

جامعة عين شمس  
معهد الدراسات العليا للطفولة  
قسم الدراسات النفسية والاجتماعية

أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية

بحث مقدم من

في دراسات الطفولة

áçd????À

إلهامي عبد العزيز أمام

WUUL TÇèWOHMÊUÇÑbç r fOZèfHMrKĐU Ā

WUHDKUDÇ ÊUÇÑbç bNFO

å 2005 - ? 1426

بسم الله الرحمن الرحيم

وعلمك ما لم تكن تعلم وكان

# فضل الله عليك عظيمًا

© 113 W™ S ÁUŒ ÉÑu

( Æ)

## فهرس الموضوعات

الصفحة	الموضوع
2 - 1	المقدمة
15 - 3	الفصل الأول : مدخل الدراسة
6 - 3	أولاً : مشكلة الدراسة
13 - 7	ثانياً : أهمية الدراسة
14	ثالثاً : أهداف الدراسة
15	رابعاً : حدود الدراسة
29 - 16	الفصل الثاني : مصادر الضغوط والنظريات المفسرة
23 - 16	أولاً : النظريات المفسرة للضغوط النفسية

26 – 23	ثانياً : مصادر الضغوط
29 – 26	ثالثاً : استجابة الضغوط
34 – 30	الفصل الثالث : الضغوط والتعليم في مصر
56 – 35	الفصل الرابع : المفاهيم الأساسية للدراسة
40 – 35	أولاً : الضغوط النفسية
42 – 41	ثانياً : أساليب مواجهة الضغوط
46 – 42	ثالثاً : سمات الشخصية
54 – 46	رابعاً : السمات المراد قياسها
49 – 46	( Æ ) التعاون
50 – 49	( È ) التسامح
52 – 50	( Ì ) التفاؤل
54 – 53	( Î ) المرونة
56 – 54 56	خامساً : المراهقة تعقيب
67 – 57	الفصل الخامس : الدراسات السابقة ( ب )
59 – 57	أولاً : الدراسات العربية التي تناولت أساليب مواجهه الصعوص
61 – 59	ثانياً : الدراسات الأجنبية
64 – 61	ثالثاً : الدراسات العربية التي تناولت الضغوط النفسية
66 – 64	رابعاً : الدراسات الأجنبية
67 – 66	- تعقيب على الدراسات السابقة
87 – 68	الفصل السادس : الإطار المنهجي للدراسة
68	أولاً : المنهج
68	ثانياً : فروض الدراسة
73 – 69	ثالثاً : عينة الدراسة
87 – 74	رابعاً : أدوات الدراسة
87	خامساً : الأساليب الإحصائية
133 – 88	الفصل السابع : نتائج الدراسة ومناقشتها
136 – 134	الخاتمة
139 – 137	التوصيات والبحوث المقترحة

147 – 140 151 – 148	المراجع : قائمة المراجع العربية قائمة المراجع الأجنبية
	الملخصات : ملخص الدراسة باللغة العربية ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
	الملاحق : أدوات الدراسة جدول أتفاق المحكمين على عبارات مقياس سمات الشخصية

جامعة عين شمس  
معهد الدراسات العليا للطفولة

أسم الطالبة : أمل علاء الدين على حسن أبو عرام

الدرجة العلمية : دكتوراه

القسم التابع له : قسم الدراسات النفسية والاجتماعية

الجامعة : جامعة عين شمس

سنة المنح : 2005

شروط عامة :

جامعة عين شمس  
معهد الدراسات العليا للطفولة  
قسم الدراسات النفسية والاجتماعية

أسم الطالبة : أمل علاء الدين على حسن أبو عرام

عنوان الرسالة

أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية  
لدى طلاب المرحلة الثانوية

أسم الدرجة

دكتوراه

لجنة الإشراف

الأستاذ الدكتور / إلهامي عبد العزيز أمام  
أستاذ علم النفس ورئيس قسم الدراسات النفسية والاجتماعية  
بمعهد الدراسات العليا للطفولة

تاريخ البحث : / / 200

الدراسات العليا

ختم الاجازة

أجيزت الرسالة بتاريخ

200 / /

200 / /

موافقة مجلس الجامعة

200 / /

موافقة مجلس المعهد

200 / /

شكر وتقدير

-----

الحمد لله رب العالمين

أشرف بأن أتقدم بالشكر والتقدير لأستاذي الجليل الأستاذ الدكتور / إلهامي عبد العزيز  
إمام ، أستاذ علم النفس بمعهد الدراسات العليا للطفولة ، على تفضله بالإشراف على هذا  
البحث وإتاحة الفرصة لي للاستفادة من علمه العزيز وخبراته الواسعة فكان نعم المشرف  
والأستاذ وسيبقي دائماً بأذن الله ، وأرجو أن يجازيه الله عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بشكري الجزيل لروح الأستاذ الدكتور / محسن العرقان الخبير بالمركز القومي  
للبحوث الاجتماعية والجنائية على ما قدمه لي من توجيه وإرشاد أدعو الله أن يسكنه فسيح  
جناته .

كما أتقدم بالشكر للأستاذة الدكتورة / فؤاده محمد على هدية على تفضلها بالموافقة على  
مناقشة هذا العمل .

وأقدم بالشكر للأستاذة الدكتورة / إيمان محمد صبري على تفضلها بالموافقة على  
مناقشة هذا العمل .

كما أتقدم بخالص الشكر لاساتذي بمعهد الدراسات العليا للطفولة على ما قدموه من  
نصائح وإرشادات فجزاهم الله عنى خير الجزاء .

وبمشاعر الحب والاعتزاز أتقدم بخالص شكري وامتناني لوالدتي ووالدي وزوجي وأبنتاي  
على مساندتهم لي من أجل إنجاز هذا العمل فجزاهم الله عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بتحية خاصة للزميل والصدیق الدكتور / حسام الجارحي على ما قدمه من جهد  
وأدعو الله أن يجازيه عنى خير الجزاء .



أن كلمات الشكر هي تعبير عن مشاعر الحب والامتنان ، لكن يبقى ما في القلب لكم  
جمعياً أكبر من كل الكلمات .

ج

الباحثة

فهرس الجداول



الصفحة	عنوان الجدول	ā
72	جدول يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً للجنس	1
72	جدول يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً للعمر	2
73	جدول يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً لطبيعة المدرسة	3
81	جدول يوضح معاملات الارتباط بين مقاييس السمات الأربع للشخصية	4
81	جدول يوضح التحليل العاملي للسمات الشخصية الأربع قبل التدوير	5
82	جدول يوضح التحليل العاملي للسمات الشخصية الأربع بعد التدوير	6
82	جدول يوضح اشتراكيات وانفراديات العوامل لمقاييس الشخصية	7
83	جدول يوضح معاملات الثبات لمقاييس السمات الشخصية	8
89-88	جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجات التي حصل عليها الطلاب موضع الدراسة في أساليب مواجهة الضغوط	9
91-90	جدول يوضح تحليل التباين للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط ومدى توافر سمة التعاون	10
92	جدول يوضح قيم معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وسمة التعاون	11
94	جدول يوضح توزيع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأساليب مواجهة الضغوط وفقاً لمدى توافر سمة التعاون	12
95	جدول يوضح تحليل التباين للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط ومدى توافر سمة التفاؤل	13
97-96	جدول يوضح قيم معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وسمة التفاؤل	14
99	جدول يوضح توزيع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأساليب مواجهة الضغوط وفقاً لمدى توافر سمة التفاؤل	15
100	جدول يوضح تحليل التباين للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط ومدى توافر سمة التسامح	16
102 - 101	جدول يوضح قيم معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وسمة التسامح	17
104-103	جدول يوضح توزيع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأساليب مواجهة الضغوط وفقاً لمدى توافر سمة التسامح	18

105-104	جدول يوضح تحليل التباين للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط ومدى توافر سمة المرونة	19
106	جدول يوضح قيم معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وسمة المرونة	20
108	جدول يوضح توزيع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأساليب مواجهة الضغوط وفقاً لمدى توافر سمة المرونة	21
109	جدول العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وبين السمات الشخصية الأربع لعينة الدراسة	22
114	جدول يوضح تحليل التباين للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وطبيعة المدارس	23
115	جدول يوضح توزيع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأساليب مواجهة الضغوط وفقاً لطبيعة المدارس	24
118	جدول يوضح تحليل التباين للعلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وفقاً للجنس	25
119	جدول يوضح توزيع المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأساليب مواجهة الضغوط وفقاً للجنس	26
121	جدول يوضح متوسط الدرجات الخاصة بالسمات الشخصية	27
121	جدول يوضح تحليل التباين لدرجات السمات الشخصية وفقاً لطبيعة المدارس	28
123	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة التعاون	29
123	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة التفاؤل وطبيعة مدارسهم	30
124	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة التسامح وطبيعة مدارسهم	31
125	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة المرونة وطبيعة مدارسهم	32
125	جدول قيم كاً 2 للعلاقة بين الـ هـ للمبحوثين وطبيعة المدارس التابعين لها .	33
126	جدول توزيع متوسط الدرجات الخاصة بالسمات الشخصية وفقاً لطبيعة المدارس	34

128	جدول تحليل التباين لدرجات السمات الشخصية وفقاً للجنس ذكر أو أنثي	35
129	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة التعاون والجنس	36
130	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة التفاؤل والجنس	37
130	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة التسامح والجنس	38
131	جدول يوضح توزيع المبحوثين وفقاً لمدى توافر سمة المرونة والجنس	39
131	جدول قيم كاً2 للعلاقة بين سمات الشخصية للمبحوثين والجنس	40
131	جدول يوضح توزيع متوسط الدرجات الخاصة بسمات الشخصية وفقاً للجنس .	41

## مقدمة



أن القوى الاجتماعية الفاعلة والمؤثرة كثيرة ومتعددة ولكنها رغم تعددها وأهميتها لا ترقى الى أهمية الدور الفاعل والمؤثر للأسرة والمدرسة وذلك باعتبارهما يؤثران في سلوك الأفراد تأثيراً ملائماً أو منافياً ، وذلك خلال فترة طويلة تسبق قدرتهم على اختيار ما يعتبرونه ضاراً أو نافعاً .

ورغم اختلاف علماء النفس في الإطار النظري إلا أنهم يجمعون على أن الخبرات الأسرية التي يتعرض لها الفرد في مراحل حياته الأولى تعد من أهم المؤثرات الأساسية التي تؤثر في نموه النفسي والاجتماعي ، ولا تقل أهمية المدرسة عن ذلك بوصفها المؤسسة التي تتداخل مع الأسرة وتكمل دورها في عملية التنشئة الاجتماعية .

وتعد الضغوط من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتخلل في مضامين متعددة لكل منها انعكاساتها النفسية ، وتستقر في وعي الإنسان بدرجات متفاوتة . وتعتبر شخصية الفرد عاملاً وسيطاً أو متداخلاً تخفف أو تزيد من وطأة الموقف السلبي ( الضغط ) على الفرد ، وفي ضوء اختلاف شخصيات الأفراد فإنهم بالتالي يختلفون في ردود فعلهم للمواقف الضاغطة وبالتالي فإن سمات الشخصية لها علاقة بالاستجابات السلوكية للمواقف المختلفة أو تساهم هذه السمات سلباً أو إيجاباً في الضغوط الواقعة على الفرد .

تتعرض الدراسة الحالية لأساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، وهي المرحلة المقابلة لمرحلة المراهقة .

وتقدم الدراسة عرضاً لمتغيرات الدراسة وذلك في حدود خصائص عينة الدراسة المستخدمة .

وقد جاءت الدراسة في سبعة فصول ، عدا المقدمة والخاتمة ومراجع الدراسة وملاحقها ،  
وقد جاءت وفقاً للسياق التالي :

يقدم الفصل الأول وهو بعنوان " مدخل الدراسة " عرضاً لمشكلة الدراسة وأهميتها ،  
بالإضافة الى عرض الأهداف الخاصة بالدراسة ، والتي تتضمن الهدف العام للدراسة والأهداف  
النوعية " التفصيلية " وكذلك حدود الدراسة .

ويتناول الفصل الثاني وهو بعنوان " <sup>1</sup> ضغوط والنظريات المفسرة للضغوط " عرضاً  
موجزاً لبعض النظريات المفسرة للضغوط وكذلك عرضاً موجزاً للمصادر العديدة والمتنوعة  
للضغوط النفسية .

ويتناول الفصل الثالث وهو بعنوان " الضغوط والتعليم في مصر " عرضاً لأهمية المدرسة  
باعتبارها إطار ينشأ فيه الأفراد الذين يعيشون داخل نظامه ، ومجتمع صغير يتحقق فيه  
المعنى الكامل للمجتمع الكبير .

ويتناول الفصل الرابع وهو بعنوان " مفاهيم الدراسة " عرضاً للمفاهيم المستخدمة في  
الدراسة وهى الضغوط النفسية ، واساليب مواجهة الضغوط بالإضافة الى مفهوم سمات  
الشخصية ومفهوم المراهقة .

ويتناول الفصل الخامس وهو بعنوان " الدراسات السابقة " عرضاً لبعض الدراسات التى  
تناولت موضوع الضغوط وأساليب مواجهتها في المجتمع المصري والمجتمع العربي ، كذلك  
بعض الدراسات التى تناولت المتغيرات الخاصة بالدراسة في المجتمعات الاجنبية ، بالإضافة  
الى التعقيب على مجموعة الدراسات التى تم عرضها .

ويتناول الفصل السادس وهو بعنوان " الإطار المنهجي للدراسة " عرضاً للمنهج  
المستخدم وفروض الدراسة والعينة المستخدمة بالإضافة الى أدوات الدراسة والمعالجات  
الإحصائية للبيانات التى تم الحصول عليها .

ويتناول الفصل السابع وهو بعنوان " عرض وتفسير النتائج " عرضاً للنتائج الخاصة بفروض الدراسة وعرضاً لوجهة النظر التفسيرية الخاصة بها .

وتناولت الخاتمة عرضاً لوجهة نظر الباحثة في موضوع الضغوط بصفة عامة وكذلك ما يتعلق بمتغيرات الدراسة بصفة خاصة .

ä è ç q B H ç

W????? ç Ñ b ç q ?????? b ?????