



جامعة عين شمس
كلية التربية
قسم الصحة النفسية

أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى عينه من المراهقين

مقدمه من الطالبة

إيناس محمد أحمد الشيخ

للحصول علي درجة الماجستير في التربية
تخصص صحة نفسيه

إشراف

د/ السيد الكيلاني	ا.د/ إبراهيم ذكي قشقوش
مدرس الصحة النفسية	أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية- جامعة عين شمس	كلية التربية- جامعة عين شمس

2010



جامعة عين شمس

كلية التربية

قسم الصحة النفسية

صفحة العنوان

اسم الطالبة : إيناس محمد احمد الشيخ

الدرجة العلمية : ماجستير

القسم التابع له : الصحة النفسية

اسم الكلية : التربية

الجامعة : عين شمس

سنة التخرج : 2003

سنة المنح : 2010

مستخلص الدراسة

هذه الدراسة تحمل عنوان "أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى عينة من المراهقين". وتهدف إلى التعرف على أساليب مواجهة المراهقين للضغوط النفسية التي يمكن أن يواجهونها في حياتهم اليومية. من حيث علاقة هذه الأساليب بعدد من أبعاد مفهوم الذات لديهم (كتقبل الذات والشعور بالتباعد)، ومدى تأثرها بالمستوى الاقتصادي الاجتماعي للمراهق.

واستخدمت الباحثة مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية إعداد الباحثة، بالإضافة إلى مقياس مفهوم الذات للمراهقين إعداد الباحثة، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي للدكتور عبد العزيز الشخص 2006.

وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام تحليل التباين ثنائي الاتجاه (3X2) و (2X2) إلى جانب اختبار (T.Test) و (اختبار شيفيه) ذلك لتحديد وجهة الفروق المحتملة ما بين كل مجموعتين فرعيتين من بين المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث.

وأُسفرت نتائج الدراسة على أن أساليب مواجهة الضغوط النفسية التي يلجأ إليها الفرد تتأثر بكل من مفهوم الذات والمستوى الاجتماعي الاقتصادي للفرد

الكلمات المفتاحية:

Psychological Stress

الضغوط النفسية

The Styles Of Coping

أساليب مواجهة الضغوط النفسية

Self –Concept

مفهوم الذات



جامعة عين شمس
كلية التربية
قسم الصحة النفسية

شكر

أشكر السادة الأساتذة الذين قاموا بالإشراف علي وهم:

1. أ.د. إبراهيم ذكي قشقوش أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين

شمس

2. د. السيد الكيلاني مدرس الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس.

ثم الأشخاص الذين تعاونوا معي في البحث وهم:

1. إدارة مدرسة السلام الخاصة للغات "بطنطا محافظة الغربية"

2. العاملين بمكتبة معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس.

3. مدراء مدارس الثانوية العامة بنات وبنين بالمحلة الكبرى

شكر وتقدير

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿رَبِّ أَوْزَعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ﴾ (النمل:19)

بداية أحب أن انوه أن هذا العمل الذي بين أيديكم ما هو إلا ثمرة جهد واجتهاد كثيرين لست من أولهم فلقد شاركني فيه كثيرين منهم اقرب الناس إلي ومنهم أصدقائي ومنهم مساعدتي في العمل وغيرهم كثيرين.

ولكنني أود أن أتقدم بشكر اللامتناهي وامتناني الشديد لمرشدي الذي تفضل عليا بالإشراف علي رسالتي الأستاذ الدكتور **إبراهيم ذكي قشقوش** أستاذ الصحة النفسية بقسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس.

الذي لا أجد كلمات شكر وتقدير توفيه قدر ما تفضل علي به ، من علم وصبر وتوجيه وكم تعلمت منه واشكره علي كل حرف وجهني إليه، وعلي ما شعرت به من سعة صدره وصبره علي فلقد كان بحق نعم المعلم والأب وأتمنى أن أكون له نعم الطالبة التي تستحق أن يشرف اسمه إشرافا علي رسالتها. وادعوا الله أن يديم عليه نعمة الصحة والعافية ويبارك لنا في علمه. جزاه الله عنا خير الجزاء انه سبحانه نعم المولي ونعم النصير.

وخالص شكري وامتناني للدكتور **السيد الكيلاني** مدرس الصحة النفسية فهو الذي أرشدني إلي بداية الطريق ولولاه ما خطوة أول خطواتي في هذا العمل فله مني خالص الشكر والتقدير .

كما أتقدم بالشكر لأستاذي الدكتور **السيد الطوخي** أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس، لتفضله علي بقبوله مناقشتي رغم كثرة أعبائه العلمية، فإنه لشرف بقبوله مناقشتي، فدعائي له بمزيد من الصحة والعافية.

كل الشكر والتقدير للأستاذة الدكتور **أماني عبد المقصود** أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية النوعية جامعة المنوفية ، لتفضلها علي بقبولها مناقشتي، وأنا على يقين بأن ملاحظاتها سوف يكون لها أثر كبير في إثراء دراستي، وأدعو لها أن يجزيها الله عني خيراً.

كما أتوجه بشكر خاص ممزوج بكل التقدير والاحترام إلي الأستاذة **هنا رشدي** مديرة مدرسة السلام الخاصة بطنطا وجميع العاملين بالمدرسة. علي المساعدات الجليلة التي قدموها لي أثناء تطبيق مقياس الدراسة وعدم ادخار أي جهد لمساعدتي وتسهيل جميع العقبات أمامي مع آمياتي لهم بدوام التوفيق والنجاح.

وأحب أن أتوجه بخالص الشكر والامتنان إلي مساعدتي في العمل بسمه عبد الناصر علي ما قامت به من مجهود كبير أثناء التطبيق في مدارس المحلة الكبرى وطنطا لها مني كل الشكر وارق أمنياتي بالتفوق والسعادة في حياتها.

ولا يفوتني أن أتوجه بخالص الشكر والتقدير إلى جميع أفراد عينة الدراسة طلبة وطالبات الصف الأول الثانوي في مدارس مدينتي المحلة الكبرى وطنطا، لتعاونهم وحرصهم الشديد علي مساعدتي في تطبيق أدوات الدراسة لهم مني خالص الشكر والدعاء لهم بمستقبل أفضل. وتبقى كلمات حب في قلبي:

أولها: إلي من هما نور حياتي وسر وجودي " **أبي وأمي** " من منحاني أكثر من ما استحق من حب وتشجيع وصبر واحتمال لكل أعباء دراستي وأتمنى أن أكون قد حققت حلمهما في وان أوفي لهما جزء صغير من حقهما عليا وان أكون لهم بنتا يفتخرون بها دائما ودعواتي لهم بالصحة والعافية والسعادة وطول العمر وحيي لهم الذي لا تستطيع الكلمات أن تعبر عنه .ولا انسي ولن انسي ما حييت حبي الوحيد في هذه الحياة **جدتي رحمها الله** واسكنها فسيح جناته وألحقني بها علي خير اللهم أنها نزلت بك وأنت خير المنزلين فاسكنها فسيح جناتك انك علي كل شيء قدير .

وثانيهما: إلي **أخي الحبيب** الذي وقف بجانبني ، وكان لي نعم العون في طريقي والذي لولا توجيهاته ما كنت وصلت لما أنا فيه فليتقبل مني كل الحب والتقدير والدعوات أن يوفقه الله ويسدد خطاه ويحميه ويحفظه لنا من كل شر .

وأخيراً، أن كنت قد وفقت في هذه الرسالة فمن فضل الله عز وجل وأتمنى من الله أن يجعلها علما ينتفع به يبقي فالدنيا لكل من ساهم فيه من بعد أن يتم اجله فقد قال رسول الله صلي الله عليه وسلم إذا مات ابن ادم انقطع عمله إلا من ثلاث صدقة جارية أو علم ينتفع به أو ولد صالح يدعوا له صدق رسول الله صلي الله عليه وسلم ، وان كان هناك تقصير فمن نفسي فلقد سعيت الي الكمال والكمال لله عز وجل.

والله من وراء القصد.....

الباحثة

الفهرس

الصفحة	الموضوع
7-2	الفصل الأول مدخل إلى الدراسة

الصفحة	الموضوع
2	– المقدمة
3	– مشكلة الدراسة
4	– أهمية الدراسة
5	– أهداف الدراسة
5	– مصطلحات الدراسة
6	– حدود الدراسة
7	– فروض الدراسة
7	– الأسلوب الإحصائي
54-9	الفصل الثاني الإطار النظري
(25-11)	أولاً: الضغوط النفسية
11	– مصطلح الضغوط النفسية
13	– النظريات المفسرة للضغوط النفسية
22	– مصادر الضغوط النفسية
(42-25)	ثانياً : أساليب مواجهة الضغوط النفسية
25	– تعريف أساليب مواجهة الضغوط
27	– الاستجابات المختلفة للضغوط النفسية
28	– الأشكال المختلفة لأساليب المواجهة.
30	– أساليب مواجهة الضغوط النفسية
(53-36)	ثالثاً : مفهوم الذات
36	– تعريف مفهوم الذات
38	– مصطلح مفهوم الذات
47	– جوانب مفهوم الذات
48	– أبعاد مفهوم الذات
49	– أنواع مفهوم الذات
50	– الخصائص العامة لمفهوم الذات
53	– العوامل المؤثرة في نمو مفهوم الذات
77-55	الفصل الثالث دراسات سابقة وفروض الدراسة
56	أولاً: الدراسات التي تناولت لضغوط النفسية وأساليب مواجهتها
66	ثانياً: الدراسات التي تناولت مفهوم الذات
77	ثالثاً: فروض الدراسة
89-78	الفصل الرابع : منهج وإجراءات الدراسة

الصفحة	الموضوع
79	- منهج الدراسة
79	- عينة الدراسة
81	- أدوات الدراسة
88	- الأسلوب الإحصائي
89	- خطوات الدراسة
113-90	الفصل الخامس نتائج الدراسة وتفسيرها
91	- نتائج الدراسة وتفسيرها
113	- خلاصة النتائج
118-114	الفصل السادس
115	- أولاً: ملخص الدراسة
118	- ثانياً: التطبيقات والتوصيات التربوية
118	- ثالثاً: البحوث المقترحة
127-120	قائمة المراجع
134-128	الملاحق
129	ملحق (1) مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية (إعداد الباحثة)
133	ملحق (2) مقياس مفهوم الذات لدى المراهقين (اعداد الباحثة)

فهرس الجداول

الرقم	بيان الجدول	الصفحة
1	تقسيم العينة تبعاً لمتغير النوع والمستوى الاقتصادي الاجتماعي وأبعاد مفهوم الذات	97
2	الاتساق الداخلي لعبارات مقياس أساليب مواجهة الضغوط	101
3	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ والتجزئة النصفية وإعادة تطبيق لمقياس أساليب المواجهة	102
4	الاتساق الداخلي لعبارات مقياس مفهوم الذات	105
5	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ والتجزئة النصفية وإعادة تطبيق لمقياس مفهوم الذات	106
6	معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة علي مقياس أساليب مواجهة الضغوط ومفهوم الذات	111
7	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة تبعاً لمتغيري المستوى الاجتماعي الاقتصادي والنوع في بعد المواجهة	128
8	تحليل التباين للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في بعد المواجهة	112
9	دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على بعد المواجهة تبعاً للمستوى الاجتماعي الاقتصادي	113
10	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة تبعاً لمتغيري المستوى الاجتماعي الاقتصادي والنوع في بعد الاستعانة	116
11	تحليل التباين للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في بعد الاستعانة	116
12	دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على بعد الاستعانة تبعاً للمستوى الاجتماعي الاقتصادي	119
13	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة تبعاً لمتغيري المستوى الاجتماعي الاقتصادي والنوع في بعد اللامواجهة	120
14	تحليل التباين بالنسبة للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في بعد اللامواجهة	120
15	دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على بعد اللامواجهة تبعاً للمستوى الاجتماعي الاقتصادي	121
16	دلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث على بعد اللامواجهة	122
17	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة	124

الرقم	بيان الجدول	الصفحة
	تبعاً لمتغيري تقبل الذات والنوع على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية	
18	دلالة الفروق بين متوسطي الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير تقبل الذات	124
19	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة تبعاً لمتغيري الإحساس بالتباعد والنوع على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية	127
20	تحليل التباين للدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في مقياس أساليب مواجهة الضغوط	127
21	دلالة الفروق بين متوسطي الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الإحساس بالتباعد	128

فهرس الأشكال

الصفحة	الموضوع
14	شكل (1) حدوث الضغط النفسي لدى هانز سيللي
16	شكل (2) يوضح الشكل النظرية المعرفية للضغوط "لازروس"
27	شكل (3) يوضح عملية الضغوط والاستجابات المتوقعة لها
41	شكل (4) يوضح التدرج الهرمي لمفهوم الذات
95	شكل (5) الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة تبعا لمتغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على بعد المواجهة
96	شكل (6) التفاعل بين متغيري المستوى الاجتماعي الاقتصادي والنوع لدرجات أفراد العينة على بعد المواجهة
100	شكل (7) الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة تبعا لمتغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على بعد الاستعانة
100	شكل (8) التفاعل بين متغيري المستوى الاجتماعي الاقتصادي والنوع لدرجات أفراد العينة على بعد الاستعانة
103	شكل (9) الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة تبعا لمتغير المستوى الاجتماعي الاقتصادي على بعد اللامواجهة
104	شكل (10) الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث على بعد اللامواجهة
105	شكل (11) التفاعل بين متغيري المستوى الاجتماعي الاقتصادي والنوع لدرجات أفراد العينة على بعد اللامواجهة
107	شكل (12) الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة الأكثر تقبلا لذاتهم والأقل تقبلا لذاتهم على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية
108	شكل (13) التفاعل بين متغيري تقبل الذات والنوع لدرجات أفراد العينة على أساليب مواجهة الضغوط النفسية
111	شكل (14) الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة الأقل إحساسا والأكثر إحساسا بالتباعد على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية
111	شكل (15) التفاعل بين متغيري الإحساس بالتباعد والنوع لدرجات أفراد العينة على أساليب مواجهة الضغوط النفسية

الفصل الاول

مدخل إلى الدراسة

- المقدمة.
- مشكلة الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- مصطلحات الدراسة.
- منهج الدراسة .
- فروض الدراسة .
- الأسلوب الإحصائي.

الفصل الاول

مدخل الدراسة

مقدمة

لقد أصبحت الضغوط النفسية Psychological Stress ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية وهي الآن سمة من السمات المميزة للعصر الحالي، والضغوط مفهوم يشير إلى درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئية في حياته اليومية، وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الآثار الفسيولوجية. مع أن تلك التأثيرات تختلف من شخص إلى آخر تبعاً لتكوين شخصيته وخصائصه النفسية التي تميزه عن الآخرين، وهي فروق فردية بين الأفراد.

وقد تنشأ الضغوط من داخل الشخص نفسه، وتسمى ضغوطاً داخلية، أو قد تكون من المحيط الخارجي، مثل العمل، العلاقة مع الأصدقاء والاختلاف معهم في الرأي، أو خلافات مع شريك الحياة، أو الطلاق، أو موت شخص عزيز، أو التعرض لموقف صادم مفاجئ وتسمى ضغوطاً خارجية. فأحداث الحياة اليومية تحمل معها ضغوطاً يدركها الإنسان عندما يساير باستمرار المواقف المختلفة في العمل أو التعاملات مع الناس أو المشكلات التي لا يجد لها حلاً مناسباً، أو تسارع أحداث الحياة ومتطلباتها. وهي تحتاج إلى درجة أعلى من المسايمة لغرض التوافق النفسي، وربما يفشل في هذه الموازنة الصعبة، فحتى أسعد البشر تواجههم الكثير من خيبة الأمل والصراعات والإحباط والأنواع المختلفة من الضغوط اليومية، ولكن عدداً قليلاً منهم نسبياً، هم الذين يواجهون الظروف القاسية.

سيد، 2004: 42)

وتستخدم هذه الدراسة بعض من أساليب مواجهة الضغوط النفسية ومنها:

1. الحل المباشر للمشكلة .
2. طلب المساندة الاجتماعية المعلوماتية أو الوسييلية.
3. اللا مواجهه.

وتوضح (Hadly, Alenan, et al 2008) أن مفهوم الذات يشير إلى تقييم أو ادراك الفرد لصفاته الشخصية وهو محصلة معتقدات الفرد عن نفسه كما انه يعكس كيف يقيم المراهق ذاته في المجالات التي ينجح فيها ومن الممكن أن يكون لدي المراهق مفهوم ذات ايجابي في بعض المجالات ومفهوم ذات سلبي في مجالات أخرى، كما أن للفرد مفهوم ذات عام وشامل يعكس كيف يقدر الفرد نفسه ككل.

وبعد مفهوم الذات self-concept من أهم المفاهيم النفسية التي لاقت وما تزال اهتماماً كبيراً من جانب علماء النفس، بهدف التعرف علي طبيعة هذا المفهوم المعقد الذي يعتبر محورياً أساسياً

ترتكز عليه شخصية الفرد، كما أنه يمثل وصف الشخص لنفسه، مما جعل علماء النفس يحاولون التعرف علي هذا المفهوم ورصد مدي تأثيره علي جوانب حياة الفرد المختلفة.

(إبراهيم قشقوش، 1975: 65)

واستنادا لكل ما تقدم، يمكن القول أن الفرد الأكثر تقبلا لذاته يبدو واثقا من نفسه، يستطيع أن يفهم نفسه جيدا، قادرا علي مواجهة أي من تحديات الحياة، لديه مفهوما ذاتيا ايجابيا يدفعه نحو النجاح والتعامل بشكل سليم مع أي من ضغوط الحياة التي يتعرض لها. أما الفرد الأقل تقبلا لذاته، فهو يبدو غير قادر على أن يفهم نفسه جيدا، ويبدو أقل ثقة بنفسه مما يؤدي به إلي عدم القدرة علي التعامل مع الآخرين والهروب من مواجهة أي ضغط نفسي يتعرض له. إلي جانب دراسة مدي تأثير المستوي الاجتماعي الاقتصادي للفرد في اختياره لأساليب مواجهة الضغوط النفسية .

مشكلة الدراسة :

تتلخص مشكلة الدراسة الحالية، في محاولة التوصل إلى إجابات محددة بخصوص تساؤل رئيسي مؤداه:-

هل توجد علاقات ارتباطية بين مفاهيم المراهقين من الجنسين عن ذواتهم والأساليب التي ينتهجوها في مواجهتهم للضغوط النفسية التي يواجهونها أو يصادفونها في حياتهم اليومية ومدي تأثر اختياره لأساليب مواجهة الضغوط النفسية بالمستوي الاجتماعي الاقتصادي ؟
ويتفرع عن هذا التساؤل الرئيسي عدة تساؤلات فرعية مؤداه :-

- 1) هل يختلف المراهقون الأكثر تقبلا لذواتهم والأقل تقبلا لذواتهم من حيث طبيعة وماهية الأساليب التي ينتهجها أفراد العينة في مواجهة الضغوط النفسية التي يواجهونها أو يصادفونها في حياتهم اليومية ومدي تأثر اختيارهم بمستواهم الاجتماعي الاقتصادي؟
- 2) هل تختلف المراهقات الأكثر تقبلا لذواتهن والأقل تقبلا لذواتهن من حيث طبيعة وماهية الأساليب التي ينتهجها أفراد العينة في مواجهة الضغوط النفسية التي يواجهونها أو يصادفونها في حياتهم اليومية ومدي تأثر اختيارهم بمستواهم الاجتماعي الاقتصادي؟
- 3) هل يختلف المراهقون الأكثر شعورا بالتباعد والأقل شعورا بالتباعد من حيث طبيعة وماهية الأساليب التي ينتهجها أفراد العينة في مواجهة الضغوط النفسية التي يواجهونها أو يصادفونها في حياتهم اليومية ومدي تأثر اختيارهم بمستواهم الاجتماعي الاقتصادي؟
- 4) هل تختلف المراهقات الأكثر شعورا بالتباعد والأقل شعورا بالتباعد من حيث طبيعة وماهية الأساليب التي ينتهجها أفراد العينة في مواجهة الضغوط النفسية التي يواجهونها أو يصادفونها في حياتهم اليومية ومدي تأثر اختيارهم بمستواهم الاجتماعي الاقتصادي؟

أهمية الدراسة :

تكمّن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الجانب الذي تتصدى لدراسته حيث أنه يسعى لدراسة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية ومفهوم الذات - ومدى تأثيرها بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي للفرد ولا شك أن هذا الجانب ينطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو من الناحية التطبيقية.

فمن الناحية النظرية، يتفق علماء النفس والصحة النفسية فيما بينهم على أن مفهوم الذات يعتبر بمثابة حجر الزاوية بالنسبة للشخصية الإنسانية حيث يقوم هذا المفهوم بدور على جانب كبير من الأهمية في دافعية الفرد وتوجهاته واختياراته وتحيزاته القيمية واختياراته السلوكية وكل ما يصدر عنه من سلوكيات ونشاطات في تعاملاته وتفاعلاته مع غيره من الأشخاص ومواجهاته لكل ما يمكن أن يواجهه أو يصادفه من ظروف وأحداث عادية أو ضاغطة، بالإضافة إلى معرفة إلى أي مدى تتأثر أساليب مواجهة الضغوط النفسية التي ينتهجها الفرد بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي للفرد بجميع مستوياته "المستوى الاقتصادي الاجتماعي المرتفع والمنخفض والمتوسط".

أما عن أهمية الدراسة الحالية من الناحية التطبيقية فهي تتلخص في توفير قسط من البيانات والمعلومات بخصوص طبيعة وماهية العلاقة الارتباطية بين عدد من أبعاد مفهوم لدى المراهقين من ناحية وعدد من الطرق والأساليب التي تتضمنها استراتيجيات تعامل هؤلاء المراهقين مع ضغوطاتهم الحياتية من ناحية أخرى. ومدى تأثيرها بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي ولا شك أن هذه البيانات والمعلومات تبدو على جانب كبير من الأهمية بالنسبة لأي خطط أو برامج أو سياسات يمكن أن توضع لترشيد أو تعديل العلاقة بين المتغيرات المشار إليها لدى هؤلاء المراهقين وصولاً بهم إلى قدر مناسب من الاتزان والرضا والتوافق على المستويين الشخصي والاجتماعي.

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين بعض من أساليب مواجهة الضغوط النفسية (المواجهه-الاستعانه-اللامواجهه) التي يلجأ إليها المراهقين للتعامل مع الضغوط النفسية التي يمكن أن يواجهونها أو يصادفونها في حياتهم اليومية. من حيث علاقة هذه الأساليب بعدد من أبعاد مفهوم الذات لديهم (كتقبل الذات والشعور بالتباعد). وعلاقتها بالمستوى الاقتصادي الاجتماعي للمراهق.