتئاب ومهارات التعامل مع الضغوط بين طلبة الجامعات الفلسطينية والأردنية. رسالة دكتوراه غير منشورة. عمان، جامعة عمان العربية للدراسات العليا.
- رؤيفة عوض (2000). ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة: "التشخيص والعلاج"، القاهرة: مكتبة الإنجلو المصرية.
- زينب شقير (1998). مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة العربية (المصرية- السعودية): دراسة التعليمات. القاهرة: دار النهضة المصرية.
- سميرة أبو غزالة (1999). الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من الذكاء وتأكيد الذات وبعض السمات المرضية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 23، (3): 127-160.
- طلعت منصور، وفيولا البلوي (1989). قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، القاهرة: مكتبة الإنجلو المصرية.
- عبد الستار إبراهيم (1998). الاكتئاب: اضطراب العصر الحديث: فهمه وأساليب علاجه. عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- عبد الله محمد الضريبي (2004). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة زمار وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صنعاء، كلية الآداب.
- علي عبد السلام (2003). مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة: دراسة التعليمات، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- فريح العنزي (2003). التحصيل الدراسي وعلاقته بالمخاوف المرضية وقلق الامتحان لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، 11، (29): 171-221.
- لطفی إبراهيم (1994). عمليات تحمل الضغوط في علاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى المعلمين، مجلة مركز البحوث التربوية، كلية التربية بجامعة المنوفية (5): 95-127.

- مايسة شكري (1999). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأساليب مواجهة المشقة. *مجلة الإرشاد النفسي*، (10): 1-42.
- مايسة النبال، وهشام عبد الله (1997) أساليب مواجهة ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها ببعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من طلاب جامعة قطر، المؤتمر الدولي الرابع لمركز الإرشاد النفسي، القاهرة: جامعة عين شمس.
- نبيلة كامل دخان، وبشير إبراهيم الحجار (2006). الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلاية النفسية، *مجلة الجامعة الإسلامية بغزة* (سلسلة الدراسات الإنسانية)، 14 (2): 379-398.
- نظمي أبو مصطفى، ونجاح السميري (2008). علاقة الأحداث الضاغطة بالسلوك العدواني (دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الأقصى)، *مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)*، 16، (1): 347-410.
- Afari, N., Schmalting, K.B., Herrell, R., Hartman, S., Goldberg, J. & Buchwald, D.S.(2000). Coping strategies in twin with chronic fatigue and chronic fatigue syndrome. *Journal of Psychosomatic Research*, 48: 547-554.
- Aspinwall, L. & Taylor, S. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality & Social Psychology*, 63, (6): 989-1003.
- Boland, A., & Cappeliez, P. (1997). Optimisim and neuroticism as predictors of coping and adaptation in older Women. *Personality and Individual Differences*, 22:909-919.
- Constance H (2004). Infer generational Transmission of Depression Test of an Interpersonal stress Model in Community Sample. *Journal of Counseling & Clinical Psychology*, 72,(3):11-22
- Flynn, S. M., Schipper, L.J., Roac, A.R. & Segerstrom, S.C., (2009). Gender differences in delayed-type hypersensitivity response: Effects of stress and coping in first-year law students. *Brain, Behavior, and Immunity*, 23:672-676
- Folkman, S., Lazaraus, R. (1980). Analysis of coping in a middle- aged community sample. *Journal of Health & Social Behavior*, (21): 219-239.
- Hurrelmann, K., Engle, V., & Weidman, J. C. (1992). Impact of School pressuer, conflict with parents, and career uncertainty on adolescent stress. *Adolescence & Youth*, 4 (1): 33-50.
- Kumar, R. & Ramamurti, P. (1990). Stress and coping strategies of the rural aged. *Journal of Personality and Clinical Studies*, 6,(2):171-175.
- Lazarus, R, Folkman, S. (1984). *Stress appraisal, and coping*. New York: Sprnger publishing company.
- Nagase, Y., Uchiyama, M., Kaneita, Y., Li, L., Kaje, T., Takahashi, S., Konno, M., Mishima, K., Nishikawa, T. & Ohida, T. (2009). Coping strategies and their correlates with depression in the Japanese general population. *Psychiatry Research*, 168,: 57-66.

- Patterson, J. & Mc Cubbin, H. (1987). Adolescent coping style and behaviors. *Journal of Adolescence*, 10, :163-186.
- Rees, W. (1979). Stress, Distress and disease. *British Journal of Psychiatry*, 128, (2): 20-30.
- Steiner, H., Erickson, S.J., Hernandez, N.L. & Pavelski, R. (2001). Coping Styles as correlates of health in high school students. *Journal of Adolescent Health*, 30, PP. 326-335.
- Tomchin, E. (1996). Coping and self concept: Adjustment patterns in gifted adolescents, *Journal of Secondary Gifted Education*, 8,(1):16-27.

قدم في: ديسمبر 2009

أجيز في: أغسطس 2010



Strategies of Coping with Stressful Life Events of over and under- Achiever University Students

*Fahmi Hassan Fadhel**

This study aims at showing the differences in coping strategies of stressful life events of over and under achiever students according to the variables of gender, area of specialization and academic level.

The sample of this study consists of (108) students from Hodeidah University, with (67) over-achievers and (41) under- achievers; their ages ranged from (18-25) years and they responded to the Scale of Coping Strategies with Stressful Life Events. The Outcomes of this Study are as follows:

1 - Significant differences between over and under- achievers in the strategy of positive coping were noticed tilting in favor of the outstanding students. No differences could be detected with regard strategies of avoidance and demeanor.

2 - There were significant gender differences in the strategy of avoidance, where females had significantly higher mean scores than their male counterparts.

3 - Statistically significant differences could be spotted between the two groups depending on area of specialization, giving advantage to English Department students over students of Psychology, Nursing and History Departments. Whereas significant differences could be seen between over and under- achievers according to their university class level with advantage going to third year students over second year students.

Keywords: Coping Strategies, Stressful live events, Over and under- achiever students.

* Psychology Dept of Faculty of arts, Hodeidah University, Yemen.

