

العنوان:	الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط
المصدر:	المجلة المصرية للدراسات النفسية
الناشر:	الجمعية المصرية للدراسات النفسية
المؤلف الرئيسي:	محمد، محمد حبشي حسين
مؤلفين آخرين:	عابدين، حسن سعد محمود(م. مشارك)
المجلد/العدد:	مج20, ع68
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2010
الشهر:	يوليو
الصفحات:	475 - 522
رقم MD:	1010247
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
اللغة:	Arabic
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	أنماط التفكير، الضغوط النفسية، السمات الشخصية، علم النفس التربوي
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/1010247

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب

التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

دكتور/ حسن سعد عابدين

مدرس علم النفس التربوي

كلية التربية جامعة الإسكندرية

دكتور/ محمد حبشي حسين

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

كلية التربية جامعة الإسكندرية

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى تحديد الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين في أساليب المجابهة، بالإضافة إلى التعرف على مقدار و نوع العلاقة بين سمات الشخصية و أساليب التفكير. و تكونت عينة الدراسة من ٢٤١ طالبا (١١٧ طالبا، ١٢٤ طالبة) من طلاب الفرقتين الثالثة و الرابعة (علمي، أدبي) بكلية التربية جامعة الإسكندرية. وقد أظهرت النتائج أن أساليب التفكير أسهمت في تفسير مقدار من التباين دال احصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بدرجة أكبر مما أسهمت به أبعاد الشخصية، ما عدا في التنبؤ بأسلوبي التفسير الإيجابي و التحفظ في عينة الذكور فلم تسهم أساليب التفكير في التنبؤ بقدر من التباين دال احصائيا عند مستوى ٠,٠٥، وقد أظهرت النتائج أيضا وجود علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين درجات الطلاب على قائمة أبعاد الشخصية و درجاتهم على قائمة أساليب التفكير. وأخيرا أظهرت النتائج أن هناك تأثيراً دالاً احصائيا للجنس على أساليب المجابهة، فوجدت فروق ذات دلالة احصائية لصالح البنات في أسلوبي الانفصال الذهني والتركيز والتنقيص الانفعالي، في حين وجدت فروق ذات دلالة احصائية لصالح الذكور في أساليب المزاح، واستخدام المواد النفسية، و قمع الأنشطة التنافسية. وقد نوقشت النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب

التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

دكتور/ حسن سعد عابدين

مدرس علم النفس التربوي
كلية التربية جامعة الإسكندرية

دكتور/ محمد حبشي حسين

أستاذ علم النفس التربوي المساعد
كلية التربية جامعة الإسكندرية

مقدمة

يتفق معظم علماء النفس على أن المجابهة coping تشمل كل الأفكار والسلوكيات التي تحدث استجابة للخبرة الضاغطة، سواء أكان الفرد يعالج الموقف بطريقة سلبية أم ايجابية، فالمجابهة تشمل كل ما يقوم به الفرد ويفكر فيه استجابة لمصدر الضغط، سواء أكان ذلك بوعي أم بدون وعي، (DeLongis & Newth, 1998) كما يتفقون على وجود فروق فردية بين الأفراد في الطرائق التي يجابهون بها الضغوط، وأن هذه الطرائق تتوسط بين الضغط والتوافق النفسي، وأن بعض طرائق المجابهة تكون فعالة بمعنى إنها تقلل من التأثيرات السلبية للضغط، بينما نجد طرائق أخرى غير فعالة بمعنى إنها تزيد من مخاطر الأعراض النفسية (Frydenberg & Lewis, 2004).

على الجانب الآخر يختلف علماء النفس حول مجموعة من القضايا الهامة المتعلقة بطرائق المجابهة، فهناك اختلاف حول طبيعة طرائق المجابهة، هل هي سمات أو أساليب styles ثابتة لا تختلف من موقف إلى آخر Cross-situational disposition ، أم إنها عملية أو استراتيجية Strategies تتوقف على طبيعة الموقف situational-specific process الذي يواجهه الفرد (Folkman & Lazarus, 1985). ويفترض المدخل الموقفي أن الأفراد ربما يستخدمون استراتيجيات مختلفة للتعامل مع المواقف الضاغطة المختلفة، في حين يفترض مدخل عبر المواقف أن الأفراد ربما يمتلكون نزعة ثابتة للتعامل مع الضغط عبر المواقف المختلفة.

كما يختلف علماء النفس حول العوامل المحددة لأسلوب المجابهة، فبينما يرى أنصار مدخل الموقف النوعي أن خصائص الموقف والضغط هي المحدد الأول لطريقة المجابهة، وأن سمات الشخصية تؤدي دوراً ثانوياً في إدراك خصائص الموقف الضاغطة، ويرى أصحاب مدخل السمات أن خصائص الفرد مثل الشخصية وأساليب التفكير والجنس تمثل المحدد الأول في اختيار طريقة المجابهة.

تتبنى الدراسة الحالية مدخل السمات في التعامل مع أساليب المواجهة، وذلك لقدرة هذا المدخل على تفسير التأثيرات طويلة الأجل لأساليب المواجهة، فقد أظهر عدد من الدراسات (e.g., Fang, Daly, Miller, Zerr, Savelkoul, Post, de Witte & van den Borne, 2000; Kristofferzon, Löfmark & Carlsson, 2005; Malick & Engstrom, 2006) أن أساليب المواجهة تعد مؤشراً هاماً للشعور بالرفاهية Well-being، والصحة العقلية للشخص الذي يمر بخبرة أحداث الحياة الحرجة، أو الذي يعاني من مرض مزمن أو مهدد للحياة مثل اضطرابات داء المفاصل، أو السرطان أو تصلب الشرايين. بيد أنه إذا كانت المواجهة تتنبأ بالأمراض العقلية طويلة الأمد، فإنها يجب أن تكون منسقة بدرجة متوسطة على الأقل عبر الوقت والمواقف.

يعتمد استقرار أساليب المواجهة على عوامل اجتماعية ونفسية متعددة، وقد افترض عدد من الدراسات (e.g., Ratsep, Kallasamaa, Pulver & Gross-Paju, 2000) أن الشخصية أحد العوامل الرئيسة المؤثرة في اختيار أساليب المواجهة وكفاءتها، فقد افترضت تلك الدراسات أن أبعاداً معينة للشخصية يمكن أن تهيئ الأشخاص للمواجهة مع الضغط بطرق مختلفة، فسمات مثل الانبساطية و التفاوض و التصلب ووجهة الضبط وتقدير الذات ارتبطت بأساليب المواجهة الوظيفية Functional coping preferences، في حين ارتبطت أبعاد أخرى للشخصية مثل العصابية بأساليب المواجهة الانفعالية والموجهة نحو تجنب المشكلة (e.g., Hooker, Frazier, Monahan, 1994).

تباينت نتائج الدراسات التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أساليب المواجهة وسمات الشخصية، فقد توصلت دراسة هوكر وآخرون (Hooker et al. 1994) إلى أن سمات شخصية المسن أو المسنة الذي يعاني من الخرف Dementia ويرعى زوجته أو زوجها الذي يعاني من نفس المرض تفسر ٦٠% من التباين في أساليب المواجهة الانفعالية، و ٣٠% من التباين في أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة، في حين تفسر ١٥% من التباين في أساليب المواجهة المعتمدة على المساندة الاجتماعية، في حين توصلت دراسة راتسيب وآخرون (Ratsep et al. 2000) على عينة من العاديين ومرضى التصلب المتعدد Multiple Sclerosis إلى أن العصابية هي البعد الوحيد الذي ارتبط بأساليب المواجهة المرتكزة على الانفعال في كلا المجموعتين، في حين ارتبطت المسابرة Agreeableness بأساليب المواجهة المتجهة نحو التجنب في عينة المرضى، وارتبطت الانبساطية والانفتاح على الخبرة بأساليب المواجهة المتجهة نحو المهمة لدى عينة العاديين دون عينة المرضى.

توصل ماكراي وكوستا (McCrae and Costa 1986) إلى ارتباط العصابية كأحد أبعاد

==الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط==

الشخصية بلوم الذات Self-blaming، التفكير الرغبي Wishful Thinking، والانسحاب والسلبية، بينما ارتبط الانبساط بالتحديث، التفكير الإيجابي والكبح Restraint، كما ارتبط الانفتاح على الخبرة بالبحث عن معلومات جديدة وإعادة التفكير، كما توصلت نتائج دراسة بوتشارد (2003) Bouchard إلى ارتباط العصابية إيجابياً بأسلوب المجابهة التجنب/الابتعاد، بينما ارتبط الانفتاح على الخبرة بأسلوب حل المشكلة المخطط، وارتبط بعد العصابية بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال، في حين ارتبط بعد الانفتاح على الخبرة بأساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة.

أكدت نتائج دراسة لي باجلي و بريسي و دي لونيغز Lee-Baggley, Preece, & (2005) DeLongis ما توصلت إليه دراسة بوتشارد (2003) Bouchard بارتباط العصابية إيجابياً بأسلوب المجابهة التجنب/الهروب (٠,٤١) والانسحاب الاجتماعي (٠,٣٥)، في حين ارتبط الانفتاح على الخبرة سلباً بأسلوب الابتعاد (-٠,٣٠)، كما ارتبطت المسابرة سلباً بالتجنب/الهروب (-٠,٢١) ولوم الذات (-٠,٢٠)، في حين ارتبطت يقظة الضمير إيجابياً بأسلوب حل المشكلة (٠,١٧)، وعلى الجانب الأخر لم يرتبط بعد الانبساطية بصورة دالة إحصائياً بأي أسلوب من أساليب المجابهة.

وفي نفس الاتجاه توصلت دراسة روشاك ووي وفايغن Roesch, Wee & Vaughn (2006) إلى ارتباط الانبساطية إيجابياً بكل من المجابهة الإيجابية (٠,٢٧)، والتخطيط (٠,٢٨) والتقبل (٠,٤٨)، في حين ارتبطت العصابية إيجابياً بالمساعدة الانفعالية (٠,٢٦) والتفك السلوكي (٠,٣١)، ولوم الذات (٠,٤١)، كما ارتبط بعد الانفتاح على الخبرة بأسلوب المجابهة النشطة (٠,٣١)، والتقبل (٠,٢٦) أو سوء استخدام المواد المخدرة (٠,٣١)، وارتبطت المسابرة إيجابياً بأسلوب التقبل (٠,٢٦) والتخطيط (٠,٢٢)، وأخيراً ارتبط بعد يقظة الضمير إيجابياً بكل من المجابهة النشطة (٠,٢٦) والتقبل (٠,٢٤) والتخطيط (٠,٢١).

توصل كرونور-سميث و فلانثسبارت Connor-Smith and Flachsbart (2007) باستخدام منهج التحليل الفوقي إلى وجود حجم تأثير صغير (٠,١٠) إلى متوسط (٠,٣٠) للعلاقة بين الشخصية وأساليب المجابهة، فقد أظهرت النتائج التي اشتمت من بين ١٦٥ دراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين أبعاد الشخصية وأساليب المجابهة أن بعدا الانبساطية ويقظة الضمير أكثر قدرة على التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول حل المشكلة وإعادة البناء المعرفي، في حين ارتبطت العصابية باستراتيجيات المجابهة غير الثابتة والمشكوك فيها مثل الانسحاب والتمركز حول الانفعال.

أظهرت الدراسات التي اهتمت بالعلاقة بين الشخصية وأساليب المجابهة اختلاف مقدار ونوع

العلاقة بين المتغيرين، وفشلت بعض الدراسات في إيجاد علاقة بين المتغيرين (Lu & chen, 1996)، مما يشير إلى أن العلاقة بين الشخصية وأساليب المجابهة ربما تكون أكثر تواضعاً "اعتدالاً" modest مما هو مفترض، وقد توجد عوامل أخرى مثل أساليب التفكير والجنس تتوسط العلاقة بين الشخصية وأساليب المجابهة.

وقد لاحظ الباحثان وجود ندرة في الدراسات (e.g., Abraham, 1997; Gras, Berna, & Lpoez, 2009) التي هدفت إلى بحث العلاقة بين أساليب التفكير وأساليب المجابهة، وقد أرجع الباحثان ذلك إلى رؤية بعض الباحثين لأساليب التفكير على إنها فئة فرعية من سمات الشخصية، فأسلوب التفكير هو طريقة الفرد المفضلة في استخدام قدراته وليس القدرة نفسها (Sternberg & Zhang, 2005)، إلا أنه لم تؤيد نتائج الدراسات التي ربطت بين أساليب التفكير وسمات الشخصية (e.g., Balkis & Isiker, 2005; Fjell & Walhovd, 2004; Zhang, 2002a) هذا الافتراض، فقد كانت قيم معاملات الارتباط بين أساليب التفكير وسمات الشخصية منخفضة حوالي ٠,٢٠ وفي كثير من الأحيان لم تكن دالة، مما يشير إلى وجود قدر من التداخل بين أساليب التفكير وسمات الشخصية لكن ذلك لا يبرهن على أن أساليب التفكير فئة فرعية من سمات الشخصية.

هدفت دراسة زانج وهوينج (Zhang and Huang (2001 إلى بحث علاقة أساليب التفكير وفقاً لنظرية سترنبرج وأبعاد الشخصية وفقاً لنموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا ومكراي (Costa and McCrae إلى أنه من بين ٦٥ معامل ارتباط ١٦ معامل ارتباط زادت قيمتهم عن ٠,٢٠، وأن القيمة العظمى لمعامل الارتباط كانت ٠,٥١، وبالمثل توصلت دراسة فيجل والهافد (Fjell and Walhovd (2004 والتي قارنت بين قيم معاملات الارتباط بين أساليب التفكير وسمات الشخصية في ثقافتين مختلفتين (النرويج والولايات المتحدة) إلى أن جميع القيم لم تزيد عن ٠,٦٠. وإنه من بين ١٣٠ معامل ارتباط لم يزد سوى تسع معاملات ارتباط على ٠,٤٠.

وتوصلت زانج (Zhang (2002b على عينة من طلاب الجامعة في الصين إلى ارتباط العصابية إيجابياً بأسلوب التفكير المحافظ (٠,٣٧) والأسلوب التنفيذي (٠,١٩)، كما ارتبط بعد الانبساطية بالأسلوب الخارجي (٠,٣٨)، وارتبط بعد الانفتاح على الخبرة إيجابياً بالأسلوب التشريعي (٠,٤١) والحكمي (٠,٢٨) والمتحرر (٠,٣١)، وسلبياً بالأسلوب المحافظ (-٠,٢٢)، وارتبطت المسيرة إيجابياً بأسلوب التفكير الخارجي (٠,١٨) وسلبياً بالأسلوب الداخلي (-٠,٢٣) والمتحرر (-٠,٢٣)، وارتبط يقظة الضمير بكل من الأسلوب التشريعي (٠,٢٢) والأسلوب الهرمي (٠,٥١)، ومن بين ٥٥ معامل ارتباط فإن ١٩ منها فقط كان أكبر من أو يساوي $\pm ٠,٢٠$ ، وأن

قيمتين فقط من قيم معامل الارتباط زادت على ٠,٤٠.

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

أظهرت نتائج دراسة يوسف جلال (٢٠٠٥) أن ١٨ معامل ارتباط من بين ٦٥ (بنسبة ٢٨%) بين أساليب التفكير (ثلاثة عشر أسلوب وفقاً لنظرية سترنبرج) وخمسة أبعاد أساسية للشخصية وفقاً لنظرية أيزنك (الذهانية و الانبساطية و العصابية و الكذب والسيطرة) دالة إحصائياً، وأن أكبر قيمة لمعامل الارتباط كانت ٠,٣٠ بين الأسلوب الهرمي وبعد الكذب، كما لم يرتبط أي من الأسلوبين التنفيذي والكلي بأي بعد من أبعاد الشخصية، مما يدل على عدم التداخل التام أو شبه التام بين أساليب التفكير وسمات الشخصية.

حاولت بعض الدراسات (e.g., Zhang, 2002c) اختبار أهمية قياس أساليب التفكير بالإضافة إلى سمات الشخصية في التنبؤ ببعض المتغيرات مثل التحصيل الدراسي، وقد توصلت تلك الدراسات إلى أن أساليب التفكير تسهم بصورة فريدة في تفسير قدر من التباين فوق ما تسهم به سمات الشخصية.

وقد أشار إبراهيم (1997) Abraham إلى أهمية أساليب التفكير في اختيار الفرد لأسلوب المجابهة، فالأفراد ذوي القدرة العالية في أساليب التفكير يتبنون استراتيجيات لحل المشكلات وأساليب مجابهة أكثر فاعلية من تلك التي يتبناها الأفراد الأقل قدرة، فالأفراد الذين يتبنون أساليب التفكير المناسبة سيكونون قادرين على تخفيض التأثيرات السلبية للضغوط وبالتالي أقدر على اختيار أساليب المجابهة المناسبة لمجابهتها، كما أشار زانج (2002a) Zhang إلى ارتباط أساليب التفكير وفقاً لنظرية سترنبرج (1994) Sternberg بالنمو المعرفي، فبعض أساليب التفكير (مثل: التشريعي، والهرمي، والكلي والمتحرر) والتي أطلق عليها اسم النوع الأول Type I من أساليب التفكير تتطلب تعقيداً معرفياً أكثر، بينما تتطلب بعض الأساليب الأخرى (مثل: المحلي، والملكي، والمتحفظ والتنفيذي) التي أطلق عليها النوع الثاني Type II معالجة معرفية أكثر بساطة. كما توصل زانج (2008) Zhang إلى قدرة النوع الأول من أساليب التفكير وفقاً لنظرية سترنبرج على التنبؤ بكفاءة أعلى بإدارة الفرد لانفعالاته، في حين كانت نتائج النوع الثاني من أساليب التفكير غير متسقة، وقد ارتبط الأسلوبان التنفيذي والملكي إيجابياً بالقدرة على إدارة الإحباط، بينما ارتبط الأسلوب التنفيذي سلباً بالقدرة على إدارة الإحباط والاكتئاب.

يتضح مما سبق أن أبعاد الشخصية تفسر ما يقل عن ٢٠% من التباين في أساليب مجابهة الضغوط، وأن قيم معاملات الارتباط بين أبعاد الشخصية وأساليب التفكير كانت منخفضة إلى متوسطة مما يشير إلى وجود قدر من التداخل بين المتغيرين، إلا أنه لا يبرر اعتبار أساليب التفكير فئة فرعية من سمات الشخصية، ويعطى مؤشراً على إمكانية إسهام أساليب التفكير في تفسير قدر فريد من التباين في أساليب المجابهة لم تفسره سمات الشخصية، لهذا فقد هدفت الدراسة الحالية إلى اختبار الدلالة الإحصائية لمقدار التباين الذي يمكن أن تفسره أساليب التفكير بدرجة أكبر مما تسهم

به سمات الشخصية، كما هدفت إلى دراسة مقدار التداخل بين أساليب التفكير وسمات الشخصية لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية.

مشكلة الدراسة

تؤثر الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأفراد في الحالة النفسية والجسمية لهم، ويحاول الفرد من خلال أساليب المجابهة القضاء أو التقليل من تلك التأثيرات السلبية، إلا أن واقع البحوث العلمية يؤكد على التباين النسبي بين تلك الأساليب في كفاءتها، فأساليب المجابهة التي تتمركز حول المشكلة مثل التخطيط أو المجابهة النشطة تفوق أساليب المجابهة التي تتركز حول الانفعال الناتج عن الضغط مثل التجنب والانفصال السلوكي والمساندة الاجتماعية والانفعالية، لهذا فإن معرفة العوامل التي تدفع الأفراد لتبني أسلوب ما عن أسلوب آخر في مواجهة الضغوط تعد من المعلومات المهمة التي يجب أن تسعى البحوث النفسية والتربوية لاكتشافها. وقد انحصرت معظم البحوث السابقة في معرفة الدور الذي تقوم به بعض أبعاد الشخصية في اختيار أساليب المجابهة، وانحصرت معظم هذه الدراسات في أبعاد معينة من الشخصية (العصابية والانبساطية)، وقلت الدراسات التي هدفت إلى معرفة تأثيرات أبعاد أخرى مثل المسaire والانفتاح على الخبرة وبقظة الضمير، كما أن هناك عدد محدود من الدراسات التي بحثت في دور أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة، ولا توجد في حدود علم الباحثين دراسة عربية واحدة هدفت إلى معرفة دور أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة، لهذا تحاول الدراسة الحالية سد هذه الثغرة القائمة في الأدبيات العربية والأجنبية من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين نوع الجنسين في أساليب المجابهة (إعادة التفسير الإيجابي والنمو، والانفصال الذهني، والتركيز والتنفيس الانفعالي، واستخدام المساندة والاجتماعية الوسيطة، والمجاهبة النشطة، والإنكار، والمجاهبة الدينية، والمزاح، والانفصال السلوكي، والتحفظ، واستخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية، واستخدام المواد النفسية، والتقبل، وقمع الأنشطة التنافسية، والتخطيط)؟
- ٢- ما العلاقة بين أبعاد الشخصية (العصابية، والانبساطية، والمسaire، والانفتاح على الخبرة، وبقظة الضمير) و أساليب التفكير (التفذي، والتشريعي، والحكمي، والهرمي، والكلي، والمحلي، والمتحفظ، والمتحرر، والداخلي، والخارجي، والملكي، والأقلي، والفوضوي)؟
- ٣- ما الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية (العصابية، والانبساطية، والمسaire، والانفتاح على الخبرة، وبقظة الضمير) و أساليب التفكير (التفذي، والتشريعي، والحكمي، والهرمي، والكلي، والمحلي، والمتحفظ، والمتحرر، والداخلي، والخارجي، والملكي، والأقلي، والفوضوي) في

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

التنبؤ بأساليب المجابهة (إعادة التفسير الإيجابي والنمو، والانفصال الذهني، والتركيز والتنفيس الانفعالي، واستخدام المساندة الاجتماعية الوسيطة، والمجابهة النشطة، والإنكار المجابهة الدينية، المزاح، والانفصال السلوكي، والتحفيز، استخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية، استخدام المواد النفسية، والتقبل، وقمع الأنشطة التنافسية، والتخطيط)؟

أهداف الدراسة

تتمثل أهداف الدراسة الحالية في:

- الكشف عن الفروق بين نوع الجنسين في أساليب المجابهة.
- تعرف مقدار ونوع العلاقة بين سمات الشخصية وأساليب التفكير.
- التنبؤ بأساليب المجابهة بدلالة سمات الشخصية وأساليب التفكير.
- تحديد الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة.

أهمية الدراسة

تعد الضغوط الحياتية عنصراً أساسياً في الحياة اليومية للأفراد، ولا تختلف الجامعة عن واقع الحياة اليومية العادية، فالطالب الجامعي يتعرض لعدد من الضغوط الدراسية والأسرية وأحياناً المهنية التي تتطلب منه إيجاد سبل مناسبة للتعامل معها من خلال اختيار أسلوب مجابهة مناسب يقلل من التأثيرات السلبية لتلك الضغوط، ولهذا فإن دراسة المتغيرات التي يمكنها التنبؤ بأسلوب المجابهة الذي يستخدمه الفرد سوف يسهم في عملية التوجيه والإرشاد لهؤلاء الطلاب ومن ثم مساعدتهم على اختيار الأساليب الأكثر كفاءة وتعديل الأساليب غير المناسبة التي يستخدمونها.

كما تكمن أهمية الدراسة الحالية في ندرة الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين أساليب التفكير وأساليب المجابهة، ففي حدود علم الباحثين لا توجد دراسة عربية هدفت إلى تحديد مقدار ونوع العلاقة بين هذين المتغيرين، كما إنه لا توجد في حدود علم الباحثين دراسة أجنبية أو عربية هدفت إلى تحديد الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة.

كما تتمثل أهمية الدراسة الحالية في اعتمادها على نموذج العوامل الخمسة للشخصية من إعداد كوستا ومكري وهو نموذج حديث إلى حد ما في دراسة أبعاد الشخصية، وقد استخدم مؤخراً في عدد من الدراسات العربية (مثل: فيصل يونس و إلهام خليل ٢٠٠٧)، الأمر الذي يسهم في فهم دور الشخصية وفقاً لهذا النموذج في اختيار أسلوب المجابهة لدى طلاب الجامعة.

كما تكمن أهمية الدراسة الحالية في استخدامها لنظرية سترنبرج (1988) Sternberg لدراسة أساليب التفكير وهو أيضاً من النماذج الحديثة إلى حد ما مقارنةً بنموذج هريسون وبرامسون (1982) Harrision and Bramson، وقد استخدمت نظرية سترنبرج (1988) Sternberg في العديد من البحوث العربية (مثل: أمينة شلبي، ٢٠٠٢؛ عبدالعال عوجة ورضا أبو سريع ١٩٩٩؛

يوسف أبو المعاطي، ٢٠٠٥) الأمر الذي قد يسهم في التعرف على مزيد من فوائد هذه النظرية وفهم دور أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أساليب المجابهة Coping styles

على الرغم من أن الضغوط Stress أحد مكونات الحياة اليومية للأفراد، إلا أن هناك صعوبة كبيرة بين الباحثين في تعريفها، فقد لاحظ سيلبي (1975) Selye وجود اختلاف بين الباحثين في تعريف الضغط، فقد نظر البعض إلى الضغط على أنه يشير إلى شروط المثير، بينما يشير البعض للضغط على أنه شروط للاستجابة، في حين يبقى من يرى أن الضغط تفاعل بين استعدادات جينية وخبرات مكتسبة. ينظر البعض إلى الضغط بوصفها اسماً، وآخرين كفعل، ويبقى من ينظر للضغط كصفة. استنتج إنجل (1985) Engle أن الضغط ليس أي مما سبق، بل هو هروب من الواقع. لاحظ روسكيس (1983) Roskies أن الضغط أصبح يكافئ في العصور الحديثة شيطان العصور الوسطى - التفسير العام للعديد من المشكلات الذهنية والجسمية.

يعرف الباحثون الضغط إجرائياً بأنه وقوع لأحداث حياتية سلبية مثل فقدان وظيفة أو موت زوج أو زوجة أو صديق، والتعرض المستمر للإجهاد الناتج عن صعوبات الزواج أو تربية الأولاد، والصعوبات الاقتصادية، وضغط الوقت، والغموض حول أدوار الوظيفة وتقييم الأداء في مواقف العمل (Billings & Moos, 1984).

تسهم الضغوط في كثير من الأمراض الطبية الخطيرة مثل ضغط الدم، وأمراض القلب، وبعض أنواع السرطان، كما أن الضغوط تعرض جهاز المناعة للخطر وتقلل من قدرته على حماية الفرد من العديد من الأمراض الخطيرة، والصدمات، كما تسهم الضغوط في تطور السمنة و الانتحار، وإدمان المخدرات والتدخين والمواد الكحولية (USDHHS, 2000).

كما أظهرت البحوث بصورة متسقة أن الأمراض النفسجسمية غالباً ما تتضمن مكوناً مرتبطاً بالضغوط (Winder, 2003). وتشمل الأمثلة الشائعة على ذلك الاكتئاب، القلق، اضطرابات مزاجية متنوعة وحتى الفصام (Norman & Malla, 1993)، مع زيادة وعي الأفراد بخطورة الضغوط، ازداد وعيهم بأهمية إيجاد الطرق التي تقلل من خطورتها، سواء بالاعتماد على الأدوية الطبية أو من خلال أساليب المجابهة.

عرف الباحثون المجابهة بطرق مختلفة، فقد عرفها أصحاب مدخل العملية على إنها استجابة سلوكية أو انفعالية لمتطلب داخلي أو خارجي (Lazarus & Folkman, 1984). هذا للتعريف يحمل بين طياته ما يعرف بالنموذج التفاعلي للمجابهة. هذا النموذج يبرز العملية التي تشمل

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

التقدير المعرفي، والاستجابة الانفعالية ومحاولة أو محاولات لمجابهة الضغط (Raffety, Smith & Ptacek, 1997)، في المقابل يرى أصحاب مدخل السمات في تعريف المجابهة أنها أفكار وأفعال معتادة أو روتينية لحل المشكلة (e.g., Viallant, 1977)، ويقع بين هذين التعريفين مجموعة من التعريفات التي تتبنى أحد هذين المدخلين، فقد عرف بيرلين و سكولير Pearlín and Schooler (1978) المجابهة على إنها سلوكيات يستخدمها الأفراد لحماية أنفسهم من ضرر اجتماعي ونفسي مثير للتحدي، كما عرف مكجروث (1970) McGrath المجابهة على إنها أنساق سلوك باطني أو ظاهري يستخدم في محاولات التخفيف أو منع، والاستجابة للظروف الضاغطة. كما عرف لازورس و دي لونجيز (1983) Lazarus and DeLongis المجابهة على إنها عملية يقيم الأفراد فيها موقفاً ما و يقرروا كيف يحموا أنفسهم بأفضل الطرق من التأثيرات السلبية للضغوط وفي نفس الوقت يستفيدون من أي نواتج إيجابية. أضاف مونات ولازورس (1985) Monat & Lazarus أن المواقف الضاغطة الراهنة يجب أن تقابل بحلول سلوكية معدلة لكي تواجه المتطلبات المتغيرة التي تقع على الأفراد. وتشير المجابهة بصورة عامة إلى مجهودات الأفراد لإدارة المتطلبات بغض النظر عن فاعلية تلك المتطلبات.

ويلخص ديلونجز وبريس (2000) DeLongis and Preece وظائف المجابهة في خمس وظائف أساسية هي: (١) تخفيض الظروف البيئية الضارة و زيادة إمكانية و احتمالية الشفاء، (٢) تكيف مع الواقع أو الأحداث السلبية وتحملها، (٣) المحافظة على الصورة الذاتية الإيجابية، (٤) الإبقاء على التوازن الانفعالي، (٥) والمحافظة على علاقات إيجابية مع الآخرين.

أساليب المجابهة مقابل استراتيجيات المجابهة
Coping styles versus Coping strategies

ينقسم الباحثون في نظرتهم إلى المجابهة إلى فريقين: يرى الفريق الأول أن المجابهة عملية Process تتوقف على خصائص الموقف الذي تحدث فيه، ويؤكدون أن المجابهة ظاهرة تبادلية Transactional phenomenon تتغير فيها جهود المجابهة بصورة مستمرة لتقابل المطالب المتغيرة للموقف الضاغط، ويفضل أصحاب هذا الاتجاه استخدام مصطلح استراتيجيات المجابهة بدلاً من أساليب المجابهة لإبراز الطبيعة المتغيرة لتلك المجهودات، ويؤكد أصحاب هذا الاتجاه تأثير التقديرات المختلفة للموقف على عملية المجابهة، فعندما يدرك الفرد أنه يتحكم في المشكلة فإنه يصبح أكثر ابتكاراً في توليد طرائق لحل المشكلة، كما تزداد قدرته على الحل.

في المقابل يرى أصحاب مدخل السمات أن سلوك المجابهة لا يتوقف تماماً على الموقف (Costa, Somerfield, & McCrae, 1996) وهي ليست استراتيجيات بل هي أساليب ثابتة من موقف إلى آخر ينزع إليها الأفراد في مواجهة المواقف الضاغطة، وأنه يمكن تصنيف الأفراد

وفقاً لتلك الأساليب، وتستخدم الاستبيانات والمقابلات الإكلينيكية لقياس تلك الأساليب (Penley, Tomaka & Wiebe, 2002).

يرى أصحاب مدخل العملية أن معرفة الكيفية التي يجابه بها الأفراد بصورة عامة الضغوط ربما تظهر قدر قليل من معرفة الكيفية التي سيواجه بها الفرد موقفاً معيناً، ويرون أن استراتيجيات المجابهة التي يستخدمها الأفراد في موقف معين تعتمد على كل من العوامل الموقفية (مثل إمكانية التغيير، إمكانية التحكم في الموقف)، والعوامل الفردية (مثل: الثقة بالنفس، والمصادر المدركة) (Holahan & Moos, 1987). في المقابل يؤكد فريق مدخل السمات أو أساليب المجابهة على سمات الشخصية في اختيار أسلوب المجابهة والتي تتميز بأنها تتخطى تأثير سياق الموقف والوقت، في حين يؤكد أصحاب مدخل العملية التأثيرات الموقفية والزمنية على المجابهة والتغيرات المقترنة بهما (Lazarus, 2000).

يلخص ين Yen (2008) الموقفين السابقين بقوله " أن الباحثين لديهم افتراضات مختلفة فيما يتعلق بطبيعة المجابهة فهي أما أن يفترض أنها عملية يحددها الموقف، أو استعداد يعبر حدود الموقف. يفترض المدخل المحدد موقفاً أن الأفراد يستخدمون استراتيجيات مختلفة للتعامل مع الأحداث الضاغطة المختلفة، في حين يفترض المدخل العابر للمواقف أن الأفراد لديهم نزعة للتعامل مع الضغط عبر المواقف" (p.12).

تتبنى الدراسة الحالية المدخل التفاعلي Interactional Approach الذي ينظر إلى سلوك المجابهة كأسلوب يتعدى حدود موقف محدد، أي إنها ترى سلوك المجابهة سمة أو نزعة ثابتة نسبياً ومتعلمة لدى الفرد تجعله يستجيب بطريقة محددة للضغوط الحياتية، ويستخدم مفهوم أسلوب المجابهة في الدراسة الحالية ليصف العوامل الفردية الكامنة في الفروق الفردية في سلوك المجابهة، كما أنه مجموعة من الاستراتيجيات المتاحة لمجابهة المواقف الضاغطة بالنسبة لفرد معين، إلى أن النظر إلى سلوك المجابهة كأسلوب لا يعني إنه سلوك جامد غير مرن، فالمرونة شرط مسبق لأي مجابهة ناجحة، فهناك فرق بين أسلوب المجابهة الذي يعد بمثابة سمة ثابتة نسبياً وبين سلوك المجابهة الفعلي والواقعي الذي يعد بمثابة استراتيجية تتأثر بطبيعة الموقف وخصائص الضغط الذي يتعرض له الفرد (Heszen-Niejodek, 1997).

أنواع أساليب المجابهة

يمكن تصنيف أساليب المجابهة إلى عدد كبير من الطرق، إلا أن أكثر التصنيفات استخداماً تشمل تقسيم المجابهة إلى فئتين: المجابهة المتمركزة حول المشكلة/ المجابهة المتمركزة حول الانفعال (problem-focused coping)، Emotion-focused coping الإقدام (الاندماج

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط
والإيجابية// الإحجام (الانفصال و السلبية) و نموذج الضبط الأولي/ الثانوي (Compas,
Connor-Smith, Thomsen & Wadsworth, 2001).

وفقاً لتصنيف لازاروس و فولكمان (Lazarus and Folkman (1984) تنقسم المجابهة وفقاً
للوظيفة إلى: مجابهة تتركز حول المشكلة وأخرى تركز حول الانفعال، فالمجابهة المتمركزة حول
المشكلة ينظر إليها على أنها مجابهة إيجابية من أمثلتها التخطيط، المجابهة النشطة، البحث عن
المعلومات أو حل المشكلة وتشير إلى الجهود التي تهدف إلى تغيير أو تحسين الموقف
الضاغط وذلك بإزالة الحدث المثير للتهديد أو بالقضاء على تأثيره (Carver & Scheier,
Weinteraub 1989).

بينما تشير المجابهة المتمركزة حول الانفعال مثل التجنب والتفكير السلبي، إلى محاولات تنظيم
الكرب الانفعالي الناتج عن الضغط، أي إنها موجهة نحو التخلص من الأثر الانفعالي للضغط أو
الموقف الضاغط أو تقليلها، وتهدف المجابهة المتمركزة حول الانفعال إلى تقليل القلق المتضمن في
الموقف الضاغط بتغيير الطريقة التي ينظر أو يشعر بها الفرد نحو الموقف الضاغط (Word,
2006). لا تهدف المجابهة المتمركزة حول الانفعال إلى تغيير الموقف مثل المجابهة المتمركزة
حول المشكلة، ولكن تهدف ببساطة أن تجعل شعور الفرد أفضل بدون تغيير الموقف (Folkman
& Lazarus, 1985) ، وقد وجد إندلر و باركر (Endler and Parker (1990) ارتباط المجابهة
المتمركزة حول النشاط بالكرب النفسي Psychological distress، و الأبعاد الأساسية للأمراض
النفسيجسمية.

وقد قسم بعض الباحثين المجابهة المتمركزة حول الانفعال إلى نمطين مختلفين: مجابهة الإقدام
ومجابهة الإحجام. فمجابهة الإقدام أو الإدماج تستخدم بفاعلية عندما ينظر إلى الضغط على أنه
يمكن السيطرة عليه، ومن أمثلتها تكوين المعنى، تحويل التركيز إلى الجوانب الممتعة من الموقف
الضاغط، و إعادة التقييم الإيجابي الذي يتم في تغيير معنى المشكلة وذلك بتفسيرها بصورة أكثر
اعتدالاً (Park & Alder, 2003). وعلى الجانب الآخر تعمل مجابهة الإحجام أو الانفصال، مثل
الإنكار أو تجنب الكرب من خلال الابتعاد أو التجنب السلوكي، بصورة أفضل عندما يرى الفرد
الضغط على أنه لا يمكن السيطرة عليه أو أنه مثير للتهديد بدرجة كبيرة.

وصف إندلر وباركر (Endler and Parker (1990) مجابهة التجنب على أنها أما سلوكيات
موجهة نحو المهمة Task-oriented behaviors (مثل: أن يشغل الفرد نفسه بمهمة أخرى) أو
سلوكيات موجهة نحو الشخص Person-oriented behaviors (مثل: التسلية الاجتماعية و
البحث عن صحبة الآخرين). وينظر بصورة عامة إلى المجابهة المتمركزة حول المشكلة
والمجابهة الإقدامية المتمركزة حول النشاط على إنهما أساليب مجابهة أكثر إيجابية وترتبط بالتوافق

الأفضل للمجابهة، في حين نظر إلى المجابهة الإجمامية المتمركزة حول النشاط على إنها ترتبط بالتوافق السلبي للضغط، على الرغم من أنها قد تكون مساعدة في بداية مواجهة الفرد للضغط (Berghuis & Stanton, 2002).

وقد أضاف ديلونجز وبيرس (2000) DeLongis and Preece المجابهة المتمركزة حول العلاقة Relationship-focused coping بجانب المجابهة المتمركزة حول المشكلة والمجابهة المتمركزة حول النشاط. تشير المجابهة المتمركزة حول العلاقة إلى محاولة الأفراد أن يحافظوا ويديروا وينظموا علاقتهم الاجتماعية المهمة خلال فترة الإجهاد، أي يهتم النمط الثالث بالبعد الاجتماعي للمجابهة، ومن أمثلة هذا النوع المجابهة التعاطفية Empathetic coping التي تشمل العناصر التالية: أ) محاولات أن ترى الموقف من وجهة نظر الآخر، ب) مجهودات ليجرب بصورة شخصية الانفعالات التي يشعر بها الشخص الآخر، ج) محاولة أن تقرأ بين السطور لكي يكتشف المعنى الكامن في السلوكيات اللفظية وغير اللفظية للشخص الآخر لكي يصل إلى فهم أفضل لتجربة وخبرة الآخرين، د) المحاولات لكي يستجيب بطريقة تحمل الفهم والحساسية، هـ) مجهودات للتحقق من مصداقية و تقبل الشخص وخبراته بينما يتجنب الأحكام الوقتية. تمثل المجابهة التعاطفية دوراً هاماً لهما في مجابهة الضغوط وبصفة خاصة الضغوط الناتجة عن المشكلات الاجتماعية، ويمكن أن تأخذ المجابهة التعاطفية صورة لفظية (بأن يخبر الزوج زوجته أنه يفهم مشاعرها) أو غير لفظية (مثل الإمساك بيد شخص أثناء تحدثه).

ويوجد تقسيم ثالث للمجابهة وفقاً لنموذج الضبط الأولي/الثانوي، هذا النموذج يركز على الأهداف التي تدفع إلى مجهودات المجابهة التي تشمل ثلاثة مداخل للمجابهة: مجابهة التحكم الأولي، ومجابهة التحكم الثانوي، ومجابهة تحكم التخلي Relinquished control coping، وتشير مجابهة التحكم الأولي إلى المحاولات النشطة للتأثير على الأحداث الضاغطة لكي تتناسب مع رغبات الفرد، بينما تشير مجابهة التحكم الثانوي إلى نزعة موامعة ذات الشخص للمطالب البيئية، وهي تتكون من وسائل نفسية مبهمة لتقليل الكرب، فعلي سبيل المثال، تقليل توقعات الشخص لتخفيض الإحباط في المستقبل، وأخيراً تشير مجابهة تحكم التخلي إلى نقص محاولات المجابهة مثل عدم فعل أي شيء أو التخلي والتوقف (Rothbaum, Weisz, & Snyder, 1982).

أساليب المجابهة والشخصية

أشار إيباتا و موسى (1994) Ebata and Moos إلى أن انقضاء أسلوب للمجابهة يعتمد على ثلاث مجموعات من العوامل: العوامل الشخصية، والعوامل الموقفية، و عوامل السياق Contextual. وتشير العوامل الشخصية إلى العمر، وفوع الجنس و الفروق الفردية في

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

الاستعدادات، بينما تشير العوامل الموقفية إلى تقديرات خصائص موقف ضاغط معين، في حين تشير عوامل السياق إلى ظروف الحياة مثل الضغوط المزمنة، أحداث الحياة السلبية و المصادر الاجتماعية. كل من هذه العوامل يحمل إسهامات فريدة للتنبؤ باستخدام أسلوب المجابهة.

ونظراً لأن الدراسة الحالية تتبنى مدخل السمات في نظرتها لسلوكيات المجابهة، فإن العوامل الشخصية تمثل العوامل التي تتفق مع هذا المدخل وذلك لقدرتها على تفسير الاستقرار النسبي في سلوكيات أو أساليب المجابهة، ولهذا فسوف نتناول في هذا الجزء أهم العوامل الشخصية وهي سمات الشخصية، ونوع الجنس.

فقد مرت دراسة أساليب المجابهة في علاقتها بالشخصية بثلاثة مراحل: تمثل المرحلة الأولى نظرية التحليل النفسي التي ساوت بين الشخصية والمجابهة واستخدمت المفهومين مرادفين، فقد نظرت تلك النظرية إلى المجابهة ميكانيزمات دفاعية Defense Mechanisms والتي تعد وسائل لا شعورية للتعامل مع الصراعات العدوانية والجنسية الداخلية، ولاحقاً أضيفت التهديدات الخارجية كمصادر للصراع، وتعمل الآليات الدفاعية عن قصد إلى تعديل إدراكات الفرد للأحداث الضاغطة لتقليل الكرب وتخفيفه إلى الحد الأدنى للتغيرات في البيئات الخارجية والداخلية (David & Suls, 1999).

على الرغم من وجود بعض أنصار هذا الاتجاه إلى الوقت الحاضر، فإن هذا الاتجاه تم استبداله بصورة متدرجة بسبب رفض الباحثين النظر إلى عملية المجابهة في إطار نظرية التحليل النفسي، ولكن يفضلون إدراكها على إنها عملية سوية و صحية تمكن الأفراد من حل مشاكلهم اليومية، وفشل هذا الاتجاه في تفسير عدد من الاستراتيجيات الواعية لحل المشكلات، كما رفض بعض الباحثين النظر إلى المجابهة على إنها سمة وذلك بسبب قدرتها الضعيفة على التنبؤ بالاستجابات السلوكية والوجدانية في موقف تكيفي معين (e.g., Cohen & Lazarus, 1973; Folkman & Lazarus, 1985).

وقد تحول اهتمام الباحثين في المرحلة الثانية التي بدأت في الستينيات من القرن الماضي واستمرت لعقدين متتاليين إلى النظر إلى المجابهة كعملية، وتم الفصل بين المجابهة والشخصية، ورفض أصحاب هذا الاتجاه النظر إلى المجابهة كسمة وذلك لأن جوهر المجابهة هو التغيير، وبالتالي فإن أفضل تعبير عن المجابهة يتم من خلال النظر إليها كعملية وليس كتكوين فرضي، وقد ساند هذا التوجه عدد من نتائج البحوث الإمبريقية (e.g., Folkman & Lazarus, 1985)، وقاد هذا التوجه العديد من البحوث التي أغفلت دور الشخصية في عملية المجابهة وأعلنت من أهمية خصائص الموقف والضغط الذي يتعرض له الفرد.

على أي الأحوال، فإنه من الواضح أنه حدث تغيير في مسار العلاقة بين الشخصية والمجابهة

في الثمانينات من القرن الماضي، فقد انتعشت مرة ثانية النظرة إلى المجابهة كسمة والتأكيد على دور الشخصية في انتقاء الفرد لأسلوب المجابهة، ويمكن إرجاع هذا الانتعاش إلى إنه بعد عشرين عاماً من البحوث التي نظرت إلى المجابهة كعملية فإن النتائج التي توصلت إليها كانت متناقضة ومربكة ومخيبة للأمال، ودفعت تلك النتائج الباحثين إلى النظر إلى مدخل العملية الذي ساد في السبعينيات والثمانينيات من القرن الماضي على إنه محدود مثل نظرية التحليل النفسي، مما دفع الباحثين إلى تطوير نماذج فارقة أكثر تعقيداً والتي تأخذ في الاعتبار بصورة صريحة أهمية كل من العوامل الموقفية والشخصية في المجابهة (Watson & Hubbard, 1996).

أشار واطسن وهيبارد (Watson and Hubbard (1996 إلى وجود ثلاثة مداخل في إطار هذا النموذج الجديد، يرى المدخل الأول أن أسلوب المجابهة نفسها على إنها يمكن تقييمها كنزعات استعدادية تحمل نفس الخصائص الأساسية للسمة، بمعنى أن الفروق الفردية في النزعة لاستخدام أسلوب مجابهة معين ثابتة بصورة معتدلة عبر الوقت والمواقف المختلفة والسياقات المختلفة وفئات الأحداث، وأهتم المدخل الثاني بالعلاقة بين أساليب المجابهة و سمات شخصية محددة، ومن بين هذه السمات التي درست في العديد من الأبحاث التفاؤل (e.g., parkes, 1994)، تقدير الذات (e.g., Carver et al., 1989)، ووجهة الضبط (e.g., Carver et al., 1989). لم تحاول هذه الدراسات أن تقيس السمات بأسلوب شامل ومتناسق، ولم تحاول أن تقيس كل الخصائص المميزة للشخصية في إطار نموذج محدد.

وتمثل المدخل الثالث في فهم سلوك المجابهة في إطار تصنيفي رئيس للشخصية، وبعد تصنيف إيزنك الثلاثي للشخصية وتصنيف كوستا ومكراي الخماسي للشخصية أكثر هذه التصنيفات شمولاً للشخصية، وتتبنى الدراسة الحالية نموذج العوامل الخمسة الكبرى لكوستا ومكراي (1985) Costa and McCrae لدراسة العلاقة بين أساليب المجابهة والشخصية، وذلك لأنه أكثر النماذج بساطة ويحتوي على أصغر عدد من السمات اللازمة لوصف الشخصية بصورة كافية، كما إنه توجد قلة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين أساليب المجابهة وسمات الشخصية في إطار هذا النموذج. (Turcotte, 2005).

يتضمن نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على خمس سمات رئيسة هي: العصابية **Neuroticism** : وهو النزعة إلى اختبار المشاعر السلبية مثل الخوف، الارتباك والخجل، والشعور بالذنب، وقدرة أقل على إدارة الاندفاعات، لوم الذات، وتبنى مجابهة غير توافقية في المواقف الضاغطة تهدف إلى القضاء على المشاعر السلبية أو تقليلها مثل الانفصال السلوكي والانكار والتركيز وتفرغ الانفعالات، وهناك تركيز أقل على أساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة (O'Brein & DeLongis, 1996)، تتبأ العصابية إيجابياً باستراتيجيات المجابهة

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مواجهة الضغوط

المتمركزة حول الانفعال مثل الهروب-التجنب، ردود الأفعال العدائية و التفرغ الإنفعالي، وتنبأ سلبيا باستراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المشكلة مثل التخطيط (Penley, Tomaka, 2002) الانبساطية **Extraversion**: تتميز بالميل إلى معايشة خبرة الانفعالات الإيجابية والميل إلى أن يكون الفرد اجتماعياً، دافئاً، مرحاً ونشطاً وتوكيدياً، فالشخص المرتفع في الانبساطية لديه قدرة على توكيد الذات، والنشاط، وكثير التحدث، ويحب الاستئارة والتشيط، يميل إلى المرح، وبالتالي فهو يبحث عن الآخرين في المواقف الضاغطة، وقد استدل واطسن وكلارك **Watson and Clark (1997)** أن مستوى الطاقة والنشاط المرتفع للأشخاص المنبسطين يفسر الارتباط المتسق بتبنيهم للمواجهة المتمركزة حول المشكلة مثل التفكير الإيجابي و إعادة التفسير والبحث عن المساندة (Ferguson, 2001)، إلا إن نتائج هذا البعد لم تكن جميعها متسقة فقد فشلت بعض الدراسات في إيجاد علاقة بين الانبساطية والمواجهة المتمركزة حول النشاط أو بينها وبين الصور الإيجابية منها (Lee-Baggley et al., 2005).

المسايرة **Agreeableness**: تتضمن النزعات الاجتماعية بمعنى إنها نزعة عامة إلى التعاطف، والإيثار والمصادقية، والإذعان، مما يعتبر مؤشراً على أن مرتفعي المسايرة لديهم شبكة مساندة اجتماعية أكثر اتساعاً يعتمدون عليها عند مواجهة الضغط (Lawrence & Fauerbach, 2003)، وقد أظهرت نتائج الدراسات ارتباط المسايرة إيجابياً بالبحث عن المساندة الاجتماعية (Vickers, Kolar, & Hervig., 1996)، وإعادة التقييم الإيجابي (O'Brien & DeLongis, 1996) (1989)، المواجهة النشطة والتخطيط (Watson & Hubbard, 1996)

الانفتاح على الخبرة **Openness to experience**: النزعة العامة لتطوير واختبار الأفكار الجديدة والقيم غير التقليدية، والاشترك في التفكير التباعدي. يبحث الأفراد مرتفعي الانفتاح على الخبرة بنشاط عن المعلومات والحلول الجديدة لإدارة المواقف الضاغطة، وأكثر مرونة وابتكارية، ويكونون أكثر قدرة على تجريب عدد من استراتيجيات المواجهة حتى يجدوا الإستراتيجية التي تناسب متطلبات الموقف الضاغط (Roesch, Wee, & Vaughn, 2006). (Lawrence & Fauerbach, 2003). بغض النظر عن تلك الخصائص، فقد أظهرت نتائج البحوث اقتران سالب بين الانفتاح على الخبرة واستخدام الاعتقاد الديني كاستراتيجية للمواجهة (Watson & Hubbard, 1996)، وموجب ضعيف باستراتيجية إعادة التقييم الإيجابي (O'Brien & DeLongis, 1996)، واستخدام المزاح (McCrae & Costa, 1986).

يقظة الضمير **Consciousness**: يتضمن النزعة العامة لكي يعمل من أجل غرض أو هدف، قوي الإرادة، والالتزام الصارم بالمبادئ وقواعد السلوك و تحقيق الأهداف، فالأفراد المرتفعين على هذا البعد يخططون وينظمون المهام ويصرون على البحث عن النمو الشخصي في المواقف

الضاغطة، وقد وجد باشوب وآخرون (Bishop et al. (2001 أن يقظة الضمير ترتبط بصورة موجبة بمؤشرات المجابهة المتمركزة حول المشكلة مثل المجابهة النشطة والتخطيط والمساندة الاجتماعية الوسييلية، وسلبيا بمؤشرات المجابهة المتمركزة حول الانفعال مثل الانفصال السلوكي والإنكار والتركيز وتفرغ الانفعالات (Hooker et al., 1994). الشخصية وأساليب التفكير

يعرف التفكير بأنه عملية عقلية معرفية تلي كل من الانتباه والإدراك والتذكر وتتضمن العديد من المهارات العقلية والمعرفية كالتصنيف، التحليل والاستنتاج والمقارنة والتعميم، يؤثر بشكل مباشر في كيفية تجهيز ومعالجة المعلومات، وقد أشارت الدراسات النفسية إلى تباين الطرق التي يتبعها أو يفضلها الأفراد في استخدام قدراتهم فيما يسمى بأساليب التفكير Thinking Styles. ويعرف سترنبرج (Sternberg (1988 أساليب التفكير بأنها الطريقة التي يوجه بها الفرد ذكائه، وأن أسلوب التفكير ليس مرادفاً لمستوى الذكاء أو القدرات وإنما هو طريقة الفرد في توظيف ذكائه وقدراته، وأن أساليب التفكير ليست ثابتة بل متغيرة، فقد يفضل الفرد أسلوب تفكير معين خلال مرحلة ما من مراحل حياته بينما يفضل أسلوب آخر في مرحلة أخرى لاحقة.

ولقد تعددت نماذج أساليب التفكير ومن هذه النماذج ما وضعه هاريسون وبرامسون (Harrison and Bramson (1982، وقد صنفت أساليب التفكير وفقاً لهذا النموذج إلى خمسة أساليب هي: التفكير التركيبي، التفكير المثالي، التفكير العملي، التفكير التحليلي، والتفكير الواقعي، ونموذج سترنبرج لأساليب التفكير (Sternberg (1993 يقوم على نظريته في السيطرة الذاتية العقلية Mental Self Government Theory التي تفترض حاجة الناس إلى أن يسوسوا أنفسهم عقلياً عن طريق أساليب التفكير، تماماً مثلما تفعل الحكومات مع الشعوب.

لخص سترنبرج وزانج (Sternberg and Zhang (2005 خصائص أساليب التفكير في النقاط التالية: (١) الأساليب تفضيلات وليست قدرات، (٢) لا يوجد أساليب حسنة وأخرى سيئة، (٣) الأساليب تتغير بمرور الوقت، (٤) يختلف الأفراد في شدة تفضيلهم لأسلوب معين، (٥) يختلف الأفراد في مرونتهم لتغيير أساليب تفكيرهم، (٦) تختلف الأساليب باختلاف المهام والمواقف، (٧) الأساليب قابلة للقياس، (٨) الأساليب قابلة للتعديل، (٩) تختلف قيمة الأسلوب من وقت إلى آخر ومن مكان إلى آخر، (١٠) تُكتسب أساليب التفكير عن طريق التفاعل الاجتماعي.

ويرى سترنبرج (Sternberg (1994 وجود عدة جوانب فيما يتعلق بعلاقة الحكومات أو السلطات بالنسبة للمجتمعات تتمثل فيما يلي:

الوظائف Functions: تشمل أساليب التفكير التشريعي، التنفيذي، والحكمي.

الأشكال Forms: تشمل أساليب التفكير: الهرمي، الملكي، الأقليمي، والفوضوي.

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

المستويات Levels: تشمل الأسلوبين الكلي والمحلي.

المجالات Scopes: تشمل الأسلوبين الداخلي والخارجي.

النزعات Leanings: تشمل الأسلوبين المتحرر والمتحفظ.

قسم زانج (2006) Zhang أساليب التفكير وفقاً لنظرية سترنبرج إلى ثلاث فئات: النوع الأول Type I وتشمل أساليب التفكير التي تميل إلى أن تكون أكثر توليداً للأفكار الابتكارية غير التقليدية، وتوظف مستويات أعلى من التعقيد المعرفي وتشمل أساليب التفكير التشريعية (مبتكر)، الكلية (يركز على الصورة العامة)، الحكيمية (تقيم للأفراد الآخرين ونواتجهم)، والمتحررة (يأخذ مداخل جديدة للمهام)، بينما يشمل النوع الثاني Type II أساليب التفكير التي تميل إلى تفضيل المعايير وتوظف مستويات بسيطة من التعقيد المعرفي ويتضمن الأسلوب التنفيذي (إنجاز المهام بترتيب معين)، المحلي (التركيز على التفاصيل)، الملكي (العمل على مهمة واحدة في وقت واحد)، والمحافظ (استخدام المداخل التقليدية للمهام). ويشمل النوع الثالث Type III أساليب التفكير الفوضوية (العمل على إنجاز أي مهام تأتي في نفس الوقت)، الأقلية (العمل على إنجاز مهام عديدة دون وضع أولويات)، الداخلي (العمل مع الذات)، والخارجي (العمل مع الآخرين).

وبالرغم من أهمية أساليب التفكير في تفسير التباين بين الأفراد في اختيار أسلوب مجابهة المناسب في المواقف الضاغطة، فتندر الدراسات التي حاولت أن تكتشف هذا الدور (e.g., Gras, et al., 2009) ويرجع ذلك إلى رؤية البعض (Jones, 1996) إلى أن أساليب التفكير بمثابة فئة فرعية من أبعاد الشخصية، إلا أنه يوجد على الجانب الآخر من يرى أن هناك بعض التداخل بين مفهوم الأسلوب ومفهوم الشخصية، إلا أن كل منها يسهم بصورة مختلفة في تفسير التباين في سلوك الأفراد (Pacini & Epstein, 1999; Riding & Wigley, 1997)

أكدت نتائج الدراسات انخفاض معامل الارتباط بين أبعاد الشخصية وأساليب التفكير، فقد كانت قيم معامل الارتباط غير دالة في كثير من الأحوال ومنخفضة ولم تزيد عن ٠,٥ في أحسن الأحوال، فقد توصلت دراسات زانج (2002a, 2002b, 2004) Zhang إلى ارتباط العصابية سلبياً بالنوع الأول من أساليب التفكير، وإيجابياً بالنوع الثاني منها، وعلى العكس ارتبطت يقظة الضمير إيجابياً بالنوع الأول من أساليب التفكير وسلبياً بالنوع الثاني، وكانت أعلى قيمة لمعامل الارتباط ٠,٥١ بين يقظة الضمير والأسلوب الهرمي في التفكير، وارتبط الانفتاح على الخبرة إيجابياً بأسلوب التفكير المتحرر، والداخلي، وارتبطت المسaire إيجابياً بأسلوب التفكير الخارجي، وسلبياً بأسلوب المتحرر.

وبالمثل توصلت دراسة فيجل والدهوفد (2004) Fjell and Walhovd إلى وجود ارتباطات

منخفضة بين أبعاد الشخصية وفقاً لنظرية نموذج العوامل الخمسة وأساليب التفكير وفقاً لنظرية السيطرة الذاتية الذهنية لتسرنبرج، فقد كانت أعلى قيمة لمعامل الارتباط (٠,٥٥) بين بعد الانفتاح على الخبرة والأسلوب المنحرف في التفكير، فمن بين ٦٥ معامل ارتباط وجد ٢٨ معامل دال إحصائياً في العينة النرويجية، بينما كان هناك ١٩ معامل ارتباط دالاً فقط في العينة الأمريكية، وأن سبعة معاملات ارتباط فقط كانت قيمتهم أكبر من ٠,٣٠ في العينة النرويجية، بينما سبعة قيم فقط كان أعلى من ٠,٣٠ في العينة الأمريكية، مما يدل على وجود ارتباط ضعيف بين أبعاد الشخصية وأساليب التفكير، وقد كانت النتائج متسقة مع دراسات زانج من حيث ارتباط العصايب سلباً بالنوع الأول من أساليب التفكير وإيجابياً بالأساليب البسيطة والتي تنتمي إلى النوع الثاني من أنماط التفكير .

كما أظهرت نتائج دراسات زانج (Zhang (2002a, 2002b إمكانية التنبؤ بأساليب التفكير من خلال أبعاد الشخصية، إلا أن مقدار التباين الذي يمكن تفسيره كان متبائناً بين ٥% في التنبؤ بالأسلوب الكلي إلى ٢٧% في التنبؤ بالأسلوب الهرمي، كما أظهرت نتائج التحليل العاملي وجود قدر من التداخل بين أبعاد الشخصية والتفكير، وذلك بسبب تشعب العوامل على كلا المتغيرين، إلا أنه يوجد عوامل منفصلة تميز كل مفهوم على حده.

من هذا المنطلق اهتمت عدد محدود من الدراسات بالعلاقة بين أساليب المجابهة وأساليب التفكير، ففي حين هدفت دراسة هيو و زانج ووانج (2005) Hou, Zhang and Wang إلى دراسة العلاقة بين أساليب مجابهة الضغوط وأساليب التفكير لدي عينة من المراهقين ٧٨٣ (٤٧٢ طالباً، ٣١١ طالبة) بالمرحلة المتوسطة والثانوية تراوحت أعمارهم بين ١٣ إلى ٢٠ عاماً، بمتوسط عمر زمني ١٦ عاماً، وانحراف معياري ١,٢ عاماً، وقد أظهرت النتائج ميل الطلاب الذين يستخدمون أسلوب التفكير الجدلي إلى استخدام كل أنواع استراتيجيات المجابهة، وقد توصلت الدراسة إلى نتيجة مؤداها أن أسلوب التفكير يؤثر في أسلوب المجابهة.

توصلت دراسة جراس وآخرون (2009) Gras et al. إلى ارتباط أسلوب المجابهة "البحث عن المساندة الاجتماعية" إيجابياً بأسلوب التفكير الخارجي، وسلبياً بأسلوب التفكير الداخلي، وفي المقابل ارتبط أسلوب المجابهة القائم على التخطيط لحل المشكلة إيجابياً بأسلوب التفكير القائم على البحث عن الجديد، في حين لم يرتبط أسلوب التجنب في المجابهة بأي أسلوب من أساليب التفكير، وارتبطت المجابهة المتضمنة إعادة تقييم إيجابي، بأساليب التفكير القائم على التخيل، وتوصلت الدراسة أنه يمكن تفسير قدر من التباين يصل إلى ٤١% من التباين في أساليب المجابهة باستخدام أساليب التفكير.

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

الفروق بين نوع الجنسين في أساليب المجابهة

توصلت العديد من الدراسات إلى نتائج متضاربة حول الفروق بين الذكور والإناث في أساليب المجابهة الأكثر استخداماً، فقد توصلت دراسة كرونكيت وموس Cronkite and Moos (1984) إلى أن الإناث يملن إلى استخدام المجابهة الإجمامية، وأكد ماك كراي (1984) هذه النتيجة، إلا أن موس (1992) وجد أنهن أكثر اعتماداً على الأساليب الإقدامية، وتوصلت دراسات أخرى إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في أسلوب المجابهة الإقدامية (e.g., Gomez, 1996)، والمجابهة الإجمامية (e.g., Phelps & Jarvis, 1994).

تناولت عدد من الدراسات (e.g., Li, DiGiuseppe, & Froh, 2006) الفروق بين الجنسين في أساليب المجابهة في إطار تصنيف المجابهة إلى مجابهة متمركزة حول المشكلة مقابل مجابهة متمركزة حول الانفعال، فقد توصلت دراسة لي وآخرون (2006) Li et al. إلى أن الإناث يملن أكثر من الذكور إلى إظهار أساليب مجابهة إجترارية تركز أكثر على الانفعال، بينما يفضل الذكور المجابهة المتمركزة حول المشكلة مثل التخطيط وإعادة التقييم الإيجابي. كما أظهرت نتائج دراسة بلانشيرل، بولوجنين وهالفون (1998) Plancherel, Bolognin and Halfon أن الإناث يستخدمن أكثر العلاقات الاجتماعية وتفرغ الانفعالات و الاعتماد على الذات ويظهر الذكور استخداماً أكثر للترفيه. توصل فيليبس وجارفز (1994) Phelps and Jarvis إلى ميل الإناث إلى استخدام المجابهة المتمركزة حول الانفعال، والمساندة الاجتماعية أكثر من الذكور، فالمساندة الاجتماعية ربما تساعد الفتاة أن تتعامل مع شعورها بالضعف بطريقة أكثر فائدة.

توصل كارفر وآخرون (1989) Carver et al. إلى أن الذكور أكثر استخداماً لأسلوب تعاطي الكحول والعقاقير النفسية من الإناث اللاتي يستخدمن أساليب التركيز والتنفيس الانفعالي، والبحث عن الدعم الاجتماعي الانفعالي والوسيلي أكثر من الذكور، على الجانب الآخر، توصلت دراسة إلهام خليل وأمنية الشناوي (٢٠٠٥) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في أساليب المجابهة باستثناء أسلوب المزاح والذي ظهرت فروق دالة إحصائياً بين الجنسين على هذا البعد لصالح الذكور.

فروض الدراسة

وفي ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين نوع الجنسين في درجاتهم على قائمة أساليب المجابهة.

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند ٠,٠٥ بين درجات الطلاب على قائمة أبعاد الشخصية ودرجاتهم على قائمة أساليب التفكير.
- لا تسهم درجات الطلاب على قائمة أساليب التفكير بدرجة أكبر مما تسهم به درجاتهم على قائمة أبعاد الشخصية في التنبؤ بدرجاتهم على قائمة أساليب المجابهة.

إجراءات الدراسة

أولاً: العينة

تكونت عينة الدراسة من ٢٤١ طالباً (١١٧ طالباً، ١٢٤ طالبة) من بين طلاب الفترتين الثالثة ١٢٨ والرابعة ١١٣ مقسمين إلى ١٠٢ بالأقسام الأدبية (٥٠ طالباً و ٥٢ طالبة) و١٣٩ بالأقسام العلمية (٦٧ طالباً، ٧٢ طالبة) بكلية التربية جامعة الإسكندرية، وقد تراوحت أعمار عينة الذكور بين ١٨ إلى ٢٣ عاماً بمتوسط عمر زمني ٢٠,٤٠ عاماً وانحراف معياري ١,١١ عاماً، في حين تراوحت أعمار عينة الإناث بين ١٧ إلى ٢٣ بمتوسط عمر زمني ١٩,٨٩ وانحراف معياري ٠,٩٧ عاماً.

ثانياً: إجراءات التطبيق

تم تطبيق أدوات الدراسة في مجموعات تراوح حجمها بين ٢٥ إلى ٣٥ طالباً، أثناء التطبيق العملي بمعمل علم النفس بكلية التربية جامعة الإسكندرية وذلك في الفصلين الأول والثاني من العام الجامعي ٢٠٠٧-٢٠٠٨م، وقد قام الباحث الثاني بتطبيق تلك الأدوات بالتعاون مع المعيدتين والمدرسين المساعدين بالقسم. وقد استغرق تطبيق الأدوات جلستين استغرقت كل جلسة ٣٠ دقيقة، تم في الجلسة الأولى تطبيق مقياسي أساليب المجابهة وأساليب التفكير، وتم تطبيق استبان الشخصية في الجلسة الثانية، وذلك بسبب الطول النسبي لمقياس الشخصية مقارنة بالمقياسين الآخرين.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

تضمنت أدوات الدراسة ثلاثة مقياس هم كما يلي:

أولاً: قائمة عوامل الشخصية الخمسة لكوستا ومكراي ترجمة وإعداد فيصل يونس وإلهام خليل (٢٠٠٧)

تتكون القائمة في صورتها العربية من ٢٠٨ مفردة تقيس خمسة أبعاد رئيسة هي: العصائية: ويمثل البعد المضاد للثبات الانفعالي، ويتكون من القلق والعدائية والاكتئاب، والوعي بالذات والاندفاعية.

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

الانبساطية: وينطوي على الدفاع، وحب التجمع، والتوكيدية، والنشاط، والبحث عن الإثارة، والانفعالات الإيجابية.

الانفتاح على الخبرة: ويضم سمات الخيال، وتذوق الجماليات، والمشاعر والأفعال، والأفكار، والقيم.

المسايرة: وسماته هي الثقة، والاستقامة، والإيثار، والانصياع، والتواضع، والليونة.

يقظة الضمير: وتدرج تحته سمات الكفاءة والنظام والإحساس بالمسؤولية والاجتهاد في الإنجاز، والانضباط.

قام فيصل يونس وإلهام خليل (٢٠٠٧) بتقنين القائمة على عينة مكونة من ٥٤١ طالباً (٢٥٢ ذكراً و٢٨٩ أنثى) من طلبة وطالبات كلية آداب القاهرة (١٢٦ طالباً) وآداب المنوفية (٢٩٠ طالباً) و تربية كفر الشيخ (١٢٥ طالباً)، وقد استخدمنا طريقة ألفا كرونباك لحساب معامل ثبات أبعاد القائمة وقد كانت قيم معاملات الثبات للأبعاد الرئيسية كما يلي: العصابية (٠,٧٩) و الانبساط (٠,٦٨)، و الانفتاح على الخبرة (٠,٤٨)، و المسايرة (٠,٦٨) و يقظة الضمير (٠,٨٥) وهي جميعاً قيم مقبولة باستثناء بعد الانفتاح على الخبرة. كما تم التحقق من صدق القائمة باستخدام التحليل العاملي باستخدام طريقة المكونات الأساسية وتدوير المحاور تدويراً متعامداً واستخدم محك الجذر للكامن أكبر من الواحد لتحديد عدد العوامل، وقد أظهرت النتائج وجود خمسة عوامل رئيسية، مما يشير إلى تطابق البناء العاملي للقائمة المعربة مع النسخة الأجنبية للقائمة مما يدل على تمتع القائمة بدرجة عالية من الصدق.

وللتحقق من ثبات القائمة في عينة الدراسة الحالية قام الباحثان بحساب ثبات القائمة على عينة مكونة من ٧٠ طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية باستخدام طريقة ألفا كرونباك وقد كانت قيم معاملات الثبات بالنسبة لبعدها العصابية (٠,٥٧) و الانبساط (٠,٧١)، و الانفتاح على الخبرة (٠,٥٢)، و المسايرة (٠,٦٤) و يقظة الضمير (٠,٧٤)، وهي جميعاً قيم متوسطة إلى جيدة مما يشير إلى تمتع القائمة بخصائص سيكومترية جيدة تجعلها صالحة للاستخدام في الدراسة الحالية.

ثانياً: قائمة المجابهة COPE Inventory

قام بإعداد هذه القائمة كارفر وآخرون (Carver et al. 1989) وقامت إلهام خليل وأمنية الشناوي (٢٠٠٥) بترجمة وتعريب القائمة، وتتكون القائمة من ٦٠ بنداً لقياس خمسة عشر أسلوباً من أساليب المجابهة:

إعادة التفسير الإيجابي والنمو Positive reinterpretation and growth ويهدف إلى

إدارة انفعالات الناتجة عن الضغط أكثر من التعامل مع الحدث الضاغط نفسه.

الانفصال الذهني Mental disengagement وهو يحدث من خلال مدى واسع من النشاطات يؤدي إلى إلهاء الشخص عن التفكير في البعد السلوكي للموقف (مثل أحلام اليقظة). التركيز والتفيس الانفعالي Focusing and vending of emotions يهدف إلى التفيس عن المشاعر المصاحبة للموقف وقد يكون هذا الأسلوب مفيداً في بعض المواقف المشحونة انفعالياً. استخدام المساندة الاجتماعية الوسيطة Use of instrumental social Support ويعني البحث عن نصيحة أو معلومات، ومن هنا يكون هذا الأسلوب أحد النماذج المتمركزة حول المشكلة. المجابهة النشطة Active coping وهي محاولة التغلب بالحيلة على الضغط أو التخفيف من تأثيره وهي تتضمن فعلاً مباشراً أو محاولة المجابهة بطريقة تدريجية. الإنكار Denial وهو التقرير برفض الاعتقاد بوجود الحدث والضغوط ومحاولة التصرف كما لو كان الحدث غير واقعي.

المجابهة الدينية Religious coping ويقصد بها هنا اللجوء إلى الدين في أوقات الضغط وذلك لأن الدين يعتبر مصدراً للمساندة الوجدانية وأداة للعبور إلى أساليب فعالة أخرى مثل المجابهة النشطة.

الانفصال السلوكي Behavioral Disengagement ويعني انخفاض جهود الفرد للتعامل مع الضغط والكف عن محاولة الوصول إلى الأهداف والتي يمكن أن تضعف من شدة الحدث والضغوط، ويتوقع حدوث الانفصال السلوكي عند توقع ضلالة عائدات المجابهة. الكبح (التحفظ) Restraint: وهي استجابة وظيفية ضرورية أحياناً لمجابهة الضغط، حيث يكون الكبح هنا بمثابة انتظار حتى تحين الفرصة المناسبة لمجابهة الموقف بالضغوط. استخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية Use of emotional social support : وهي وجه من المجابهة المركزة حول الانفعال حيث البحث عن التعاطف والتفهم الانفعالي من الآخرين. استخدام المواد النفسية Substance use: وهو اللجوء إلى العقاقير للهروب من الموقف المثير للمشقة.

التقبل Acceptance: وهو عكس الإنكار ويعتبر استجابة مجابهة فعالة حيث يقبل الفرد لواقع الموقف والضغوط ومحاولة التعامل معه.

إخماد الأنشطة المتنافسة Suppression of competing activities: ويعني وضع بعض الموضوعات والنشاطات جانباً حتى يتسنى للفرد مجابهة الموقف بالضغوط. التخطيط Planning: وهو التفكير في كيفية مجابهة الضغط، وهو يحدث أثناء التقدير الثانوي للمشكلة.

المزاح Humor: ويعني المزاح على عناصر الموقف مما يحد من المصاحبات الانفعالية له.

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

وقد قام كارفر وآخرون بحساب ثبات القائمة بعدة طرق منها إعادة التطبيق على عينتين: إحداهما ٨٩ طالباً وطالبة وتراوحت معاملات الارتباط بين التطبيقين ٠,٤٦ و ٠,٨٦، بينما كانت العينة الثانية ١١٦ طالباً وطالبة وتراوحت معاملات الارتباط بين ٠,٤٢ و ٠,٨٩، وباستخدام ألفا كرونباك على عينة من ٩٧٨ فرداً تراوحت القيم بين ٠,٦٢ و ٠,٩٢، ما عدا الانفصال الذهني كان ٠,٤٣، كما قام كارفر وآخرون بالتحقق من صدق القائمة باستخدام التحليل العاملي والذي أظهر وجود ١٤ عاملاً، ثم أجرى زوكرمان وجاجن (2003) Zuckerman and Gagne إجراء بعض التعديلات على القائمة ثم تحليلاً عاملياً لاستجابات ٧٤٦ من طلبة الجامعة، وتوصلاً إلى خمسة عوامل رئيسية هي: مساعدة الذات، والتقرب، والعمل على إشباع الحاجات للشعور بالاطمئنان، والتجنب ومعاقة الذات.

قامت إلهام خليل وأمنية الشناوي (٢٠٠٥) بالتحقق من ثبات المقياس بحساب معاملات ألفا كرونباك على عينة مكونة من ٣٢٧ (٤٩ طالباً، ٢٧٨ طالبة) من كلية الآداب جامعة المنوفية، تتراوح أعمارهم ما بين ١٧-٢٣ سنة، وقد تراوحت قيم معاملات الثبات بين (٠,٣١) لأسلوب التحفظ، و ٠,٧٧، لأسلوب استخدام المواد النفسية، كما قامت الباحثتان بالتحقق من صدق القائمة باستخدام التحليل العاملي التحقيقي والذي أظهر على أن النموذج لا يتطابق مع البيانات، مما دفعهما إلى استبعاد بنود بعد التقبل لانخفاض قيمة معامل الثبات وانخفاض قيم تشبعات البنود الخاصة بهذا العامل.

قام الباحثان في الدراسة الحالية بحساب ثبات أبعاد قائمة المجابهة على عينة مكونة من ٧٠ طالباً وطالبة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، ويوضح جدول (١) قيم معاملات الثبات، وكما يتضح من جدول (١) أن قيم معاملات ثبات أبعاد القائمة تراوحت بين ٠,٦١، لأسلوب التحفظ، و ٠,٨٠، لأسلوب التخطيط، وهي قيم متوسطة إلى مرتفعة، مما يجعلنا نحكم على تمتع القائمة بخصائص سيكومترية جيدة تجعلها صالحة للاستخدام في الدراسة الحالية.

جدول (١) معاملات ثبات قائمة المجابهة باستخدام طريقة ألفا كرونباك

أبعاد قائمة المجابهة	معامل ألفا كرونباك
إعادة التفسير الإيجابي والنمو	٠,٦٦
الانفصال الذهني	٠,٦٨
التركيز والتفكير الانفعالي	٠,٦٧
استخدام المساندة الاجتماعية الوسيطة	٠,٧٤
المجابهة النشطة	٠,٦٨

٠,٦٦	الإنكار
٠,٦٦	المجابهة الدينية
٠,٧٧	المزاح
٠,٦٨	الانفصال السلوكي
٠,٦١	التحفظ
٠,٧٨	استخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية
٠,٧٢	استخدام المواد النفسية
٠,٦٧	التقبل
٠,٦٥	قمع الأنشطة التنافسية
٠,٨٠	التخطيط

ثالثاً: قائمة أساليب التفكير Thinking Styles Inventory

أعد هذه القائمة في الأصل الأجنبي كل من سترنبرج وواجنر Sternberg and Wagner (1991)، وقام بترجمتها وتعريبها عبدالعال عجوة ورضا أبو سريع (١٩٩٩) لقياس ثلاثة عشر أسلوباً من أساليب التفكير استنداً إلى ما كشفت عنه نظرية السيطرة الذاتية العقلية Mental Self Government، وتتألف القائمة من ٦٥ مفردة يتم الإجابة عنها بطريقة ليكرت من سبعة مستويات، ويتم قياس كل أسلوب تفكير من خلال خمس مفردات موزعة عشوائياً داخل القائمة، ويعطي كل أسلوب درجته من خلال جمع درجات مفرداته، وبذلك تكون أقل درجة ٥ وأكبر درجة ٣٥.

أظهرت النسخة الأصلية للقائمة معاملات ثبات تراوحت بين ٠,٦٦ إلى ٠,٩٢، كما تم تقدير معاملات الصدق الداخلي للقائمة من خلال حساب معاملات الارتباط الثنائي والتحليل العاملي، وقد أظهرت معاملات القائمة أن أساليب التفكير الثلاثة عشر ارتبطت بنفس الصورة المتوقعة وفقاً لنظرية السيطرة الذاتية العقلية، كما أن التحليل العاملي للأساليب الثلاثة عشر أنتجت خمسة عوامل، فسرت ٦٨,٣% من التباين في أساليب التفكير (Balkis, Isiker, 2005). وقد تم التحقق من صدق القائمة في صورتها العربية من خلال الاتساق الداخلي وذلك على عينة مكونة من ٢٠٠ طالباً وطالبة بالفرقة الثالثة بكلية التربية بينها، وقد وجد الباحثان أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، وتم حساب الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباك وكانت قيم معاملات الثبات في الحالتين دالة.

وفي الدراسة الحالية قام الباحثان بحساب ثبات القائمة باستخدام طريقة ألفا كرونباك على عينة

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

مكونة من ٧٠ طالباً وطالبة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، وكانت جميع قيم معاملات الثبات متوسطة إلى مرتفعة، ويوضح جدول (٢) قيم معاملات ثبات أبعاد القائمة.

جدول (٢) معاملات ثبات قائمة أساليب التفكير باستخدام طريقة ألفا كرونباك

الأسلوب	ثبات	التفكير	الكل	المط	المر	الافتقار	الرمي	المنا	المنا	التقضي	داخلي	خارجي
قيمة ألفا	٠,٦٠	٠,٦٤	٠,٧٤	٠,٦٠	٠,٦٨	٠,٧٠	٠,٦٣	٠,٦٧	٠,٦٤	٠,٦١	٠,٦٣	٠,٧٤

مصطلحات الدراسة

أبعاد الشخصية Personality Dimensions

مجموعة من السمات الكبرى للخصائص السلوكية التي تميز الفرد عن غيره من الأفراد وهي: العصابية، الانبساطية، المسايرة، الانفتاح على الخبرة، وبقطة الضمير، ويعبر عنها في هذه الدراسة من خلال درجات الأفراد على مقياس العوامل الخمسة للشخصية لكوستا ومكراي Costa and McCrae (1992) وتعريب فيصل يونس وإلهام خليل (٢٠٠٧).

أساليب التفكير Thinking styles

يقصد بها الطرق التي يتبعها الأفراد في توظيف ذكائهم وقدراتهم، أو هي طريقة الفرد في توجيه العقل والطرق المفضلة في استغلال وتوظيف الذكاء، وتقاس في الدراسة الحالية بمقياس أساليب التفكير الذي قام بإعداده سترنبرج وواجنر (Sternberg and Wagner, 1991)، وقام بتعريبه عبد العال عوجة ورضا أبو سريع (١٩٩٩).

أساليب المجابهة Coping Styles

مجهودات مستمرة لإحداث تغييرات معرفية وسلوكية بهدف التحكم في مواقف أو مطالب حياتية محددة خارجية أو داخلية، تدرك على إنها شديدة الوطأة (مثيرة للمشقة) أو أكبر من إمكانيات الفرد، ويقاس في الدراسة الحالية بمقياس قائمة المجابهة من إعداد كارفر، شاير، ووينتروب (Carver et al., 1989)، تعريب إلهام خليل وأمنية الشناوي (٢٠٠٥).

النتائج ومناقشتها

نتائج التحقق من الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين نوع الجنسين في درجاتهم على قائمة أساليب المجابهة" لاحتبار صحة هذا الفرض استخدم الباحثان اختبار هوتلنج T Hotelling T والذي يعد

صورة عامة من اختبارات في حالة المقارنة بين أكثر من متغير، مع احتمالية وجود ارتباط بين هذه المتغيرات، ونظراً لأننا نقارن بين خمسة عشر بعداً من أبعاد المجابهة، كما أنه يفترض وجود ارتباط بين تلك الأساليب، فقد استخدم اختبار هوتلنج ت لدلالة الفروق بين مجموعتين على مجموعة من المتوسطات.

جدول (٣) قيم و لكس لامدا و ف لاختبار دلالة الفروق بين نوع الجنسين في أساليب المجابهة

الإحصاء	القيمة	ف	درجة الحرية البسط	درجة حرية المقام	مستوى الدلالة
ولكس لامدا	٠,٨٢	٣,٠٨	١٥	٢٢٥	٠,٠٠٠١

جدول (٤) قيمة ت ومستوى الدلالة وحجم التأثير

للفروق بين نوع الجنسين في أساليب المجابهة

أسلوب المجابهة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	حجم التأثير
إعادة التفسير الإيجابي والنمو	١٢٤	١٣,٠٧	٢,٤٠	٠,٣٥	٠,٧٢	٠,٠٥
	١١٧	١٣,١٧	١,٨٧			
الانفصال الذهني	١٢٤	١٠,٠٢	٢,٥٧	٢,٦٣	٠,٠٠٩	٠,٣٤
	١١٧	٩,١٩	٢,٣٤			
التركيز والتفيس الانفعالي	١٢٤	١١,٦٩	٢,٥٥	٣,٢٣	٠,٠٠١	٠,٤٢
	١١٧	١٠,٧١	٢,١٤			
استخدام المساندة الاجتماعية الوسيطة	١٢٤	١٢,٢٣	٣,٠٥	٠,٥٩	٠,٥٦	٠,٠٨
	١١٧	١٢,٤٤	٢,٦٨			
المجابهة النشطة	١٢٤	١٢,٣٤	٢,١٤	٠,٧٤	٠,٤٦	٠,١٠
	١١٧	١٢,٥٤	٢,٣٤			
الإنكار	١٢٤	٧,٣٨	٢,٧٣	٠,٧٦	٠,٤٥	٠,١٠
	١١٧	٧,١٣	٢,٣٨			
المجابهة الدينية	١٢٤	١٤,٢٨	١,٦٦	٠,٥٧	٠,٥٧	٠,٠٧
	١١٧	١٤,١٥	١,٨٤			

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

المزاج	الإناث	١٢٤	٧,٦٢	٢,٨٨	٣,٥٩	٠,٠٠١	٠,٤٦
	الذكور	١١٧	٩,٠٠	٣,٠٩			
الانفصال السلوكي	الإناث	١٢٤	٦,٩٩	٢,٢٤	١,٢٥	٠,٢١	٠,١٦
	الذكور	١١٧	٦,٢٥	٢,١٢			
التحفظ	الإناث	١٢٤	١٠,٥٦	٢,٤٤	٠,٢٤	٠,٨١	٠,٠٣
	الذكور	١١٧	١٠,٤٨	١,٩٤			
استخدام المساندة الاجتماعية لانفعالية	الإناث	١٢٤	١١,٦٥	٣,٤٥	٠,٨٨	٠,٣٨	٠,١٤
	الذكور	١١٧	١٢,٠٢	٢,٩٢			
استخدام المواد النفسية	الإناث	١٢٤	٤,٢٧	١,٠٨	٢,٢٣	٠,٠٣	٠,٢٩
	الذكور	١١٧	٤,٥٧	١,٦١			
التقبل	الإناث	١٢٤	١٠,٣٣	٢,٤٨	٠,٣٥	٠,٧٣	٠,٠٥
	الذكور	١١٧	١٠,٧٧	٢,٢٧			
قمع التنافسية	الإناث	١٢٤	٩,٥٩	٢,٥٦	٢,١٣	٠,٠٣	٠,٢٨
	الذكور	١١٧	١٠,٢٣	٢,٠٨			
التخطيط	الإناث	١٢٤	١٢,١٩	٢,٩٤	١,٤٣	٠,١٥	٠,١٩
	الذكور	١١٧	١٢,٧١	٢,٦٥			

يتضح من جدول (٣) أن هناك تأثير دال إحصائياً للجنس على أساليب المجابهة، فقد كانت قيمة ف داله إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، مما يدل على عدم تحقق الفرض الأول من فروض الدراسة، فهناك فروق بين الجنسين في أسلوب واحد أو أكثر من أساليب المجابهة، ولتحديد مصدر هذه الفروق استخدم الباحثان اختبار ت t-test لدلالة الفروق بين متوسط مجموعتين، وقد أظهرت النتائج في جدول (٤) أن المجابهة الدينية تمثل أكثر أساليب المجابهة انتشاراً بين طلاب الجامعة، وأن استخدام المواد النفسية تمثل أقل أساليب المجابهة استخداماً بين طلاب الجامعة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في عشرة أساليب من أساليب المجابهة، في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث في أسلوب الانفصال الذهني والتركيز والتنغيس الانفعالي، في حين هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور في أساليب المزاج و استخدام المواد النفسية و قمع الأنشطة التنافسية، وعلى الجانب الآخر فقد كانت قيم حجم التأثير منخفضة إلى أقل من المتوسط (أقل من ٠,٥) مما يدل على عدم وجود دلالة تطبيقية للفروق بين نوع الجنسين، وأن الدلالة الإحصائية قد ترجع إلى كبر حجم العينة إلى حد ما. تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت

إليه دراسة فرايدنبيرج ولويس (1991) Frydenberg and Lewis ودراسة كارفر وآخرون (1984) Carver et al. ودراسة إلهام خليل وأمنية الشناوي (٢٠٠٥)، كما يتفق مع ميل الإناث إلى استخدام أساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال مثل التركيز والتفيس الانفعالي، في حين يميل الذكور إلى استخدام أساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة مثل قمع الأنشطة التنافسية، ويمكن تفسير تلك النتيجة في إطار أساليب التنشئة الاجتماعية التي تؤثر في معتقدات الفرد حول ذاته، حيث تفترض التنشئة الاجتماعية أن الذكور والإناث يتم تنشئهم ليستجيبوا إلى الضغوط بطرق مختلفة، فالذكور يتم تنشئتهم لكي يكونوا أكثر نشاطا، مستقلين، متوجهين نحو الأهداف. على الجانب الآخر يتم تنشئة الفتاة لتكون أكثر سلبية ومعتمدة و موجهة نحو الانفعال. هذه التوقعات وأنماط الأدوار المرتبطة بنوع الجنس تشجع الفتيات على ضبط مشاعرهن السلبية باستخدام المساندة الاجتماعية أو المجابهة المتمركزة حول الانفعال، وفي المقابل يجب أن يقاوم الذكور الضغوط بتوظيف استراتيجيات موجهة نحو المشكلة (Yen, 2008).

نتائج التحقق من الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على "وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند ٠,٠٥ بين درجات الطلاب على قائمة أبعاد الشخصية ودرجاتهم على قائمة أساليب التفكير"

لاختبار صحة الفرض الثاني استخدم الباحثان معامل الارتباط القانوني (متعدد المتغيرات) Canonical Correlation بين أبعاد الشخصية وأساليب التفكير، ويعد معامل الارتباط القانوني صورة عامة لمعامل الارتباط الثنائي (الارتباط بين متغيرين) ومعامل الارتباط المتعدد (الارتباط بين متغير ومجموعة من المتغيرات)، حيث يعتمد على إيجاد قيمة معامل الارتباط بين مجموعتين من المتغيرات تتكون كل مجموعة من متغيرين أو أكثر، ويعطى عدد من معاملات الارتباط التي لا تزيد عددها على عدد المتغيرات المجموعة في أصغر المجموعتين، ففي حالة مجموعتين تحتوي الأولى على ثلاثة متغيرات والثانية على خمسة متغيرات، فإن قيم معاملات الارتباط لا تزيد عن ثلاثة، وتعتمد فكرة الارتباط القانوني على تكوين تركيبة خطية من المتغير الأول وتركيبية خطية من المتغير الثاني بحيث تكون قيمة معامل الارتباط بينهما أكبر ما يمكن، وفي الخطوة الثانية يتم تكوين تركيبتين خطيتين من مجموعي المتغيرات الأولى والثانية مستقلة عن التركيبتين الخطيتين اللتان تم تكوينهما في الخطوة الثانية بحيث تكون قيمة معامل الارتباط بينهما أكبر ما يمكن ولكن تكون أقل من نظيرتها في الخطوة الأولى وهكذا (Tabachnick & Fidel, 2001).

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

جدول (٥) الأوزان النسبية ومعاملات الارتباط لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير.

الإناث		الذكور				أبعاد الشخصية
العامل الأول		العامل الثاني		العامل الأول		
الارتباط المتعدي	الأوزان المعيارية	الارتباط المتعدي	الأوزان المعيارية	الارتباط	الأوزان المعيارية	
٠,٠٧-	٠,٠٨	٠,١٤	٠,٢٨	٠,٢٣-	٠,٧١-	العصابية
٠,٢٧-	٠,٥١-	٠,٠٧	٠,٣٧-	٠,١٤	٠,٠٣-	الانبساط
٠,٢٠-	٠,٣٤-	٠,١٢-	٠,٨٧-	٠,٣٦	٠,٤٥	الانفتاح على الخبرة
٠,١٧-	٠,٥٩-	٠,٢٧	٠,٨٩	٠,٢٦	٠,٠٦	المسايرة
٠,١٩	٠,٨٠	٠,٢٣	٠,٤٨	٠,٤٢	٠,٦٠	يقظة الضمير
						<u>أساليب التفكير</u>
٠,٠٢	٠,٢٩-	٠,٠٧-	٠,٤٤-	٠,٣٣	٠,١٢	تشريعي
٠,٣٠	٠,٦٤	٠,٣١	٠,٥٨	٠,٣٤	٠,٣١	تنفيذي
٠,١٣	٠,٠٣-	٠,٠٨	٠,٠٢	٠,٤١	٠,١٣	حكمي
٠,١٠	٠,١٧	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٢٧	٠,١٩	كلي
٠,٠٧	٠,٠٢	٠,١٢	٠,٢٥	٠,٢١	٠,٠٤	محلي
٠,٠٧	٠,١٧-	٠,١٥-	٠,٣٥-	٠,٤٦	٠,٢٢	متحرر
٠,٠٩	٠,٢٢-	٠,٢٥	٠,٠٥	٠,٠٨-	٠,٢٨-	محافظ
٠,٣٥	٠,٨٠	٠,٠٧	٠,٢٢	٠,٤٧	٠,٣٨	هرمي
٠,١٦	٠,٢٩	٠,١٩	٠,٠٣	٠,١٣	٠,١٥-	ملكي
٠,٠٠	٠,٤٤-	٠,١١-	٠,٣٥-	٠,٢٦	٠,١٤	أقلي
٠,٠٣	٠,١٢-	٠,١٩	٠,٥٥	٠,٢٠	٠,٠٨	القوضوي
٠,١١-	٠,٢٢-	٠,٠٠-	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٣	داخلي
٠,١٣	٠,٠٤	٠,٠١-	٠,١٢-	٠,٣٧	٠,١٤	خارجي

جدول (٦) معاملات الارتباط الثنائي بين أبعاد الشخصية وأساليب التفكير عينتي الذكور والإناث.

البعد	العصابية	الانسياس	الافتتاح على الخبرة	المسايرة	يقظة الضمير
تشريعي	الإناث	٠,٠٧-	٠,١٠	٠,١٣	٠,١٥
	الذكور	٠,١٠-	٠,١٧	**٠,٢٧	*٠,٢٣
تفذيذ	الإناث	٠,٠٨	*٠,١٩-	٠,٠٨-	٠,١٤
	الذكور	٠,٠٩-	٠,١٠-	٠,٠٢-	**٠,٢٨
حكمي	الإناث	٠,٠١-	٠,٠٣	٠,١٤	**٠,٢٤
	الذكور	٠,١٠-	٠,٠٦	**٠,٢٨	٠,٣٣
كلي	الإناث	٠,٠٦	٠,٠٦	٠,١١-	٠,١٢
	الذكور	٠,١١-	٠,٠٢	٠,١٥	*٠,٢٠
محلي	الإناث	٠,٠٦-	٠,٠٤-	٠,١٣	٠,١٤
	الذكور	٠,٠٣-	٠,١٤	٠,٠٥	**٠,٢٧
متحرر	الإناث	٠,٠٦	٠,١٢	*٠,٢١	**٠,٢٨
	الذكور	٠,١٦-	٠,٠٧	***٠,٣٧	**٠,٢٨
محاظ	الإناث	*٠,١٩	٠,٠٣-	٠,٠١	٠,٠٦
	الذكور	*٠,١٩	٠,١٢	٠,٠٤-	٠,١٢
هرمي	الإناث	٠,٠٤-	٠,٠٦-	٠,٠١	٠,٢٨**
	الذكور	٠,١١-	٠,١٦	**٠,٣١	***٠,٤١
ملكي	الإناث	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٠١	*٠,٢٠
	الذكور	٠,١٥	٠,١١	٠,١٤	**٠,٢٧
أقلي	الإناث	٠,١١	٠,١٥	٠,٠٣	٠,١٢
	الذكور	٠,١٦-	٠,١٠	٠,١٨	٠,١٢
الفوضوي	الإناث	٠,١٥	٠,١٦	*٠,١٩	**٠,٢٧
	الذكور	٠,٠٥	٠,١٠	٠,١٨	*٠,٢٣
داخلي	الإناث	٠,٠٧	٠,١٣	٠,١٣	٠,٠٢
	الذكور	٠,١٦	٠,١٧	٠,١٨	٠,١٠
خارجي	الإناث	٠,١٢-	٠,٠٩-	٠,٠٢	٠,٠٩
	الذكور	٠,١٨-	٠,١٢	*٠,١٩	**٠,٢٦

* دال عند مستوى ٠,٠٥ ** دال عند مستوى ٠,٠١ *** دال عند مستوى ٠,٠٠١

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

وقد أظهرت النتائج تحقق الفرض الثاني، فقد وجد أن قيم معامل الارتباط الأول (٠,٦٢)، والثاني (٠,٤٧). كانتا دالتين في عينة الذكور ويفسران ٦٩,٩٠ % من التباين المشترك بين أساليب التفكير وأبعاد الشخصية، في حين كانت قيمة معامل الارتباط الأول (٠,٥١) فقط دال في عينة الإناث ويفسر ٣٩,٣ % من التباين بين مجموعتي المتغيرات، وكما يتضح من جدول (٥) أن قيم الأوزان النسبية المعيارية لأبعاد الشخصية إسهام بُد يقظة الضمير إيجابياً في التركيبة الخطية للعامل الأول في عينة الذكور والإناث، في حين أسهم بعد العصابية سلبياً في التركيبة الخطية للعامل الأول في عينة الذكور فقط، وأسهم الأسلوب الهرمي والتنفيذي إيجابياً في التركيبة الخطية للعامل الأول في عينة الذكور والإناث، ومن بين أبعاد الشخصية، أسهم بعد المسابرة إيجابياً والانفتاح على الخبرة سلبياً في التركيبة الخطية للعامل الثاني في عينة الذكور، ومن بين أساليب التفكير أسهم أسلوب التفكير التنفيذي والمحافظ إيجابياً في التركيبة الخطية للعامل الثاني.

كما يتضح من جدول (٦) انخفاض قيم معاملات الارتباط بين أبعاد الشخصية وأساليب التفكير، فمن بين ٦٥ معامل ارتباط اثنتا عشرة معامل ارتباط كانت دالة إحصائياً في عينة الإناث، ثمانية منهم فقط زادت قيمتهم عن $\pm 0,20$ ، بينما وجد تسعة عشر معامل ارتباط دال إحصائياً في عينة الذكور، منهم خمس عشر زادت قيمتهم عن $\pm 0,20$ ، وكانت أعلى قيمة لمعامل الارتباط $0,28$ في عينة الإناث، و $0,41$ في عينة الذكور. تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة زانج و هيانج Zhang and Huang (2001) ودراسة زانج Zhang (2002c) ومع فكرة التداخل الجزئي بين أساليب التفكير وسمات الشخصية دون أن تصبح أساليب التفكير فئة فرعية من أبعاد الشخصية.

كما يتضح من جدول (٦) ارتباط العصابية إيجابياً بأسلوب التفكير المحافظ، بينما ارتبطت الانبساطية سلبياً بأسلوب التفكير التنفيذي، في حين ارتبط الانفتاح على الخبرة إيجابياً بأساليب التفكير التشريعية و الحكمية والمتحررة والهرمية والفوضوية، وارتبطت المسابرة إيجابياً بأساليب التفكير التنفيذية والهرمية، الحكمية، الأقلية، والفوضوية، وبالمثل ارتبط يقظة الضمير إيجابياً بأساليب التفكير: التشريعية و التنفيذية والحكمية، والكلية، والمحلية، والهرمية، والملكي، والفوضوي، والخارجي، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسات زانج Zhang (2002a, 2002b, 2006)، ونتائج دراسة فيجل ووالهوفد Fjell and Walhovd, (2004)، كما تتفق نتائج الدراسة مع فكرة ارتباط العصابية سلبياً بالنوع الأول من أساليب التفكير التي تتطلب توليداً للأفكار الابتكارية ومستوى مرتفع من التعقيد المعرفي، وإيجابياً بالنوع الثاني الذي يتطلب عمليات معرفية بسيطة، وعدم اتساق نتائج الارتباطات بالنوع الثالث، كما تتفق نتائج الدراسة مع ارتباط المسابرة سلبياً بأسلوب التفكير المتحرر، وارتباط يقظة الضمير إيجابياً بمعظم أساليب التفكير.

نتائج الإجابة عن الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث "لا تسهم درجات الطلاب على قائمة أساليب التفكير بدرجة أكبر مما تسهم به درجاتهم على قائمة أبعاد الشخصية في التنبؤ بدرجاتهم على قائمة أساليب المجابهة".
 لاختبار صحة الفرض الثالث استخدم الباحثان تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بأساليب المجابهة باستخدام أبعاد الشخصية وأساليب التفكير، وكما يتضح من جدول (٧) فإنه أمكن التنبؤ بجميع أساليب المجابهة ما عدا أسلوب التنبؤ والمزاح في عينة الذكور، فقد كان مقدراً التباين المفسر في البعدين غير دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، بينما أمكن التنبؤ بجميع أساليب المجابهة في عينة الإناث باستخدام أبعاد الشخصية وأساليب التفكير. تراوحت قيم التباين المفسر في عينة الذكور بين ٣% إلى ٣١%، وفي عينة الإناث بين ١٠% إلى ٤٨%.

جدول (٧) مربع معامل الارتباط المتعدد وقيمة ف ومستوى الدلالة والإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب المجابهة.

أساليب المجابهة	النوع	ر ^٢	قيمة ف	مستوى الدلالة	المتغيرات (الوزن النسبي)
إعادة التفسير الإيجابي والنمو	الإناث	٠,٣٦	٢٢,٩١	٠,٠٠١	يقظة الضمير (٠,٠٤) الهرمي (٠,٢٠) الفوضوي (٠,١٠)
	الذكور	٠,١٩	٢٦,٣٥	٠,٠٠١	يقظة الضمير (٠,٠٦)
الانفصال الذهني	الإناث	٠,١٥	١٠,٩٨	٠,٠٠١	الانبساط (٠,٠٥) الهرمي (-٠,١١)
	الذكور	٠,١٥	٦,٨٥	٠,٠٠١	الانفتاح على الخبرة (٠,٠٦) الهرمي (-٠,١٧) الفوضوي (٠,١٠)
التركيز والتفيس الانفعالي	الإناث	٠,١٩	٥,٤٧	٠,٠٠١	الانفتاح على الخبرة (٠,٠٥) التشريعي (٠,١١) التنفيذي (٠,٠٨) الكلي (-٠,٠٩) الداخلي (-٠,١٣)

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

العصابية (٠,٠٤) الخارجي (٠,١٢)	٠,٠٠١	٧,٨٦	٠,١٢	الذكور	
العصابية (٠,٠٧) التففيذية (٠,١٢) الخارجي (٠,٢٤)	٠,٠٠١	٤٠,٢٥	٠,٣٦	الإناث	استخدام المساندة
الحكمي (٠,١٥) الملكي (٠,١٠) الخارجي (٠,١١)	٠,٠٠١	١٤,٤٤	٠,٢٨	الذكور	الاجتماعية الوسيلة
الانبساط (-) (٠,٠٤) يقظة الضمير (٠,٠٥) التشريعي (٠,١٣) المتحزر (٠,٠٨) الخارجي (٠,٠٦)	٠,٠٠١	١٥,٠٢	٠,٣٩	الإناث	المجابهة النشطة
يقظة الضمير (٠,٠٥) الهرمي (٠,١٣) الداخلي (٠,٠٦)	٠,٠٠١	١٦,٤٦	٠,٣١	الذكور	
العصابية (٠,٠٧) المتحفظ (٠,٠٧) الداخلي (٠,١٦)	٠,٠٠١	١٣,٩٥	٠,٢٦	الإناث	الإنكار
الحكمي (-) (٠,١١)	٠,٠٠١	٧,٧٧	٠,٠٦	الذكور	
العصابية (٠,٠٣) الهرمي (٠,١٦)	٠,٠٠١	١٨,٧٠	٠,٢٤	الإناث	المجابهة الدينية
يقظة الضمير (٠,٠٣) الهرمي (٠,٠٨)	٠,٠٠١	٨,٧٦	٠,١٣	الذكور	

تابع جدول (٧)

أساليب المجابهة	النوع	ر ^٢	قيمة ف	مستوى الدلالة	المتغيرات (الوزن النسبي)
المزاح	الإناث	٠,٢١	١٠,٥٠	٠,٠٠١	الانبساط (٠,٠٦) التنفيذي (٠,١٣) الكلي (٠,١٦)
	الذكور	٠,٠٣	٣,٢٠	٠,٠٧٦	جميع المتغيرات فشلت في تفسير مقدار من التباين دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥
الانفصال السلوكي	الإناث	٠,٣١	١٠,٦٥	٠,٠٠١	العصابية (٠,٠٤) التشريعي (-٠,١١) الهرمي (-٠,١١) الملكي (٠,١٢) الداخلي (٠,١٣)
	الذكور	٠,٢٧	١٣,٧٠	٠,٠٠١	يقظة الضمير (-٠,٠٣) الهرمي (-٠,١٦) الأكلي (-٠,٠٦)
التحفظ	الإناث	٠,١٦	١١,٦١	٠,٠٠١	العصابية (٠,٠٦) التنفيذي (٠,١٣)
	الذكور	٠,٠٤	٤,٤٠	٠,٠٣٨	الانفتاح على الخبرة (٠,٠٤)
استخدام المساعدة الاجتماعية الانفعالية	الإناث	٠,٢٢	١٠,٨٠	٠,٠٠١	الانفتاح على الخبرة (٠,١٠) المتحرر (-٠,١٦) الملكي (٠,١٤) الخارجي (٠,٢٠)
	الذكور	٠,٢٧	٢٠,٦٤	٠,٠٠١	الانفتاح على الخبرة (٠,٠٨) الخارجي (٠,١٩)
استخدام المواد	الإناث	٠,٠٤	٤,٥١	٠,٠٠٤	المتحفظ (٠,٠٣)

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية و أساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

المسايرة (٠,٠٢-)	٠,٠٠١	٧,٦٢	٠,١٢	الذكور	
الهرمي (٠,٠٩-)					
الانبساط (٠,٠٣)	٠,٠٠٢	٦,٥١	٠,١٠	الإناث	التقبل
التنفيذي (٠,١٣)					
جميع المتغيرات فشلت في تفسير مقدار من التباين دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥	٠,٠٧٠	٣,٤٣	٠,٠٣	الذكور	
الانفتاح على الخبرة (٠,٠٦)					قمع الأنشطة التنافسية
التنفيذي (٠,١٠)	٠,٠٠١	٩,٦٠	٠,١٩	الإناث	
الخارجي (٠,١١)					
يقظة الضمير (٠,٠٥)	٠,٠٠١	٨,٠٤	٠,١٢	الذكور	
الداخلي (٠,٠٧)					
العصابية (٠,٠٤-)					التخطيط
يقظة الضمير (٠,٠٥)					
التنفيذي (٠,٠٨)	٠,٠٠١	٢٠,٧٤	٠,٤٨	الإناث	
الهرمي (٠,٢٧)					
الفوضوي (٠,١٢)					
العصابية (٠,٠٥-)					الذكور
يقظة الضمير (٠,٠٩)	٠,٠٠١	٢١,١٢	٠,٤٣		
المتحرر (٠,٠٨-)					
الهرمي (٠,٢٤)					

أظهرت النتائج كما يوضحها جدول (٧)، أن أساليب التفكير أسهمت في تفسير مقدار من التباين دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بدرجة أكبر مما أسهمت به أبعاد الشخصية، ما عدا في التنبؤ بأسلوب إعادة التفسير الإيجابي والتحفيز في عينة الذكور فلم تسهم أساليب التفكير في التنبؤ بقدر من التباين دال إحصائياً عند ٠,٠٥، وفي المقابل أمكن لأساليب التفكير أن تفسر مفردة قرراً من التباين دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ في أسلوب استخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية والإنكار، في الوقت الذي لم يسهم فيه أي من أبعاد الشخصية في التنبؤ بهذين البعدين.

كما أظهرت النتائج إسهام بعد العصابية سلبياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول

المشكلة (مثل: أسلوب التخطيط)، في حين إنها أسهمت إيجابياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال (مثل: الانفصال السلوكي، و التركيز والتنقيص الانفعالي) كما أن إسهام العصائية كان أكبر في التنبؤ بأساليب المجابهة في عينة الإناث عن عينة الذكور، وبالمثل أسهمت المسائرة ايجابيا في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال (مثل: التقبل، والمزاج) وسلبيا في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة (مثل: المجابهة النشطة)، وعلى العكس فقد أسهم بعد يقظة الضمير إيجابياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة (مثل التخطيط، والمجابهة النشطة) وسلبياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال (مثل: الانفصال السلوكي). بالنسبة لبعد الانفتاح على الخبرة فقد أسهم إيجابياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة (مثل: قمع الأنشطة التنافسية) وأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال (مثل: استخدام المساندة الاجتماعية والانفعالية)، ولم يظهر بُعد المسائرة إلا في التنبؤ بأسلوب استخدام المواد النفسية في عينة الذكور واسهم سلبياً في التنبؤ بهذا الأسلوب.

وتتفق هذه النتائج في جملتها مع نتائج دراسة بوتشارد (2003) Bouchard، ودراسة روشاك، ووي، وفالجن (2006) Roesch, Wee and Vaughn ودراسة لي باجلي، بريسي و دي لينجو (2005) Lee-Baggle, Preece and DeLongis ودراسة واطسن وهيرد (1994) Watson and Hubbard، مكري وكوستا (1986) McCrae and Costa، ويمكن تفسير تلك النتيجة في إطار خصائص أبعاد الشخصية، فالأفراد العصابين يشعرون بالقلق والعداء بدرجة مرتفعة ويميلون إلى العنف و الانفعالات السلبية التي تتداخل وتعوق قدرتهم على التعامل مع مشاكلهم وتكوين علاقات سوية مع الآخرين، وبعد الانبساطية يمكن تقسيمه إلى ثلاث سمات اجتماعية وثلاث سمات مزاجية؛ فالسمات الاجتماعية تشمل الدفء أو التعلق، التوكيدية، والاجتماعية Gregarious، في حين تشمل السمات المزاجية: النشاط، البحث عن الإثارة، و الانفعالات الايجابية (McCrae & Costa, 2008)، هذه الخصائص تدفع الأفراد المنبسطين إلى البحث عن الآخرين عندما تواجههم مشكلة لتقليل من حدة الانفعالات المصاحبة للضغط هو أسلوب المجابهة المناسب لهذه الفئة، وهذا يفسر ارتباط الانبساطية إيجابياً بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال، يتميز بعد الانفتاح على الخبرة بالبحث والتجريب لكل ما هو جديد في المجالات المختلفة (McCrae & Costa, 2003)، ولهذا يميل المنفتحون على الخبرة إلى تجريب طرق مختلفة وجديدة في التعامل مع الضغط ولهذا نجد أنهم أحيانا قد يستخدمون الطرق المتمركزة حول المشكلة وأحيانا أخرى نجدهم يستخدمون الطرق المتمركزة حول الانفعال.

في المقابل يتميز الأفراد المسايرون بأنهم مؤتمنون ويحسنون الطن بالآخرين، ونادراً ما يتشككون في وجود نوايا مخبئة، والإيثار "الغيرية" ويملون إلى مساعدة الآخرين، والطاعة

==الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط==

والخنوع للآخرين (McCrae & Costa, 2008)، وهذه الخصائص قد تدفعهم إلى استخدام أساليب مجابهة غير سوية وخاصة استخدام المواد النفسية، وأخيراً فإن الأفراد ذوي يقظة الضمير المرتفع يعتقدون في أنفسهم بأنهم على درجة عالية من الكفاءة، يلتزمون بشدة بمبادئهم الأخلاقية، كما إنهم يكافحون ويجاهدون من أجل تحقيق الإنجاز، ويسعون وراء التفوق والامتياز في كل شيء يقومون به، كما إنهم على درجة عالية من تنظيم الذات لكي يكونوا قادرين على إنجاز أهدافهم، ويتميزون بالثبوت، وإعداد الخطط مقدماً و التفكير بعناية قبل العمل وحياتهم موجهة بوضوح نحو المسارات التي اختاروا أن يتبعوها (McCrae & Costa, 2003)، لهذا فإن هذه الخصائص الإيجابية تدفعهم عند مواجهة المشكلة إلى استخدام أساليب تتمركز حول المشكلة وبصفة خاصة أسلوب التخطيط، وأسلوب المجابهة النشطة.

وبالنسبة لأساليب التفكير فقد أظهرت النتائج أن جميع أساليب التفكير الثلاثة عشر قد أسهمت في التنبؤ بأسلوب أو أكثر من أساليب المجابهة، و أن النوع الأول من أساليب التفكير (مثل الأسلوب التشريعي، والأسلوب الهرمي) التي تتطلب توليد للأفكار الابتكارية ومستوى أعلى من التعقيد المعرفي يسهم إيجابياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة، وسلبياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول النشاط، وأسهمت أساليب النوع الثاني من التفكير (مثل الأسلوب التنفيذي، والملكي) بصورة عكسية حيث أسهمت إيجابياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال وسلبياً في التنبؤ بأساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة.

وقد أظهرت النتائج أن الأسلوب الهرمي والأسلوب التشريعي أسهما إيجابياً في التنبؤ بأسلوب التخطيط وأسلوب المجابهة النشطة وهي من أساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة، في حين أنهما أسهما سلبياً في التنبؤ بأسلوب الانفصال السلوكي واستخدام المواد النفسية وهي من أساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال، وعلى العكس فقد أسهمت أساليب التفكير الملكي وأسلوب التفكير التنفيذي وهما من النوع الثاني إيجابياً بأساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال مثل التركيز والتفيس الانفعالي، والانفصال السلوكي، بينما أظهرت أساليب التفكير التي تنتمي إلى النوع الثالث عدم اتساق، فقد أسهم أسلوب التفكير الداخلي إيجابياً في التنبؤ بأسلوب قمع الأنشطة التنافسية وهو ينتمي إلى أساليب المجابهة المتمركزة حول المشكلة، واستخدام المساندة الاجتماعية والانفعالية وهي من أساليب المجابهة المتمركزة حول الانفعال.

تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة جراس وآخرون (Gras et al. (2009) ودراسة هيو وآخرون (Huo et al. (2007) اللتان توصلتا إلى تأثير التفكير على أساليب المجابهة، فقد ارتبط أسلوب المجابهة القائم على البحث عن المساندة الاجتماعية إيجابياً بأسلوب التفكير الخارجي، وسلبياً بأسلوب التفكير الداخلي، وفي المقابل ارتبط أسلوب المجابهة القائم على التخطيط

لحل المشكلة إيجابياً بأسلوب التفكير القائم على البحث عن الجديد، في حين لم يرتبط أسلوب التجنب في المجابهة بأي أسلوب من أساليب التفكير، وارتبطت المجابهة المتضمنة إعادة تقييم إيجابي، بأساليب التفكير القائم على التخيل "التشريعي"، ويمكن تفسير نتائج الدراسة الراهنة في إطار خصائص أساليب التفكير وخصائص أساليب المجابهة، فأساليب التفكير من النوع الأول ارتبطت إيجابياً بالخصائص التي يعتقد إنها إيجابية مثل: تقدير الذات المرتفع، المدخل المتعمق في التعلم، المستوى النمائي المعرفي المرتفع، والقدرة على إدارة الانفعالات مثل الغضب، الإحباط، والاكتئاب، وأبعاد الصحة النفسية والتي من بينها تقبل الذات والنضج الانفعالي وضبط النفس وتوظيف الطاقات في أعمال مشبعة، في المقابل فقد ارتبط النوع الثاني من أساليب التفكير بالصفات التي يعتقد أنها سلبية مثل: انخفاض تقدير الذات، والمدخل السطحي في التعلم، المستوى النمائي المعرفي المنخفض، وعدم القدرة على إدارة الانفعالات (فائقة بدر، ٢٠٠٧؛ Zhang, 2002c, 2003, 2008).

وعوماً فإن الدراسة الحالية قد أسفرت عن النتائج التالية :

تعد المجابهة الدينية أكثر أساليب المجابهة انتشاراً بين طلاب الجامعة، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة الشعب المصري والأساليب التي يستخدمونها في تربية أبنائهم، وأنه ليس هناك فروق بين الجنسين في عشرة أساليب من أساليب المجابهة (إعادة التفسير الإيجابي، استخدام المساندة الاجتماعية الوسييلية، المجابهة النشطة، الإنكار، المجابهة الدينية، الانفصال السلوكي، التحفظ، استخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية، التقبل، والتخطيط) في حين وجدت فروق ذات دلالة احصائية لصالح البنات في أسلوب الانفصال الذهني و التركيز و التنفيس الانفعالي، و هناك فروق ذات دلالة احصائية لصالح الذكور في أساليب المزاح، استخدام المواد النفسية، و قمع الأنشطة التنافسية. وجود علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين درجات الطلاب على قائمة أبعاد الشخصية ودرجاتهم على قائمة أساليب التفكير، فمن بين ١٣٠ معامل ارتباط وجد ١٢ معامل ارتباط كانت دالة احصائياً بين عينة الإناث، كما وجد ١٩ معامل ارتباط دال احصائياً في عينة الذكور. أسهمت أساليب التفكير في تفسير مقدار من التباين دال احصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بدرجة أكبر مما أسهمت به أبعاد الشخصية، ما عدا في التنبؤ بأسلوب إعادة التفسير الإيجابي و التحفظ في عينة الذكور فلم تسهم أساليب التفكير في التنبؤ بقدر من التباين دال احصائياً، كما أنه أمكن لأساليب التفكير أن تفسر منفردة قدر من التباين دال احصائياً في أسلوب استخدام المساندة الاجتماعية الانفعالية و الإنكار

المراجع

- ١- إلهام عبدالرحمن خليل، أمنية إبراهيم الشناري (٢٠٠٥). الإسهام النسبي لمكونات قائمة بار-أون لنسبة الذكاء الوجداني في التنبؤ بأساليب المجابهة لدى طلبة الجامعة. *دراسات نفسية*، ١١٥(١)، ٩٩-١٦١.
- ٢- عبدالعال حامد عجوة، رضا عبدالله أبو سريع (١٩٩٩). قائمة أساليب التفكير. القاهرة: الأنجلو المصرية.
- ٣- فائقة محمد بدر (٢٠٠٧). أساليب التفكير وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبدالعزيز بجدة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٧(٥٤)، ٢٠١-٢٢٨.
- ٤- فيصل عبدالقادر يونس، إلهام عبدالرحمن خليل (٢٠٠٧). نموذج العوامل الخمسة للشخصية: التحقق من الصدق وإعادة الإنتاج عبر الحضاري. *دراسات نفسية*، ١٧(٣)، ٥٥٣-٥٨٣.
- ٥- يوسف جلال أبو المعاطي (٢٠٠٥). أساليب التفكير المميزة للأنماط المختلفة للشخصية: دراسة تحليلية مقارنة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٥(٤٩)، ٣٧٧-٤٤٣.
- 6- Abraham, R. (1997). Thinking styles as moderator of role stress-job satisfaction relationships. *Leadership & Organization Development Journal*, 18/5, 236-243.
- 7- Balkis, M.; & Isiker, G. B. (2005). The relationship between thinking styles and personality types. *Social Behavior and Personality*, 33(3), 283-294.
- 8- Berghuis, J. P., & Stanton, A. L. (2002). Adjustment to a dyadic stressor: A longitudinal study of coping and depressive symptoms in infertile couples over an insemination attempt. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 433-438.
- 9- Billings, A.G., & Moos, R.H. (1984). Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 877-891.
- 10- Bishop, G. D., Tong, E. M. W., Diong, S. M., Enklemann, H. C., Why, Y. P., Khader, M. et al. (2003). Job demands, psychological control and cardiovascular responses: A test of the demand-

- control model using ambulatory blood pressure monitoring. *Journal of Occupational Health Psychology*, 8, 146-156.
- 11- Bouchard, G. (2003). Cognitive appraisals, neuroticism, and openness as correlates of coping strategies: An integrative model of adaptation to marital difficulties. *Canadian Journal of Behavioural Sciences*, 35, 1-12.
 - 12- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
 - 13- Cohen, F., & Lazarus, R. (1973). Active coping processes, coping dispositions, and recovery from surgery. *Psychosomatic Medicine*, 35, 375-398.
 - 14- Compas, B.E., Connor-Smith, J.K., Saltzman, H., Thomsen, A.H., & Wadsworth, M. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Progress, problems, and potential. *Psychological Bulletin*, 127, 87-127.
 - 15- Connor-Smith, J.K. & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6),1080-1107.
 - 16- Costa, P. T. Jr. and McCrae, R. R. (1992a). The Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual, Psychological Assessment Resources, Odessa, FL.
 - 17- Costa, P. J., Somerfield, M. R., & McCrae, R. R. (1996). Personality and coping: A reconceptualization. In M. Zeidner & N. S. Endler (Eds.), *Handbook of coping: Theory, research, applications* (pp. 44-64). New York: Wiley.
 - 18- Cronkite, R. C., Moos, R. H. (1984.), The role of predisposing and moderating factors in the stress-illness relationship. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 372-393.
 - 19- David, J. P. & Suls, J. (1999). Coping efforts in daily life: Role of big five traits and problem appraisals. *Journal of Personality*, 67(2), 265-294.
 - 20- DeLongis, A., & Preece, M. G. (2000). Coping skills. In G. Fink (Ed.), *Encyclopedia of Stress* (Volume 1) (pp. 532-540). New York: Academic Press.

- 21- DeLongis, A., & Newth, S. (1998). Coping with stress. In H. S. Friedman (Ed.), *Encyclopedia of mental health* (pp.583-593). San Diego: Academic Press
- 22- Ebata, A. T. & Moos, R. H. (1994). Personal, situational, and contextual correlates of coping in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 4(1), 991-125.
- 23- Engle ,BT (1985) .Stress is a noun! No, a verb! No, an adjective. In T. Field, P .McCabe & ,N. Sneiderman (Eds.) ,*Stress and coping*, 1, 3-12
- 24- Endler, N. S. & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-854.
- 25- Fang, C.Y.; Daly, M.B.; Miller, S.M.; Zerr, T., Malick, J; & Engstorm, P. (2006). Coping with ovarian cancer risk: The moderating effects of perceived control on coping and adjustment. *British Journal of Health Psychology*, 11, 561-580.
- 26- Ferguson, E. (2001). Personality and coping traits: A joint factor analysis, *British Journal of health psychology*, 6, 311-325.
- 27- Fjell, A. M. & Walhovd, K. B. (2004). Thinking styles in relation to personality traits: An investigation of the thinking styles inventory and NEO-PI-R. *Scandinavian Journal of Psychology*, 45,293-300.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170. *Social Psychology*, 48, 150-170
- 29- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways in which
- 30- boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133.
- 31- Frydenberg, E.; Lewis, R. (2004). Adolescents least able to cope: How do they respond to their stresses? *British Journal of Guidance and Counseling*, 32(1), 25-37.
- 32- Furnham, A. (1995). The relationship of personality and intelligence to cognitive learning style and achievement. In D.H. Saklofske, &

- M. Zeidner (Eds.), *International Handbook of Personality and Intelligence* (pp. 397-413). New York: Plenum Press.
- 33- Gomez, R. (1996). Locus of control and Type A behavior pattern as predictors of coping styles among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 23(3), 391-398.
- 34- Gras, R. M.; Berna, J. C.; & Lopez, S. L. (2009). Thinking styles and coping when caring for a child with severe Spina Bifida. *J Dev Disabil*, 21, 169-183.
- 35- Harrison , A & .Bramson, R. (1982). *Styles of thinking: strategies for asking questions, making decisions, and solving-problems*. N. Y.: Anchor Press.
- 36- Heszen-Niejodek, I. (1997). Coping style and its role in coping with stressful encounters. *European Psychologists*, 2(4), 342-351.
- 37- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1987). Risk, resistance, and psychological distress: A longitudinal analysis with adults and children. *Journal of Abnormal Psychology*, 96, 3-13.
- 38- Hooker, K.; Frazier, L. D. & Monahan, D. J. (1994). Personality and coping among caregivers of spouses with dementia, *The Gerontologist*, 34(3), 386-392.
- 39- Hou, Y.; Zhang, M.; & Wang, X. (2007). The relationship of adolescents' thinking styles and coping styles. *Chinese Mental Health Journal*, 21(3), 158-161.
- 40- Jackson, C., & Lawty-Jones, M. (1996). Explaining the overlap between personality and learning style. *Personality and Individual Differences*, 20(3), 293-300.
- 41- Kristofferzon, M.; Löfmark, R.; & Carlsson, M. (2005). Coping, social support and quality of life over time after myocardial infarction. *Journal of Advanced Nursing*, 52(2), 113-124.
- 42- Lawrence J. W, Fauerbach J. A. (2003) Personality, coping, chronic stress, social support and PTSD symptoms among adult burn survivors: a path analysis. *J Burn Care Rehabil*, 24(1):63-72..
- 43- Lazarus, R. S. (2000). Toward better research on stress and coping. *American Psychologist*, 55(6), 665-673.
- 44- Lazarus, R. S. & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologists*, 38, 245-254.

- 45- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.
- 46- Lee-Bagglely, D.; Preece, M. & DeLongis, A. (2005). Coping with interpersonal stress: Role of big five traits. *Journal of Personality*, 75(5)1141-1180.
- 47- Li, C. E., DiGiuseppe, R., & Froh, J. (2006). The roles of sex, gender, and coping in adolescent depression. *Adolescence*, 41, 409-415.
- 49- Lu, L. & Chen, C. S. (1996). Correlates of coping behaviours: internal and external resources. *Counselling Psychology Quarterly*, 9(3), 297-308.
- 50- McCrae, R. R. (1984). Situational determinants of coping responses: Loss, threat, and challenge. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 919-928.
- 51- McCrae, R. R. & Costa, P. T., Jr. (1986). Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of personality*, 54(2), 385-405
- 52- McCrae, R. R. & Costa, P. T., Jr. (2003). *Personality in Adulthood: A Five-Factor Theory Perspective* (2nd ed.).. New York: Guilford Press.
- 53- McCrae, R. R. & Costa, P. T., Jr. (2008). The five-factor theory of personality, in O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.). *Handbook of personality: Theory and Research*. New York: Guilford Press.
- 54- McGrath, J. E. (1970). *Social and Psychological Factors in Stress*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- 55- Monat, A., & Lazarus, R. S. (1985). *Stress and coping*. New York: Columbia University Press
- 56- Norman, R. M. G. & Malla, A. K. (1993). Stressful life events and schizophrenia I: a review of the research. *British Journal of Psychiatry* 162, 161-166.
- 57- O'Brien, T. B. & DeLongis, A. (1996). The interactional context of problem-emotion-, and relationship-focused coping: The role of big five personality factors. *Journal of Personality*, 64(4), 775-813.

- 58- Pacini, R, & Epstein, S. (1999). The relation of rational and experiential information processing styles to personality, basic beliefs and the ratio-bias phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 972-987.
- 59- Park, C. L. & Adler, N. E. (2003). Coping Style as a predictor of health and well-being across the first year of Medical School. *Health Psychology*, 22(6): 627 – 631.
- 60- Parkes , K. R. (1994). Personality and coping as a moderators of work stress processes: Models, methods and measures. *Work and Stress* , 8 , 110 – 129
- 61- Pearlin, LI, & Schooler C. (1978). The structure of coping. *J Health & Soc Behav* 18,2-21
- 62- Penley, J. A.; Tomaka, J. & Wiebe, J. S. (2002). The associations of coping to physical and psychological outcomes: A meta-analytic review. *Journal of Behavioral Medicine*, 25(6), 551-603.
- 63- Phelps, S. B., Jarvis, P. A. (1994.), Coping in adolescence: Empirical evidence for a theoretically based approach to assessing coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 23, 359-371.
- 64- Plancherel, B., Bolognin, M., & Halfon, O. (1998). Coping strategies in early and mid-adolescence: Difference according to age and gender in a community sample. *European Psychologist*, 3(3), 192-201.
- 65- Raffety, B., Smith, R. E., & Ptacek, J. T. (1997). Facilitative and debilitating anxiety, situational anxiety, and coping with an anticipated stressor: A process analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 892-906.
- 66- Rätsep, T; Kallasmaa, T; Pulver, A.; & Gross-Paju K. (2000). Personality as a predictor of coping efforts in patients with multiple sclerosis. *Multiple sclerosis*, 6(6):397-402.
- 67- Riding, R.J., & Wigley, S. (1997). The relationship between cognitive style and personality in further education students. *Personality and Individual Differences*, 23,379-389.
- 68- .Roskies, E. (1983). Stress management for Type A individuals. In D. Meichenbaum and M. Jaremko (Eds.), *Stress prevention and reduction*. New York: Plenum Press.
- 69- Roesch, S. C., Wee, K., & Vaughn, A. A. (2006). Relations between

الإسهام النسبي لأبعاد الشخصية وأساليب التفكير في التنبؤ بأساليب مجابهة الضغوط

- the Big Five personality traits and dispositional coping: Does acculturation matter? *International Journal of Psychology*, 41, 85-96.
- 70- Rothbaum R, Weisz JR, Snyder SS. (1982) Changing the world and changing the self: a two-process model of perceived control. *J Pers & Soc Psych*, 42:5-37.
- 71- Savelkoul, M.; Post, M. W. M. de Witte, L. P.; & van den Borne, H. B. (2000). Social support, coping and subjective well-being in patients with rheumatic diseases. *Patient Education and counseling*, 39, 205-218.
- 72- Selye, H. (1975) Confusion and controversy in the stress field. *Journal of Human Stress* 52, 37-44.
- 73- Sternberg, R. J. (1988). Mental self-government: A theory of intellectual styles and their development. *Human Development*, 31, 197-224.
- 74- Sternberg R.J. (1994) Allowing for thinking styles. *Educational Leadership* 52, 36-40.
- 75- Sternberg, R. J. & Wagner, R. K. (1991). Thinking Styles Inventory. Unpublished test, Yale University.
- 76- Sternberg, R. J. & Zhang, L. (2005). Styles of thinking as a basis of differential instruction, *Theory Into Practice*, 44(3), 245-253.
- 77- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2001). *Using multivariate statistics* (4th Ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon
- 78- Turcotte, M. (2005). *The Relation Between personality Traits and Coping Endorsement: Relevance to Psychological Well Being*. Unpublished dissertation, Carleton University.
- 79- Vaillant, G. E. (1977), *Adaptation to Life*. Boston, MA: Little Brown.
- 80- Vickers, R. R., Jr., Kolar, D. W., & Hervig, L. K. (1989). *Personality correlates of coping with military basic training* (Rep. No. 89-3). San Diego: Naval Health Research Center.
- 82- Watson, D. & Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the five-factor model. *Journal of personality*, 64(4), 737-774.

- 83- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 767-793). San Diego, CA: Academic Press.
- 84- Winder, A. (2003). *Stress, Coping styles, and Attention Deficit Hyperactivity Disorder in College Students: The Prospective Development of a Predictive Model*. Unpublished Dissertation, Walden University.
- 85- Word, C. A. (2006). Sleep quality of college students and its relationship to coping styles and well-being. Unpublished doctoral dissertation, Louisiana Tech University.
- 86- Yen, S. (2008). Relationships of age, gender, and hope with coping styles Taiwanese adolescents. Unpublished Dissertation, University of Kansas.
- 87- Zhang L.F. (2002a) Thinking styles and academic achievement among Filipino students. *Journal of Genetic Psychology* 163, 149–164.
- 88- Zhang L.F. (2002b) Thinking Styles: their relationships with modes of thinking and academic performance. *Educational Psychology* 22, 331–348.
- 89- Zhang L.F. (2002c) Thinking styles and cognitive development. *The Journal of Genetic Psychology* 163(2), 179–195.
- 90- Zhang L.F. (2006). Thinking styles and the big five personality traits revisited, *Personality and Individual Differences*, 40, 1177-1187.
- 91- Zhang, L. F. (2008). Thinking styles and emotions. *The Journal of Psychology*, 142(5), 497-515.
- 92- Zhang, L. F., & Huang, J. F. (2001). Thinking styles and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 15, 465–476.
- 93- Zuckerman, M., & Gagne, M. (2003). The COPE revised: Proposing a 5-factor model of coping strategies. *Journal of Research in Personality*, 37, 169-204.
- 94- Zhang, L. F. and Huang, J. F. (2001). Thinking styles and the five-factor model of personality. *European Journal of Personality*, 15(6), 465-476.

**The Relative contribution of personality dimensions
and thinking styles for predicting coping styles**

Dr. Mohamed Habashy Hussein

Dr. Hassan Saad Abdeen

The Abstract

The current study aimed to determine the relative contribution of personality dimensions and thinking styles for predicting coping styles, explore the differences between male and female students in coping styles, and recognize the amount and the type of relationship between personality dimensions and thinking styles. The sample consisted of 241 students (117 males, 124 females) from the third and fourth grade levels (scientific and literature majors) in college of education in Alexandria university. The results indicated that thinking styles contributed in explaining statistically significant amount of unique variance at level 0.05 more than what was explained by personality dimensions, except in predicting with positive reinterpretation style and planning style in male sample. The results also indicated that there existed a significant relationship at level of 0.05 between personality dimensions and thinking styles. Finally, the results showed that there existed statistical effect for the gender on coping styles, there were statistically significant differences between males and females favoring female students in mental disengagement style, focus and vending emotion style, whereas there were statistically significant differences favoring of male students in humor, substance abuse, suppression of competitive activities styles. The results were discussed in the light of theoretical framework and previous studies.