أحداث الحياة الضاغطة ومستويات الإدراك والاستجابة الشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة دراسة سيكومترية / إرشادية"

دكتور
عبد الحميد محمد علي
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية ــ العريش
جامعة قناة السويس

دكتور
محمد السيد صديق
مدرس الإرشاد النفسي
معهد الدراسات التربوية
جامعة القاهرة

ملخص الدراسة:

بالاطلاع على التراث السيكولوجي العربي والأجنبي ، نلاحظ أن معظم الدراسات في مجال الضغوط النفسية أو أحداث الحياة الضاغطة اهتمت بدراسة العلاقات بين تلك الضغوط والشخصية بجوانبها المتعددة في محاولة للتعرف على أثر هذه الضغوط على الأفراد وعلى جوانب الشخصية المختلفة لديهم حينما يكونون في موقف حياتي ، ضاغط ، وهل كل الأفراد يتأثرون بنفس الدرجة للموقف الضاغط الواحد ؟ فالموقف الذي يراه شخص ما على أنه موقف ضاغط قد يراه ، شخص آخر غير ذلك .وفي حدود علم الباحثين – لم تكن هناك دراسة للتعرف على مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية لأحداث الحياة الضاغطة ، مما دفع الباحثين للقيام بهذه الدراسة والتي تنبثق مشكلتها في التساؤلات التالية :

١- ما المواقف الحياتية الضاغطة المناسبة للمرحلة العمرية لعينة الدراسة؟

٢- هل يوجد اختلاف بين كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحو تلك المواقف والأحداث؟

وينتج من هذا التساؤل عدداً من التساؤلات الفرعية كما يلي:

- هل يوجد اختلاف بين الذكور والإناث في:

أ- إدراكهم للتهديد الناجم عن تلك الاحداث؟

ب- تقييمهم للخسارة الناجمة عن تلك الاحداث؟

ج- تصنيفهم للموقف الضاغط من حيث درجة الايلام؟

د- تعاملهم بنجاح مع تلك المواقف؟

ه- مواجهة الموقف والسيطرة عليه؟

أهمية الدراسة :

في الدراسة الحالية يسعى الباحثان للكشف عن أحداث الحياة المناسبة للمرحلة العمرية لأفراد العينة، والتعرف على إدراكهم واستجاباتهم الشخصية نحو تلك الأحداث ، وتنبثق أهمية الدراسة – عادة- فيما تسعى للوصول إليه من أهداف ، سواء كانت أكاديمية أو عملية ، وبناء عليه تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية :

أ – الهدف النظري (الأكاديمي) للدراسة : تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي :

١ – إثراء التراث العربي السيكولوجي في مجال علم النفس خاصة فيما يتعلق بالضغوط النفسية الحياتية أو (أحداث الحياة الضاغطة).

٢ – التعرف على الفروق بين كل من الذكور والإناث في مستوى الإدراك والاستجابة الشخصية لتلك الأحداث .

٣ – إعداد مقياس لقياس مستوى الإدراك والاستجابة الشخصية للفرد نحو تلك الضغوط والأحداث الحياتية المختلف.

٤ – الكشف عن الارتباطات بين مستويات الاستجابة وعناصرها المختلفة بأحداث الحياة الضاغطة .

ب – الهدف العملي (التطبيقي) للدراسة : تسعى الدراسة إلى الاستفادة من الجانب النظري بالتعرف على أحداث الحياة الضاغطة التي تعاني منها عينة الدراسة ، ومدى ما تحدثه تلك الأحداث من ضغوط نفسية، وبالتالي يمكن القيام باستخدام برامج الإرشاد النفسي المناسبة للتخفيف من حدة ضغوط تلك الأحداث مستقبلا .

أولا: عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالبا وطالبة من طلاب الدراسات العليا بمعهد الدراسات التربوية بجامعة القاهرة ، وكان عدد الطلاب من الذكور (٥٠) طالبا ، وعدد الطلاب من الإناث (٥٠) طالبة، وتراوحت الأعمار بين (٢٥ – ٣٥) عاما ، في الفترة من أكتوبر ٢٠٠٠ م حتى أبريل ٢٠٠١ م .

ويمكن التعليق بوجه عام على الارتباطات بين كل من مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة في نقاط بأن المواقف الحياتية (أحداث

الحياة الضاغطة) موضوع الدراسة مواقف :-

١ـ متعددة مهما اختلفت درجة تهديدها من فرد لآخر . وتتوقف درجة التهديد تبعا لشخصية كل فرد وظروفه الحياتية المختلفة .

٢ـ صعبه وتتوقف قدرة الأفراد على مواجهتها وتحديها والتغلب عليها تبعا لشخصية الفرد وقدرته على ذلك.

٣ـ مؤلمة وصعبه الاحتمال لأنها تفوق احتمال الفرد نظرا لشدة ايلامها له سواء الإيلام النفسي أو الجسمي أو العقلي أو الاجتماعي .

٤ـ ذات خسارة فادحه للأفراد لأنها تواجه الأفراد بالخسارة المادية والاجتماعية وغيرها.

٥ـ لا يمكن مواجهتها والسيطرة عليها نظرا لصعوبتها وإيلامها والخسارة الناجمة عنها وبالتالي يمكننا القيام بما يلي:-

أ- يمكن إجراء المزيد من الدراسات والبحوث للكشف عن الضغوط والمواقف التي تعترض الإنسان في مراحل حياته المختلفة وذلك بمراعاة طبيعة وخصائص كل مرحلة من مراحل عمر الإنسان ، من أجل مساعدته عموما والتخفيف من حدة تلك الضغوط وكيفية مواجهتها.

ب- يمكن القيام بإعداد برامج للإرشاد النفسي بأنواعه المتعددة للوقاية من الإحباط والتوتر والقلق ، تفادياً من الوقوع في براثن الأمراض السيكوسوماتيه المختلفة .

ج- يمكن الاستفادة من تلك البرامج المختلفة في المساعدة للتخفيف من حدة الضغوط الناجمة عن تلك الأحداث والمواقف .

د- إعداد الشخص لمواجهة تلك الأحداث والضغوط وذلك بمساعدته على التعامل مع أسباب الضغوط الموجودة ، والعمل على تغيير الاستجابات الشخصية (الجسمية – المعرفية – السلوكية) للضغوط المختلفة .

أحداث الحياة الضاغطة ومستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحوها لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة سيكومترية / إرشادية"

دكتور
عبد الحميد محمد علي
مدرس الصحة النفسية كلية التربية – العريش– جامعة قناة السويس

دكتور
محمد السيد صديق
مدرس الإرشاد النفسي معيد الدراسات التربوية – جامعة القاهرة

مقدمة :

أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات لكن بدرجات متفاوتة ، يحدد هذا التفاوت عدة عوامل من بين أهمها طبيعة المجتمعات ودرجة تحضرها وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل والاعتماد المتبادل بين المؤسسات والأفراد وندرة الموارد وشدة الصراع للفوز بجانب من تلك الموارد والمزايا ، وكذلك تعاظم سرعة معدل التغيير في تلك المجتمعات وما تفرضه على نمط الحياة فيها ، لدرجة دعت الكثيرين لتسمية العصر الحديث بعصر الضغوط .

وبالتالي أصبحت الضغوط النفسية هي سمة العصر ، وغدت مظهراً هاماً من مظاهر الحياة الإنسانية لا يمكن تجنبه ، فحياتنا العصرية تتميز بالتعقيد ، والتغير السريع المتلاحق ، ما يجعل الفرد في أي مرحلة من مراحل حياته يشعر بالعجز ، وعدم فهم هذه التغييرات وبالتالي يزداد لديه الشعور بالإحباط والتوتر والقلق .

والضغوط والمشكلات النفسية يعاني منها كل فرد ،وفي أي مرحلة من مراحل عمره، وفي أي عمل يقوم به ، فالأطفال والمراهقون والشباب والمسنين يعانون من الأحداث الحياتية الضاغطة . ولكن الاختلاف بينهم في نوع ودرجة وحجم هذه الضغوط .

فالضغوط مؤذية – ذات انعكاسات سلبية على صحة ونفسية الإنسان ومن ثم على أدائه وإنتاجيته في العمل – مثل تلك الضغوط تشعر القابع تحتها بالإحباط وعدم الرضا والعجز وعدم القدرة وبالنظرة السلبية تجاه قضايا العمل . ومع ذلك يرى ديفيد فونتانا (David Fontana, 1993) أن هناك مستويات معينة من الضغوط مفيدة للإنسان لأنها تضيف اهتماماً للحياة وتضعنا على أهبة الاستعداد وتساعدنا على التفكير أسرع وأن نعمل بكثافة أكثر وتشعرنا بأهميتنا وبوجود غاية أو رسالة محددة لحياتنا وأهداف نسعى إليها.

إن ظاهرة الأحداث الحياتية الضاغطة تعد من أكثر الظواهر النفسية والاجتماعية تعقيداً ، ويلاحظ أن هذه الظاهرة تزداد مع تزايد سرعة التقدم في

مجال العلم ، والتكنولوجيا بل أن بعض الباحثين ينظرون إليها باعتبارها إفرازات للفجوة التي حدثت بين التقدم المادي واللامادي أيضاً خاصة مع اغتراب الإنسان وبعده عن ربه حيث تلاحقت ضغوط أحداث الحياة عليه واستشرت في جنبات حياته المختلفة .

والضغوط الحياتية شأنها شأن القلق والعدوان هي من توابع الوجود الإنساني ، إذ لا يتصور أن نجد إنسانا دون ضغوط إلا في حالة الموت فقط ، غير أن التعرض المستمر للضغوط الحياتية المختلفة لا سيما في مستواها الشديد يمكن أن يؤدي للارتباك في الحياة والعجز عن اتخاذ القرار ، ونقص التفاعل مع الآخرين ، وتفشي أعراض الأمراض الجسمية النفسية (السيكوسوماتية) وغير ذلك من نواحي الاختلال الوظيفي ، وعندما يعاني الفرد من الضغوط فانه يكون في حالة من التوتر والعصبية ، فقد يمتد ذلك إلى المحيطين به والمتعاملين معه . وكلما تنوعت وتعددت تلك الضغوط أو الأحداث تطلب ذ . تنوعًا من الفرد في سلوكه أو تغيرًا لدرجة ما تجاهها ، وكنتيجة لذلك تكون الضغوط محتملة ويكون لدى الفرد القدرة على الاستجابة لها والتعامل معها من خلال الإدراكات الشخصية المتنوعة لتلك الأحداث والتي تعتمد على التقييم المعرفي لها وتصبح جزءا حاسما لقياس شدتها الفعلية الضاغطة .

ولما كانت الأحداث الحياتية الضاغطة شيء مفروض على الإنسان في الوقت الحاضر وأنه لا مفر منها وأنها سبب أساسي في عدم التوازن النفسي وسوء التوافق ، إذن فالفرد في أشد الحاجة إلى التدعيم النفسي والاجتماعي لمواجهة هذه الضغوط من خلال التوجيه والإرشاد ، وتبصيره بقدراته وإمكاناته ، وإرشاده إلى أفضل الطرق والأساليب لاستغلال هذه القدرات إلى أقصى درجة ممكنة ، وبهذا يحقق لنفسه السعادة والسلامة ومع المجتمع الذي يعيش فيه ، وهذا هو جوهر الصحة النفسية .

والطلاب في الجامعات يمثلون شريحة هامة في المجتمع ، ونجد الكثيرين منهم يشكون من الأحداث الحياتية الضاغطة التي تعوقهم عن الإنجاز الدراسي . فهناك

الأحداث والمواقف الاجتماعية والمهنية والأسرية والشخصية غير السارة والتي ينجم عنها توتر وقلق وما يرتبط بذلك من اضطرابات ورعب وهلع وعدم تأكد وشعور بعدم الأمن حتى على الحياة.

إن إدراك الفرد للأحداث الحياتية الضاغطة يعتمد بالدرجة الأولى على تقييمه المعرفي وخبراته لهذه الأحداث فشدة أحداث الحياة يرتبط بكيفية إدراكيا من قبل الفرد ومن ثم فإذا نجح الفرد في تغيير التفسيرات المعرفية له أو تصحيح إدراكاته الخاطئة وتعليم وتدريب نفسه حتى يجد تقييمه المعرفي وخبراته فرصة عادلة للتأثير في استجاباته ، عندئذ فقط يكون قد نجح في تغيير استجاباته المعرفية للضغوط وأمكنه التحكم في هذه الاستجابات بما يمكنه من تحمل مسئوليات أعلى من تلك الضغوط بطريقة توافقية .

موضوع الدراسة :

هناك العديد من الدراسات العربية والأجنبية المختلفة التي اهتمت بدراسة الأحداث الحياتية الضاغطة التي يتعرض ليا الفرد في حياته ، فقدم دودج (Dodge & Martin,1970) مفهوما أو تعريفا للضغوط في المجالات الحياتية النظرية منها والعملية وذكر سيلي (Selye,1974) أن هناك مظاهر متنوعة من الضغوط في مجالات الطب والباثولوجيا (علم الأمراض) والكيمياء والعلوم السلوكية والفلسفية .

لقد أصبحت الضغوط الحياتية ودراستيا مثيراً بالغ التعقيد بالنسبة للمتخصصين في مختلف المجالات وقد ذكر في هذا الإطار دوهرنويند (Dohrenwend,1974) أن الأحداث الحياتية تواجه باستجابات مختلفة بالنسبة للأفراد وهذا الاختلاف يرجع إلى مجموعة من العوامل الشخصية والاجتماعية التي يتميز بها كل فرد عن الآخر ، وأوضح كل من جونسون وساراسون (Johnson & Sarason ,1979) أن هذه الأحداث الضاغطة تتطلب استجابات معينة لتحقيق التوافق لدى الفرد وهذه الأحداث مثل أحداث (الزواج ــ الحمل ــ الموت ــ الطلاق) .

وبالبحث في التراث السيكولوجي في هذا المجال نجد أن كانون (Canon , 1979) قد ذكر أن ضغوط الحياة تلعب دورا في الاضطرابات النفسية والجسدية والمرض بصفة عامة عند الأفراد ، حيث أوضح من خلال دراسته أن هناك تغيرات جسدية مرجعها إلى مثل هذه الضغوط كالألم والجوع والانفعال ، في حين أوضح ميير (Meyre,1971) في نظريته تلك العلاقة بين المرض والضغوط وذلك من خلال استخدامه سجلاً للحياة (أحداث الحياة اليومية الضاغطة) في كشف هذه العلاقات وأكد بذلك إن الأحداث الضاغطة قد تهيىء للمرض.

وقام كل من محمد أحمد غالي ورجاء أبو علام (١٩٧٣) بدراسة حول القلق وأمراض الجسم ، حيث ذكرا أن الحياة تعج بالأحداث المثيرة للقلق والاضطراب النفسي بما يشعر الفرد بتهديد أمنه النفسي والجسمي والمادي والاجتماعي . وأوضحا أن الفرد ينعم بما يعلم ويتوجس خيفة مما يجهل ويعاني القلق ، مما يهدد أمنه النفسي ، ولا يستطيع في كثير من الأحيان أن يبعد مصادر الخطر أو يسلك سلوكاً إيجابياً إزائها ، ومن ثم تكون الأحداث التي يمر بها الفرد يوما بعد يوم سبباً في نمو الأعراض المرضية لديه .

وفي الدراسة التي أجراها حسن مصطفى (١٩٨٩) عن الأثر النفسي لأحداث الحياة كما يدركها المرضى السيكوسوماتيون توصل إلى أن الأحداث المرتبطة بالعمل والدخل والأسرة كانت من أكثر الأحداث المؤثرة على المرضى السيكوسوماتيون أما مرضى قرحة المعدة أكثر تأثرا بأحداث العمل ، ومرضى ضغط الدم والربو الشعبي أكثر تأثرا بالأحداث الشخصية .

وأشار جونسون وساراسون (Johnson & Sarason ,1974) إلى أن هناك تأثيرا لأحداث الحياة الضاغطة على الوظائف النفسية والفسيولوجية للفرد ، وأكد ذلك كل من رابكن وستروتج (Rabkin & Struening ,1976) حيث ذكرا أن الأفراد يختلفون في سرعة تأثرهم بالضغوط الحياتية تبعا لحالتهم الفسيولوجية ، بينما انتقد كل من كوب وردين (Cobb & Dean)

تلك الدراسات وركزا على أن الأفراد يختلفون في سرعة تأثرهم بالضغوط الحياتية تبعا لحالتهم النفسية ، حيث أن الحالة النفسية للفرد تتوسط العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاضطرابات النفسية والجسمية ، واتفق معهم بيك وأمري (Beck & Emery , 1979)

وأضافا من خلال دراستهما أن تأثيرات ضغوط الحياة على الأفراد يعود إلى فقدان المساندة الاجتماعية وأن أحداث الحياة الضاغطة ترتبط إيجابياً ببعض جوانب الشخصية مثل سمات القلق والاكتئاب مع مراعاة عدم إغفال المساندة الاجتماعية التي تقدم للفرد بعض العمليات المعرفية أو الخبرات لمواجهة تلك الضغوط .

وقدم حسن مصطفى (١٩٩٢) دراسة عن ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية حيث أوضح أن الأفراد ذوي المعاناة والأعراض الكلينيكية المرضية المرتفعة هم الأفراد ذوو الضغوط المرتفعة في الحياة وأن المتمتعين بالصحة النفسية هم من ذوو الأعراض المرضية . كذلك قدم حسن الموسوى (١٩٩٨) دراسة حول الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمات النفسية حيث أشار إلى أن الأبعاد النفسية للضغوط والمتمثلة في (حب المهنة ــ الإعداد المهني ــ إشباع الحاجات النفسية ــ العلاقات الإنسانية ــ أهمية المهنة للمجتمع ــ وسمات الشخصية) من الأبعاد المرتبطة بالنجاح في المهنة ، وأن فقدان هذه الأبعاد يؤدي إلى ضغوط نفسية .

وفي واقع الأمر نلاحظ أن بعض المتخصصين أمثال لازاروس ولانوير (Lazarus Launier,1979) ينظرون إلى أن أحداث الحياة الضاغطة تقاس شدتها أو درجة ضغطها إنما يرجع إلى الجانب المعرفي لدى الفرد خاصة مدى إدراكه للحدث ، واستنتجوا أن الدراسات التجريبية تواجه صعوبة وضع مقياس موضوعي لقياس شدة أو درجة ضغط أحداث الحياة وذلك للتعرف على العلاقات بينها والاختلال الوظيفي اللاحق لأعضاء الجسم والذي ربما يكون نتيجة للادراكات الشخصية المتنوعة لأحداث الحياة المختلفة لدى المفحوصين ، وبالتالي أكدوا على الاتجاه المعرفي في علاقته بأحداث الحياة لدى الفرد ، فمن وجهة نظرهم أن شدة

أحداث الحياة الضاغطة تتوقف على الكيفية التي يدرك بها الشخص تلك الأحداث .

وقد استخدم فريق آخر من المهتمين بالضغوط النفسية أبعادا أخرى في علاقتها بتلك الأحداث منهم (فونتانا وهوجس ومباركيوس ودودج ودودس Fontana, Hughes, Marcus& Dowds ,1979) مثل المرغوبية ، التوافق، التوقع والسيطرة وذلك للتعرف على مدى تقييمات هؤلاء الأشخاص لأحداث الحياة .

وبالرغم مما سبق إلا أن النتيجة الحتمية التي توصل إليها من رش (Rache,1979) وماهوني (Mahoney,1977) أن البحث والدراسة في مجال أحداث الحياة والضغوط النفسية المرتبطة بها وآثارها على الإنسان ينبغي ألا تتوقف بل ويجب أن تستمر الدراسات العلمية (النظرية) وكذلك البحث التجريبي، وأوضحا في دراساتهما أن الجانب المعرفي يعد وسيطا قويا في كل أنواع الاضطرابات النفسية ــ بدءا من مشاكل سوء التوافق إلى البوس ــ وأحداث الحياة الضاغطة ويعتمد على كيفية إدراكها من جانب المفحوصين .

وفي إطار الدراسة والبحث في أحداث الحياة وضغوطها على الأفراد حاول ردفيلد وستون (Redfield & Stone ,1979) أن يجعلا المفحوصين يصنفون البنود التي عرضاها والتي تحتوي في مجملها على أحداث في الحياة على مقاييس ثنائية القطب مثل (الاستقرار ــ التغير) ــ (الراحة ــ الضغط) ــ (المرغوب فيه ــ وغير المرغوب فيه) مع استخدامهما ثلاثة عوامل (عوامل متصلة بالمفحوص ــ عوامل متصلة بالحدث الضاغط ، عوامل متصلة بالحجم أي وزن الحدث عند المفحوصين).

وقد قام كل من ساراسون وجونسون (Sarason&Johnson,1979) بعمل مقياس لأحداث الحياة وقدما مسحاً لخبرات الحياة بحيث يسمح للمفحوصين بتقدير تأثير الحدث على متصل من -٣ إلى +٣ وقدما تقريرا يوضح إيجابية العلاقة بين هذا المقياس ومقاييس أخرى للاضطراب النفسي واستنتجا أن مقاييس أحداث الحياة

ليست مفيدة في حد ذاتها لأغراض التنبؤ ومع ذلك أوصيا بضرورة الاستمرار في الدراسة في هذا المضمار وخاصة الجانب الميداني منه .

أما عن العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والتوافق لدى عينة من طلاب الجامعة فقد كانت دراسة ساراسون وزملائه من الدراسات النادرة (Sarason et al, 1979) لبحث العلاقة بين سوء التوافق الشخصي (Mal-Adjustment) وخبرات الحياة الضاغطة ، حيث طبق استبيان الانتقاء النفسي (psychological screen) والذي يتكون من(١٣٠) عبارة أجاب عنها بوضع علامة (/) أو علامة (×) أمام كل عبارة ، وينقسم إلى خمسة مقاييس فرعية هي (الاغتراب ــ عدم التوافق - والاضطراب (Discomfort) الانبساط والاندفاعية ، كما طبقوا استبيان خبرات الحياة لتقدير مستوى الضغط النفسي واشتملت عينة الدراسة على (٧٥) طالبا وطالبة يدرسون بجامعة واشنطن، وأوضحت النتائج أن التغيرات السالبة في أحداث الحياة (كتعبير عن الضغط النفسي الذي تحدثه هذه التغيرات) ترتبط ارتباطاً دالاً مع درجات المفحوصين في مقاييس عدم التوافق الاجتماعي والاضطراب كما أوضحت النتائج أن هناك علاقة بين المتغيرات السالبة من الحياة وأنواع أخرى من الاضطرابات خاصة سوء التوافق الشخصي كما أوضحت النتائج أيضاً أن هناك ارتباطاً موجبا ودالاً إحصائياً بين المتغيرات الموجبة وبعد الانبساط مما يشير إلى أن درجات الأشخاص المنبسطين الذين يخبرون التغيرات الموجبة أكثر من الانطوائيين .

أن أحداث الحياة وما تشكله من ضغوطات بلورها ماكبرايد (Mcberide ,1983) في (كثرة الأعمال الإدارية والمسئوليات الإضافية ــ تدني الرواتب ــ ظروف العمل السيئة ــ الانتقال من عمل إلى آخر دون تهيئة الفرد نفسياً- ضعف الإمكانات المادية - الحياة الاجتماعية في المؤسسة الإرهاق ــ ضعف النشاط ــ زيادة الضرائب ــ ضعف الاتصال ــ النقد ــ الخوف من الفشل ــ الانعزالية والوحدة ــ نظرة المجتمع المتدنية ــ عدم التعاون ــ الأنانية ــ اللامبالاة ــ ضعف الدافعية)

وفي المجال نفسه نذكر دراسة جونسون وآخرين (Johnson,& Othars,1989) حول علاقة الضغوط الناجمة عن أحداث الحياة والأداء حيث وجدوا ارتباطاً بين الضغوط وكل من اضطراب الأداء وضعفه، وتشوش السمع ، والحركات الزائدة ، وكراهية الذات ، وضعف الأنا ، وتصدع البوية ، والميل للاكتئاب ، وكثرة الشكوى من المرض ، والرغبة في النعاس ، واتفقت نتائج دراسة عبدالفتاح القرشي (١٩٩٣) مع هذه النتائج في أن الضغوط النفسية يمكن أن تؤدي إلى اضطراب النمو ، وعدم الثقة في النفس وتزيد من تشتيت الانتباه .

ويرى بعض المتخصصين في مجال دراسة الضغوط أنه من المفيد عند دراسة الضغوط معرفة الظروف الضاغطة (Stressors Conditions) فالضغوط التي يتعرض لها الكبار أو يعانون منها يمكن أن تنتقل آثارها إلى الصغار فتصبح بالنسبة لهم مصادر ضغط (العزبي د ١٩) والمواقف الضاغطة عموما إذا تضمنت تحقيق مطالب في حدود إمكانات الإنسان وقدراته فإنها تساعده على تحقيق التوافق وتكوين الصداقات ، أما إذا كانت المواقف الضاغطة تفوق قدرات المرء وتتجاوز غاية وسعه فإنها تؤدي به إلى الاكتئاب عن الذات وهذا ما أكدته دراسات كل من (Sarason , 1979 & Miller , 1982 & Jon, 1989) وعلي شعيب ١٩٨٩ ، وحمدي ياسين ١٩٩١) .

وأضافت نتائج دراسة حسن الموسوى (١٩٩٨) إلى ما سبق أن العاملين في مجال الخدمة النفسية الأكثر خبرة أقل إحساساً بأحداث الحياة الضاغطة من الأقل خبرة "وهنا ربط بين الخبرة السابقة عن الضغوط أو الأحداث الضاغطة والتي تساعد في تخفيف حدة الإحساس بالضغوط وربط أيضاً بين مجموعة من المتغيرات في علاقتها بهذه الأحداث مثل (الخبرة ــ وبعض الأبعاد النفسية والمهنية)

وهناك العديد من الدراسات التي حاولت التعرف على الآثار التي تترتب على أحداث الحياة الضا .ة إضافة لرصيد الدراسات التي أجريت على التعرف على

أحداث الحياة ومدى ما تحدثه من ضغوطات على الأفراد ومن هذه الدراسات دراسة قام بها كاشوى وتايلور (Cushway & Tylor ,1994) لمعرفة مستويات الضغط ومصادره عند (٦١) اخصائية نفسية و (٤٠) إخصائياً نفسياً يتراوح أعمارهم بين (٢٥ ــ ٦١) عاما . وأظهرت النتائج أن الأخصائيين المؤهلين أبدوا ضغطاً أقل من المتدربين ، والأخصائيات النفسيات أظهرن مستويات ضغط ذات أعراض سيكولوجية أكثر من الذكور ، وأن الذكور الأقل خبرة أظهروا مستويات ضغط أكثر من ذوي الخبرة .

وفي دراسة قام بها إبراهيم أحمد (١٩٩٢) للضغوط التي تحدث خلال حياة الفرد وعلاقتها ببعض الأمراض الجسمية والنفسية مثل ضغط الدم والقولون العصبي وغيرهما توصلت إلى أن هذه الأمراض السيكوسوماتية مرتبطة بالضغوط النفسية الشديدة والمستمرة .

وفيما يتعلق ضغوط الحياة وعلاقتها بتقدير الذات وجد وشمان وكوين (Wishman & Kawon ,1984) أن هناك ارتباطاً دالاً بين ضغوط الحياة وتقدير الذات(Self Esteem) وهناك الدراسات التي اهتمت بعلاقة بعض سمات الشخصية بضغوط الحياة بصفة عامة فدراسة نسبور (Nespor, 1985) ذكرت أن المرونة (Flexibility) تعد من عوامل الشخصية المقاومة للضغوط وأوضح أن الآثار السلبية لضغوط الحياة ترتبط بالدرجات المرتفعة للضغوط وبالدرجات المنخفضة لتقدير الذات .

وأوضح جيكس وآخرون (jex, et ,al, 1994) أن تقدير الذات يتوسط بين البطالة والقلق ، فالمستوى المرتفع من القلق والاكتئاب يوجد عند النساء العاطلات عن العمل اللاتي لديهن مستويات منخفضة من تقدير الذات ، ووجد زوكرمان (Zuckerman ,1989) أن مستويات الضغوط المختلفة وردود الفعل لها ترتبط بتقدير الذات والثقة بالنفس .

التعقيب على الدراسات السابقة :

١- إن بداية الدراسات حول أحداث الحياة الضاغطة حاولت الربط بين الضغوط (كنتيجة لأحداث الحياة) بالباثولوجيا (علم الأمراض الجسمية والنفسية) وذلك بتحديد درجة الضغوط الناجمة عن أحداث الحياة وربطها ببعض الأمراض الجسمية الناجمة عن تلك الأسباب النفسية (الأمراض السيكوسوماتية) وحددت درجة الضغوط من خلال تعرض الفرد في حياته لتلك الهزات وتكراراتها .

٢- اهتمت بعض الدراسات بتقييم الأحداث الضاغطة عن طريق إعطاء تقديرات نموذجية لإعادة التوافق ، وذلك بتقديم عدد من الأحداث الضاغطة لمجموعة كبيرة من المفحوصين طلب منهم تقدير درجة لإعادة التوافق عندما يتعرضون لكل حدث من تلك الأحداث ، وذلك باستخدام مقياس تقدير إعادة التوافق الاجتماعي ، حيث يقوم الفرد بفحص كل أحداث الحياة التي مر بها في السنوات الأخيرة بعد أن تم تحديد درجة أعلى تعتبر بمثابة سقف للضغوط وما ينتج عنها من علل وأمراض نفسية أو جسمية .

٣- أشارت بعض الدراسات إلى أن الأفراد يختلفون في سرعة تأثرهم بضغوط أحداث الحياة تبعا لحالتهم الفسيولوجية ، بينما ترى دراسات أخرى أن مرجع ذلك هو الحالة النفسية لهؤلاء الأفراد ، ويشير البعض الآخر من الدراسات الى أن تأثير تلك الضغوط مرجعة فقدان المساندة الاجتماعية وبعض سمات الشخصية .

٤- ركزت بعض الدراسات على أن العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وشدة تأثيرها على الأفراد مرجعه الجانب المعرفي خاصة إدراك هؤلاء الأفراد لتلك الأحداث .

٥- اهتمت بعض الدراسات بإيضاح العلاقات بين أحداث الحياة الضاغطة وبعض المتغيرات الشخصية بجوانبها المتعددة (مفهوم الذات - تقدير الذات - الثقة بالنفس - المرونة) وأيضا أبعاد التوافق المختلفة .

من هذا التعقيب يتضح للباحثين – على حد علمهما – أن الدراسات السابقة العربية منها والأجنبية أغفلت المكون المعرفي في استجابة الفرد وإدراكه للأحداث الحياتية الضاغطة خاصة وان الإستراتيجيات الفردية لمواجهة هذه الأحداث تنبع من التقييم المعرفي لها وإدراك الفرد للتهديد الناجم عن تلك الأحداث وكيف يمكنه التغلب عليها ومواجهتها بالاستجابة الشخصية لها وهو ما سوف تقوم الدراسة الحالية بدراسته .

مشكلة الدراسة :

من خلال استعراض الدراسات السابقة في التراث السيكولوجي العربي والأجنبي ، نلاحظ أن معظم الدراسات في مجال الضغوط النفسية أو أحداث الحياة الضاغطة اهتمت بدراسة العلاقات بين تلك الضغوط والشخصية بجوانبها المتعددة في محاولة للتعرف على أثر هذه الضغوط على الأفراد وعلى جوانب الشخصية المختلفة لديهم حينما يكونون في موقف حياتي ، ضاغط ، وهل كل الأفراد يتأثرون بنفس الدرجة للموقف الضاغط الواحد ؟ فالموقف الذي يراه شخص ما على أنه موقف ضاغط قد يراه ، شخص آخر غير ذلك ،وفي حدود علم الباحثين – لم تكن هناك دراسة للتعرف على مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية لأحداث الحياة الضاغطة ، مما دفع الباحثين للقيام بهذه الدراسة والتي تنبثق مشكلتها في التساؤلات التالية :

٣- ما المواقف الحياتية الضاغطة المناسبة للمرحلة العمرية لعينة الدراسة؟

٤- هل يوجد اختلاف بين كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحو تلك المواقف والأحداث؟

وينتج من هذا التساؤل عدداً من التساؤلات الفرعية كما يلي:

- هل يوجد اختلاف بين الذكور والإناث في:

أ- إدراكهم للتهديد الناجم عن تلك الاحداث؟

ب- تقييمهم للخسارة الناجمة عن تلك الاحداث؟

ج- تصنيفهم للموقف الضاغط من حيث درجة الايلام؟

د- تعاملهم بنجاح مع تلك المواقف؟

هـ- مواجهة الموقف والسيطرة عليه؟

أهمية الدراسة :

في الدراسة الحالية يسعى الباحثان للكشف عن أحداث الحياة المناسبة للمرحلة العمرية لأفراد العينة ،والتعرف على إدراكهم واستجاباتهم الشخصية نحو تلك الأحداث ، وتنبثق أهمية الدراسة – عادة- فيما تسعى للوصول إليه من أهداف ، سواء كانت أكاديمية أو عملية ، وبناء عليه تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية :

أ - **الهدف النظري (الأكاديمي) للدراسة** : تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي :

١ - إثراء التراث العربي السيكولوجي في مجال علم النفس خاصة فيما يتعلق بضغوط النفسية الحياتية أو (أحداث الحياة الضاغطة) .

٢ - التعرف على الفروق بين كل من الذكور والإناث في مستوى الإدراك والاستجابة الشخصية لتلك الأحداث .

٣ - إعداد مقياس لقياس مستوى الإدراك والاستجابة الشخصية للفرد نحو تلك الضغوط والأحداث الحياتية المختلف.

٤ - الكشف عن الارتباطات بين مستويات الاستجابة وعناصرها المختلفة بأحداث الحياة الضاغطة .

ب - **الهدف العملي (التطبيقي) للدراسة** : تسعى الدراسة إلى الاستفادة من الجانب النظري بالتعرف على أحداث الحياة الضاغطة التي تعاني منها عينة الدراسة ، ومدى ما تحدثه تلك الأحداث من ضغوط نفسية ، وبالتالي يمكن القيام باستخدام برامج الإرشاد النفسي المناسبة للتخفيف من حدة ضغوط تلك الأحداث مستقبلا .

تعريف المصطلحات :من المفاهيم والمصطلحات التي تناولتها الدراسة الحالية ما يلي:-

١- **أحداث الحياة الضاغطة** : هي تلك الأحداث أو المواقف الاجتماعية والمهنية والأسرية أو الشخصية غير السارة التي ينجم عنها توتر لدى الفرد ، مما يؤدي به إلى الشعور بالإحباط وخيبة الأمل .

٢- **مستوى الإدراك** : الإدراك عملية عقلية معرفية فيها يشعر الفرد بالموقف أو الحدث ودرجة تهديده له بناءا على تقييمه له معرفيا من حيث الخسارة الناجمة عنه ، وتصنيفه له وفقا لشدة الألم أو المصيبة الناشئة عن ذلك الموقف .

٣- **مستوى الاستجابة الشخصية** : الاستجابة هي سلوك الفرد تجاه الموقف أو الحدث الحياتي الضاغط وذلك يتضح في كيفية مواجهة الموقف والتعامل معه ومحاولة السيطرة عليه ، وعلى ذلك يمكن تحديد خمس عناصر لمستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحو تلك الأحداث فيما يلي :-

أ - **مستوى التهديد** : درجة إدراك الفرد للموقف وتهديده له .

ب - **التقييم** : تقدير الفرد للخسارة الناجمة عن الموقف .

ج - **التصنيف** : تصنيف الموقف من حيث درجة صعوبته وإيلامه للفرد .

د - **التعامل بنجاح** : قدرة الفرد على مواجهة الموقف ودرجة احتماله له .

هـ - **السيطرة** : ثقة الفرد في قدرته على السيطرة على الموقف رغم صعوبته .

إجراءات الدراسة

أولا: **عينة الدراسة** : تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا بمعهد الدراسات التربوية بجامعة القاهرة ، وكان عدد الطلاب من الذكور (٥٠) طالبا ، وعدد الطلاب من الإناث (٥٠) طالبة، وتراوحت الأعمار بين (٢٥ - ٣٥) عاما ، في الفترة من أكتوبر ٢٠٠٠ م حتى أبريل ٢٠٠١ م .

ثانيا: **الدراسة الاستطلاعية وإعداد المقياس** : لإعداد مقياس الاستجابة لأحداث الحياة الضاغطة ،والتعرف على تلك الأحداث التي تتناسب وطبيعة العينة، وتحديد عناصر الاستجابة نحوها ، قام الباحثان بعدة إجراءات كما يلي :

١ - البحث في التراث السيكولوجي من خلال الإطلاع على الدراسات العربية

والأجنبية المرتبطة بموضوع الدراسة والتي تناولت الضغوط النفسية وأحداث الحياة الضاغطة .

٢- قام الباحثان بعمل استفتاء مفتوح تم تطبيقه على الطلبة والطالبات حيث طلب منهم أن يكتبوا كل المواقف الحياتية المؤلمة التي يمكن أن يتعرضوا لها في هذه المرحلة ، أو تعرضوا لها بالفعل .

٣ - تم تصميم استبيان مغلق يحتوي على (٢٧) موقفاً حياتياً ضاغطاً ، وتم عرضه على (١٠) عشرة من أساتذة علم النفس وطلب منهم الإطلاع على بنود الاستبيان ووضع علامة (/) أمام الموقف المناسب، وعلامة (×) أمام الموقف غير المناسب ، وذلك تمهيداً لتحديد المواقف الحياتية الضاغطة المرتبطة والمناسبة لطبيعة وخصائص المرحلة العمرية لأفراد العينة .

٤ - من نتائج الخطوات السابقة تم حذف المواقف الحياتية غير المناسبة للمرحلة العمرية لأفراد عينة الدراسة ، وكذلك العبارات غير المباشرة وبالتالي تعديل صياغة العبارات التي كانت في حاجة إلى صياغة مناسبة للحدث أو الموقف .

٥ - تم تحديد (١٠) عشرة مواقف من المواقف التي عرضت على المتخصصين وعلى العينة الاستطلاعية من الطلاب ،والتي أخذت أوزانا نسبية مرتفعة وتم حساب الوزن النسبي (التقدير الوزني) للموقف ، حيث عرضت الأحداث المطلوب الإجابة عليها (بنعم) أي الموافقة على الموقف ومناسبته ، والإجابة ب (لا) أي عدم الموافقة وقدرت الإجابة بالموافقة بدرجتين ، والإجابة (بلا) تقدر بدرجة واحدة ، فإذا كان عدد الذين وافقوا على الموقف بأنه مناسب (٨) ثمانية والذين عارضوا كان ٢

فيكون الوزن النسبي لهذا الموقف كالآتي :

$$\text{الوزن النسبي للموقف} = \frac{\text{عدد الموافقين} \times ٢ + \text{عدد المعارضين} \times ١}{ن}$$

$$\frac{\text{١٠}}{\text{١٠ × ٢ + ٢ × ٨}} = \frac{\text{١٠}}{\text{١٦ ÷ ٢}} = \frac{\text{١٠}}{\text{١٨}} = \text{١,٨}$$

وبالتالي تم اختيار المواقف التي زاد وزنها النسبي عن (١,٥) درجة وبلغت المواقف الحياتية المختارة عشر مواقف هي (الزواج ــ الأبوة / الأمومة ــ المتاعب الجنسية ــ المرض الشخصي ــ موت أحد الوالدين ــ موت أحد الأبناء ــ موت الزوج / الزوجة ــ الانفصال بالطلاق ــ الفصل من العمل ــ الاتيام بالقتل الخطأ) .

٦- إيماناً بمبدأ الفروق الفردية من حيث الاستجابة للمواقف الحياتية الضاغطة وإدراكهم للتهديد الناجم عن ذلك الموقف وكيفية التعامل معه وتقدير الخسارة وتصنيفه من حيث شدة إيلامه وكيفية المواجهة والسيطرة عليه، تم وضع خمسة عناصر تمثل الاستجابة للمواقف السابق ذكرها وهذه العناصر هي (إدراك التهديد - القدرة على التعامل بنجاح مع الموقف - تصنيف الموقف من حيث شدة إيلامه - وتقييمه أي التقدير الشخصي للخسارة الناجمة عن الموقف -السيطرة ومواجهة الموقف).

٧- تم تصميم المقياس على أساس التدرج في الاستجابة على متصل خماسي لكل عنصر من عناصر الاستجابة ، فالدرجة الأقل تدل على قوة تهديد الموقف والدرجة الأعلى تدل على أن الموقف أقل تهديدا .... وهكذا .

أ - التهديد :

ــ موقف مهدد جداً	(درجة)
ــ موقف مهدد	(درجتان)
ــ موقف مهدد إلى حد ما	(ثلاث درجات)
ــ موقف مهدد وهو أمر عادي	(أربع درجات)
ــ موقف غير مهدد بالمرة	(خمس درجات)

ب - التقييم : (التقدير الشخصي)

ــ الموقف ذو خسارة فادحة	(درجة)

ـ الموقف ذو خسارة (درجتـــ)
ـ الموقف ذو خسارة وهو أمر عادي (ثلاث درجات
ـ الموقف ذو خسارة ويمكن احتماله إلى حد ما (أربع درجات
ـ الموقف ذو خسارة وأنا على ما يرام (خمس درجات

ج - التصنيف :

ـ الموقف مؤلم ولا يمكن احتماله (درجـــة)
ـ الموقف مؤلم (درجتـــان)
ـ الموقف مؤلم وهو موقف عادي (ثلاث درجات)
ـ الموقف مؤلم ويمكن احتماله (أربع درجا
ـ الموقف مؤلم وأنا على ما يرام (خمس درجـ

د - التعامل بنجاح :

ـ لا أستطيع مواجهة الموقف على الإطلاق (درجـــ
ـ لا أستطيع مواجهة الموقف (درجتـــ
ـ أستطيع مواجهة الموقف إلى حد ما (ثلاث درجا
ـ أستطيع مواجهة الموقف (أربع درجات)
ـ أستطيع مواجهة الموقف والتعامل معه بنجاح (خمس درجات

هـ - السيطرة :

ـ الموقف صعب جداً ولا أملك السيطرة الكاملة عليه (درجـــة)
ـ الموقف صعب ولا أستطيع مواجهته (درجتـــان)
ـ الموقف صعب وأستطيع مواجهته إلى حد ما (ثلاث درجات)
ـ الموقف صعب ولدي القدرة على مواجهته (أربع درجات)
ـ الموقف صعب ولدي القدرة على السيطرة عليه وأنا على ما يرام (خمس درجات)

ثبات المقياس : تم القيام بحساب ثبات المقياس عن طريق إعادة الاختبار على عينة قوامها (٣٥) طالبا وطالبة من طلاب الدراسات العليا بمعهد الدراسات التربوية بجامعة القاهرة ، بفاصل زمني قدره ثلاثة أسابيع

وكان معامل الارتباط بين التطبيقين (الأول والثاني) هو (٧٢,) وهو معامل ثبات ذو دلالة عالية .

صدق المقياس : تم حساب صدق محتوى المقياس وذلك بما يشمله المقياس من عناصر لمستوى الإدراك والاستجابة الشخصية تجاه المواقف المختلفة وذلك بالتحكيم عليه من مجموعة من المتخصصين ، وبالنسبة لأحداث الحياة الضاغطة تم حساب الصدق العاملي باستخدام طريقة المكونات الأساسية (هوتلنج) Hotling وتم تدوير العوامل بطريقة الفاريماكس (Varimax Rotation) وذلك بالنسبة للعينة البالغ عددها (٣٥) طالبا وطالبة وأسفر التحليل عن أن هناك ثلاثة ابعاد رئيسية مرتبطة بأحداث الحياة الضاغطة وهي : (عومل شخصية ــ عوامل أسرية ــ عوامل اجتماعية) ، وكانت تشبعاتيا كالآتي :

١- **العوامل الشخصية** : وكانت تشبعاتها كالآتي (الزواج ٣١٥ ,)- (الأبوة / الأمومة ٠,٤٧٣) - (المتاعب الجنسية ٤٦٤ ,) - (المرض الشخصي ٣٦٢ ,)٠

٢- **العوامل الأسرية** : وكانت تشبعاتها كالآتي (موت الأب / والأم ٤٦٩ ,) - (موت أحد الأبناء٥٦١ ,) - (موت الزوج / الزوجة ٥٥٩ ,) - الانفصال بالطلاق ٦٣٢,)

٣- **العوامل الاجتماعية والمهنية** : وكانت تشبعاتيا كالآتي (الفصل من العمل٠,٦٣٧) - (الاتهام بالقتل الخطأ ٣٧٨ ,) .

فروض الدراسة : تم صياغة فروض الدراسة في فرضين رئيسين هما :

الفرض الرئيسي الأول : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو أحداث الحياة الضاغطة.

وينبثق من هذا الفرض عدة فروض فرعية هي :ـ

الفرض الأول : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات **كل من الذكور والإناث** في عناصر الاستجابة نحو موقف **الزواج** .

الفرض الثاني : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف **الأبوة / الأمومة** .

الفرض الثالث : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف المتاعب **الجنسية** .

الفرض الرابع : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف المرض الشخصي .

الفرض الخامس: لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف موت **أحد الوالدين** .

الفرض السادس : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف موت أحد **الأبناء** .

الفرض السابع : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف موت الزوج / الزوجة .

الفرض الثامن : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف **الانفصال بالطلاق** .

الفرض التاسع : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور وللإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف **الفصل من العمل** .

الفرض العاشر : لا توجد فروق بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في عناصر الاستجابة نحو موقف الاتهام بالقتل الخطأ .

الفرض الرئيسي الثاني : لا توجد علاقة دالة بين كل من مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة.

نتائج الدراسة

قام الباحثان بالتحقق من صحة فروض الدراسة باستخدام كل من اختبار ت (T- test) للتعرف على دلالة الفروق بين المتوسطات لكل من الذكور والإناث (عينة الدراسة) وكذلك استخدام معاملات الارتباط (correlation) بين كل من عناصر الإدراك والاستجابة الشخصية نحو مواقف الحياة الضاغطة والتي تم التوصل إليها – وتناسب خصائص وطبيعة المرحلة العمرية لعينة الدراسة – من خلال الدراسة الاستطلاعية وإعداد المقياس وكانت الأحداث الحياتية الضاغطة في هذه المرحلة عشرة أحداث هي (الزواج – الأبوة / الأمومة – المتاعب الجنسية – المرض الشخصي – موت الأب / الأم –– موت أحد الأبناء – موت الزوج / الزوجة – الانفصال بالطلاق – الفصل من العمل – الاتيام بالقتل الخطأ) .

أما بالنسبة لكل من عناصر الإدراك والاستجابة الشخصية ، قد تناول الباحثان خمسة عناصر تتمثل في (التهديد – التقييم – التصنيف – التعامل بنجاح مع سمو – طرة) وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة – سالفة الذكر – ومحاولة تفسير تلك العلاقات وذلك بالتعليق على مصفوفة الارتباطات ، وفيما يلي نتناول فروض الدراسة بالتحليل والتفسير كما يلي :

الفرض الرئيسي الأول : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في كل من مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحو مواقف (أحداث) الحياة الضاغطة .

وينبثق من هذا الفرض عدة فروض فرعية نتناولها فيما يلي بالشرح والتحليل والتفسير :

الفرض الأول : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات كل من الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (الزواج).

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (١) فيما يلي :

جدول رقم (١)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (الإدراك والاستجابة الشخصية) نحو موقف (الزواج) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	ت ٤ / الاحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,١٤٠	٢,٠٢٠
	ع	١,٠٥٠	٠,٩٧٩
	ت	٠,٧٣٥	—
التقييم	م	٢,١٦٠	٢,٨٤٠
	ع	٠,٥٨٦	٠,٩٣٤
	ت	٤,٩٦٠	**
التصنيف	م	١,٨٤٠	٣,٠٨٠
	ع	٠,٧٦٦	١,١٤٠
	ت	٦,٥٠٢	**
التعامل بنمائج	م	٢,٥٤٠	١,٩٤٠
	ع	١,١١٠	٠,٨٦٧
	ت	٣,٠٣١	**
السيطرة	م	٣,٤٤٠	٢,١٨٠
	ع	٠,٩٥١	٠,٩٠٠
	ت	٧,٣٦٦	**

** دالة عند مستوى ٠١,

— غير دالة

١- التهديد : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث (٢,٠٢٠) والانحراف المعياري (٠,٩٧٩) ، ومتوسط درجات الذكور (٢,١٤٠) والانحراف المعياري (١,٠٥٠) وقيمة ت = (٧٣٥ ,) . وهي غير دالة وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إدراك التهديد الناجم عن الزواج كموقف من المواقف الحياتية الضاغطة والتي تواجه الأفراد . مع ملاحظة أن متوسطات الدرجات منخفضة لدى الجنسين (الذكور – الإناث) وهذا يعني أيضاً إدراكهم لموقف الزواج على أنه خبرة مهددة وهذا كما هو واضح في استجاباتهم على المقياس وحصولهم على تلك الدرجة المنخفضة عليه وهي تنحصر بين (أنه موقف مهددا جداً – أنه موقف مهدد) .

٢- التقييم : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث (٢,٨٤٠) والانحراف المعياري (٩٣٤ ,) ومتوسط درجات الذكور (٢,١٦٠) والانحراف المعياري (٥٨٦ ,) ، وقيمة ت = (٤,٩٦٠) وهي دالة عند مستوى (٠١ ,) وبالتالي

يمكن رفض الفرض جزئياً . وبملاحظة المتوسطات والانحراف المعياري نجد أن المتوسطات لدى كل من الذكور والإناث منخفضة بالرغم من أن الفروق بينهما في صالح الذكور حيث كانت إدراكا تهم وخبراتهم السالبة في تقدير الخسارة الناجمة عن الموقف وبالتالي انحصرت استجاباتهم في (الموقف ذو خسارة فادحة – الموقف ذو خسارة) أما الإناث فاتجاهاتهن نحو الموقف على أنه أمر طبيعي وعادي رغم ما سيعود عليهن من متاعب نتاجه .

٣ – **التصنيف** :في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث= (٣,٠٨٠) بانحراف معياري= (١,١٤٠) ، ومتوسط درجات الذكور= (١,٨٤٠) بانحراف معياري= (,٧٦٦) وقيمة ت = (٦,٥٠٢) وهي دالة عند مستوى (,٠١) وبالتالي يمكن تفسير ذلك بأن درجات الذكور تدور حول (إدراك الموقف علي أنه مؤلم ولا يمكن احتماله) ، بينما الإناث كانت استجاباتهن تدور حول (إدراك الموقف على أنه مؤلم ولكنه أمر عادى يمكن احتماله).

٤ – **التعامل بنجاح** : في الجدول السابق نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (١,٩٤٠) والانحراف المعياري = (,٨٦٧) ، ومتوسط درجات الذكور = (٢,٥٤٠) والانحراف المعياري = (١,١١٠) . وقيمة ت = (٣,٠٣١) وهي دالة عند مستوى (,٠١) وهذا يعني أن هناك فروق بين الذكور والإناث في التعامل بنجاح مع خبرة الزواج فانحصرت درجات الإناث حول دلالة هامة فحواها أنهن لا يستطعن مواجهة الموقف ، والموقف مؤلم وأعباؤه صعبة وشاقة نظراً لما ينجم عن هذه الخبرة من التزامات أسرية خاصة أعباء الحمل والولادة والرضاعة ورعاية المولود وشئون الأسرة ككل وبالتالي كانت هذه النتيجة منطقية و متفقة مع طبيعة الأنثى .

٥ – **السيطرة** : اتضح من الجدول أن متوسط درجات الإناث = (٢,١٨٠) بانحراف معياري = (,٩٠٠) ، ومتوسط درجات الذكور = (٣,٤٤٠) بانحراف معياري = (,٩٥١) وقيمة ت = (٧,٣٦٦) وهي دالة عند مستوى (,٠١) وهذا يدل على أن درجات الذكور تدور حول (الموقف صعب ولدي

السيطرة عليه) أما الإناث فكانت استجاباتهن تدور حول (الموقف الصعب ولا أستطيع السيطرة عليه) .

الخلاصة : يمكن القول بأنه قد ثبت صحة الفرض جزئياً حيث لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إدراك التهديد الناجم عن موقف (الزواج) ، بينما وجدت فروق دالة بينهما في كل من (التقييم – التصنيف – التعامل بنجاح – السيطرة) .

الفرض الثاني : لا توجد فروق دالة بين متوسط درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (الأبوة / والأمومة) .

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٢) فيما يلي :

جدول رقم (٢)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (الإدراك والاستجابة الشخصية) نحو موقف (الأبوة / الأمومة) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٠٣٥	١,٨٦٠
	ع	١,٥٩٠	,٧٠٠
	ت	١,٥٣٠	—
الحسم	م	٢,٤٤٠	١,٧٦٠
	ع	,٢٤٨	,٦٩٨
	ت	٢,٨٦٨	**
التصنيف	م	٢,٢٢٠	١,٧٢٠
	ع	,٨٨٧	,٧٨٤
	ت	٢,٥٧٣	*
التعامل بنجاح	م	١,٦٨٠	٢,٣٠٠
	ع	,٧٤١	,٩٥٣
	ت	٣,٩٠٤	**
السيطرة	م	٢,٣١٠	١,٨٨٠
	ع	١,٠٢٥	,٨٨٩
	ت	٢,٧١٧	**

** دالة عند مستوى ٠١, * دالة عند مستوى ٠٥, — غير دالة

١- التهديد : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (١,٨٦٠) بانحراف معياري = (,٧٠٠) ، متوسط درجات الذكور = (٢,٠٣٥) بانحراف معياري = (١,٦٩) وقيمة ت = (١,٥٣٠) وهي غير دالة عند مستوى (,٠٥) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إدراك التهديد الناجم عن موقف (الأبوة – الأمومة) وما يتطلبه من مسؤليات ملقاة على عاتقيا ، وكانت الاستجابات لكلا الجنسين تدور حول (الموقف مهدد جداً – الموقف مهدد) .

٢- التقييم : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (١,٧٦٠) بانحراف معياري = (,٦٩٨) ، ومتوسط درجات الذكور = (٢,٤٤٠) بانحراف معياري = (,٢٤٨) وقيمة ت = (٢,٨٦٨) وهي دالة عند مستوى (٠١,) وهذا يدل على وجود فروق دالة بين الجنسين بالرغم من حصولها ـ ى درجات منخفضة تدور حول (الموقف ذو خسارة ـ الموقف ذو خسارة ولكنه أمر طبيعي وعادي) إلا أن دلالة المتوسط المنخفضة عند الإناث تعني مع أن الموقف ذو خسارة وهذا أمر عادي وطبيعي إلا أنه مكلف .

٣- التصنيف : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (١,٧٢٠) بانحراف معياري = (,٧٨٤) ومتوسط درجات الذكور= (٢,٢٢٠) بانحراف معياري = (,٨٨٧) وقيمة ت = (٢,٥٧٣) وهي دالة عند مستوى (,٠٥) وهذا يدل على وجود فروق دالة بين الجنسين لصالح الإناث بمعنى أن الإناث يدركن على أنه مؤلم ويمكن مواجهته إلى حد ما بينما يرى الذكور أن الموقف مؤلم ولا يمكن احتماله .

٤-التعامل بنجاح : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٣٠٠) بانحراف معياري = (,٩٥٣) ، ومتوسط درجات الذكور = (١,٦٨٠) بانحراف معياري = (,٧٤١) ، وقيمة ت =(٣,٩٠٤) وهي دالة عند مستوى (,٠١) وهذا يعني وجود فروق دالة بين

الجنسين في التعامل بنجاح مع موقف الأبوة والأمومة لصالح الإناث مع أن المتوسطات منخفضة لكليهما وتدور حول (لا أستطيع مواجهة الموقف – أستطيع مواجهة الموقف إلى حد ما) ومع ذلك فان الإناث كن أقدر من الذكور في التعامل بنجاح مع الموقف وذلك بحصولين على متوسطات درجات يقابل (أستطيع التعامل مع الموقف ومواجيته) وقد يرجع ذلك إلى سيكولوجية الأنثى وطبيعتها واتجاهاتها نحو الأمومة .

٥- **السيطرة** : في الجدول نجد أن متوسط درجات الإناث = (١,٨٨٠) بانحراف معياري = (,٦٨٩) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٣٦٠) بانحراف معياري = (١,٠٢٥) وقيمة ت = (٢,٧١٧) وهي دالة عند مستوى (,٠١) وذلك يعنى وجود فروق دالة بين الجنسين مع أن متوسطات الدرجات لهما منخفضة وتدور حول (عدم القدرة على مواجهة الموقف – الموقف صعب ولا أستطيع السيطرة عليه – الموقف صعب ويمكن السيطرة عليه إلى حد ما) . ومع ذلك فان الذكور أكثر سيطرة من الإناث لحصولهم على درجات متوسطيا أعلى وتدور حول (الموقف صعب وأستطيع السيطرة عليه إلى حد ما – الموقف صعب وأستطيع السيطرة عليه) .

الخلاصة : يمكن القول بأن الفرض قد ثبت صحته جزئياً حيث لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إدراك التهديد الناجم عن الموقف (موقف الأبوة / الأمومة) ، بينما وجدت فروق دالة بينهما في كل من (التقييم – التصنيف – التعامل بنجاح – السيطرة) .

الفرض الثالث : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (المتاعب الجنسية) .

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٣) فيما يلي :

جدول رقم (٣)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (الإدراك والاستجابة الشخصية) نحو موقف (المتاعب الجنسية) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٣,٠٦٠	١,٨٨٠
	ع	١,١٢٤	,٦٨٩
	ت	٦,٢٣٨	**
التقييم	م	١,٧٢٠	٢,٢٢٠
	ع	,٧٨٤	١,٠٩٣
	ت	٢و٧٥٢	**
التصنيف	م	٢,٤٦٠	٢,٣٦٠
	ع	١,٢٤٨	١,٠٢٥
	ت	,٤٤٤	—
التعامل بنجاح	م	١,٨٧٠	١,٩٢٠
	ع	,٨٢٤	١,٠٦٦
	ت	,٣٣٠	—
السيطرة	م	١,٥٤٠	٢,٢١٠
	ع	,٩٩٠	١,١٨٠
	ت	٢,٣١٠	*

** دالة عند مستوى ٠١,

* دالة عند مستوى ٠٥,

— غير دالة

١- **التهديد** : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (١,٨٨٠) بانحراف معياري = (,٦٨٩) ، ومتوسط درجات الذكور = (٣,٠٦٠) بانحراف معياري = (١,١٢) ، وقيمة ت = (٦,٢٣٨) وهي دالة عند مستوى (٠١,) وهذا يعني أن الإناث أكثر إدراكاً للتهديد الناجم

عن المتاعب الجنسية من الذكور خاصة حينما يتعلق الموقف بالقلق الشديد نحو الإنجاب والأمومة وغيرها بالتالي تدور استجاباتهن حول (الموقف مهدد جداً – الموقف مهدد) أما استجابات الذكور تدور حول (الموقف مهدد إلى حد ما ــ الموقف غير مهدد) وقد يرجع الاختلاف إلى طبيعة الجنسين أو أن واقع الأمومة والإنجاب قد يكون أعلى من الذكور لما تجده الأنثى من حماية الزوج أو الأولاد مستقبلا وتحقيق الذات من خلال دورها في الأسرة كأم وكزوجة .

٢ – التقييم : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٢٢٠) بانحراف معياري = (١,٠٩٣) ، ومتوسط درجات الذكور= (١,٧٢٠) بانحراف معياري =(٧٨٤ ,) وقيمة ت = (٢,٧٢٥) وهي دالة عند مستوى (٠١,) فاستجابات الإناث تدور حول (الموقف ذو خسارة وهو أمر عادي) أما استجابات الذكور تدور حول (الموقف ذو خسارة فادحة) وقد يكون الاختلاف بين الجنسين في تقييمهم للموقف راجع إلى خصائص وطبيعة كل نوع منهما ، فالذكور يرون ويقيمون الموقف على أنه خسارة فادحة من وجهة النظر المتعلقة بموضوع الذكورة أو الرجولة بينما الأنثى فقد تختلف نفسياً عن الرجل في ذلك . فالأنثى كانت أكثر إدراكا للتهديد الناجم عن الموقف (المتاعب الجنسية) كما اتضح في (١) حينما ارتبط ذلك في تصورها بالحمل والإنجاب والأمومة ، أما الذكور كانت تقييماتهم للموقف من الوجهة المتعلقة بموضوع الرجولة فبهذا جاءت النتيجة فارقة بين الجنسين في كل من إدراك التهديد أو تقييم الموقف .

٣-التصنيف : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٣٦٠) بانحراف معياري = (١,٠٢٥) ،ومتوسط درجات الذكور = (٢,٤٦٠) بانحراف معياري = (١,٢٤٨) . وقيمة ت =(٤٤٤,) وهي غير دالة عند مستوى (٠١,) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين الجنسين

في تصنيفهم للموقف على أنه مؤلم وبالتالي دارت الاستجابات حول (إدراك الموقف على أنه مؤلم – إدراك الموقف على أنه أمر عادي الحدوث) .

٤- التعامل بنجاح : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (١,٩٢٠) بانحراف معياري = (١,٠٦٦) ، ومتوسط درجات الذكور = (١,٨٧٠) بانحراف معياري = (٨٢٤,) وقيمة ت = (,٣٣٠) وهي غير دالة عند مستوى (,٠١) وهذا يعني عدم وجود فروق بين الجنسين في كيفية التعامل بنجاح مع الموقف وكانت الاستجابات تدور حول (لا أستطيع مواجهة الموقف – لا أستطيع مواجهة الموقف بتاتاً) .

٥-السيطرة : في الجدول نلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٢١٠) بانحراف معياري = (١,١٠٨) ومتوسط درجات الذكور يساوي (,٥٤٠) بانحراف معياري (٠,٩٩٠) وقيمة ت =(٢,٣١٠) وهي دالة عند مستوى (,٠٥) وهذا يعني وجود فروق دالة بين الجنسين في السيطرة على الموقف ، فكانت استجابات الإناث تدور حول (الموقف صعب ولا أستطيع السيطرة عليه – الموقف صعب أستطيع السيطرة عليه ومواجهته – الموقف صعب ويمكن احتماله) أما استجابات الذكور تدور حول (لا أملك السيطرة الكاملة على الموقف – ليس لدي القدرة على مواجهته أو احتماله – الموقف صعب ولا أستطيع السيطرة عليه).

الخلاصة : يمكن القول بأن الفرض قد ثبت صحته جزئياً حيث لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إبعاد (التصنيف – التعامل بنجاح) مع موقف المتاعب الجنسية ، بينما وجدت فروق دالة بينهما في كل من (التهديد – التقييم – السيطرة) مع إجماع الجنسين على الموقف بأنه موقف مؤلم وخبرة سيئة لارتباطها بدور الفرد الحيوي في الحياة .

الفرض الرابع : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (المرض شخصي)

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٤) فيما يلي :

جدول رقم (٤)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (المرض شخصي) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٦٢٠	٢,٤٢٠
	ع	١,١٩١	١,٠١٣
	ت	١,٠٥٥	ـــ
التقييم	م	٢,٣٤٠	٢,٤٠٠
	ع	١,١٣٥	,٩٦٩
	ت	,٩٠٤	ـــ
التصنيف	م	٢,٧٦٠	٣,١٠٠
	ع	١,٠٩٨	١,١١٢
	ت	١,٢٤٤	ـــ
التعامل بنجاح	م	٢,٧٠٠	٢,٣٧٠
	ع	١,٠٩٢	٨٥٧و
	ت	١,٥٧٨	ـــ
السيطرة	م	٢,٣١٠	٢,٦٦٠
	ع	,٩٥١	١,١٥٣
	ت	١,٩٩٧	ـــ

ـــ غير دالة

١- **التهديد** :اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٤٢٠) بانحراف معياري = (١,٠١٣)، ومتوسط درجات الذكور = (٢,٦٢٠) بانحراف معياري

= (١,١٩١) ، وقيمة ت = (١,٠٥٥) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاستجابة السالبة نحو الموقف على أنه موقف ميدد وتراوحت الاستجابة لهما بين (الموقف ميدد جداً – الموقف ميدد) .

٢- التقييم : اتضح أن متوسط درجات الإناث =(٢,٤٠٠) والانحراف المعياري = (٩٦٩و) ومتوسطات درجات الذكور (٢,٣٤٠) والانحراف المعياري=(١,١٣٥) وقيمة ت = (٩٠٤,) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥و) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاستجابة السالبة نحو الموقف فتم تقييم الموقف على أنه موقف ذو خسارة وتراوحت الاستجابة لهما بين (الموقف ذو خسارة فادحة – الموقف ذو خسارة) .

٣ – التصنيف وإدراك الموقف : اتضح أن متوسط درجات الإناث =(٣,١٠٠) والانحراف المعياري =(١,١١٢)، ومتوسط درجات الذكور =(٢,٧٦٠) بانحراف معياري =(١,٠٩٨) ، وقيمة ت = (١,٢٤٤) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,). وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاستجابة السالبة نحو الموقف على أنه موقف مؤلم وتراوحت الاستجابة السالبة وأدراك الموقف على أنه (موقف مؤلم ولا يمكن احتماله – موقف مؤلم)

٤.- التعامل بنجاح : اتضح أن متوسط درجات الإناث (٢,٣٧٠) والانحراف المعياري = (٨٥٧و)، ومتوسط درجات الذكور = (٢,٧٠٠) والانحراف المعياري = (١,٠٩٢) و قيمة ت =(١,٥٧٨) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاستجابة السالبة نحو الموقف على أنه موقف يصعب التعامل معه وتراوحت الاستجابة السالبة لهما بين (لا أستطيع مواجهة الموقف مطلقا – لا أستطيع مواجهة الموقف) .

٥.- السيطرة : اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٦٦٠) والانحراف المعياري = (١,١٥٣) ، ومتوسط درجات الذكور =

(٢,٣١٠) والانحراف المعياري = (,٩٥١) وقيمة ت = (١,٩٩٧) . وهي غير دالة عند مستوى (,٠٥) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاستجابة السالبة نحو الموقف فيرى كل منهما أن الموقف صعب الاحتمال وعدم المقدرة على مواجهته وتراوحت الاستجابة بين (الموقف صعب جدا ولا أملك السيطرة عليه ــ الموقف صعب ولا أستطيع مواجهته) .

والخلاصة : يمكن القول بأنه قد ثبت صحة الفرض في الاتجاهات السالبة الخمس (التهديد ــ التعامل بنجاح ــ التصنيف ــ التقييم ــ السيطرة) .حيث لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاستجابات السالبة نحوه وإن كانت متوسطات الدرجات تعبر عن أن الموقف مهدد وليس من السهل مواجهته نظراً لأنه مؤلم وصعب وذو خسارة وبالتالي من الصعب السيطرة عليه ومواجهته) .

الفرض الخامس : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (موت أحد الوالدين) .

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٥) فيما يلي :

جدول رقم (٥)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (موت أحد الوالدين) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٣٨٠	٢,١٢٠
	ع	,٨٧٨	,٩١٠
	ت	,٨٢٢	ــ
التقييم	م	٢,٦٦٠	٢,٤٠٠

	ع	١,٢٠٦	.٩٦٩
	ت	١,٣٥٩	—
التصنيف	م	٣,	٢,٣٦٠
	ع	١,٢٠٠	١,٣٦٧
	ت	٣,٢٤٠	**
التعامل بنجاح	م	٢,٦٨٢	٢,١٤٠
	ع	١,٠٨٢	.٦٣٩
	ت	٣,٠٥٥	**
السيطرة	م	٢,٧٦٠	٢,٩٠٠
	ع	٣,٠٥٩	.٩٥٣
	ت	,٤٧٠	—

** دالة عند مستوى ٠١,

ـ غير دالة

١- **التهديد** : يلاحظ أن متوسط در ت الإناث = (٢,١٢٠) بانحراف معيـاري = (٩١٠,) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٣٨٠) بانحراف معياري = (٨٧٨ ,) وقيمة ت = (٨٢٢,) وهي غير دالة وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في إدراك الموقف على أنه خبـرة مهـددة ومع انخفاض متوسطات الدرجات لديهما فان الاستجابة تدور حول (الموقف مهدد جداً ـ الموقف مهدد) .

٢ - **التقييم** : يلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٤٠٠) بانحراف معياري = (٩٦٩,) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٦٦٠) بانحراف معياري = (١,٢٠٦) وقيمة ت = (١,٣٥٩) وهي غير دالة وهذا يعنـي عـدم وجود فروق دالة بين الجنسين في تقييم الموقف والتقدير الشخصـي للخسارة الناجمة عن الحدث ومع ذلك فان متوسطات درجات كـلا الجنسين منخفضة وتدور حول (إدراك الموقف على أنه ذو خسارة فادحة ـ الموقف ذو خسارة مع أنه موقف عادي) .

٣ - **التصنيف** : يلاحظ أن متوسـط درجـات الإنـاث = (٢,٣٦٠) بـانحراف

معياري = (١,٣٦٧) ومتوسط درجات الذكور = (٣,٠٠) بانحراف معياري = (١,٢٠٠) وقيمة ت = (٣,٢٤٠) وهي دالة عند مستوى (٠١ ,) وهذا يعني أن الإناث كن أكثر تصنيفاً للموقف على (أنه مؤلم ولا يمكن احتماله ــ أنه مؤلم) وأن الذكور صنفوا الموقف على أنه (مؤلم ــ أنه موقف عادي) . ومع ذلك فانخفاض متوسطات الدرجات لكلا الجنسين يعني أنهما قد صنفا الموقف على أنه مؤلم بالرغم مع أنه في نفس الوقت موقف عادي في الحياة .

٤ ــ **التعامل بنجاح** : يلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,١٤٠) بانحراف معياري = (٦٣٩ ,) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٦٨٢) بانحراف معياري = (١,٠٨٢) وقيمة ت = (٣,٠٥٥) وهي دالة عند مستوى (٠١,) وهذا يعني وجود فروق دالة بين الجنسين في القدرة على مواجهة الموقف والتعامل معه وتحمله ، فالذكور لديهم القدرة على مواجهة الموقف أكثر من الإناث ، وبانخفاض متوسطات درجات كلا الجنسين وذلك بالإطلاع على استجاباتهم حول الموقف نلاحظ أنها تدور حول (أستطيع مواجهة الموقف إلى حد ما ــ لا أستطيع مواجهة الموقف) .

٥ ــ **السيطرة** : يلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٩٠٠) بانحراف معياري = (٩٥٣,) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٧٦٠) بانحراف معياري = (٣,٠٥٩) وقيمة ت = (٤٧٠ ,) وهي غير دالة وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين الجنسين في القدرة على مواجهة الموقف ومع ذلك فإن متوسطات درجات كلا الجنسين منخفضة وتدور حول (الموقف صعب جداً لا أملك السيطرة عليه ــ الموقف صعب ولا أستطيع السيطرة عليه) .

الخلاصة : يمكن القول بأن الفرض قد ثبت صحته جزئياً حيث لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في أبعاد (التهديد ـ التقييم ـ السيطرة)، بينما وجدت فروق دالة بينهما في (التصنيف ـ التعامل بنجاح) .

الفرض السادس : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (موت أحد الأبناء)

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٦) فيما يلي :

جدول رقم (٦)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (موت أحد الأبناء) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٣٨٠	٢,٦٢٠
	ع	,٨٧٨	١,٢٤٤
	ت	١,١٢٧	_
التقييم	م	٣,١٠٠	٢,٨٠٠
	ع	١,٢٩٨	١,٢١٢
	ت	١,٥٩٧	_
التصنيف	م	٣,٤٨٠	٢,٦٨٠
	ع	١,٤٨٨	١,٣٩٢
	ت	٣,٨٨٣	**
التعامل بنجاح	م	٢,٧٦٠	٢,١٨٦
	ع	١,١٣٥	,٨٥٧
	ت	٢,٦٧٨	*
السيطرة	م	٣,٣٠٠	٢,٧٨٠
	ع	١,٣٤٤	١,٤٠٤
	ت	٢,٦٩٤	*

** دالة عند مستوى (,٠١) ، * دالة عند مستوى (٠٥ ,)، ـــ غير دالة

١ ـ **التهديد** : اتضح أن متوسط درجات الإناث =(٢,٦٢٠) بانحراف معياري = (١,٢٤٤) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٣٨٠) بانحراف معياري = (,٨٧٨) وقيمة ت = (١,١٢٧) وهي غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إدراك الموقف على أنه موقفاً أو حدثاً مهدداً فكانت استجاباتهم تدور حول (الموقف مهدد ـ الموقف مهدد جداً).

٢ ـ **التقييم** : اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٨٠٠) بانحراف معياري = (١,٢١٢) ومتوسط درجات الذكور = (٣,١٠٠) بانحراف معياري = (١,٢٩٨) وقيمة ت = (١,٥٩٧) وهي غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يعني أنه لا توجد فروق بين كل من الذكور والإناث في إدراكهم أن الموقف ذو خسارة فادحة .

٣ ـ **التصنيف** : اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٦٨٠) بانحراف معياري = (١,٣٩٢) ومتوسط درجات الذكور = (٣,٤٨٠) بانحراف معياري = (١,٤٨٨) وقيمة ت = (٣,٨٨٣) وهي دالة عند مستوى (٠١ ,) وهذا يعني أن الإناث أكثر إدراكاً من الذكور بتلك الخبرة السالبة ومع ذلك فان متوسطات درجات كل من الذكور والإناث تدور حول (الموقف مؤلم ولا يمكن احتماله ـ الموقف مؤلم) .

٤ ـ **التعامل بنجاح** : يتضح من الجدول أيضاً أن متوسط درجات الإناث = (٢,١٨٦) بانحراف معياري = (,٨٥٧) وكان متوسط درجات الذكور = (٢,٧٦٠) بانحراف معياري = (١,١٣٥) وكانت فيه ت = (٢,٦٧٨) وهي دالة عند مستوى (,٠٥) وهذا يعني الذكور يمكن التعامل مع الموقف بنجاح ولديهم القدرة على مواجيته أكثر من الإناث . ومع هذا فان الاستجابة لديهما تدور حول (لا أستطيع مواجية الموقف مطلقاً ـ لا أستطيع مواجية الموقف) .

٥ ـ **السيطرة** : اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٧٨٠) بانحراف معياري = (١,٤٠٤) ومتوسط درجات الذكور = (٣,٣٠٠) بانحراف معياري =

(١,٣٤٤) وقيمة ت = (٢,٦٩٤) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يعني أن الذكور يدركون (أن الموقف صعب ويمكنهم السيطرة عليه إلى حد ما) أما الإناث فيدركن (أن الموقف صعب جدا ولا يمكنهن السيطرة الكاملة عليه) .

الخلاصة : يمكن القول بأن الفرض قد ثبت صحته جزئياً حيث لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في أبعاد (التهديد ــ التقييم) ، بينما وجدت فروق دالة بينهما في أبعاد (التصنيف ــ التعامل بنجاح ــ السيطرة) . وقد يكون مرجع ذلك أن الإناث أكثر إدراكا من الذكور بهذه الخبرة السالبة وغير السارة حينما تتعلق الخبرة بفقد أحد الأبناء وذلك لاتصاله بدافع قوي عند الأنثى وهو دافع الأمومة وبعض العوامل السيكولوجية في طبيعة الأنثى مع عدم تقليل تلك الخبرة السالبة وأثرها على الذكور أيضا وذلك نلاحظه في تدني درجات الذكور والإناث معاً على المقياس مما يدل على أن فقد الأبناء يعد موقفاً بالغ الصعوبة لدى الجنسين (الآباء / والأمهات) ويؤثر تأثيراً بالغ السوء فيهما .

الفرض السابع : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (موت الزوج / الزوجة).

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٧) فيما يلي :

جدول رقم (٧)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (موت الزوج / الزوجة) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٦٧٢	٢,٩٢٠
	ع	١,٩١٩	٢,٠٤٩
	ت	١,٠٥٥	ــ
التقييم	م	٣,٣٦٠	٢,٠١٨

	ع	٣,٠٨٠	٢,٠٠٩
	ت	٢,٥٥	*
التصنيف	م	٣,١٢٠	٣,٧٤٠
	ع	٢,١٣٣	٢,٠٧٨
	ت	٣,٥٢٧	**
التعامل بنجاح	م	٣,١٤٠	٢,٧٢٠
	ع	١,٩٧٩	١,٨٩٦
	ت	١,٨٨١	—
السيطرة	م	٣,٣٨٠	٣,٥٨٠
	ع	٣,٤٧٥	١,٩٩١
	ت	,٤٧٢	—

** دالة عند مستوى٠١, * دالة عند مستوى ٠,٠٥ غير دالة

١ ــ **التهديد** : اتضح أن متوسط درجات الإناث =(٢,٩٢٠) بانحراف معياري= (٢,٠٤٩) ومتوسط درجات الذكور =(٢,٦٧٢) بانحراف معياري = (١,٩١٩) وقيمة ت =(١,٠٥٥) . وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) . وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في الاتجاه نحو الموقف ، ومع ذلك فان متوسطات الدرجات لديهما تدور حول (الموقف مهددا جدا ــ الموقف مهدد) .

٢ ــ **التقييم** : متوسط درجات الإناث =(٢,٠١٨) وبانحراف معياري = (٢,٠٠٩) ومتوسط درجات الذكور =(٣,٣٦٠) بانحراف معياري = (٣,٠٨٠) وقيمة ت = (١,٤٩٤) وهي غير دالة عند مستوى(٠٥,) وهذا يعني أن الإناث يدركن الموقف على أنه (موقف ذو خسارة فادحة – موقف ذو خسارة) أما الذكور فيدركون الموقف على أنه (موقف ذو خسارة وهو أمر عادي – الموقف ذو خسارة ويمكن احتماله إلى حد ما).

٣ ــ **التصنيف وإدراك الموقف** :ــ يتضح من الجدول أن متوسط درجات الإناث = (٣,٧٤٠) بانحراف معياري = (٢,٠٧٨) ومتوسط درجات الذكور = (٣,١٢٠) بانحراف معياري = (٢,١٣٣) وقيمة ت = (٣,٥٢٧) وهي دالة

عند مستوى (٠١,) وهذا يعني أن الإناث يدركن الموقف على أنه (موقف مؤلم ـ موقف عادي) أما الذكور فيدركون الموقف على أنه (موقف مؤلم ولا يمكن احتماله – الموقف مؤلم) .

٤ ـ **التعامل بنجاح** : في الجدول أيضا اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٧٢٠) بانحراف معياري = (١,٨٩٦) وكان متوسط درجات الذكور = (٣,١٤٠) بانحراف معياري = (١,٩٧٩) وكانت قيمة ت = (١,٨٨١) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في مواجهة الموقف فالاستجابات تدور حول (لا أستطيع مواجهة الموقف مطلقاً ـ لا أستطيع مواجهة الموقف وتحمله) .

٥ ـ **السيطرة** : ـ متوسط درجات الإناث = (٣,٥٨٠) بانحراف معياري = (١,٩٩١) ومتوسط درجات الذكور = (٣,٣٨٠) بانحراف معياري = (٣,٤٧٥) وقيمة ت =(٤٧٢ ,) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥ ,). وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث نحو الموقف فالاستجابات تدور حول (الموقف صعب جداً ولا أملك السيطرة الكاملة عليه ـ الموقف صعب ولا أستطيع مواجهته ـ الموقف صعب و أستطيع السيطرة عليه إلى حد ما)

الخلاصة : يمكن القول بأن الفرض قد ثبت صحته جزئياً حيث لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (التهديد ـ التقييم ـ التعامل بنجاح ـ السيطرة) ، بينما وجدت فروق دالة بينهما في (التصنيف) أي تصنيف الموقف من حيث شدته ودرجة إيلامه .

الفرض الثامن : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (الانفصال بالطلاق) .

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٨) فيما يلي :

جدول رقم (٨)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (الانفصال بالطلاق) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٦٢٠	٢,٨٢٠
	ع	١,٩٧٩	٢,١٢٦
	ت	.٩٥٣	—
التقييم	م	٣,٣٠٠	٣,٠٠
	ع	٢,١١٢	٢,٠٩٠
	ت	١,٥٩٧	—
التصنيف	م	٢,٦٠٠	٣,٦٦٠
	ع	٢,٢٢٥	٢,١٨٢
	ت	٣,٧٠٤	**
التعامل بنجاح	م	٢,٥١٠	٢,٩٨٠
	ع	١,٩٦٨	٢,٠٦٥
	ت	٢,٧٨٠	*
السيطرة	م	٣,٢٨٠	٣,٥٢٠
	ع	٣,٥٣٤	٢,٠٩٢
	ت	.٥٦٤	—

** دالة عند مستوى (٠,٠١) * دالة عند مستوى (٠,٠٥) – غير دالة

١- **التهديد** : يلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٨٢٠) بانحراف معياري = (٢,١٢٦) بينما كان متوسط درجات الذكور = (٢,٦٢٠) بانحراف معياري = (١,٩٧٩) وقيمة ت = (٩٥٣,) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني أنه لا توجد فروق بين كل من الذكور والإناث من الاتجاهات السالبة نحو خبرة الانفصال بالطلاق ومع هذا يمكن القول بأن المتوسطات لديها تعبر عن الاستجابة التي تدور حول (الموقف مهدد جداً – الموقف مهدد – الموقف مهدد إلى حد ما) .

٢- **التقييم** :- يلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (-٣,) بانحراف معياري= (٢,٠٩٠) بينما كان متوسط الذكور= (٣,٣٠٠) بانحراف معياري = (٢,١١٢) وقيمة ت = (١,٥٩٧) وهي غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) وهذا

يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في تقييمهم لموقف الانفصال بالطلاق ، وكانت استجاباتهم تدور حول (الموقف ذو خسارة فادحه – الموقف ذو خسارة) وهذا أمر منطقي .

٣-**التصنيف وإدراك الموقف** :- يلاحظ أن متوسطات درجات الإناث = (٣,٦٦٠) بانحراف معياري =(٢,١٨٢) بينما كان متوسط درجات الذكور = (٢,٦٠٠) بانحراف معياري= (٢,٢٢٥) وقيمة ت = (٣, ٧٠٤) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) وهذا يعني أن تصنيف الإناث لموقف الانفصال بالطلاق يدور حول (الموقف مؤلم ولكنه أمر عادي – الموقف عادي ويمكن مواجهته و احتماله) أما الذكور فيدركون الموقف على انه (الموقف مؤلم ولا يمكن احتماله – الموقف مؤلم) وهذه النتيجة جاءت متفقه مع النتيجة السابقة .

٤- **القدرة على التعامل بنجاح** : يلاحظ أن متوسط درجات الإناث = (٢,٩٨٠) بانحراف معياري = (٢,٠٦٥) بينما كان متوسط درجات الذكور= (٢,٥١٠) بانحراف معيازي = (١,٩٦٨) وقيمة ت = (٢,٩٨٠) وهي دالة عند مستوي(٠٥,) وهذا يعني أن هناك فروقا بين كل من الذكور والإناث في التعامل بنجاح مع موقف الانفصال بالطلاق لصالح الإناث حيث تدور استجاباتهم حول (لا أستطيع مواجهة الموقف – أستطيع مواجهة الموقف الى حد ما) بينما كانت استجابات الذكور (لا أستطيع مواجهة الموقف مطلقا – لا أستطيع مواجهة الموقف) ولا أجد تفسيرا لهذه النتيجة لأنها جاءت على العكس مما هو متوقع ، فكنا نتوقع ان تكون الإناث اقل قدرة على التعامل بنجاح وأيضا اقل قدرة في مواجهة هذا الموقف نظرا لحاجة المرأة للرجل كحماية لها وللإنفاق عليها وتفسير النتيجة يبدوا ان المرأة في الحياة المعاصرة وما تمتعت به من حرية وتعليم أصبحت تزاول العمل مثلها مثل الرجل تماما فاصبح لديها القدرة على المواجهة اكثر من الرجل الذي مازال هو الآخر في حاجة ماسة للمرأة وما تقدم له من خدمات في حياته المعيشية وبالتالي جاءت النتيجة هكذا .

٥-**السيطرة** : يلاحظ ان متوسط درجات الإناث = (٣,٥٢٠) بانحراف معياري=

(٢,٠٩٢) بينما كان متوسط درجات الذكور=(٣,٢٨٠) بانحراف معياري = (٣,٥٣٤) وقيمة ت =(٥٦٤,) وهي غير دالة عند مستوي (٠٥,) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في مواجهة الموقف وان كانت الاستجابات تدور حول (الموقف صعب ولا أستطيع السيطرة عليه او تحمله – الموقف صعب و أستطيع السيطرة عليه إلى حد ما)

الخلاصة : يمكن القول بان الفرض قد ثبت صحته جزئيا حيث لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (التهديد – التقييم – السيطرة) بينما وجدت فروق دالة بينهما في (التصنيف – التعامل بنجاح).

الفرض التاسع : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية نحو موقف (انفصل من العمل)

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (٩) فيما يلي :

جدول رقم (٩)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (الفصل من العمل) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	اناث
التهديد	م	١,٨٤٠	١,٨٠٠
	ع	٠,٦٨١	٠,٨٠٨
	ت	٠,٢٦٥	—
التقييم	م	٢,٩٠٠	٣,١٨٠
	ع	٢,٢٦١	٢,٣٣٦
	ت	١,٣٨٥	—
التصنيف	م	٢,١٤٠	١,٦٨٠
	ع	١,١٥٨	٠,٧٤١

	ت	٢,٥٨٨	*
التعامل بنجاح	م	١,٩٤٠	١,٧٨٠
	ع	١,٠٣٨	٠,٨٤٠
	ت	٠,٨٦٠	—
السيطرة	م	٣,٢٦٠	٢,٢٤٠
	ع	٢,٢٦٦	٢,٢٤٤
	ت	٢,٩٩٧	*

- دالة عن مستوى (٠,٠٥)

— غير دالة

١- **التهديد** : في الجدول اتضح أن متوسط درجات الإناث = (١,٨٠٠) بانحراف معياري = (٠,٨٠٨) وأن متوسط درجات الذكور = (١,٨٤٠) بانحراف معياري = (٠,٦٨١) وقيمة ت = (٠,٢٦٥) وهي غير دالة عند مستوى(٠,٠٥) هذا يعني انه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في إدراكهم لموقف الفصل من العمل . وتدور استجاباتهم حول (الموقف مهدد جداً - الموقف مهدد)

فالفصل من العمل وما يترتب عليه يؤثر على الظروف الاجتماعية والاقتصادية للجنسين وبالتالي جاءت استجاباتهم مناسبة ومنطقية في إدراكهم لموقف الفصل من العمل على انه خبرة سالبه ومهددة وضاغطة نفسياً على الانسان بصفة عامة .

٢- **التقييم** :- اتضح ان متوسط درجات الإناث = (٣,١٨٠) بانحراف معياري = (٢,٣٣٦) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٩٠٠) بانحراف معياري = (٢,٢٦١) وقيمة ت = (١,٣٨٥) وهي غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في تقييمهم لخبرة الفصل من العمل ومع هذا فإن استجاباتهم (وتقديرهم للخسارة الناجمة عن الموقف تدور حول (الموقف ذو خسارة - الموقف ذو

خسارة مع انه أمر طبيعي وعادي – الموقف ذو خسارة ويمكن احتماله الى حد ما) .

٣- **التصنيف** :- اتضح أن متوسط درجات الإناث = (١,٦٨٠) بانحراف معياري = (٧٤١,) ومتوسط درجات الذكور = (٢,١٤٠) بانحراف معياري = (١,١٥٨) وقيمة ت = (٢٠٥٨٨) وهي دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني أن هناك فروقاً دالة بين كل الذكور والإناث في عنصر التصنيف فاستجابات الإناث تدور حول (الموقف مؤلم ولا يمكن احتماله – الموقف مؤلم) أما استجابات الذكور تدول حول (الموقف مؤلم – الموقف عادي) وقد ترجع هذه النتيجة لسيكولوجية وطبيعة كل من الرجل والمرأة .

٤- **التعامل بنجاح** :- اتضح أن متوسط درجات الإناث = (١,٧٨٠) بانحراف معياري = (٨٤٠,) ومتوسط درجات الذكور = (١, ٩٤٠) بانحراف معياري = (١,٠٣٨) وقيمة ت =(٨٦٠,) وهي غير دالة عند مستوى (٠,٠٥) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث ومع ذلك فان استجاباتهم تدور حول (لا أستطيع مواجهة الموقف مطلقاً – لا أستطيع مواجهة الموقف) .

٥- **السيطرة** :- اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٢,٢٤٠) بانحراف معياري = (٢,٢٤٤) ومتوسط درجات الذكور = (٣,٢٦٠) بانحراف معياري =(٢,٢٦٦) وقيمة ت = (٢,٩٩٧) وهي دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني أن هناك فروقاً دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في القدرة على مواجهة الموقف ، فاستجابات الإناث تدور حول (الموقف صعب جداً ولا أستطيع السيطرة عليه – الموقف صعب ولا أستطيع مواجهته) اما استجابات الذكور تدور حول (الموقف صعب ولا أستطيع مواجهته – الموقف صعب ويمكنني مواجهته والسيطرة عليه الى حد ما).

الخلاصة :- يمكن القول بان الفرض قد ثبت صحته جزئياً حيث لا توجد فروق

دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (التهديد – التقييم – التعامل بنجاح) بينما وجدت فروق بينهما في (التصنيف – السيطرة) .

الفرض العاشر : لا توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في مستويات الإدراك و الاستجابة الشخصية نحو موقف (الاتهام بالقتل الخطأ) .

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الجدول رقم (١٠) فيما يلي :

جدول رقم (١٠)

يوضح متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد الإدراك والاستجابة الشخصية نحو موقف (الاتهام بالقتل الخطأ) (ن = ١٠٠)

مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية	النوع / الإحصاء	ذكور	إناث
التهديد	م	٢,٦٤٠	٢,٩٤٠
	ع	١,٤٣٩	١,٥٩٦
	ت	١,٤٩٦	—
التقييم	م	٣,٣٨٠	٣,١٢٠
	ع	١,٥٤٨	١,٥٦٤
	ت	١,٤٢٤	—
التصنيف	م	٣,٧٧٠	٣,٠٤٠
	ع	١,٩٧٥	١,٧٠٢
	ت	٣,١٤٩	**
التعامل بنجاح	م	٣,٠٢٠	٢,٧٠٠
	ع	١,٥٠٥	١,٤١٨
	ت	١,٤٩٧	—
السيطرة	م	٣,٣٤٠	٣,٥٢٠
	ع	٣,٢٤٣	١,٥٦٨
	ت	٠,٤٢٧	—

** دالة عن مستوى (٠,٠١) — غير دالة

١-التهديد :- يلاحظ ان متوسط درجات الإناث = (٢,٩٤٠) بانحراف معياري = (١,٥٩٦) ومتوسط درجات الذكور = (٢,٦٤٠) بانحراف معياري = (١,٤٣٩) وقيمة ت = (١,٤٩٦) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني انه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في اتجاهاتهم السالبة أي إدراكهم للتهديد الناجم عن الموقف وتعبر استجاباتهم عن (الموقف مهدد جداً – الموقف مهدد) .

٢-التقييم :- اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٣,١٢٠) بانحراف معياري= (١,٥٦٤) ومتوسط الذكور= (٣,٣٨٠) بانحراف معياري = (١,٥٤٨) وقيمة ت = (١,٤٢٤) وهي غير دالة عند مستوى (٠٥,) وهذا يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في تقييمهم للموقف ، فكانت استجاباتهم على الموقف تدور حول (الموقف ذو خسارة – الموقف ذو خسارة ولكنه أمر يمكن حدوثه).

٣-التصنيف:- اتضح أن متوسط درجات الإناث = (٣,٠٤٠) بانحراف معياري= (١,٧٠٢) ومتوسط درجات الذكور = (٣,٧٧٠) بانحراف معياري = (١,٩٧٥) وقيمة ت = (٣,١٤٩) وهي دالة عند مستوى (٠١,) وهذا يعني أن هناك فروقاً دالة بين كل من الذكور والإناث في تصنيف الموقف فقد تراوحت استجابات الإناث حول الموقف على انه (موقف مؤلم ولا يمكن احتماله – موقف مؤلم) أما استجابات الذكور تراوحت حوله على أنه (موقف مؤلم – موقف عادي).

٤- التعامل بنجاح :- يلاحظ أن متوسط درجات الإناث =(٢,٧٠٠) بانحراف معياري = (١,٤١٨) وكان متوسط درجات الذكور= (٣,٠٢٠) بانحراف معياري = (١,٥٠٥) وقيمة ت = (١,٤٩٧) وهي غير دالة عند مستوي (٠٥,) وهذا يعني أنه لا توجد فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في التعامل بنجاح ومواجهة الموقف ، ومع ذلك فاستجاباتهم تعبر عن الموقف بـ (لا أستطيع مواجهته مطلقاً – لا أستطيع المواجهة – أستطيع المواجهة الى حد ما) .

٥-السيطرة : اتضح ان متوسط درجات الإناث = (٣,٥٢٠) بانحراف معياري = (١,٥٦٨) بينما كان متوسط درجات الذكور= (٣,٣٤٠) بانحراف معياري = (٣,٢٤٣) وقيمة ت = (٠,٤٢٧) وهي غير دالة عند مستوي (٠٥,) وهذا

يعني عدم وجود فروق دالة بين كل من الذكور والإناث في القدرة على مواجهة الموقف والسيطرة عليه وكانت الاستجابات تدور حول (أن الموقف صعب ولا أستطيع السيطرة عليه - الموقف صعب وأستطيع السيطرة عليه الى حد ما) .

الخلاصة : يمكن القول بأن الفرض قد ثبت صحته جزئيا حيث توجد فروق دالة بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث في أبعاد (التهديد - التقييم - التعامل بنجاح - السيطرة) بينما وجدت فروق دالة بينهما في (التصنيف) بين الجنسين .

الفرض الثاني الرئيسي : لا توجد علاقة بين كل من (مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية) وأحداث الحياة الضاغطة .

التحقق من صحة الفرض : يمكن التحقق من صحة الفرض بتفسير الارتباطات بين كل من مستويات الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة في مصفوفة الارتباطات التالية :

جدول رقم (١١)

يوضح الارتباطات بين كل من أحداث الحياة الضاغطة ومستويات (الإدراك وعناصر الاستجابة الشخصية) (ن = ١٠٠)

عناصر الاستجابة الشخصية / الأحداث	التهديد	التقييم	التصنيف	التعامل بنجاح	السيطرة
الزواج	٠,٦٣	٠,٤٧	٠,٢٧	٠,٢١	٠,٢٧
الأبوة / الأمومة	٠,٥٧	٠,٤٨	٠,٤٣	٠,٢٢	٠,٢٦
المتاعب الجنسية	٠,٦٢	٠,٥٦	٠,٤٦	٠,٢٦	٠,١٩
المرض شخص	٠,٤٨	٠,٣٧	٠,٣٥	٠,٣٧	٠,٢٨
موت أحد الوالدين	٠,٣٥	٠,٢٩	٠,٤٣	٠,٤٣	٠,٣١
موت أحد الأبناء	٠,٥٢	٠,٦٧	٠,٥٦	٠,٢٥	٠,١٩
موت الزوج / الزوجة	٠,٤٨	٠,٤١	٠,٤٦	٠,٣١	٠,٢١
الانفصال بالطلاق	٠,٤٣	٠,٣١	٠,٣٦	٠,٣٧	٠,١٨
الفصل من العمل	٠,٧١	٠,٤٢	٠,٤٥	٠,٤٤	٠,١٧
الاتهام بالقتل الخطأ	٠,٤١	٠,٣٢	٠,٢٦	٠,٥١	٠,٣٣

في الجدول رقم (١١) نوضح الارتباطات بين الاتجاهات السالبة والمواقف الحياتية المختلفة (أحداث الحياة الضاغطة) موضوع الدراسة ، وفيما يلي مناقشتها :-

١ - التهديد : بالإطلاع على جدول الارتباطات بين التهديد الناجم عن الموقف ومجموعة المواقف الحياتية نجد أنها كانت دالة وقوية وهذا يعني إدراك عينة الدراسة لتلك المواقف على أنها مهددة ، ويمكن ترتيب المواقف حسب دلالة الارتباط بالتهديد - ترتيباً تنازلياً - أي بيان الموقف الأكثر تهديداً ثم يليه الموقف الأقل تهديداً وهكذا فكانت كالآتي :

١ - الفصل من العمل (,٧١)　　٢ - الزواج (,٦٣)
٣ - المتاعب الجنسية (,٦٢)　　٤ - الأبوة / الأمومة (,٥٧)
٥ - موت أحد الأبناء (,٥٢)　　٦ - موت الزوج/ الزوجة (,٤٨)
٧ - المرض شخصي (,٤٨)　　٨ - الانفصال بالطلاق (,٤٣)
٩ - الاتهام بالقتل الخطأ (,٤١)　　١٠ - موت أحد الوالدين (,٣٥) . أي أن أحداث (الفصل من العمل والزواج وما يتطلبه من أعباء والمتاعب الجنسية وما تسببه من مشكلات حياتية) كانت الأكثر تهديدا ثم تبعها باقي المواقف إلى أن جاءت مواقف (موت أحد الوالدين والاتهام بالقتل الخطأ والانفصال بالطلاق) في المؤخرة من حيث درجة تهديدها وهذه النتيجة تبدوا منطقية ومنسقة مع واقع الحياة العصرية وما يسودها من ظروف اقتصادية وثقافية واجتماعية سائدة .

٢- التقييم : بالاطلاع على الجدول يتضح أن أفراد عينة الدراسة قد قيموا المواقف الحياتية (أحداث الحياة الضاغطة) من حيث الخسارة وفداحة تلك الخسارة والتي ستعود عليهم إذا تعرضوا لتلك المواقف أو الأحداث . وكانت تقييماتهم تدور حول أن تلك المواقف صعبه وذات خسارة فادحه ، وظهر ذلك من الارتباطات بين تلك المواقف وتقييمهم لها ، وبالفضول العلمي يمكن ترتيب تلك المواقف ترتيباً تنازلياً كالآتي :-

١- موت أحد الأبناء (,٦٧)
٢- المتاعب الجنسية (,٥٦)
٣- الأبوة / الأمومة (,٤٨)
٤- الزواج (,٤٧)
٥- الفصل من العمل (,٤٢)
٦- موت الزوج/الزوجة (,٤١)
٧- المرض شخصي (,٣٧)
٨- الاتهام بالقتل الخطأ (,٣٢)
٩- الانفصال بالطلاق (,٣١)
١٠- موت أحد الوالدين (,٢٩) .

ويمكن تفسير النتيجة السابقة طبقا لآراء عينة الدراسة إن (موت أحد الأبناء والمتاعب الجنسية والأبوة /الأمومة) كانتا المواقف الأكثر خسارة وذلك بناء على درجة الضغط الناجم عنها على الفرد ، ثم جاءت مواقف (موت أحد الوالدين والانفصال بالطلاق والاتهام بالقتل الخطأ) في المؤخرة ويعني أنها الأقل خسارة من المواقف والأحداث الأخرى .

٣ ـ **التصنيف** : من الواضح أن أفراد العينة قد صنفوا المواقف الحياتية الضاغطة على أنها مواقف مؤلمة وصعبة ، وتؤثر سلباً عليهم فكانت الارتباطات قوية ودالة . ويمكن ترتيب تلك المواقف والأحداث ترتيباً تنازلياً من حيث درجة الألم الناجم عن الموقف والقدرة على احتماله أي نتناول الموقف الصعب والمؤلم الذي لا يمكن احتماله ثم يليه الأقل وهكذا فتكون المواقف كالآتي:

١ ـ موت أحد الأبناء (,٥٦)
٢ ـ المتاعب الجنسية (,٤٦)
٣ ـ موت الزوج / الزوجة (,٤٦)
٤ ـ الفصل من العمل (,٤٥)
٥ ـ الأبوة / الأمومة (,٤٣)
٦ ـ الانفصال بالطلاق (,٣٦)
٧- المرض شخصي (,٣٥)
٨ ـ الزواج (,٢٧)
٩ ـ الاتهام بالقتل الخطأ (,٢٦)
١٠ ـ موت أحد الوالدين (,٢٣) .

ويمكن تفسير النتيجة السابقة وفقاً لآراء عينة الدراسة فنجد أن (موت أحد الأبناء والمتاعب الجنسية وموت الزوج / الزوجة) من المواقف التي عبر عنها أفراد العينة بأنها مواقف صعبة ومؤلمة وصعبة الاحتمال ، وجاءت مواقف (موت أحد الوالدين والاتهام بالقتل الخطأ والزواج) من المواقف الصعبة ويمكن احتمالها بالتالي فجاءت في مؤخرة المواقف والأحداث .

٤ ـ **التعامل بنجاح** : اتضح من دراسة الجدول ان ارتباطات الاتجاهات السالبة

وأحداث الحياة الضاغطة (موضوع الدراسة) كانت متفاوتة فيناك ارتباطات قوية وأخرى ضعيفة ، والارتباط القوي يعني أن الأفراد لديهم القدرة على التعامل مع الموقف والقدرة على مواجهته أما الارتباط الضعيف يعني عدم القدرة والصعوبة في مواجهته ، ويمكننا ترتيب المواقف ترتيبا تنازليا (أي الأكثر قدرة على مواجهته ثم يليه الأقل قدرة) وهكذا فكانت كالآتي :

١ ــ الاتهام بالقتل الخطأ (,٥١) ٢ ــ الفصل من العمل (,٤٤)
٣ ــ موت أحد الوالدين (,٤٣) ٤ ــ المرض شخصي (,٣٧)
٥ ــ الانفصال بالطلاق (,٣٧) ٦ ــ موت الزوج / الزوجة (,٣١)
٧ ــ المتاعب الجنسية (,٢٦) ٨ ــ موت أحد الأبناء (,٢٥)
٩ ــ الأبوة / الأمومة (,٢٢) ١٠ ــ الزواج (,٢١) .

ويمكن تفسير تلك النتيجة طبقا لما أبداه أفراد العينة بأن نقول أن أفراد عينة الدراسة رأوا أن كل من (الاتهام بالقتل الخطأ والفصل من العمل وموت أحد الوالدين) مواقف يمكنهم مواجهتها وتحملها ، بينما (الزواج وتبعاته والأبوة / وأمومة ، وموت أحد الأبناء) مواقف ليس بإمكانهم مواجهتها وتحملها نظرا لصعوبتها وإيلامها النفسي والخساره الناجمة عنها مدى الحياة .

٥- **السيطرة** :- من دراسة الارتباطات بين المواقف الحياتية (أحداث الحياة الضاغطة) – موضوع الدراسة والسيطرة (أي قدرة الأفراد على مواجهة الموقف والسيطرة عليه) كانت ارتباطات ضعيفة بالاتجاهات السالبة السابقة مثل (التهديد – التعامل بنجاح – التصنيف – التقييم) وهذا ويعني عدم قدرة الأفراد على مواجهة الموقف والسيطرة عليه وذلك لصعوبته البالغة وإيلامه الشديد والخسارة الفادحة الناجمة عنه وكانت الارتباطات كآلاتي :-

١- الاتهام بالقتل الخطأ (,٣٣) ٢- موت أحد الوالدين (,٣١)
٣- المرض شخصي (,٢٨) ٤- الزواج (,٢٧)
٥- الأبوة / الأمومة (,٢٦) ٦- موت الزوج / الزوجة (,٢١)
٧- موت أحد الأبناء (,١٩) ٨- المتاعب الجنسية (,١٩)

٩- الانفصال بالطلاق (,١٨) ١٠ - الفصل من العمل (,١٧) .

ويمكن تفسير تلك النتيجة بالرغم من أن معظم الارتباطات ضعيفة والتي تعني أن الموقف صعبة ومؤلمة وغير محتمله ويصعب السيطرة عليها وتحملها ومع هذا فقد جاءت مواقف (الاتهام بالقتل الخطأ وموت أحد الوالدين والمرض الشخصي) يمكن السيطرة عليها وتحملها . بينما المواقف (الفصل من العمل والانفصال بالطلاق والمتاعب الجنسية) من المواقف الصعبة جدا ولا يمكن احتمالها ومواجهتها .

ويمكن التعليق بوجه عام على الارتباطات بين كل من مستويات الإدراك والاستجابة الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة في نقاط بأن المواقف الحياتية (أحداث الحياة الضاغطة) موضوع الدراسة مواقف :-

١- مهددة مهما اختلفت درجة تهديدها من فرد لآخر . وتتوقف درجة التهديد تبعا لشخصية كل فرد وظروفه الحياتية المختلفة .

٢- صعبه وتتوقف قدرة الأفراد على مواجهتها وتحديها والتغلب عليها تبعا لشخصية الفرد وقدرته على ذلك .

٣- مؤلمة وصعبه الاحتمال لأنها تفوق احتمال الفرد نظرا لشدة إيلاميا له سواء الإيلام النفسي أو الجسمي أو العقلي أو الاجتماعي .

٤- ذات خسارة فادحه للأفراد لأنها تواجه الأفراد بالخسارة المادية والاجتماعية وغيرها.

٥- لا يمكن مواجهتها والسيطرة عليها نظرا لصعوبتها وإيلاميا والخسارة الناجمة عنها وبالتالي يمكننا القيام بما يلي:-

أ- يمكن إجراء المزيد من الدراسات والبحوث للكشف عن الضغوط والمواقف التي تعترض الإنسان في مراحل حياته المختلفة وذلك بمراعاة طبيعة وخصائص كل مرحلة من مراحل عمر الإنسان ، من أجل مساعدته عموما والتخفيف من حدة تلك الضغوط وكيفية مواجهتها .

ب- يمكن القيام بإعداد برامج للإرشاد النفسي بأنواعه المتعددة للوقاية من الإحباط والتوتر والقلق ، تفادياً من الوقوع في براثن الأمراض السيكوسوماتيه المختلفة .

ج- يمكن الاستفادة من تلك البرامج المختلفة في المساعدة للتخفيف من حدة الضغوط الناجمة عن تلك الأحداث والمواقف .

د- إعداد الشخص لمواجهة تلك الأحداث والضغوط وذلك بمساعدته على التعامل مع أسباب الضغوط الموجودة ، والعمل على تغيير الاستجابات الشخصية (الجسمية – المعرفية – السلوكية) للضغوط المختلفة .

المراجع

١- إبراهيم احمد إبراهيم (١٩٩٢) : الضغوط الحياتية في علاقتها ببعض الأعراض السيكوسوماتية. مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الأول (١٨٧ – ٢٠٤).

٢- بيتر هامسون (١٩٩٦) : ضغوط العمل طريقك آلي النجاح . ترجمة مكتبة جرير .

٣- حسن الموسوي (١٩٩٨) : الضغوط النفسية لدي العاملين في مجال الخدمة النفسية "دراسة عامليه " . المجلة التربوية ، جامعة الكويت – العدد السابع والأربعون – ١٣٣ .

٤- سيد عبد العال (١٩٨٦) : نظريات علم النفس والمداخل الأساسية لدراسة السلوك الإنساني. ط٢ ، القاهرة ، مكتبة سعيد رأفت بجامعة عين شمس .

٥- عبد الفتاح القرشي (١٩٩٣) : الضغوط التي تعرض لها الأطفال الكويتيون خلال العدوان العراقي وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي . عالم الفكر، العدد الأول ، ١٢٢.

6- Beck , A . T . , Rush , A . J . , Shaw , B. F . & Emery , G. (1981): Cognitive therapy of depression . New York : Guilford , (1979)

7- Cannon , W. B. (1979): Bodily changes in pain , hunger , fear , and rage . New York : Appleton,1979.

8- Cashways , D& Tyler ,P (1994) : Stress and Coping Clinical Psychologists .Stress- Midicine,Jan.10 (1) 35-42.

9- Dodge , D. L. & martin, W. T. (1970) : Social stress and chronic illness . Notre Dame , End. : university of Notre Dame Press ,

10- Dohrenwend , B. S . , & Dohrenwend , B.P. A , (1981): Brief historical introduction to research on stressful life events . In B.S. Dohrenwend & B.P.Dohrenwend (Eds .) : Stressful Life events : Their nature and effects , New York : Wiley,1974 (a.) .

11- Fontana, A.F. (1993): "Managing stress" First p::blished by the British psychological society . London ,p.2.

12- Fontana .A.F.,Hughes,L.A.Marcus,J.L & Dowds,B.N (1979): Subjective evaluation of events .journal of consulting and clinical psychology ,47,906 –911.

13- Johnson, J.H., & Sara son , I. G .(1986) : Recent developments research in life stress. In V . Hamilton and D.M. Wilburton (Eds.) , Human stress and cognition . New York : Wiley.1979.

14- Johnson ,et.al (1989) : Trauma in the Lives of children Crisis and Stress Management Techniques for Counselors and others Professionals. Hunter House,1979.

15- Jex. S .M . and Sandra . J. (1994) : Self -Esteem as moderator of the Impact of unemployment. journal of Social Behavior and Personality .(9) 69-80.

16- Lazarus ,R.S. &Lanier ,R. (1979) :Stress related transaction between person and environment. Inc. L.A .prevent

and M. Lewis (Eds.),perspective in international psychology .New York plenum.

17- Mahoney ,N J .(1979) : Cognitive therapy and research : A question of Questions .Cognitive Therapy and Research ,(1) 5-17 .

18- Mc Bride ,C. (1983): Teachers Stress and Burn out Contemporary issues in Special Education .New York ,McGraw Hill comp.P,223- 239.

19- Meyer. A . (1981) : The life chart and the obligation of specifying positive data psychopathological diagnosis . In E. E. Winters (Ed .) , The collected papers of Adolph Meyer , Vol. III , medical teaching . Baltimore : The Johns Hopkins Press,1961

20- Miller ,S.(1982) : Child Stress . New York ; Doubledancy Company Inc.

21- Nespor, K (1985) : Stressful Life Events: A preventive Approach ,International Journal of Psychosomatics ,28- 32.

22- Rash ,R ,H.(1979) :The path way between subject's recent life changes and their near – Future illness reports : representative results and mesodological issues .in B . S .Dohrenwend and B .P . Dohrenwend (Eds.); Stressful life events : their nature and effects .New York : Wiley (1969).

23- Redfield , J .& Stone , A .(1979) : Individual view – points of stressful life events .Journal of consulting and clinical psychology ,(47).p. 147- 154 .

24- Sara son ,I ,G , Johnson ,J ,H ,& Siegel ,G ,M.(1979) : Assessing the Impact of Life Changes in I,G , Sara son & C,D. Spiel Berger (eds.) Stress and Anxiety , (vol.6) New York .. Hemisphere Publishing Corporation.

25- Seyle , H. (1989) : The stress concept and some , of its implications . In .V . Hamilton . D . M. Wilburton

(Eds.) , Human stress and cognition . New York : Wiley.1979.

26- Wish man ,M, A 7 Kawon ,P(1993) : Life Stress and Dysphoria : Role of Self-esteem and Hoplessness ,Journal of Personality and Social Psychology ,(65).1054.-1060.

27- Zuckerman, Diana , M (1989) :Self-Esteem and Mental Health :How does Gender make Difference .Sex Roles .(20) P.429- 444.