



**Preventive confrontation among university students**

<sup>1</sup> Researcher Osamah Kh. Zabar

<sup>2</sup> Prof. Dr. Safaa H. Turki

<sup>1</sup> University of Anbar - College of Education for Humanities

<sup>2</sup> University of Anbar- College of Education for Humanities

**Abstract:**

Aims: The current research aims to identify the preventive coping among university students according to some demographic variables. Method: to achieve the aims of the study, the researcher adopted the Greenglass, Schwarzer & Taubert scale, which consists of (10) items with five alternatives. In order to investigate the validity and reliability of the scale, the researchers applied the scale to a random sample consisted of (300 male and female university students) ranged in age (18-22 years). The psychometric properties of the scales were then calculated. Preventive Coping scale showed high validity and reliability (0.84) and (0.81) respectively. Then, the researchers applied the validated scale to a sample of (200) male and female university students. Results: using the statistical package (SPSS) represented by the t-test for one sample and two independent samples, Pearson correlation coefficient and Alpha Cronbach equation for internal consistency, the results showed that the university students have a high level of preventive coping. The results also indicated that there are differences in coping according to the variable of sex and in favor of females. Too, there are no statistically significant differences in the preventive coping according to the variable of specialization. Suggestion and recommendation: the researchers recommended the there is need to focus on the role of families and educational institutions to support the individual's self-confidence. It was also suggested that the is a gab in literature for more studies to investigate the preventing coping in relation to some variables such as motivation, life satisfaction, and emotional intelligence.

**1: Email:**

Osamakalaf190@gmail.com

**2: Email**

ed.safaa.hamid@uoanbar.edu.iq

1: **ORCID:** 0000-0000-0000-0000

2: **ORCID:** 0000-0002-4514-6033



10.37653/juah.2023.180782

Submitted: 11/04/2022

Accepted: 15/05/2022

Published: 15/09/2023

**Keywords:**

Preventive  
Coping  
university students

©Authors, 2023, College of Education for Humanities University of Anbar. This is an open-access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



**المواجهة الوقائية لدى طلبة الجامعة****١ الباحث إسامة خلف زيار** **٢ أ.د. صفاء حامد تركي****١ جامعة الانبار- كلية التربية للعلوم الانسانية****٢ جامعة الانبار- كلية التربية للعلوم الانسانية****الملخص:**

الأهداف: يهدف البحث الحالي الى التعرف طبيعة المواجهة الوقائية لدى طلبة الجامعة تبعاً لبعض المتغيرات الديمغرافية.

المنهجية: لتحقيق اهداف البحث تبنى الباحثان مقياس غرينغلاس وشوارزر وتاوبيرت (Greenglass, Schwarzer & Taubert,1999) والمكون من (١٠) فقرات ببدائل خماسية وقد طبق الباحث المقياس على عينة عشوائية مكونه من (٣٠٠) طالب وطالبة جامعية للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من الصدق، حيث بلغ ثبات مقياس المواجهة الوقائية بطريقة إعادة الاختبار (٠,٨٤)، وبطريقة ألفا كرونباخ (٠,٨١). وبعدها قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة جامعية لغرض استخراج النتائج باستعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) والمتمثلة بالاختبار التائي لعينة واحده ولعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون ومعادلة الفاكورنباخ للاتساق الداخلي.

النتائج: بعد تحليل البيانات احصائياً توصل البحث الى تمتع طلبة الجامعة بمستوى عالٍ من المواجهة الوقائية، وأن هناك فروقاً في المواجهة تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الاناث، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغير التخصص.

التوصيات: اوصى الباحثان بضرورة التركيز على دور الأسر والمؤسسات التربوية بضرورة دعم ثقة الفرد بنفسه، وتحفيزه. واقترح عدد من المقترحات، منها، اجراء دراسات حول المواجهة الوقائية وعلاقتها ببعض المتغيرات كالدافعية والرضا عن الحياة، والذكاء الانفعالي.

**الكلمات المفتاحية****المواجهة الوقائية، طلبة الجامعة****الفصل الأول: التعريف بالبحث****مشكلة البحث:**

يبدأ معظم طلاب الجامعة في الاستعداد لحياتهم المهنية في بداية دخولهم للكلية. وأن البحث عن عمل بعد التخرج أمر حتمي ومتوقع بالنسبة لمعظم الخريجين. ونتيجة لزيادة أعداد



الملتحقين بالجامعات أصبح هناك ضغوطاً في سوق العمل وأصبحت قضية البطالة اشكالية كبيرة. ونتيجة لذلك أصبح البحث عن عمل أو وظيفة مصدر ضغط كبير لطلاب الجامعات. وهذا ما يتطلب توافر استراتيجيات مواجهة موجة نحو المستقبل من اجل التعامل مع هذه الضغوط بشكل مسبق (Hu & Gan,2011, 253).

ترى غرينغلاس (Greenglass,2001) أن دخول الطلاب للمرحلة الجامعية ليس بالمهمة السهلة، إذ قد يواجهون ظروفًا قاسية وضغوطاً قد تكون معرفية أو انفعالية أو نفسية (Greenglass,2001, 5).

يختلف الطلاب في طرقهم لمواجهة المشكلات، إذ أن بعضهم غير قادر على التوصل لأساليب ناجحة للوصول للمواجهة الوقائية. فقد توصل اسبينوال وتاييلور (Aspinwall & Taylor,1997) إلى أن الأفراد الذين ليس لديهم الثقة في قدراتهم وامكانياتهم يكونون غير مستعدين عند مواجهتهم لحدث طارئ مستقبلاً يفوق امكانياتهم، مما يزيد احتمال تعرضهم للفشل والاحباط بدلاً من النجاح، وذلك لجهلهم بالأساليب الايجابية للمواجهة الوقائية (Aspinwall & Taylor,1997, 430). وقد أشار غان وآخرون (Gan,et al,2007) أن بعض الطلاب الذين يحصل لهم حدث مفاجئ تنقصهم القدرة في ابتكار أساليب للمواجهة الوقائية، فيتعرضون للمشكلات المستقبلية وهم أكثر عرضة لحصول الارهاق والاحباط والفشل في الحياة (Gan,et al,2007, 860).

### أهمية البحث:

يشير غان وآخرون (Gan,et al,2010) بأن المواجهة الاستباقية والوقائية لهما آثار مهمة على الطلاب الذين ينتقلون للحياة الجامعية، إذ قد يرى الطلاب الذين يمتلكون القدرة على المواجهة الاستباقية مناسبة الفرص لتعزيز قدراتهم الخاصة. ويكون أولئك الذين لديهم المواجهة الوقائية قادرين على التعرف على الضغوطات المحتملة، وبالتالي القضاء على المشكلات في مراحل مبكرة وتجربة إحباطات أقل، مثل الفشل في الامتحانات، أو الاجهاد المالي، أو المشكلات الشخصية (Gan,et al,2010: 645).

تم تأكيد العلاقة بين المواجهة الاستباقية والوقائية وبين متغيرات الشخصية، إذ يرى كل من دنكل شيتتر (Dunkel-Schetter,1984) وهولاند وهولاند (Holland & Holland,2003) و غريغلاس وفيكسنباوم (Greenglass & Fiksenbaum,2009) و غان وآخرون (Gan,et al,2010) أن الأفراد الذين يستعملون استراتيجيات المواجهة



الموجهة نحو المستقبل تسير حياتهم على ما يرام ويستفيدون من دعم اجتماعي واسع (Vaculíková,2017: 334). كما وجد دوير وكيميكس ( Dwyer & Cummings,2001) علاقة بين المواجهة وفاعلية الذات والدعم الاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة، إذ أشارت النتائج نحو وجود علاقة موجبة بين الفاعلية والمواجهة، وكذلك بين فاعلية الذات والدعم الاجتماعي (Dwyer & Cummings,2001, 208). كما توصلت دراسة قام بها فيرسونا ومالا (Versova & Mala,2012) على عينة من المعلمين إلى أن المعلمين الذين لديهم مستوى عال من فاعلية الذات يمتلكون أساليب المواجهة الوقائية تجاه الضغوط في مجال عملهم، وينظرون إلى المهام الصعبة في مجال عملهم على أنها أقل تهديداً من أولئك المعلمين الذين توجد لديهم شكوك حول قدراتهم الذاتية وادائهم المهني، بل ويؤثرون في الطلاب بشكل إيجابي (Versova & Mala,2012, 298).

نظراً لارتباط المواجهة الوقائية والاستباقية بشكل سلبي بالمتغيرات السلبية كالاكتئاب وارتباطها بشكل ايجابي مع الرفاهية النفسية والدعم الاجتماعي، فإن المواجهة الوقائية والاستباقية مهمة جداً للطلاب، نظراً لأنهما يساهمان في تقليل التوتر في المستقبل عندما يكون الحدث المجهد محتملاً، إذ قد يتم تقليل تأثيره أو تجنبه (Aspinwall & Tayor,1997, 419).

ويرى اديبانو وآخرون (Adebayo,et al,2008) أن المواجهة الوقائية ذات فائدة كبيرة لطلاب الجامعة، إذ انها تُمكن الطلاب من تقليل التأثير السلبي للصراع ما بين العمل والجامعة، فعندما تتعرض الرفاهية الذاتية للتهديد بسبب المواقف العصيبة المرهقة، يقوم الطلاب بإجراءات وقائية من خلال مواردهم، وذلك من أجل التغلب على التحديات المستقبلية (Adebayo,et al,2008, 440).

وتبرز أهمية المواجهة الوقائية من خلال علاقتها برعاية الذات، ففي دراسة قام بها ماركل ومكارثي (Markle & Mccarthy,2013) على عينة من طلاب الماجستير، أظهرت النتائج وجود علاقة دالة موجبة بين المواجهة الوقائية ورعاية الذات، إذ أن زيادة الضغوط تؤثر على طالب الماجستير، وبالتالي فإنهم يتجهون نحو التسلح بمراد المواجهة الوقائية ضمن مستويات الممارسة العملية للطلاب، فضلاً عن أن موارد المواجهة الوقائية لها دور كبير في الحد من الضغوط النفسية المتمثلة بالنواحي المالية والجسدية والعقلية وصولاً إلى الرعاية الذاتية الشاملة للطلاب التي تمكنهم من السيطرة على عوامل الضغوط النفسية فتتيح

لهم امكانية رعاية نواتهم والاهتمام بها (Markle & Mccarthy,2013, 225- 230).

### أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

١. المواجهة الوقائية لدى طلبة الجامعة.
٢. الفروق في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغيري:
  - أ- الجنس (ذكور، أناث).
  - ب- التخصص (علمي، إنساني).

### حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بما يأتي:

١. الحدود الموضوعية: دراسة المواجهة الوقائية.
٢. الحدود البشرية: طلبة الدراسة الصباحية في جامعة الأنبار وللتخصصين العلمي والإنساني (الذكور والاناث).
٣. الحدود الزمانية: السنة الدراسية (٢٠٢١ - ٢٠٢٢).

### تحديد المصطلحات:

### المواجهة الوقائية Preventive Coping:

عرفها كل من:

- اسبينوال وتايلور (Aspinwall & Taylor,1997)

"جهود الفرد لمنع الأحداث الضاغطة من خلال تطوير المهارات اللازمة لإدارة

الضغوط المحتملة وغير المحتملة في المستقبل البعيد"

(Aspinwall & Taylor,1997, 418).

- شوارزر وتاوبرت (Schwarzer & Taubert,2002)

"الجهود المبذولة للاستعداد للأحداث الناشئة المحتملة في المدى البعيد لاكتشاف

ومنع الضغوطات المحتملة من اجل تقليل شدة هذه الأحداث" (Schwarzer &

Taubert,2002, 9).

- درموند (Drummond,2014)

"الإجراءات التي يتخذها الفرد قبل وقوع الأحداث الضاغطة للحد من المخاطر

المستقبلية وتحديد فرص النمو الشخصي" (Drummond,2014, 1).



**التعريف النظري:**

من خلال إطلاع الباحث على التعريفات أعلاه، تبني الباحث تعريف شوارزر وتاوربرت (Schwarzer & Taubert,2002) تعريفاً نظرياً للمواجهة الوقائية في البحث الحالي، وتبني الباحث المقياس والنظرية لإيجاد نتائج بحثه وتفسيرها.

**التعريف الإجرائي:**

تعرف المواجهة الوقائية اجرائياً في البحث الحالي بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس المواجهة الوقائية المعتمد في البحث الحالي.

**الفصل الثاني: إطار نظري ودراسات سابقة****أولاً: إطار نظري****مقدمة:**

يُعد مفهوم المواجهة (Coping) من المفاهيم ذات الأصول القديمة، على الرغم من ان الاهتمام به في مجال علم النفس بدأ حديثاً وبشكل خاص في علم النفس الظواهر المعرفية والانفعالية، إذ أشار ماسلو (Maslow,1940) إلى مفهوم المواجهة وأطلق عليه "سلوك التصدي"، إذ ميز بينه وبين السلوك التعبيري في مفهومه عن الحاجة (بكداش، ٢٠١٧، ١٢). وتاريخياً يرجع مفهوم المواجهة إلى ميكانيزمات الدفاع التي تطورت في نهاية القرن التاسع عشر من قبل التحليل النفسي التقليدي، إذ أشار فرويد (Freud) إلى ميكانيزمات الدفاعية التي يلجأ إليها الإنسان للمحافظة على كيانه واتزانه النفسي (مزلق، ٢٠١٤، ١٠٨). وانطلاقاً من سنوات (١٩٦٠ - ١٩٧٠) كشفت العديد من الدراسات والأبحاث الممتدة خلال هذه الفترة عن الرابطة بين ميكانيزمات الدفاع وأساليب المواجهة، إذ بدأ الباحثون باستعمال مصطلح المواجهة بدلاً من الدفاع باعتبار ان كليهما يهدفان إلى تخفيف المواقف الضاغطة التي تواجه الفرد. أما الفترة الممتدة بين (١٩٧٠ - ١٩٨٠) لوحظ فيها تداخل كبير بين مصطلح المواجهة والدفاع، وسعت بعض المحاولات النظرية للفصل بينهما، إذ أكدت أن ميكانيزمات الدفاع هي عمليات صارمة تعمل على مستوى اللاشعور غير قابلة لأن تتعدل وتتغير حسب ما يطلبه الموقف، وضعيفة المقاومة ترتبط بصراعات نفسية وبأحداث الحياة القديمة وتعمل على تشويه وتحريف الواقع بهدف الحد من التوتر والقلق الذي يسبب الموقف الضاغطة. أما أساليب المواجهة هي عمليات مرنة شعورية تختلف وتتغير مع ما يتطلبه الموقف متجهة نحو الواقع سواء داخلياً أو خارجياً، وظيفتها تسمح للفرد بتخفيض أو

تحمل الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة (الساهلي، ٢٠١٠، ٣٨ - ٤١).  
وتُعد الدراسة التي قام بها مورفي (Murphy, 1962) من أوائل الدراسات التي  
استعملت بها مصطلح المواجهة، وذلك للإشارة إلى الأساليب التي يستعملها الفرد في  
مواجهته للمواقف المهددة بهدف السيطرة عليها (Lazarus & Folkman, 1984, 141).  
وأصبح مفهوم المواجهة مفهوماً متداولاً في علم النفس والطب النفسي. ومن الناحية  
اللغوية فهي كلمة انجليزية (Coping) وتعني بالفرنسية (Faire Face) ويقصد بها التسوية  
أو المواجهة، أي استجابة تكيفية للتغيرات التي تحدث في البيئة المحيطة بالفرد  
(Boudarene, 2005, 8).

يتمثل مفهوم المواجهة في الكيفية أو الأسلوب الذي تعامل به الفرد مع المواقف  
الضاغطة ويتحكم فيها، وتشمل هذه الكيفية استجابات مباشرة بقصد استبعاد مصدر التهديد  
أو استجابات غير مباشرة تهدف لخفض التوتر والتقليل من التهديد كالإنكار والهروب  
(Cousson, 2001, 66). فالمواجهة هي الطريقة التي نواجه من خلالها وضعية صعبة،  
أي الأساليب المستعملة لمواجهة الأوضاع الصعبة أو الأحداث الضاغطة (Fischer &  
Tarquinio, 2006, 117). ويركز مفهوم المواجهة على ما يُدركه الفرد، وما يفعله في  
مواجهة المواقف، وكيف يستطيع أو يعتقد بإمكانه تفسيرها (Cousson, 2001, 67).  
تُشير كارول داميانى (Damiani, 1977) للمواجهة بأنها الوجه النشط والإيجابي  
للاستجابة للضغط وهي القدرة على مواجهة حالة طارئة ضاغطة بطريقة مكيّفة  
(Boudarene, 2005, 9).

### نظرية المواجهة الموجهة نحو المستقبل لـ شوارزر

#### (Future-oriented Coping theory (Schwarzer, 1999)

بالرغم من أن بعض النظريات فسرت المواجهة وفقاً لسلوك الفرد في المواجهة  
التقليدية تركز على الطبيعة التفاعلية مع الضغوطات الماضية والحالية، فإن شوارزر يعتقد أن  
المواجهة كاستجابة لحدث ما أو تحسباً لمطالب قادمة. فالمواجهة تتضمن نهجاً موجهاً نحو  
المستقبل بالنسبة لطبيعة الأهداف المتعلقة بالأحداث المتوقعة، والتحديات المفروضة ذاتياً  
(Ersen & Bilgic, 2018, 2).

يرى شوارزر أن المطالب المجهدة يمكن أن تعكس خسائر مبكرة مؤلمة، أو  
مواجهة ضارة مستمرة، أو الأحداث المتوقعة في المستقبل القريب أو البعيد. وأن هذه المطالب



يمكن أن تكون مهددة لمن يشعر بأنه غير قادر على مطابقة المهام أو التحديات القادمة بموارد المواجهة المتاحة. كما ويعتقد شوارزر أنه في ظل تعقد المواقف والأحداث المجهدة في السياقات الاجتماعية لا يمكن اختزال التكيف أو المواجهة البشرية إلى أشكال بدائية، مثل استجابات القتال أو الفرار أو الاسترخاء. وبالتالي، فإن المواجهة عنده تعتمد على منظور الزمن، واليقين الذاتي للأحداث (Schwarzer & Knoll, 2003, 3).

يقدم شوارزر تصوراً للمواجهة يعتمد على التعامل مع أحداث الماضي والحاضر والمستقبل، ومستوى اليقين الذاتي لحدوث الحدث. إذ يقدم شوارزر أربع استراتيجيات للمواجهة وفقاً لترتيبها الزمني ومستوى اليقين الذاتي، وهي:

### المواجهة التفاعلية Reactive coping:

ويشير هذا النمط من المواجهة إلى محاولة الفرد للتعامل مع ماضٍ أو حاضر مرهق، أو للتعويض أو قبول الخسارة أو الضرر. على سبيل المثال، حالات الانفصال الزوجية، أو فقدان الوظيفة، أو الأداء السيء في مقابلة العمل، أو التعرض لحادث، أو التعرض للانتقاد من قبل الوالدين أو الأصدقاء، أو تخفيض الرواتب. إن كل من هذه الأحداث تحدث وفقاً للترتيب الزمني بالماضي، ووفقاً لليقين الذاتي تتصف بأنها قاطعة اليقين لأنها حدثت بالفعل. ويرى شوارزر أن الفرد يحتاج إلى المواجهة إما لتعويض الخسارة، أو التخفيف من الضرر، أو إعادة تعديل الأهداف، أو العثور على فائدة، أو البحث عن المعنى لإعادة فهم الأهداف. وقد تكون المواجهة التفاعلية تركز على المشكلة أو تركز على العاطفة أو تركز على العلاقات الاجتماعية. وفي طبيعة التعامل مع الخسارة أو الأذى، يحتاج الفرد إلى التحمل، لأنها تهدف إلى التعويض أو التعافي، فهو بحاجة إلى "استعادة الكفاءة الذاتية"، وهو اعتقاد متفائل ذاتي للفرد بقدرته على التغلب على النكسات (Schwarzer, 1999, 120).

### المواجهة التوقعية Anticipatory coping:

يرى شوارزر أن المواجهة الوقائية تختلف عن المواجهة التفاعلية لأن الحدث الذي يتطلب المواجهة لم يحدث بعد، إذ يمكن اعتبارها محاولة للتعامل مع التهديد المعلق. ففي هذا النوع من المواجهة يواجه الأفراد حدثاً خطيراً مؤكداً إلى حد ما في المستقبل القريب. على سبيل المثال، إلقاء خطاب عام بتوقيت محدد، أو موعد مع طبيب الأسنان، أو مقابلة عمل، أو التكيف مع الأبوة، أو امتحان، أو ترقية. ففي الأحداث التي تتطلب المواجهة التوقعية

يعتقد الفرد أن الحدث القادم قد يتسبب بالضرر أو الخسارة لاحقاً. وبالتالي، يجب على الفرد إدارة هذه المخاطر المتصورة من خلال زيادة الجهود أو طلب المساعدة، وذلك لمنع الضغوطات أو لتحقيق أقصى فائدة متوقعة، وإن أحد الموارد الشخصية في هذا النوع من المواجهة هو "التكيف مع الكفاءة الذاتية" الخاص بكل حالة (Schwarzer & Renner, 2000, 488).

### المواجهة الاستباقية Proactive coping:

تعكس المواجهة الاستباقية جهود الفرد في بناء الموارد العامة التي تسهل الترقية نحو الأهداف الصعبة والنمو الشخصي. ففي هذا النوع من المواجهة يمتلك الفرد رؤية مستقبلية لتحديد المخاطر والمطالب والفرص في المستقبل، لكنه لا يقيمها على أنها تهديد أو ضرر أو خسارة محتملة، إذ أن الفرد يدرك المواقف الصعبة كتحديات شخصية، والمواجهة هنا تعتمد مبدأ إدارة الهدف بدلاً من إدارة المخاطر، فالفرد هنا ليس تفاعلي، لكنه استباقي بمعنى أنه يبدأ في مسار عمل وخلق فرص للنمو ويسع جاهدًا لتحسين الحياة وبناء الموارد التي تضمن التقدم وجودة الأداء. فالفرد الاستباقي يخلق ظروف معيشية أفضل، ومستويات أداء أعلى تعتمد على الخبرة في جعل الحياة ذات معنى أو لإيجاد هدف مميز في الحياة، ويفسر الاجتهاد أو المطالب على أنها استثارة منتجة وطاقه حيوية. ويختلف هذا النوع من المواجهة عن المواجهة التفاعلية والتوقعية بأنه يحدث وفقاً لمنظور زمني أكثر بعداً ويقين ذاتي أقل في وقوع الحدث (Schwarzer & Knoll, 2003, 6-7).

### المواجهة الوقائية Preventive coping:

يرى شوارزر أن المواجهة الوقائية هي محاولة للتحضير لعدم اليقين على المدى البعيد. والهدف منها هو بناء موارد مقاومة عامة تؤدي إلى اجتهاد أقل في المستقبل عن طريق تقليل شدة التأثير، مع عواقب أقل حدة للاجتهاد. ففي المواجهة الوقائية يعتبر الفرد أن حدثاً حاسماً قد يحدث أو لا يحدث في المستقبل البعيد. ومن أمثلة هذه الأحداث فقدان الوظيفة أو التقاعد القسري أو الجريمة أو المرض أو الإعاقة الجسدية أو الكوارث الطبيعية أو الفقر. ويتضح ذلك عندما يحمل الناس مفتاحاً احتياطياً، أو يغلقون أبوابهم مرتين، أو يقومون بالتأمين الصحي، أو يوفرون المال، أو يحافظون على الروابط الاجتماعية، ويتعاملون بطريقة وقائية ويبنون الحماية دون معرفة ما إذا كانوا سيحتاجون إليها في أي وقت (Schwarzer & Taubert, 2002, 27). فالمواجهة الوقائية تهدف إلى بناء الموارد بشكل مستمر بهدف منع

وقوع حدث مرهق، وهذا يعني أن هذه الموارد تجعل مثل هذه الأحداث أقل احتمالاً، أو أن تحمي ردود الفعل الناتجة في المستقبل (Niessen, et al, 2018, 115).

فالمواجهة الوقائية تساعد الأفراد على ابتكار طرق لتسهيل تصميم التدخلات التربوية والنفسية للتغلب أيضاً على سلوكيات الخطر التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم وعلى سبيل المثال (المراهقين)، إذ تساهم في الحد من القلق المتواجد لديهم من خلال الوقاية وتعزيز النمو الشخصي ووضع الأهداف ذات المعنى الايجابي في الحياة للمساهمة بعملية التنمية الفردية، كذلك يبين شوارزر أن الانتقال الى مرحلة البلوغ بحياة الافراد هي مدة مجهدة من الحياة التي تتطلب مجابهة مختلف المطالب، وقد يواجه العديد من الشباب صراعات مختلفة مع أقرانهم ومع الاسرة وعلى سبيل المثال قد يجرب المراهقين (التدخين، وتناول الكحول، والادوية، وقد يواجهون مشكلات غذائية، او سلوكيات مخوفة بالمخاطر الجنسية، او القيادة المتهورة) وهنا يبدأ أثر المجابهة الوقائية من خلال التدخلات التربوية الى محاولة منع هذه السلوكيات الخاطئة، وفي بعض الاحيان قد يفشل الافراد في امتحانات القبول في الجامعة ويحصل لديهم العواطف السلبية وخيبة الامل ويكمن هنا أثر المجابهة الوقائية في تعزيز ذاتهم والعمل على تطوير الامكانيات الشخصية نحو الافضل لأداء امتحانات القبول في الجامعات والمحاولة مرةً اخرى لحين الوصول للنجاح واجتياز الفشل، إذ تساعد المجابهة الوقائية الطلبة الجامعيين على مواصلة النجاح وتخفي المشكلات المستقبلية في اثناء حياتهم الجامعية (Schwarzer & Luszczynska, 2008, 22-24).

#### ثانياً: دراسات سابقة

لم يجد الباحث (على حد علمه) دراسة عربية تناولت متغير بحثه، لذلك عمد إلى ذكر دراسات أجنبية فقط، وكالاتي:

- دراسة غان وآخرون (Gan, et al, 2007)

**"The two-factor structure of future-oriented coping and its mediating role in student engagement"**

"الهيكل ذو العاملين للمواجهة الموجهة نحو المستقبل ودوره الوسيط في

مشاركة الطلاب"

هدفت هذه الدراسة استكشاف هيكل العوامل للمواجهة الموجهة نحو المستقبل ودوره الوسيط في مشاركة الطلاب. استهدفت الدراسة عينة مكونة من (٢٤٥) طالباً وطالبة من



طلاب الجامعة. استعملت الدراسة عدداً من المقاييس كمقياس جرد المواجهة الموجهة نحو المستقبل لـ غرينغلاس وآخرون (Greenglass, et al, 1999) ومقياس ارتباط العمل للطلاب ومؤشرات إدراك الإجهاد. وتوصلت الدراسة إلى أن المواجهة الموجهة نحو المستقبل تتكون من عاملين هما المواجهة الاستباقية والمواجهة الوقائية. واستعملت الدراسة عدداً من الوسائل الإحصائية كالاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي والتحليل العاملي الاستكشافي ومصفوفة الارتباطات الداخلية. وتوصلت الدراسة إلى أن المواجهة الموجهة نحو المستقبل تتكون من عاملين هما المواجهة الاستباقية والمواجهة الوقائية، كما وجدت الدراسة أن المواجهة الاستباقية توسطت بشكل كامل العلاقة بين التوتر ومشاركة الطلاب وأن المواجهة الوقائية توسطت بشكل جزئي العلاقة بين التوتر ومشاركة الطلاب، كما أظهرت الدراسة تمتع طلاب الجامعة بمستويات مرتفعة من المواجهة الوقائية والاستباقية، فضلاً عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث (Gan, et al, 2007, 851- 863).

- دراسة غان وآخرون (Gan, et al, 2010)

### "Proactive and Preventive Coping IN Adjustment to College"

#### "المواجهة الاستباقية والوقائية في التكيف مع الكلية"

هدفت هذه الدراسة الكشف عن علاقة كل من المواجهة الاستباقية والمواجهة الوقائية بالتكيف مع الكلية. واستهدفت الدراسة عينة مكونة من (٤٠٣) طالباً وطالبة بواقع (٢١٣) ذكور و (١٩٠) إناث، تراوحت أعمارهم بين (١٦ - ٢٠) سنة بمتوسط عمر بلغ (١٨,٣٠) سنة. استعملت الدراسة عدداً من المقاييس كمقياس المواجهة الموجهة نحو المستقبل لـ غرينغلاس وآخرون (Greenglass, et al, 1999) ومقياس ضغوط الحياة الطلابية لـ غازديلا (Gadzila, 1994) ومقياس سوء التوافق في الكلية لـ كلابنمونتز (Klenmuntz, 1960). واستعملت الدراسة عدداً من الوسائل الإحصائية كالاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي ومعامل ارتباط بيرسون. وأظهرت نتائج الدراسة تمتع طلاب الجامعة بمستويات مرتفعة من المواجهة الوقائية، وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباطات سلبية بين كل من المواجهة الاستباقية والوقائية مع سوء التوافق، مما يشير إلى أن المواجهة الاستباقية والوقائية تلعبان دوراً إيجابياً في تكيف الطالب الجديد، ولم تجد الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية في المواجهة الوقائية



تبعاً لمتغير الجنس (Gan,et al,2010, 643- 685).

- دراسة فاكوليكوفا (Vaculíková,2017)

## "Testing the Uni-dimensionality of Proactive and Preventive Coping"

### "اختبار أحادي الأبعاد للمواجهة الاستباقية والوقائية"

هدفت هذه الدراسة الكشف عما إذا كانت مقياس المواجهة عبارة عن هيكل لبعده واحد أم متعددة الأبعاد، كما هدفت أيضاً لمعرفة العلاقة بين أبعاد المواجهة وبعض المتغيرات كالدعم الاجتماعي والسعادة والاكئاب. واستهدفت الدراسة عدداً من طلاب الجامعة في التشيك (لم يذكر الباحث حجم العينة). استعملت الدراسة عدداً من المقياس كمقياس غرينغلاس وآخرون (Greengalass,et al,1999) لقياس المواجهة الموجهة نحو المستقبل، ومقياس شيربورن وستورت (Sherbourne & Stewart, 1991) لقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس بلايس وآخرون (Blais,et al,1999) لقياس السعادة، ومقياس بيك وآخرون (Beck,et al,1996) لقياس الاكئاب. واستعملت الدراسة عدداً من الوسائل الإحصائية كالاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، ومعامل ارتباط بيرسون والتحليل العاملي الاستكشافي. وأظهرت الدراسة من خلال استعمال التحليل العاملي الاستكشافي أن مقياس المواجهة يتضمن أبعاد فرعية وأن المواجهة الاستباقية والمواجهة الوقائية يمثل كل منهما بُعداً مستقلاً. كما أظهرت الدراسة ارتباطاً كلاً من المواجهة الوقائية والاستباقية بشكل ايجابي بالدعم الاجتماعي والسعادة، بينما ارتبطا بشكل سلبي بالاكئاب، وأظهرت دراسة تمتع طلاب الجامعة بمستويات مرتفعة من المواجهة الوقائية والاستباقية، ولم تجد الدراسة فروقاً ذات دلالة إحصائية في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغير الجنس (Vaculíková,2017, 327- 333).

### الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته

#### أولاً- منهج البحث:

اعتمد الباحث المنهج الوصفي الذي يهدف إلى وصف الظاهرة كما هي بدقة وموضوعية دون التدخل فيها.

#### ثانياً- مجتمع البحث:

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة الانبار في الدراسة الصباحية من



الذكور والاناث في الكليات العلمية والإنسانية، والبالغ عددهم (٢٣١٩٣) موزعين على (٩١٥٠) ذكور و(١٤٠٤٣) اناث، وواقع (١١٢٢٧) في الكليات العلمية و(١١٩٦٦) للكليات الإنسانية.

### ثالثاً. عينة البحث:

اختار الباحث عينة مكونة من (٥٤٠) طالباً وطالبة من التخصصيين العلمي والإنساني بالطريقة العشوائية ذات الاسلوب المتناسب، إذ بلغت عينة التحليل الإحصائي (٣٠٠) طالباً وطالبة من مجتمع جامعة الانبار، موزعين على وفق الجنس بواقع (١١٨) طالباً و(١٨٢) طالبة . أما فيما يتعلق بالتخصص، فقد بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (١٤٥) طالباً وطالبة، وبلغ عدد الطلبة في التخصص الانساني (١٥٥) طالباً وطالبة. وبلغت عينة الثبات (٤٠) طالباً وطالبة من التخصصيين العلمي والإنساني، وكان الغرض منها حساب الوقت ووضوح التعليمات، حيث بلغ متوسط الوقت (٧) دقائق، وكانت تعليمات المقياس وفقراته واضحة ومفهومة من قبل الطلبة. وبلغت عينة التطبيق النهائي (٢٠٠) طالباً وطالبة موزعين على وفق الجنس بواقع (٧٩) طالباً و(١٢١) طالبة. أما فيما يتعلق بالتخصص، فقد بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (٩٧) طالباً وطالبة وبلغ عدد الطلبة في التخصص الانساني (١٠٣) طالباً وطالبة.

### رابعاً. اداة البحث:

بعد اطلاع الباحث على عدد من الدراسات التي تناولت المواجهة الوقائية تبني الباحث مقياس المواجهة الوقائية لغرينغلاس وآخرون ( Greenglass, Schwarzer, 1999), والذي بُني وفقاً لنظرية شوارزر (Schwarzer) في المواجهة. ويتضمن المقياس (١٠) فقرات تقيس بُعد المواجهة الوقائية كأحد أبعاد المواجهة الموجهة نحو المستقبل، ويجاب عنها وفقاً لـ (٥) بدائل هي: (تتطبق علي تماماً، تتطبق علي كثيراً، تتطبق علي أحياناً، لا تتطبق علي كثيراً، لا تتطبق علي تماماً)، وتأخذ الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالي.

### صدق الترجمة:

أتبع الباحث الخطوات المدرجة أدناه لترجمة المقياس والتحقق من صدق الترجمة كما موضح في أدناه:.

١. ترجمة المقياس من اللغة الانجليزية إلى اللغة العربية<sup>١</sup>.
٢. إعادة ترجمة المقياس من اللغة العربية على اللغة الإنجليزية<sup>٢</sup>.
٣. عرض النسختين (الإنجليزية الأصلية) و(الإنجليزية المترجمة من العربية) على خبير في اللغة الإنجليزية لمقارنة النسختين<sup>٣</sup>.
٤. عرض النسخة العربية على مختص باللغة العربية للتحقق من سلامة الفقرات من الناحية اللغوية<sup>٤</sup>.

يُعد عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين وأخذ وجهات نظرهم حول صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله طريقة جيدة للتأكد من صلاحية فقرات المقياس (الغريب، ١٩٨٥، ٦٧٩). ولتحقيق ذلك قام الباحث بعرض مقياس المواجهة الوقائية بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين بالعلوم التربوية والنفسية (الملحق ٤) لبيان رأيهم في مدى صلاحية الفقرات، ومدى ملائمتها للبيئة العراقية وعينة البحث من طلبة الجامعة، وللتأكد، من سلامة صياغة الفقرات ومناسبتها للمجال الذي تقيسه. وبعد جمع الآراء وتحليلها، تبين أن جميع الفقرات صالحة، إذ بلغت ادنى نسبة للموافقة على فقرات المقياس (٩٥%) وأعلى نسبة (١٠٠%)، كما أن جميع قيم مربع كاي المحسوبة كانت أعلى من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

#### الإجابة عن المقياس:

وضع الباحث تعليمات الإجابة عن المقياس مراعيًا الدقة والوضوح، وبين أن الإجابات هي لأغراض البحث العملي فقط ولا داعٍ لذكر الاسم. كما بين الباحث أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، وطلب من المستجيبين الإجابة عن جميع فقرات المقياس بأمانة وموضوعية.

<sup>١</sup> أ.م.د. علاء اسماعيل جلوب/ المركز الاستشاري للترجمة واللغات/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة الأنبار (الملحق ٢).

<sup>٢</sup> م.د. حذيفة يوسف تركي/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة الأنبار.

<sup>٣</sup> أ.د. مهدي عناية كريم/ جامعة بغداد/ كلية اللغات/ قسم اللغة الانجليزية.

<sup>٤</sup> أ.د. عما محمد جاسم / تخصص نحو/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة الأنبار.

أ.م.د. عبد الله حميد حسين/ تخصص نحو/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة الأنبار.



**التطبيق الاستطلاعي:**

لغرض تحديد مدى وضوح تعليمات مقياس المواجهة الوقائية ووضوح فقراته، والوقت المستغرق للإجابة، أجرى الباحث تطبيقاً استطلاعياً على عينة مكونة من (٤٠) طالباً وطالبة وبواقع (٢٠) طالباً و(٢٠) طالبة.

وقد قام الباحث بتوزيع استمارات المقياس على عينة التطبيق الاستطلاعي، وطلب منهم قراءة التعليمات والاستفسار عن أي عبارة غير مفهومة. وقد سجل الباحث وقت بدء التطبيق ثم سجل وقت انتهاء كل مستجيب واستخرج الباحث أقل وأطول وقت للاستجابة، وقد بلغ متوسط الوقت المستغرق (٧) دقائق.

**التحليل الاحصائي لفقرات مقياس المواجهة الوقائية:**

لغرض إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس المواجهة الوقائية قام الباحث بالآتي:  
**حساب الخصائص السيكومترية للفقرات:**

قام الباحث بحساب الخصائص السيكومترية للفقرات المتمثلة بالقوة التمييزية والاتساق الداخلي (صدق الفقرات) وكالاتي:

**أ- القوة التمييزية للفقرات:**

بعد تصحيح المقياس تم ترتيب الدرجات بطريقة تنازلية من أعلى درجة إلى أقل درجة، وقد أخذ الباحث نسبة (٢٧%) كمجموعة عليا وكان مجموع الاستمارات (٨١) استمارة، و(٢٧%) كمجموعة دنيا وكان عدد أفرادها (٨١) فرداً، وبعد استخدام الاختبار التائي تبين أن جميع الفقرات مميزة لكونها دالة احصائياً، لأن قيمتها التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) بدرجة حرية (١٦٠) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥). إذ تراوحت القيمة التائية المحسوبة بين (٦,٨٥١ - ١١,٦٤٥).

**الاتساق الداخلي (صدق الفقرات):**

استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلي. وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) إذ كانت قيم معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,١١٣) بدرجة حرية (٢٩٨) وبمستوى دلالة (٠,٠٥). إذ تراوحت قيم معامل ارتباط بيرسون بين (٠,٤١٠ - ٠,٦٠٥).

## ١. الخصائص القياسية (السيكومترية) لمقياس المواجهة الوقائية:

يتعين توافر الصدق والثبات في المقياس لكي يكون صالحاً للاستعمال، فيعد الصدق والثبات من الجوانب الأكثر أهمية بالنسبة إلى القياس (Anastasi,1976,45).

لذا تحقق الباحث من هذه الخصائص وكما يلي:

## أولاً: صدق المقياس (Validity of the Scale) :

يعد الصدق من الخصائص المهمة التي يجب مراعاتها في بناء المقاييس النفسية، والمقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي وضع من أجلها بشكل جيد والدرجة التي يكون فيها قادراً على تحقيق أهداف محددة (علام، ٢٠٠٠، ٢٨١).

لقد استخرج للمقياس الحالي مؤشران للصدق هما الصدق الظاهري، وصدق البناء، وفيما يأتي توضيح لكيفية التحقق من كل مؤشر منها:

## أ- الصدق الظاهري:

تحقق الباحث من الصدق الظاهري لمقياس المواجهة الوقائية من خلال تحديد التعريف واعداد الفقرات حسب التعريف وقد تم تحقيقه عندما اتفق الخبراء المتخصصون في العلوم التربوية والنفسية على صلاحية التعريف والفقرات في قياس المواجهة الوقائية.

## ب- صدق البناء (Constrcut Validity):

يقصد بصدق البناء السمات السيكولوجية التي تنعكس أو تظهر في علامات اختبار ما أو مقياس ما، ويمثل البناء سمة سيكولوجية أو صفة أو خاصية لا يمكن ملاحظتها مباشرة، وإنما يستدل عليها من خلال مجموعة من السلوكيات المرتبطة بها (ملحم، ٢٠٠٠، ٢٦٩)

وقد تحقق الباحث من صدق البناء من خلال مؤشرين هما:

- التمييز من خلال إيجاد الفروق بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا.
- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

## ثانياً : ثبات المقياس Scales Reliability :

يعد الثبات إجراءً ضرورياً مع كل تطبيق جديد للاختبارات النفسية إلى جانب الصدق . إذ أننا لا نمتلك صدقاً حقيقياً وثباتاً حقيقياً للاختبار النفسي بل نمتلك مؤشرات على الصدق والثبات وهي مؤشرات تتغير تبعاً لطبيعة العينة التي يطبق عليها الاختبار ، ويقصد بثبات المقياس ان يعطي المقياس النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه على المختبرين أنفسهم في

وقت آخر وتبدو قيمة ثبات المقياس في قدرته على الكشف عن الفروق في الأداء بين الأفراد (ميلز وبيتر، ٢٠١٢، ٢٠٦).

لذا تم حساب الثبات بطريقتي اعادة الاختبار والفاكرونباخ وكالاتي:

#### أ- طريقة الاختبار - إعادة الاختبار Test-Retest :

ان من أيسر الطرائق للحصول على قياسات متكررة للمجموعة ذاتها من الأفراد ولقياس السمة ذاتها هو تطبيق المقياس نفسه مرتين (ملحم، ٢٠٠٠، ٢٥٢) ولغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة فقد أعيد تطبيق المقياس على عينة الثبات التي تكونت من (٤٠) طالب وطالبة وبفاصل زمني بلغ (١٤) يوماً من التطبيق الأول، ثم حُسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والثاني وبلغ معامل الارتباط (٠,٨٤) للمقياس، وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات الأفراد على المقياس عبر الزمن، حيث أشار (العيسوي) إلى انه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني (٠,٧٠) فأكثر، فإن ذلك يعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبارات في العلوم التربوية والنفسية (العيسوي، ١٩٨٥، ٥٨).

#### ب- معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach's formala :

تستد هذه الطريقة الى ان اتساق استجابات الافراد عبر مفردات الاختبار يمكن الاعتماد عليه في تقدير معامل الثبات (علام، ٢٠١٤، ١٠١). لذا أستخرج الثبات بهذه الطريقة من درجات استمارات العينة الأساسية البالغة (٣٠٠) طالب وطالبة، وباستعمال معادلة كرونباخ بلغ معامل ألفا (٠,٨١) وهو معامل ثبات جيد.

#### وصف مقياس المواجهة الوقائية بصورته النهائية:

يتألف مقياس المواجهة الوقائية في البحث الحالي من (١٠) فقرات بتدرج خماسي هو (لا تنطبق عليّ تماماً، لا تنطبق عليّ كثيراً، تنطبق عليّ احياناً، تنطبق عليّ كثيراً، تنطبق عليّ تماماً). وأعطى الباحث الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، لذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب (٥٠) درجة التي تمثل أعلى الدرجات، وأقل درجة يحصل عليها هي (١٠) درجات والتي تمثل أدنى درجة كلية للمقياس، وبذلك فإن المتوسط النظري للمقياس يكون (٣٠) درجة.

#### الوسائل الإحصائية:

أن معظم الوسائل الإحصائية التي استخدمت في البحث الحالي حسبت بواسطة

برنامج الحاسوب الآلي (SPSS) هي :



١. مربع كاي لمعرفة دلالة نسبة الموافقون من الخبراء.
٢. الاختبار التائي لعينة واحدة: للتعرف على مستوى المتغير عند العينة.
٣. الاختبار التائي T-Test لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس البحث وايضاً التعرف على الفروق وفقاً للجنس (ذكور - اناث) والتخصص (علمي- انساني) لمتغير البحث.
٤. معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient لحساب الارتباطات بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقاييس البحث.
٥. معادلة الفا- كرونباخ للاتساق الداخلي، استخدمت لاستخراج الثبات بطريقة الفا للاتساق الداخلي للمقياس.

### الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

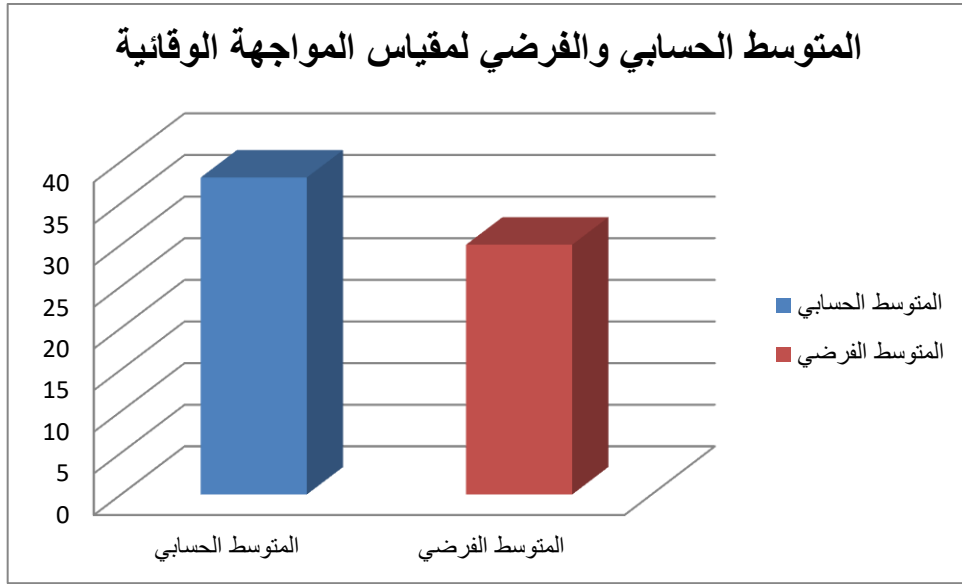
#### ١- التعرف على المواجهة الوقائية لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من نتيجة هذا الهدف قام الباحث بتطبيق مقياس المواجهة الوقائية على عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالب وطالبة . وأشارت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على المقياس قد بلغ (٣٨,٠٧٥) درجة و بانحراف معياري قدره (٦,١٦٨) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (٣٠) درجة ، استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة، وتبين أن الفرق كان دال إحصائياً، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٨,٥١٦) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩)، وهذا يشير إلى أن عينة البحث يتمتعون بمواجهة وقائية قوية والجدول (١) والشكل (١) يوضحان ذلك.

#### جدول (١)الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس المواجهة الوقائية

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية * t		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
المواجهة الوقائية	٢٠٠	٣٨,٠٧٥	٦,١٦٨	٣٠	١٨,٥١٦	١,٩٦	دالة

## الشكل (١) المتوسط الحسابي والفرضي لمقياس المواجهة الوقائية



وتتفق هذه النتيجة مع دراسات كل من غان وآخرون (Gan,et al,2007)، ودراسة غان وآخرون (Gan,et al,2010)، ودراسة فاكوليكوفا (Vaculíková,2017)، اللواتي أشرن إلى تمتع طلبة الجامعة بالواجهة الوقائية والاستباقية.

وتفسر هذه النتيجة مع ما أشار له شوارزر، إذ يرى أن المواجهة الوقائية تساعد الأفراد على ابتكار طرق لتسهيل تصميم التدخلات التربوية والنفسية للتغلب أيضاً على سلوكيات الخطر التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم وعلى سبيل المثال (الشباب)، إذ تساهم في الحد من القلق المتواجد لديهم من خلال الوقاية وتعزيز النمو الشخصي ووضع الأهداف ذات المعنى الايجابي في الحياة للمساهمة بعملية التنمية الفردية، كذلك يبين شوارزر أن الانتقال الى مرحلة البلوغ بحياة الافراد هي مدة مجهدة من الحياة التي تتطلب مجابهة مختلف المطالب، وقد يواجه العديد من الشباب صراعات مختلفة مع أقرانهم ومع الاسرة وعلى سبيل المثال قد يجرب المراهقين (التدخين، وتناول الكحول، والادوية، وقد يواجهون مشكلات غذائية، او سلوكيات محفوفة بالمخاطر الجنسية، او القيادة المتهوره) وهنا يبدأ أثر المجابهة الوقائية من خلال التدخلات التربوية الى محاولة منع هذه السلوكيات الخاطئة، وفي بعض الاحيان قد يفشل الافراد في امتحانات القبول في الجامعة ويحصل لديهم العواطف السلبية وخيبة الامل ويكمن هنا أثر المواجهة الوقائية في تعزيز ذاتهم والعمل على تطوير الامكانيات الشخصية نحو الافضل لأداء امتحانات القبول في الجامعات والمحاولة مرة

أخرى لحين الوصول للنجاح واجتياز الفشل، إذ تساعد المواجهة الوقائية الطلبة الجامعيين على مواصلة النجاح وتخطي المشكلات المستقبلية في أثناء حياتهم الجامعية (Schwarzer & Luszcynska, 2008, 22-24).

ويرى الباحث أن تمتع طلبة الجامعة بالمواجهة الوقائية يعود للخبرات المتراكمة التي يحصل عليها الطالب الجامعي في الوقت الحاضر، من خلال توافر مصادر المعلومات العامة والخاصة حول الحياة الجامعية وما بعدها، وحاجات سوق العمل، وطبيعة المهن المطلوبة. إذ أن الطالب الجامعي في الوقت الحالي لم يعد ذلك الطالب الذي يعتمد على ما موجود في الكتب المنهجية فقط، بل أصبح يوسع مدركاته من خلال الاطلاع على كل ما متاح من معلومات عن الحياة من خلال شبكة المعلومات العنكبوتية (الانترنت)، ووسائل التواصل الاجتماعي، وقنوات الإعلام، المرئي والمسموع.

٢- التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في المواجهة الوقائية لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغيري الجنس (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، إنساني).

أ. تبعا للجنس:

لغرض التحقق من هذا الهدف قام الباحث بأخذ استجابات عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالب وطالبة على مقياس المواجهة الوقائية، وبعد معالجة البيانات إحصائيا ، استخرج الباحث متوسطات درجات افراد العينة على المقياس تبعا للجنس (ذكور واناث)، وتبين ان متوسط درجات الذكور (٣٦,٢٩١) بانحراف معياري قدره (٦,٨٥٠) ، ومتوسط درجات الاناث (٣٩,٢٤٠) بانحراف معياري قدره (٥,٣٩٦)، ولمعرفة الفروق بين الذكور والاناث استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٢).

الجدول (٢) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في المواجهة الوقائية تبعا لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
المواجهة	ذكور	٧٩	٣٦,٢٩١	٦,٨٥٠	٣,٣٩١	١,٩٦
						دالة (٠,٠٥)

			٥,٣٩٦	٣٩,٢٤٠	١٢١	اناث	الوقائية
--	--	--	-------	--------	-----	------	----------

يتبين من الجدول اعلاه وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في المواجهة الوقائية ولصالح الاناث كون القيمة التائية المحسوبة (٣,٣٩١) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Gan,et al,2007)، التي أشارت إلى وجود فروق في المواجهة الوقائية بين الذكور والاناث ولصالح الاناث.

وتتباين هذه النتيجة مع دراسة غان وآخرون (Gan,et al,2010)، ودراسة فاكوليكوفا (Vaculíková,2017)، اللتين لم تُشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث، ويرى الباحث أن التنشئة الاجتماعية في العالم العربي والعراق خاصة تركز على جوانب ضعف المرأة في القابليات البدنية، وهذا جعل الفتاة تركز على وضع خطط استباقية للمشكلات التي تتوقع مواجهتها.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الاناث أكثر تحسباً وتفكيراً في الأحداث المستقبلية المحتملة وغير المحتملة، وهذا قد يعود إلى عدة عوامل اجتماعية وأسرية، ولعل عدم وضوح المستقبل بالنسبة لهن عاملاً مؤثراً في تنمية المواجهة الوقائية لديهن.

#### ب. تبعاً للتخصص:

لغرض التحقق من هذا الهدف قام الباحث بأخذ استجابات عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالب وطالبة على مقياس المواجهة الوقائية، وبعد معالجة البيانات إحصائياً ، استخرج الباحث متوسطات درجات افراد العينة على المقياس تبعاً للتخصص (علمي، انساني)، وتبين ان متوسط درجات التخصص العلمي (٣٨,٥٨٨) بانحراف معياري قدره (٦,٠٦٩) ، ومتوسط درجات التخصصات الانسانية (٣٧,٥٩٢) بانحراف معياري قدره (٦,٢٥٠) ، ولمعرفة الفروق بين التخصصين العلمي والانساني استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٣).

الجدول (٣) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغير التخصص

المتغير	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
المواجهة الوقائية	علمي	٩٧	٣٨,٥٨٨	٦,٠٦٩	١,١٤٢	١,٩٦	غير دالة
	انساني	١٠٣	٣٧,٥٩٢	٦,٢٥٠			

يتبين من الجدول اعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التخصصين العلمي والانساني في المواجهة الوقائية كون القيمة التائية المحسوبة (١,١٤٢) اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) . ويرى الباحث أن هذه النتيجة تعني أن كلا التخصصين (العلمي، والإنساني) ينمّون أساليب للمواجهة الوقائية، كونهم جميعاً يواجهون ظروف جامعية وحياتية متشابهة زودتهم ببعض الخبرات المتشابهة مما أسهم في عدم وجود فروق تبعاً للتخصص. وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة، إذ لم تُشر الدراسات السابقة إلى متغير التخصص كمتغير مؤثر في المواجهة الوقائية.

ويرى الباحث أن الخبرات الأكاديمية تهدف إلى اكسابهم نوع من المرونة في التعامل ووضع الأهداف، وكذلك أن خبرات التعلم تنمي لدى الطلبة نوع من الخبرة على قراءة الأحداث الحالية ومدى انعكاسها على حياتهم المستقبلية، مما يسمح للطلبة بمواجهة وقائية تتجلى من خلال توجيههم نحو الحصول على الموارد اللازمة للأحداث المحتملة.

#### الاستنتاجات:

١. يتمتع طلبة الجامعة بمستوى عالٍ من المواجهة الوقائية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المواجهة الوقائية تبعاً لمتغير التخصص.



**التوصيات:**

- في ضوء نتائج البحث الحالي، يوصي الباحث، بالآتي:
١. نظراً لضرورة المواجهة الوقائية في مواجهة المخاطر والضغوط المحتملة في المستقبل البعيد، يوصي الباحث الجامعات بإشاعة ثقافة المواجهة الوقائية، لما لها من أثر كبير في شعور الفرد بالتكيف مع الظروف المحتملة.
  ٢. يوصي الباحث أيضاً وحدات الارشاد النفسي والتوجيه التربوي بإقامة ندوات توعوية حول المواجهة الوقائية، تقدم لطلبة الجامعة، ويتم من خلالها توضيح هذا المفهوم، وما له من أثر في تحقيق التوافق النفسي.

**المقترحات:**

- يقترح الباحث إجراء عدد من الدراسات التي يمكن أن تسهم في الكشف عن نتائج أخرى تضاف إلى نتائج البحث الحالي، وكالاتي:
١. إجراء دراسة مشابهة للبحث الحالي على مراحل دراسية أخرى كالمرحلة المتوسطة والمرحلة الإعدادية.
  ٢. إجراء دراسة تتناول المواجهة الوقائية على عينات تعرضت لأزمات كالنزوح القسري.
  ٣. إجراء دراسة تتناول المواجهة الوقائية وعلاقتها ببعض المتغيرات كالتحصيل، والرضا عن العمل، والدعم الاجتماعي.

**المصادر:****المصادر العربية:**

١. بكداش، رنيم عدنان. (٢٠١٧). علاقة أساليب مواجهة الضغوط بالوحدة النفسية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة تشرين، الجمهورية العربية السورية.
٢. السهلي، عبد الله. (٢٠١٠). أساليب مواجهة الضغوط لدى الشباب من المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المترددين. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى.
٣. علام، صلاح الدين محمود. (٢٠٠٠). القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة. دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
٤. العيسوي، عبد الرحمن محمد. (١٩٨٥). القياس والتجريب في علم النفس والتربية. دار المعرفة للنشر والتوزيع، القاهرة.
٥. الغريب، رمزية. (١٩٨٥). التقويم والقياس النفسي والتربوي. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
٦. مزلق، وفاء. (٢٠١٤). استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي لدى مرضى السرطان. رسالة ماجستير



غير منشورة، جامعة هضاب، الجزائر.

٧. ملحم، سامر محمد. (٢٠٠٠). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس. دار المسيرة، عمان.

٨. ميلز، جيفري وبيتر، ايراسيان. (٢٠١٢). البحث التربوي كفايات للتحليل والتطبيقات، ترجمة صلاح

الدين محمود علام. دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.

### المصادر الأجنبية:

- Adebayo, D.O., Sunmola, A.M. & Udegbe, I.B. (2008). Subjective wellbeing, work-school conflict and proactive coping among Nigerian non-traditional students. Career Development International.
- Anastasi, A. (1976) psychological Testing, New York. the Macmillan publishing.
- Aspinwall, L.G., Taylor, S.E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. Psychological Bulletin, 121, 417-436.
- Boudarene, L.G. (2005). Emotional Dissonance, Emotional Exhaustion and Job Satisfaction in Call Centers Workers. European Journal of work and organizational psychology, vol.12(4), pp.366-392.
- Cousson, G. F. (2001). concepts, stress, coping, strategies de coping elaborees pour faire face a une maladie grave, l exemple des cancers, recherché en soins infirmiers.
- Drummond, S. (2014). Being Proactive About Proactive Coping: Exploring Future Oriented Coping and Appraisal Within a Transactional Frame Work, Bachelor of psychological science, School of Applied Psychology, pp.1- 321, Griffith University
- Dwyer, A.L., & Cummings, A.L. (2001). Stress, Self- Efficacy, Social Support, and Coping Strategies in University Students. Canadian Journal of Counselling, 35(3), 208-220.
- Ersen, Ö & Bilgiç, R. (2018). The effect of proactive and preventive coping styles on personal and organizational outcomes: Be proactive if you want good outcomes, Cogent Psychology, 5:1, 1492865, DOI: 10.1080/23311908.2018.1492865 To link to this article: <https://doi.org/10.1080/23311908.2018.1492865>
- Fischer, G.N, Tarquinio, C. (2006). concepts fondamentaux de la psychologie de la santé, DUNOD, Paris.
- Gan, Y., Hu, Y., & Zhang, Y. (2010). Proactive and preventive coping in adjustment to college. Psychological Record, 60, 643-658.
- Gan, Y., Yang, M., Zhou, Y., & Zhang, Y. (2007). The two-factor structure of future-oriented coping and its mediating role in student engagement. Personality and Individual Differences, 43, 851-863. doi: 10.1016/j.paid.2007.02.009
- Greenglass, E. R. (2001), Proactive coping, work stress and burnout. Stress News.
- Hu, Y., & Gan, Y. (2011). Future-oriented coping and job hunting among college students. Psychological Record, 61, 253-268.



<https://doi.org/10.1007/BF03395759>

- Lazarus, R.S., & Folkman, S., (1984). Stress, Appraisal and Coping. (pp.141-456). New York: Springer.
- Markle, M.M. & Mccarthy, C.J. (2013). Personality Traits Preventive Coping and Self Care in Masters Level Counselor Training. In Reevy, E.M. & Frydenberg, E. (Eds.), The book of personality stress and coping (chpt; ,pp.217-230) USA: printed. In: www. infoagepub. com.
- Niessen, C., Müller, T., Hommelhoff, S., & Westman, M. (2018). The impact of preventive coping on business travellers' work and private life. Journal of Organizational Behavior, 39(1), 113–127.
- Schwarzer, R., & Luszczynska, A.(2008). Reactive, Anticipatory, Preventive, and Proactive Coping: A Theoretical Distinction. Journal Article, Vol.15,N4, pp.22-24.
- Schwarzer, R. (1999). Self-regulatory processes in the adoption and maintenance of health behaviors. The role of optimism, goals, and threats. Journal of Health Psychology, 4, 115-127.
- Schwarzer, R., & Knoll, N. (2003). Positive coping: Mastering demands and searching for meaning. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), Positive psychological assessment: A handbook of models and measures (pp.393–409). Washington, DC: American Psychological Association.
- Schwarzer, R., & Renner, B. (2000). Social-cognitive predictors of health behavior: Action self-efficacy and coping self-efficacy. Health Psychology, 19, 487-495.
- Schwarzer, R., & Taubert, S. (2002). Tenacious goal pursuits and striving toward personal growth: Proactive coping. In E. Frydenberg (Ed.), Beyond coping: Meeting goals, visions and challenges (pp. 19-35). London: Oxford University Press.
- Vaculíková., J.(2017). Testing the Uni-dimensionality of Proactive and Preventive Coping. International Journal of Psychology & Psychological Therapy, 17, 327-335.
- Versova, M. & Mala, D. (2012). Stress, Proactive Coping and Self- Efficacy of Teachers. Social and Behavioral Sciences, 55. pp.294-300. University in Nitra, Slovakia.

