استراتيجيات المواجهة والمعنى الشخصي لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين: دراسة عبر ثقافية

Coping Strategies and Personal Meaning among a Sample of Egyptian and Qatari University Students: A Cross-Cultural Study

طه ربيع طه عدوي[1،*]

[1] قسم العلوم النفسية، كلية التربية، جامعة قطر (قطر)

تاريخ الاستلام:2026-03-02 تاريخ القبول: 2026-09-22 تاريخ النشر : 2026-09-30

ملخص: هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف الفروق بين استراتيجيات المواجهة وبناء المعنى الشخصي في ضوء الثقافة والنوع، وقدرة المعنى الشخصي في التنبؤ باستراتيجيات المواجهة. **المنهج:** اعتمدت الدراسة تصميمًا وصفيًا، ارتباطيًا، ومقارنًا شمل 766 طالبًا جامعيًا. شملت العيّنة المصرية 523 طالبًا من جامعة أسيوط (85 ذكرًا، 438 أنثى؛ متوسط العمر = 19.20 سنة، الانحراف المعياري = 1.20)، بينما ضمّت العيّنة القطرية 243 طالبًا من جامعة قطر (76 ذكرًا، 167 أنثى؛ متوسط العمر = 21.89 سنة، الانحراف المعياري = 4.45). **النتائج**.: سجل طلاب الجامعة المصريون درجات أعلى في المساندة الاجتماعي، والانخراط الانفعالي، والانخراط الكلي، وتجنّب المشكلات، والتفكير بالتمنّي، والانفصال الموجّه نحو المشكلة، ونقد الذات، والانفصال الكلي، والدرجة الكلية لاستراتيجيات المواجهة. بينما سجل المشاركون القطريون درجات أعلى في تجاوز الذات، وتقبّل الذات، والعدل/المعاملة المنصفة، والدرجة الكلية للمعنى الشخصي. سجل الذكور درجات أعلى في حل المشكلات والانخراط الموجّه نحو المشكلة، فيما سجلت الإناث درجات أعلى في التفكير التمنّي. وكان أثر التفاعل بين الدولة والنوع ضعيفًا. كما تنبأت أبعاد المعنى الشخصي ببعض أبعاد استراتيجيات المواجهة لدى العينتين.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات المواجهة؛ المعنى الشخصي؛ حل المشكلات.

Abstract: This study aimed to explore the differences in coping strategies and personal meaning-making in relation to culture and gender, as well as the ability of personal meaning to predict coping strategies. **Methods:** A descriptive, correlational, comparative design was used with 766 university students. The Egyptian sample included 523 students from Assiut University (85 males, 438 females; M = 19.20, SD = 1.20), and the Qatari sample included 243 students from Qatar University (76 males, 167 females; M = 21.89, SD = 4.45). **Results:**Egyptian university students scored higher on Social Support, Emotion-Focused Engagement, Engagement, Problem Avoidance, Wishful Thinking, Problem-Focused Disengagement, Self-Criticism, Disengagement, and total coping. Qatari university students scored higher on Self-Transcendence, Self-Acceptance, Fair Treatment/Justice, and total personal meaning. Males scored higher on Problem Solving and Problem-Focused Engagement, whereas females scored higher on Wishful Thinking. The interaction effect of country and gender was weak. The dimensions of personal meaning also predicted certain dimensions of coping strategies in both samples.

*المؤلف المراسل:

1- مقدمة

تُعتبر تجربة الضغوط النفسية سمةً متأصلةً وشاملةً في الطبيعة البشرية، لا سيما في ظل التعقيدات الاجتماعية والاقتصادية الحديثة والأزمات الصحية العالمية المتكررة. وينشأ الضغط النفسي حين يدرك الأفراد أن متطلبات البيئة تفوق قدراتهم التكيفية، ما قد يُهدد صحتهم الجسدية والنفسية ويؤثر على رفاههم العام (Cleveland Clinic, 2020; Riley & Park, 2014). ويشير النموذج التفاعلي الأساسي للضغط وأساليب المواجهة، الذي صاغه لازاروس وفولكمان، إلى أن تأثير المثير الضاغط لا يُحدد بالحدث ذاته فقط، بل يعتمد على عملية ديناميكية تشمل التقييم الأولي والثانوي، تليها توظيف استراتيجيات مواجهة متعددة (Lazarus & Folkman, 1984; Kivak, 2024). وفي حين ركزت الدراسات التقليدية على المواجهة المتمركزة حول المشكلة والمواجهة المتمركزة حول الانفعال، فقد شهدت العقود الأخيرة اهتمامًا متزايدًا بدور المعنى الشخصي كعامل مؤثر ونتيجة في آن واحد في عملية مواجهة الضغوط (Park & Folkman, 1997; Guo et al., 2013; Park, 2010).

ويُعرَّف المعنى الشخصي عادةً على أنه الإحساس بأن الحياة تحمل هدفًا، وأهميةً، واتساقًا، ويُعد موردًا نفسيًا جوهريًا أثناء فترات الشدائد (Farber et al., 2010; Brady, 2022). وتشير النظرية الوجودية، المستندة إلى أعمال فيكتور فرانكل، إلى أن «إرادة المعنى» تمثل دافعًا إنسانيًا أساسيًا، وأن الأفراد القادرين على إيجاد أو صُنع المعنى في مواجهة المعاناة يظهرون صمودًا نفسيًا أكبر (Frankl, 1959; Churchill & Fisher-Smith, 2025). وفي سياق الضغط النفسي، تشير المواجهة المتمركزة حول المعنى—وهي فئة ثالثة متميزة عن المواجهة المتمركزة حول المشكلة أو الانفعال—إلى استخدام المعتقدات المعرفية والروحية لإعادة تأطير المواقف الضاغطة بطريقة تحافظ على إحساس الفرد بالغاية أو تعززه (Park & Folkman, 1997; Heriyanto, 2017). وتمكّن هذه العملية من إعادة التقييم الأفراد من الحفاظ على سلامتهم النفسية ورفاههم حتى في الحالات التي تعجز فيها الظروف الخارجية عن التغيير (Weems et al., 2025).

وعلى الرغم من الاتفاق النظري على أهمية المعنى، لا تزال الآليات الدقيقة التي تتفاعل من خلالها استراتيجيات المواجهة المختلفة مع المعنى الشخصي موضوعًا للبحث العلمي المستمر. وتشير بعض الدراسات إلى أن استراتيجيات المواجهة التجنبية، مثل الإنكار أو تعاطي المواد، ترتبط سلبًا بالمعنى الشخصي وتؤدي إلى تكيف نفسي أضعف على المدى الطويل (Goldman, 2021؛ عبد العزيز، 2023). وعلى النقيض من ذلك، تعزز الاستراتيجيات التكيفية، التي تسهم في إعادة البناء المعرفي وطلب الدعم الاجتماعي، الإحساس بالرفاه الوجودي لدى الفرد (Ma et al., 2024; Iwasaki & Mannell, 1999). ويكتسب فهم التفاعلات بين هذه المتغيرات أهمية بالغة، إذ أظهرت دراسات متعددة أن المعنى الشخصي يتوسط العلاقة بين تقييم الضغوط والتوافق النفسي في سياقات مختلفة من الضغوط المزمنة، بدءًا من الأزمات الصحية وصولًا إلى الخسائر الشخصية الكبيرة (Heriyanto, 2017; Ling et al., 2024).

وتهدف الدراسة الحالية إلى استكشاف العلاقة المعقدة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والمعنى الشخصي ضمن مجتمع معاصر. ومن خلال دمج النموذج التفاعلي للضغوط مع الرؤى الوجودية للمعنى، تسعى هذه الدراسة إلى تحديد أنماط المواجهة الأكثر فاعلية في الحفاظ على المعنى الشخصي أو تعزيزه خلال أحداث الحياة الضاغطة. ويُعدّ توضيح هذه العلاقات ذا أهمية نظرية كبيرة، كما يحمل دلالات تطبيقية مهمة في تصميم التدخلات الكلينيكية واستراتيجيات الصحة العامة الرامية إلى تعزيز الصمود النفسي والصحة في عالم يتسم بتزايد الضغوط.

وتُعد العلاقة بين كيفية تعامل الأفراد مع الضغوط وإحساسهم بالمعنى الشخصي محورًا أساسيًا في البحوث النفسية المعاصرة. ومع تزايد تقلبات المشهد العالمي وتزايد الضغوط، يصبح فهم الآليات التي تحافظ على السواء النفسي أمرًا بالغ الأهمية. ونستعرض فيما يلي تطور نظرية المواجهة، والدور المحدد للمعنى الشخصي بوصفه موردًا معرفيًا ووجوديًا، والأدلة الإمبريقية التي تربط استراتيجيات المواجهة المختلفة بالمعنى الشخصي أو صناعته.

ويعتبر النموذج التفاعلي للضغط والمواجهة الذي طوره لازاروس وفولكمان الإطار الأساسي لفهم استجابة الأفراد للضغط النفسي. يفترض هذا النموذج أن الضغط ينتج عن تفاعل بين الفرد والبيئة، ويتوسطه التقييم الأولي (تقييم التهديد) والتقييم الثانوي (تقييم الموارد المتاحة). تاريخيًا، صنف هذا الإطار استراتيجيات المواجهة إلى نوعين أساسيين: المواجهة المتمركزة حول المشكلة، والتي تهدف إلى إدارة أو تعديل المثير الضاغط، والمواجهة المتمركزة حول الانفعال، والتي تهدف إلى تنظيم الاستجابة العاطفية (Lazarus & Folkman, 1984).

إلا أن البحوث اللاحقة كشفت عن فجوة مهمة في هذا التصنيف الثنائي. خلال الضغوط المزمنة أو غير القابلة للسيطرة، مثل الأمراض المستعصية أو الخسائر الكبيرة، غالبًا ما ينخرط الأفراد في نوع ثالث من المواجهة : المواجهة المتمركزة حول المعنى (Park & Folkman, 1997). وعلى عكس المواجهة المتمركزة حول المشكلة، التي قد تفشل عند عدم إمكانية تغيير الوضع، أو المواجهة المتمركزة حول الانفعال، التي توفر راحة مؤقتة فقط، تتضمن المواجهة المتمركزة حول المعنى استخدام المعتقدات والقيم والأهداف الوجودية لإعادة تأطير الموقف. وقد صاغ فولكمان النموذج ليظهر أن المواجهة المتمركزة حول المعنى تولّد أثرًا إيجابيًا، والذي يعمل بدوره كـ "وقود نفسي" للحفاظ على عملية المواجهة على المدى الطويل.

والمعنى الشخصي بشكل عام هو مدى قدرة الأفراد على فهم حياتهم، وإدراك أهميتها، واعتبارها ذات هدف، إلى جانب إدراكهم لامتلاكهم هدفًا واضحًا (Steger et al., 2006). وفي سياق الضغوط، يعمل المعنى كحاجز نفسي حيوي. وتشير المدرسة الوجودية، وخاصة أعمال فيكتور فرانكل، إلى أن البحث عن المعنى هو الدافع الأساسي لدى البشر. واستندت ملاحظات فرانكل في معسكرات الاعتقال إلى استنتاج مفاده أن الأفراد القادرين على إيجاد المعنى—سواء من خلال العمل أو الحب أو المعاناة—كانوا أكثر قدرة على البقاء على قيد الحياة والحفاظ على صحتهم النفسية.

وتدعم البحوث المعاصرة فرضية "الحاجز" هذه. فعلى سبيل المثال، وجد فاربر وآخرون (Farber et al., 2010) أن المعنى الشخصي كان مؤشرًا مهمًا على الصحة النفسية لدى الأفراد الذين يواجهون ضغوطًا مزمنة

مرتبطة بفيروس الإيدز حتى بعد التحكم في أنماط المواجهة الأخرى. ويوفر المعنى الشخصي نظام "معنى كلي"—مجموعة واسعة من المعتقدات والأهداف—يساعد الأفراد على استيعاب "المعنى الظرفي"—التقييم المحدد للحدث الضاغط. وعندما يتعارض المعنى الظرفي مع المعنى الكلي، يؤدي الضيق الناتج إلى "صنع المعنى" للتوفيق بينهما.

وترتبط استراتيجيات المواجهة المختلفة ارتباطًا وثيقًا بالمعنى الشخصي. فاستراتيجيات المواجهة التكيفية، مثل إعادة التقييم الإيجابي، ترتبط باستمرار بمستويات أعلى من المعنى. وتشمل إعادة التقييم الإيجابي العثور على "الجانب المشرق" أو تحديد إمكانات النمو ضمن حدث سلبي. وتعد هذه الاستراتيجية عنصرًا أساسيًا في المواجهة المتمركزة حول المعنى وترتبط ارتباطًا وثيقًا بالنمو النفسي بعد الصدمة، التغير الإيجابي الذي يحدث نتيجة مواجهة ظروف حياتية صعبة للغاية (Tedeschi & Calhoun, 2004).

وعلى النقيض، ترتبط استراتيجيات المواجهة غير التكيفية أو التجنبية، مثل الإنكار أو تعاطي المواد أو الانسحاب السلوكي، عادةً بالمعنى الشخصي سلبًا. وقد أظهرت دراسة ريلي وبارك (Riley & Park, 2014) أنه بينما تكون المواجهة المتمركزة حول المشكلة فعالة في حالة الضغوط القابلة للسيطرة، تعد المواجهة المتمركزة حول المعنى وسيطًا أفضل للتكيف في حالات الضغوط المزمنة غير القابلة للسيطرة. قد توفر الاستراتيجيات التجنبية راحة قصيرة المدى، لكنها في النهاية تمنع المعالجة المعرفية اللازمة لصنع المعنى، مما يؤدي إلى فراغ وجودي أو ضيق مستمر (Frankl, 1959).

وأقرت الأدبيات الحديثة بشكل متزايد بأن المواجهة والمعنى هما عمليتان متجذرتان ثقافيًا. إذ توفر القيم الثقافية والمعايير والمعتقدات الدينية "مخزونًا" يمكن للأفراد استخدامه في صنع المعنى. على سبيل المثال، أظهرت دراسة ليو وآخرون (Liu et al., 2022) أن الأفراد في الثقافات شرق آسيوية قد يكونون أكثر ميلاً للقبول وإعادة التأطير الإيجابي للحفاظ على الانسجام الاجتماعي والتوازن الوجودي، بينما قد تركز الثقافات الغربية على حل المشكلات النشط والوكالة الشخصية.

كما يلعب الدين والروحانية دورًا بالغ الأهمية في المواجهة المتمركزة حول المعنى عبر الثقافات. فبالنسبة للكثيرين، توفر الأطر الدينية نظام "معنى كلي" مسبقًا يفسر المعاناة ويمنح إحساسًا بالغرض الكوني (Pargament, 1997). وتعد هذه "المواجهة الدينية" أداة قوية للحفاظ على المعنى الشخصي أثناء الشدائد الشديدة، مثل الكوارث الطبيعية أو الأمراض المزمنة.

ويمكن أن تحدث المواجهة كاستجابة لحدث ما أو توقعًا للمطالب القادمة، ولكنها قد تتضمن أيضًا نهجًا استباقيًا للأهداف والتحديات التي تفرضها على الذات. تم إجراء العديد من المحاولات لتقليص سلوكيات المواجهة المحتملة إلى عدد أقل من أبعاد المواجهة (Schwarzer & Schwarzer, 1996).
وظل المعنى محور اهتمام عديد من نظريات الضغوط والمواجهة، تلك النظريات التي حاولت تقديم تفسير للمواجهة مع أحداث ضاغطة متنوعة (Lazarus, 1966, 1991; Lazarus & Folkman, 1984).
ويختلف العلماء فيما بينهم بشأن الدور الذي يلعبه المعنى في عملية مواجهة الضغوط. فيصوره البعض باعتباره

متمايزا عن المواجهة (Affleck & Tennen, 1996) أو متشابكًا معها (Folkman & Moskowitz, 2000) أو باعتباره أحد العوامل التي تشكل المواجهة (Lazarus, 1966, 1991؛ عبد الله، 2020). ويصور معظم الباحثين المهتمين بمسألة إيجاد معنى وقت الأزمات المعنى باعتباره كأحد مواطن القوة البشرية الهائلة المرتبطة بشكل كبير بتقليل الضرر الجسدي للفرد ومرتبطة

أجريت في هذا الصدد عديد من البحوث والدراسات. حيث يؤكد بارك وفولكمان (Park, & Folkman, 1997) أن المعنى يُعد عنصرًا جوهريًا في عملية الضغوط النفسية والمواجهة، إذ يسهم التوافق بين المعنى الكلي والمعنى الموقفي في تعزيز التوافق النفسي، في حين يؤدي التعارض بينهما إلى الضغوط النفسية وتحفيز عملية صناعة المعنى. كما تشير النتائج إلى أن إدماج المعنى ضمن نماذج المواجهة التقليدية يوفر فهمًا أكثر شمولًا لكيفية تكيّف الأفراد مع الضغوط الحياتية.

وأجرى ريكير (Reker, 1997) بحثا لفحص تأثير المتغيرات الوجودية مثل المعنى الشخصي، القدرة على الاختيار والمسؤولية، والتفاؤل، إلى جانب الموارد الاجتماعية والصحة الجسدية، في التنبؤ بالاكتئاب لدى عينة من كبار السن بلغت 186. شملت العينة كبار السن المقيمين بشكل مستقل في المجتمع والمقيمين في المؤسسات. أظهرت النتائج أن المتغيرات الوجودية تفسر جزءًا فريدًا من التباين في الاكتئاب، إذ كان الاختيار والمسؤولية أكثر تأثيرًا لدى المقيمين في المجتمع، بينما كان المعنى الشخصي والتفاؤل أكثر أهمية لدى المقيمين في المؤسسات. كما تبين أن تعزيز المعنى والتفاؤل والقدرة على التحكم في الحياة يقلل من الشعور بالضغوط النفسية ويعزز التوافق النفسي. وتشير النتائج إلى أن هذه المتغيرات تعد موارد نفسية مهمة لمواجهة الخسائر الشخصية والجسدية والاجتماعية.

وقام أنو وفاسكونسيليس (Ano & Vasconcelles, 2005) بتحليل 105 بحثًا لاستكشاف العلاقة بين المواجهة والشعور بالضغوط والتوافق النفسي. وتشير أهم النتائج أن استراتيجيات المواجهة الدينية "الإيجابية" (مثل طلب الدعم الروحي وإعادة التقييم الديني بمقاصد حسنة) ترتبط ارتباطًا دالا بالتوافق النفسي الإيجابي (مثل النمو الناتج عن الضغوط وارتفاع تقدير الذات)، في حين ارتبطت استراتيجيات المواجهة الدينية "السلبية" (مثل الشعور بالعقاب الإلهي أو السخط الروحي) بنتائج نفسية سلبية (مثل الاكتئاب والقلق). وتدعم هذه النتائج الرؤية القائلة بأن المعتقدات الدينية توفر بنية معرفية ووجودية يمكن أن تسهّل أو تعيق عملية المواجهة حسب طبيعة التقييم الديني.

ويؤكد فولكمان وموسكويتش (Folkman, & Moskowitz, 2007) أن الوجدان الإيجابي يلعب دورًا مهمًا في مواجهة الضغوط النفسية من خلال تعزيز قدرة الأفراد على إعادة بناء المعنى في حياتهم. فالمواجهة الفعّالة لا تقتصر على تقليل الانفعالات السلبية، بل تشمل الحفاظ على شعور الفرد بالهدف والقيمة. ويسهم الوجدان الإيجابي في دعم استراتيجيات مواجهة تكيفية، مثل إعادة التقييم المعرفي والمواجهة المتمركزة حول المعنى، مما يعزز التوازن بين المعنى الموقفي والمعنى الكلي ويقوي التوافق النفسي تحت الضغوط.

وهدفت دراسة جو وآخرون (Guo et al., 2013) إلى تطوير مقياس دور المواجهة الممركزة على المعنى وفحص أثره في التوافق مع الضغوط المتمثل في فقدان شخص عزيز، ويُعتبر هذا الدور أسلوب مواجهة يختلف عن المواجهة المتمركزة على المشكلة أو الانفعال. وشملت العينة 328 فردًا من ذوي تجارب فقد مشابهة، وأظهر التحليل العاملي أن المقياس يقوم على ثلاثة عوامل رئيسة: إعادة التقييم الإيجابي، تعديل الأهداف، والمعتقدات الروحية. وأظهرت النتائج أن دور المواجهة الممركزة على المعنى يرتبط بزيادة النمو بعد

الصدمة وتقليل الشعور بالضغط، كما يلعب النمو بعد الصدمة دورًا وساطيًا جزئيًا في تعزيز طيب الحياة النفسية . وتشير هذه النتائج إلى أن هذا الدور يعد استراتيجية مواجهة فعالة تساعد الأفراد على التعامل مع الضغوط النفسية والتغيرات الحياتية العميقة.

وأجرى فضل وآخرون (Fadhel et al., 2020) بحثا لفحص استراتيجيات المواجهة والضغوط لدى طلاب جامعة قطر. وتظهر النتائج أن غالبية الطلاب يعانون من مستويات متوسطة من الضغوط، وأن الإناث أبلغن عن مستويات أعلى من الضغط مقارنة بالذكور. كما استخدم الطلبة استراتيجيات مواجهة إيجابية مثل الدين والقبول والتخطيط بصورة أكبر، بينما كانت الاستراتيجيات السلبية مثل والانقطاع السلوكي أقل استخدامًا.

كما أظهرت الدراسات الإمبريقية أن الإحساس القوي بمعنى الحياة يرتبط ارتباطًا إيجابيًا بالصمود النفسي، والذي يُعد بدوره متغيرًا تنبؤيًا لتوظيف استراتيجيات المواجهة النشطة وحل المشكلات (Arslan & Yıldırım, 2021).

وأظهرت دراسة جي وآخرون (Ji et al., 2022) أن المشاركين الصينيين كانوا أكثر ميلاً لرؤية معنى في التجارب المجهدة مقارنة بالمشاركين الكنديين من أصل أوروبي، مما يشير إلى تأثير الثقافة على إدراك المعنى في المواقف الصعبة. كما تبنى المشاركون الصينيون أساليب تأقلم تركز على القبول وإعادة الصياغة الإيجابية للأحداث المجهدة، في حين يميل المشاركون من الثقافات الغربية إلى استخدام استراتيجيات تعتمد على المواجهة ومحاولة السيطرة على الموقف. وتسلط هذه الدراسة الضوء على أن الثقافة تشكل الطريقة التي نفسر بها الأحداث المجهدة؛ فبينما تميل الثقافات الشرقية مثل الصينية إلى إيجاد معنى في المعاناة وتبني القبول، تميل الثقافات الغربية إلى التركيز على المواجهة المباشرة.

واستكشفت دراسة سونج وآخرون (Song et al., 2025) دور المواجهة الممركزة على المعنى في التخفيف من آثار الضغوط النفسية على الاكتئاب في الحياة اليومية، وقد شملت عينة مكونة من 842 بالغًا أكملوا مقاييس المواجهة الممركزة على المعنى، والمعنى في الحياة، وطيب الحياة النفسية، ومستوى الاكتئاب. وأظهرت النتائج أن المواجهة الممركزة على المعنى ترتبط إيجابيًا بالمعنى في الحياة وطيب الحياة النفسية، وسلبيًا بالاكتئاب، كما يلعب كل من المعنى في الحياة وطيب الحياة النفسية دورًا وساطيًا جزئيًا ومتسلسلًا في العلاقة المواجهة الممركزة على المعنى والاكتئاب، مما يشير إلى أن تعزيز شعور الأفراد بالمعنى في حياتهم قد يخفف من آثار الضغوط النفسية ويقلل من احتمالية الإصابة بالاكتئاب عبر رفع مستوى صحتهم النفسية العامة.

وأظهرت نتائج دراسة نبار وعايش (Nebbar & Sabah, 2025) أن طلاب الجامعات يستخدمون استراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية بدرجة عالية بشكل عام. وكانت الاستراتيجيات الأكثر استخدامًا، بترتيب تنازلي، هي: اللجوء إلى الدين، استراتيجية التجنب، استراتيجية التقييم الإيجابي، استراتيجية حل المشكلات، واستراتيجية الدعم الاجتماعي. كما كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام الطلاب لاستراتيجيات التكيف بناءً على التخصص الأكاديمي، بينما لوحظت فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغير الجنس، مما يشير إلى اختلاف تفضيلات التكيف بين الطلاب والطالبات.

وتُبرز نتائج دراسة بوتوميلي ونيمبير (Bottomley & Neimeyer, 2025) الطبيعة التفاعلية بين أنماط المواجهة وعملية بناء المعنى في سياق الفقد. فقد أظهرت النتائج أن استراتيجيات المواجهة التجنبية (كالإنكار والتشتيت) تُضعف قدرة الأفراد على بناء معنى لخسارتهم، وهو ما يفسّر ارتباطها بارتفاع مستويات الحزن المطوّل وأعراض اضطراب ما بعد الكرب. في المقابل، تعزّز استراتيجيات المواجهة الموجّهة نحو الإقدام

(مثل طلب الدعم ومواجهة المشكلات) من عملية بناء المعنى، الأمر الذي يسهم بدوره في خفض هذه الأعراض. وتشير هذه النتائج إلى أن بناء المعنى يمثّل الآلية المركزية التي من خلالها تؤثر أنماط المواجهة المختلفة في التوافق النفسي مع فقدان شخص عزيز.

وأظهرت دراسة نوعية أجراها تاجر وآخرون (Tager et al., 2025) أن آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الطبية المعقّدة لا يكتفون بتبنّي استراتيجيات للتكيّف مع الضغوط، بل ينخرطون في عملية نشطة لبناء المعنى من تجربة الرعاية نفسها. فاستنادًا إلى النموذج التفاعلي للمواجهة، تبيّن أن هؤلاء الآباء يعيدون تأطير خبراتهم من خلال الاحتفاء بأطفالهم، وتعزيز التزامهم المستمر بدور الرعاية، والسعي إلى تجسيد صورة «الوالد الصالح»، فضلًا عن إدراك ما تحمله تجربة تقديم الرعاية من مكاسب ونمو شخصي.

في حين استخدمت دراسة ونج وشيك (Wong & Shek, 2025) منهجية مختلطة لفحص دور المواجهة الممركزة على المعنى بين طلاب الجامعات أثناء جائحة كوفيد 19 في هونغ كونغ. وأظهرت النتائج الكمية من عينة مكونة من 512 طالبًا أن المواجهة الممركزة على المعنى ترتبط ارتباطًا إيجابيًا برضا الحياة والنمو الشخصي. وكشف التحليل النوعي للاستجابات المفتوحة عدة محاور رئيسية، تشمل: (1) إعادة التقييم الإيجابي للجائحة كفرصة للتأمل الذاتي؛ (2) مراجعة الأهداف الشخصية لإعطاء الأولوية للصحة والعائلة؛ و(3) إيجاد معنى روحي أو وجودي في الأزمة العالمية. وتشير هذه النتائج إلى أن الشباب قادرون على استخدام عملية صناعة المعنى لتحويل ضغوط مجتمعية كبيرة إلى فترة من النمو الشخصي والاستفادة منها.

ويلاحظ أن هذه الدراسات اقتصرت على عينات محددة، مثل البالغين في المجتمع، أو آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، أو أشخاص فقدوا أحباءهم، أو طلاب خلال جائحة محددة، ولم تعالج بشكل كافٍ السياق الجامعي بين الدول المختلفة أو تفاعل متغيرات مثل الدولة والنوع مع العلاقة بين المعنى الشخصي واستراتيجيات المواجهة. كما أن بعض الدراسات اقتصرت على منهجيات كمية أو نوعية منفردة، بينما قد توفر الدراسات الممزوجة أو المقارنة بين الثقافات رؤية أكثر شمولًا. بالتالي، تظهر الفجوة البحثية في الحاجة إلى استكشاف دور المعنى الشخصي واستراتيجيات المواجهة في السياق الجامعي متعدد الثقافات، وفحص الفروق والتفاعلات بين الجنسين والدول، وكذلك دراسة قدرة المعنى على التنبؤ باستخدام استراتيجيات مواجهة محددة. هذا يعزز ضرورة البحث الحالي لملء هذه الفجوة وتقديم فهم أعمق لكيفية تأثير المعنى الشخصي على مواجهة الضغوط النفسية بين طلاب الجامعات.

1.1- مشكلة البحث:

على الرغم من تزايد الدراسات حول استراتيجيات المواجهة وبناء المعنى الشخصي، لا يزال هناك نقص في فهم كيفية تفاعل المعنى الشخصي مع أساليب المواجهة بين طلاب الجامعات في سياقات ثقافية مختلفة، خصوصًا بين مصر وقطر. تشير الأدبيات إلى أن المعنى الشخصي يمثل عنصرًا جوهريًا في التوافق النفسي تحت الضغوط (Park & Folkman, 1997)، وأن التوافق بين المعنى الكلي والمعنى الموقفي يعزز التوافق النفسي، في حين أن التعارض بينهما يزيد من الضغوط. كما أن الوجدان الإيجابي يعزز القدرة على إعادة بناء المعنى وتوظيف استراتيجيات مواجهة فعّالة (Folkman & Moskowitz, 2007).

كما أظهرت الدراسات الحديثة (Song et al., 2025; Bottomley & Neimeyer, 2025; Tager et al., 2025) أن المواجهة المتمركزة على المعنى تقلل من تأثير الضغوط النفسية، وتخفف من الاكتئاب، وتزيد من التوافق النفسي، بينما الاستراتيجيات التجنبية أو السلبية تحد من قدرة الأفراد على بناء المعنى وتزيد من

الضغوط. كذلك، أظهرت نتائج الدراسات مع الطلاب (Wong & Shek, 2025) أن المواجهة المتمركزة على المعنى تعزز رضا الحياة والنمو الشخصي.

رغم هذه النتائج، لا تزال هناك فجوة بحثية فيما يتعلق بفحص الفروق بين الثقافات العربية المختلفة (مصر وقطر) وتأثير المعنى الشخصي على توظيف استراتيجيات مواجهة الضغوط بين طلاب الجامعات

وتتحدد مشكلة البحث الحالي في ضوء ما تمر به المجتمعات من أزمات وظروف صعبة، بالإضافة الى ما فرضته الثورة التكنلوجية من تقدم علمي كبير، كل ذلك كون لدى الافراد العديد من المشكلات والضغوط اليومية التي تتطلب منه وضع استراتيجيات مناسبة لمواجهتها والعيش بسعادة والشعور بمعنى في الحياة، لذلك تطلب الحاجة الى دراسة هذه المفاهيم لدى الافراد خصوصا طلبة الجامعة على اعتبار انهم يشكلون العمود الفقري لمستقبل المجتمع.

وتتـمثل مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل التالي:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على قائمة بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟
3. هل توجد علاقة ارتباطيه بين قائمة بروفايل المعنى الشخصي المختصر واستبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة؟
4. هل يمكن التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط من خلال بروفايل المعنى الشخصي لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة؟

2.1- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

1) اختبار الفروق بين طلاب الجامعة في مصر وقطر في المعنى الشخصي واستراتيجيات المواجهة.
2) معرفة طبيعة العلاقة بين المعنى الشخصي واستراتيجيات المواجهة اختبار قدرة المعنى الشخصي في التنبؤ باستراتيجيات المواجهة الضغوط لدى طلاب الجامعة في مصر وقطر.

3.1- أهمية البحث:

- الأهمية النظرية

- دراسة الفروق بين طلاب الجامعة في مصر وقطر في المعنى الشخصي واستراتيجيات المواجهة.
- إلقاء الضوء على العلاقة بين المعنى الشخصي واستراتيجيات المواجهة اختبار قدرة المعنى الشخصي في التنبؤ باستراتيجيات المواجهة الضغوط لدى طلاب الجامعة في مصر وقطر.
- رفد المكتبة العربية بدراسة حديثة حول استراتيجيات المواجهة وصناعة المعنى لدى طلاب الجامعة.

-الأهمية التطبيقية

تتضح أهمية البحث التطبيقية فيما يسعى إلى تحقيقه من خلال النتائج التي سيتم التوصل إليها، والتي تتركز فيما يلي:

- توفير مقياسين معتمدين عالميا على نطاق واسع في تقدير استراتيجيات المواجهة وفي صناعة المعنى الشخصي.

- تزويد صناع القرار برؤية علمية حول كيفية مواجهة الضغوط وقت الأزمات لإعداد برامج تربوية ونفسية لترسيخ المعنى الشخصي لدى طلاب الجامعة، بما يسهم في تحسين الصحة النفسية، وتطوير استراتيجيات فعالة لاستدامتها.

4.1-مصطلحات البحث:

-استراتيجيات المواجهة

يعرف توبن وآخرون (Tobin et al., 1989) استراتيجيات المواجهة بأنها " الأساليب المعرفية والسلوكية التي يستخدمها الفرد للتعامل مع المواقف الضاغطة أو التكيف معها".

وتعرف استراتيجيات المواجهة إجرائيا في هذا البحث بأنها الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على استبانة استراتيجيات المواجهة.

-المعنى الشخصي

يعرف وونغ (Wong, 1998) المعنى الشخصي بأنه " إدراك الفرد لوجود غاية وقيمة ومعنى لحياته، من خلال شبكة متكاملة من المصادر الشخصية التي تمنح الحياة اتجاهًا وأهمية وإحساسًا بالتماسك والرضا"

ويعرف المعنى الشخصي إجرائيا في هذا البحث بأنها الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس المعنى الشخصي.

5.1-محددات البحث:

-الحدود الموضوعية: تقتصر الدراسة الحالية على دراسة استراتيجيات المواجهة والمعنى الشخصي

-الحدود البشرية والمكانية: تم تطبيق الدراسة على بعض طلبة الجامعة في قطر وطلبة جامعة أسيوط في مصر.

-الحدود الزمنية: أجريت الدراسة في فصل خريف 2024.

2- الطريقة والأدوات:

1.2- منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي (الارتباطي والمقارن)، لمناسبته لأهداف الدراسة؛ حيث يقوم هذا المنهج بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع بوصفها وصفًا دقيقًا، ويعد المنهج الوصفي من أكثر المناهج استخدامًا في الدراسات التربوية والنفسية.

2.2- مجتمع البحث

يتحدد مجتمع البحث الحالي في جميع طلبة وطالبات جامعة أسيوط المصرية وجامعة قطر في مرحلتي البكالوريوس والليسانس خلال العام الجامعي 2022-2023م، وتم اختيار هذه الفئة العمرية كونها تمثل مرحلة حاسمة من النمو النفسي والاجتماعي ترتبط بتكوين الهوية وزيادة الوعي الذاتي، فضلاً عن كونها الأكثر تعرضاً للضغوط الأكاديمية والنفسية التي ترتبط بمتغيرات الدراسة.

3.2-عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بطريقة العينة القصدية Purposive Sampling وهي أحد أساليب المعاينة غير الاحتمالية التي تعتمد على اختيار مفردات العينة وفق معايير محددة يضعها الباحث بناءً على هدف الدراسة وطبيعة المتغيرات المدروسة. وقد تم اختيار جامعتين هما جامعة أسيوط بجمهورية مصر العربية وجامعة قطر بدولة قطر، وذلك لتمثيلهما بيئتين ثقافيتين متميزتين في الوطن العربي، مع توفر إمكانية الوصول إلى عينات منهما، وإجراء مقارنة ثقافية بين الطلبة في مصر وقطر.

وتتكون العينة الإجمالية للدراسة من 766 من طلبة وطالبات الجامعة بمصر وقطر (523 مصر – 243 قطر)، وتم أخذ عينة الدراسة المصرية من جامعة أسيوط وتراوحت أعمارهم ما بين 18–21 عاما بمتوسط عمري قدره 19.20 عاما، وانحراف معياري قدره 1.2 عام وتوزعت عينة الدراسة وفقًا لعدد من المتغيرات كمتغير النوع (85 ذكور – 438 إناث)، الحالة الاجتماعية (445 أعزب – 78 متزوجين)، والفرقة الدراسية (501 الأولى، 22 الثانية)، التخصص العلمي (286 كليات نظرية، 237 كليات عملية)، وكما تم أخذ عينة الدراسة القطرية من جامعة قطر وتراوحت أعمارهم ما بين 18–37 عاما بمتوسط عمري قدره 21.89 عاما، وانحراف معياري قدره 4.45 عام وتوزعت عينة الدراسة وفقًا لعدد من المتغيرات كمتغير النوع (76 ذكور – 167 إناث)، الحالة الاجتماعية (178 أعزب – 65 متزوجين)، والفرقة الدراسية (236 الأولى، 7 الثانية)، التخصص العلمي (163 كليات نظرية، 80 كليات علمية).

4.2- أدوات البحث:

استخدم الباحثون مقياسين لقياس متغيرات البحث لدى أفراد العينة، وهما استبانة استراتيجيات المواجهة، ومقياس المعنى الشخصي. وفيما يلي وصفًا لأدوات البحث

- استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط (CSI) The Coping Strategies Inventory

أعدها ديفيد توبين (Tobin et al., 1989) وهو استبيان مكون من 72 بند قائمة على التقرير الذاتي. ويتم الاستجابة على بنود المقياس وفقًا لنظام ليكرت الخماسي (لا يحدث، يحدث قليلًا، يحدث أحيانًا، يحدث كثيرًا، يحدث كثيرًا جدًا)، ويحصل على درجات تتراوح ما بين (لا يحدث = 1 إلى يحدث كثيرًا جدًا= 5)، ويتكون المقياس من 14 مقياس فرعي حيث يشمل المقياس ثماني مقاييس أولية ويشمل كل مقياس فرعي 9 بنود، والمقاييس الثماني الأولية موزعة على أربعة مقاييس ثانوية تصب في مقياسين فرعيين عامين<

ويتسم المقياس بخصائص سيكومترية جيدة في بيئته الأجنبية، حيث تراوح ثبات معامل ألفاكرونباخ بين 0.72–0.94، وتراوح ثبات إعادة التطبيق بين 0.67–0.83 للمقاييس الفرعية الثمانية. ويتسم المقياس بصدق عاملي يدعم البناء الهرمي للمقاييس الفرعية المقترحة، وكما يستطيع المقياس التمييز بين العينات التي تعاني من أعرض اكتئابية وصداع وعصبية في مقابل الأصحاء. وكما كانت هناك فروق بين منخفضي ومرتفعي الكفاءة الذاتية على استراتيجيات مواجهة المشكلات. كما قام عدوي والشبراوي (2019) بترجمة المقياس والتحقق من صدق وثباته على عينتين مصرية وقطرية. وتراوحت معاملات الفأكرونباخ للعينة المصرية بين 0.607 – 0.881 وللعينة القطرية تراوحت معاملات الفأكرونباخ ما بين 0.607 – 0.899، وكما تراوحت معاملات

الارتباط بين درجة الأبعاد بالدرجة الكلية على العينة المصرية بين 0.782 – 0.907، كما تحققا من صدق البنية العاملية.

- مقياس بروفايل المعنى الشخصي المختصر (PMP- The Brief Personal Meaningful Profile B) (ترجمة الباحث)

تم إعداد المقياس من قبل وونغ (Wong, 2012) يتكون المقياس من 21 بند موزعة على سبعة عوامل وهي الإنجاز Achievement ويشمل البنود (5، 6، 16)، والعلاقة Relationship ويشمل البنود (7، 8، 13)، والدين Religion ويشمل البنود (4، 9، 18)، والتسامي بالذات Self-transcendence ويشمل البنود (1، 3، 17)، وقبول الذات self-acceptance ويشمل البنود (11، 15، 21)، والألفة أو المودة intimacy ويشمل البنود (2، 12، 14)، المعاملة العادلة أو المنصفة Fair treatment ويشمل البنود (10، 19، 20). ويتم الإجابة على كل بند من بنود المقياس بسبعة بدائل تتراوح الدرجات من (1-7) وفي الدراسة الحالية تم تعديل الاستجابة على بنود المقياس وتتراوح الاستجابات على كل بند من معارض بشدة = 1 إلى موافق بشدة = 5 ويرجع ذلك لسهولة التقرير الذاتي من قبل عينة الدراسة.

ويتسم المقياس في النسخة الأصلية بخصائص سيكومترية جيدة حيث تم التركيز على الحصول على نسخة مختصرة من مقياس بروفايل المعنى الشخصي، حيث أمكن التحقق من الصدق العاملي. كما يتمتع المقياس بمعاملات ثبات تتراوح بين 0.66-0.92 للأبعاد السبعة كما تراوحت معاملات الاتساق الداخلي بين 0.84-0.95.

وفي الدراسة الحالية أمكن التأكد من الخصائص السيكومترية على العينة المصرية والقطرية كل على حدة ويوضح جدول (1) ثبات ألفاكرونباخ والاتساق الداخلي والتجزئة النصفية لدى عينة الدراسة من المصريين والقطريين.

جدول (1) معاملات ثبات ألفاكرونباخ والاتساق الداخلي والتجزئة النصفية لدى عينة الدراسة من المصريين والقطريين (ن= 766)

المتغيرات	العينة المصرية (ن= 523)		العينة القطرية (ن= 243)	
	ألفاكرونباخ	الاتساق الداخلي	ألفاكرونباخ	الاتساق الداخلي
الإنجاز	0.664	**0.603	0.682	**0.652
العلاقة	0.645	**0.547	0.657	**0.668
الدين	0.654	**0.348	0.668	**0.636
التسامي بالذات	0.655	**0.625	0.664	**0.609
قبول الذات	0.641	**0.486	0.693	**0.671
الألفة والمودة	0.748	**0.598	0.736	**0.613
المعاملة العادلة أو المنصفة	0.622	**0.561	0.626	**0.654
الدرجة الكلية	0.741		0.809	

يتضح من خلال الجدول السابق أن معاملات الفأكرونباخ للعينة المصرية تراوحت ما بين 0.622 إلى 0.748 وللعينة القطرية تراوحت معاملات الفأكرونباخ ما بين 0.626 إلى 0.809، وكما تراوحت معاملات الارتباط بين درجة الأبعاد بالدرجة الكلية على العينة المصرية ما بين 0.348 إلى 0.625، وكما بلغت معاملات

الارتباط بين درجة الأبعاد بالدرجة الكلية على العينة القطرية ما بين 0.609 إلى 0.668. وجميعها مؤشرات تشير إلى ثبات جيد للمقياس لدى العينة المصرية والقطرية.

5.2- الأساليب الإحصائية:

قام الباحث باستخدام الأساليب الإحصائية بالاعتماد على حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية والمعروفة اختصارا بـ SPSS الإصدار 29، وتم استخدام الأساليب البارا مترية التالية:

- معاملات الفا كرونباخ لحساب ثبات أدوات البحث.
- معامل الارتباط لحساب الاتساق الداخلي لعبارات أدوات البحث.
- تحليل التباين الثنائي
- معامل الارتباط لبيرسون لحساب العلاقات بين متغيرات الدراسة والتأكد من تحقق شروط الانحدار.
- تحليل الانحدار الخطي المتعدد للتعرف على القدرة التنبؤية.

3- النتائج ومناقشتها:

1.3- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: والذي ينص على أنه "**هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟**". أمكن استخدام تحليل التباين الثنائي للإجابة على التساؤل الأول والتعرف على وجود فروق باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة، ويوضح جدول (2) نتائج تحليل التباين الثنائي للتساؤل الأول.

جدول (2) تحليل التباين الثنائي (2*2) لمتغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة (ن= 766)

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
حل المشكلة	(أ) الدولة (مصر/قطر)	27.323	1	27.323	1.065	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	118.320	1	118.320	4.613	0.05
	(أ * ب)	12.843	1	12.843	0.501	غ د
	الخطأ	19544.496	762	25.649		
	المجموع	897253.000	766			
إعادة البناء المعرفي	(أ) الدولة (مصر/قطر)	4.905	1	4.905	0.200	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	61.383	1	61.383	2.507	غ د
	(أ * ب)	28.079	1	28.079	1.147	غ د
	الخطأ	18657.522	762	24.485		
	المجموع	925320.000	766			
الانشغال بالمشكلة	(أ) الدولة (مصر/قطر)	55.382	1	55.382	0.678	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	350.147	1	350.147	4.284	0.05
	(أ * ب)	2.942	1	2.942	0.036	غ د
	الخطأ	62285.737	762	81.740		
	المجموع	3630687.000	766			
الإفصاح عن الانفعالات	(أ) الدولة (مصر/قطر)	16.305	1	16.305	0.571	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	0.173		0.173	.006	د
	(أ * ب)	6.989	1	6.989	0.245	غ د
	الخطأ	21773.024	762	28.574		

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المساندة الاجتماعية	المجموع	844585.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	477.048	1	477.048	12.131	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	33.495	1	33.495	0.852	غ د
	(أ * ب)	10.339	1	10.339	0.263	غ د
	الخطأ	29965.633	762	39.325		
الانشغال بالمشاعر	المجموع	867065.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	669.741	1	669.741	6.386	0.01
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	38.479	1	38.479	0.367	غ د
	(أ * ب)	0.327	1	0.327	0.003	غ د
	الخطأ	79912.160	762	104.872		
الانشغال	المجموع	3399070.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	1110.306	1	1110.306	4.092	0.05
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	620.775	1	620.775	2.288	غ د
	(أ * ب)	5.230	1	5.230	0.019	غ د
	الخطأ	206736.152	762	271.307		
التهرب من المشكلة	المجموع	13980000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	155.557	1	155.557	5.098	0.05
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	87.286	1	87.286	2.861	غ د
	(أ * ب)	88.861	1	88.861	2.912	غ د
	الخطأ	23250.921	762	30.513		
التفكير بالتمني	المجموع	748642.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	537.242	1	537.242	21.380	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	115.701	1	115.701	4.604	0.05
	(أ * ب)	8.803	1	8.803	0.350	غ د
	الخطأ	19147.618	762	25.128		
التحرر من المشكلة	المجموع	992492.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	1270.974	1	1270.974	17.256	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	1.999	1	1.999	0.027	غ د
	(أ * ب)	41.726	1	41.726	0.567	غ د
	الخطأ	56125.125	762	73.655		
نقد الذات	المجموع	3434298.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	608.827	1	608.827	12.454	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	26.890	1	26.890	0.550	غ د
	(أ * ب)	326.252	1	326.252	6.674	0.01
	الخطأ	37251.552	62	48.887		
الانسحاب الاجتماعي	المجموع	886743.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	22.780	1	22.780	0.634	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	68.518	1	68.518	1.905	غ د
	(أ * ب)	90.870	1	90.870	2.527	غ د
	الخطأ	27400.412	762	35.959		
الانفصال عن المشاعر	المجموع	756954.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	396.073	1	396.073	3.283	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	181.255	1	181.255	1.502	غ د
	(أ * ب)	72.759	1	72.759	0.603	غ د
	الخطأ	91936.124	762	120.651		
التحرر	المجموع	3242043.000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	3086.058	1	3086.058	11.063	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	145.188	1	145.188	0.520	غ د
	(أ * ب)	4.286	1	4.286	0.015	غ د
	الخطأ	212557.218	762	278.946		
الدرجة الكلية	المجموع	13260000	766			
	(أ) الدولة (مصر/قطر)	7898.509	1	7898.509	10.899	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	1366.392	1	1366.392	1.885	غ د
	(أ * ب)	18.986	1	18.986	0.026	غ د
	الخطأ	552220.505	762	724.699		
	المجموع	54190000	766			

يتضح من خلال الجدول السابق أن هناك تباين لتأثير متغير اختلاف القطر الذي ينتمي إليه عينة الدراسة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث)، والتفاعل بين متغيري الدولة والنوع على استراتيجيات مواجهة المشكلات لدى طلاب الجامعة. ويمكن توضيح ذلك فبالنسبة لتأثير اختلاف متغير الدولة (مصر/قطر) فنجد أن قيمة ف بلغت (12.131، 21.380، 17.256، 12.454، 11.063، 10.899) لمتغيرات المساندة الاجتماعية والتفكير بالتمني، والتحرر من المشكلة ونقد الذات والتحرر والدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط على التوالي وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001. بينما نجد أن قيمة ف بلغت (6.386) لمتغير الانشغال بالمشاعر وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.01. وكما بلغت قيمة ف (4.092، 5.098) وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.05 لمتغيري الانشغال والتهرب من المشكلة، وفي النهاية بلغت قيمة ف (1.065، 0.200، 0.678، 0.571، 0.634، 3.283) وهي قيم غير دالة إحصائيًا لمتغيرات حل المشكلة وإعادة البناء المعرفي والانشغال بالمشكلة والإفصاح عن الانفعالات والانسحاب الاجتماعي) على التوالي.

وبتتبع الفروق بين مجموعة المصريين والقطريين على استراتيجيات مواجهة الضغوط الدالة على قيمة ف نجد أن المتوسطات الحسابية لمجموعة المصريين أكبر مقارنة بالقطريين على جميع استراتيجيات مواجهة الضغوط الدلة على قيمة ف وكانت الفروق بين المتوسطات دالة عند مستوى 0.05 لبعدي الانشغال والتهرب من المشكلة، وعند مستوى دلالة 0.01 لبعد الانشغال بالمشاعر، وعند مستوى دلالة 0.001 للأبعاد التالية وهي المساندة الاجتماعية والتفكير بالتمني، والتحرر من المشكلة ونقد الذات والتحرر والدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط وكانت جميع الفروق في اتجاه مجموعة المصريين مقارنة بالقطريين.

ومن حيث تأثير اختلاف متغير النوع (ذكور/إناث) على استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلاب الجامعة نجد أن التأثير كان ضعيف حيث بلغت قيمة ف (4.613، 4.284، 4.604) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.05 لمتغيرات حل المشكلة والانشغال بالمشكلة والتفكير بالتمني على التوالي. في حين نجد أن قيمة ف بلغت (2.507، 0.06، 0.852، 0.367، 2.288، 2.861، 0.027، 0.550، 1.905، 1.502، 0.520، 1.885) وهي قيم غير دالة إحصائيًا لمتغيرات إعادة البناء المعرفي والإفصاح عن الانفعالات والمساندة الاجتماعية والانشغال بالمشاعر والانشغال والتهرب من المشكلة والتحرر من المشكلة ونقد الذات والانسحاب الاجتماعي والانفصال عن المشاعر والتحرر والدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط.

وبمراجعة المتوسطات الحسابية باختلاف متغير النوع (ذكور/إناث) على الأبعاد التالية وهي (حل المشكلة والانشغال بالمشكلة والتفكير بالتمني) فنجد أن متوسط الذكور أعلى مقارنة بمتوسط الإناث وبمراجعة الفروق بين المتوسطات كانت الفروق دالة عند مستوى دلالة 0.05 على بعدي (حل المشكلة والانشغال بالمشكلة) وكانت الفروق في اتجاه الذكور مقارنة بالإناث بينما كانت الفروق على بعد التفكير بالتمني دالة عند مستوى دلالة 0.01 وكانت الفروق في اتجاه عينة الإناث مقارنة بالذكور على التفكير بالتمني.

وفي النهاية يأتي التفاعل بين متغيري الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى طلاب الجامعة نجد أن التأثير كان غير دال على جميع المتغيرات حيث بلغت قيمة ف (0.501، 1.147، 0.036، 0.245، 0.263، 0.003، 0.019، 2.912، 0.350، 0.567، 6.674، 2.527، 0.603، 0.015، 0.026) وهي قيم غير دالة احصائيًا لمتغيرات (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال،

التهرب من المشكلة، التفكير بالتمني، التحرر من المشكلة، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط) على التوالي.

وإجمالا، تشير هذه النتائج إلى تأثير السياق الثقافي والاجتماعي على استراتيجيات المواجهة التي يوظفها طلاب الجامعة في مصر وقطر. فهناك اختلافات بينهم في طلب المساندة الاجتماعية والانخراط الانفعالي والأساليب التجنبية مثل التفكير بالتمني أو الهروب من مواجهة المشكلة. في حين ظهرت بعض الاستراتيجيات المعرفية باعتبارها مشتركا ثقافيا لدى طلاب في كلا الدولتين، مثل حل المشكلة وإعادة البناء المعرفي والانسحاب الاجتماعي. ويمكن تفسير هذه الفروق في طلب المساندة الاجتماعية. فالمجتمع القطري – بوصفه مجتمعًا خليجيًا ذا طابع جماعي وأسري ممتد ومستوى رفاه اقتصادي مرتفع – يوفر شبكات دعم رسمية وغير رسمية قوية (الأسرة، المؤسسات، الخدمات)، مما يشجع الأفراد على اللجوء إلى الدعم الاجتماعي كاستراتيجية مواجهة. في المقابل، قد يميل الأفراد في المجتمع المصري، في ظل الضغوط الاقتصادية وكثافة الأعباء الحياتية، إلى الاعتماد بدرجة أكبر على الجهود الذاتية أو الانفعالية بدلاً من الدعم الخارجي.

كما تسهم طبيعة الضغوط ونمط الحياة اليومي في تفسير الفروق في الانخراط الانفعالي وأساليب التجنب. فالسياقات التي تتسم بعدم اليقين أو الضغط المزمن قد تدفع الأفراد إلى الانشغال بالمشاعر أو التفكير التمني كآلية لتنظيم الانفعال وتقليل التوتر عندما يكون التحكم في الموقف محدودًا. بينما في سياقات أكثر استقرارًا نسبيًا، قد يكون اللجوء إلى التجنب المؤقت أو الانسحاب النفسي وسيلة للحفاظ على الاتزان دون مواجهة مباشرة.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات حديثة مثل سونج وآخرون (Song et al., 2025) وبوتوميلي ونيمييير (Bottomley & Neimeyer, 2025) وونغ وشيك (Wong & Shek, 2025) أن المواجهة المتمركزة على المعنى ترتبط بطيب الحياة والنمو النفسي وتقلل الاكتئاب، وأن الاستراتيجيات الإقدامية (كطلب الدعم) تعزز بناء المعنى، بينما تُضعفه الاستراتيجيات التجنبية. كما تتفق النتائج مع ما توصل إليه (Fadhel et al., 2020) في البيئة القطرية من شيوع استراتيجيات إيجابية ذات بعد ديني وقيمي، ومع تحليل أنو وفاسكونسيليس (Ano & Vasconcelles, 2005) الذي يبرز أثر المواجهة الدينية الإيجابية في التوافق.

2.3- النتائج بالمتعلقة بالسؤال الثاني: والذي ينص على أنه "**هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة؟**"، وللتحقق من صحة السؤال الثاني أمكن استخدام تحليل التباين الثنائي للإجابة على السؤال الثاني والتعرف على وجود فروق باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة، ويوضح جدول (3) نتائج تحليل التباين الثنائي.

جدول (3) تحليل التباين الثنائي (2*2) لمتغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) والتفاعل بينهم على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة (ن= 766)

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الإنجاز	(أ) الدولة (مصر/قطر)	14.861	1	14.861	3.741	0.05
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	17.724	1	17.724	4.462	0.05
	(أ * ب)	8.253	1	8.253	2.078	غ د
	الخطأ	3026.722	762	3.972	3.741	
	المجموع	110360.000	766			

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
العلاقة	(أ) الدولة (مصر/قطر)	0.029	1	0.029	0.01	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	0.269	1	0.269	0.090	غ د
	(أ * ب)	0.00008425	1	0.00008425	0.000	غ د
	الخطأ	2271.270	762	2.981		
	المجموع	127727.000	766			
الدين	(أ) الدولة (مصر/قطر)	2.300	1	2.300	1.822	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	0.493	1	0.493	0.391	غ د
	(أ * ب)	4.544	1	4.544	3.601	غ د
	الخطأ	961.742	762	1.262		
	المجموع	154171.000	766			
التسامي بالذات	(أ) الدولة (مصر/قطر)	76.479	1	76.479	16.088	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	3.151	1	3.151	0.663	غ د
	(أ * ب)	10.505	1	10.505	2.210	غ د
	الخطأ	3622.316	762	4.754		
	المجموع	95451.000	766			
قبول الذات	(أ) الدولة (مصر/قطر)	40.296	1	40.296	11.767	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	0.218	1	0.218	0.064	غ د
	(أ * ب)	1.357	1	1.357	0.396	غ د
	الخطأ	2609.400	762	3.424		
	المجموع	104166.000	766			
الألفة والمودة	(أ) الدولة (مصر/قطر)	5.111	1	5.111	0.486	غ د
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	12.596	1	12.596	1.198	غ د
	(أ * ب)	0.432	1	0.432	0.041	غ د
	الخطأ	8009.366	762	10.511		
	المجموع	94914.000	766			
المعاملة العادلة أو المنصفة	(أ) الدولة (مصر/قطر)	222.942	1	222.942	44.529	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	0.900	1	0.900	0.180	غ د
	(أ * ب)	20.335	1	20.335	4.062	0.05
	الخطأ	3815.113	762	5.007		
	المجموع	80757.000	766			
الدرجة الكلية	(أ) الدولة (مصر/قطر)	1405.209	1	1405.209	20.491	0.001
	(ب) النوع (ذكور/إناث)	77.360	1	77.360	1.128	غ د
	(أ * ب)	44.367	1	44.367	0.647	غ د
	الخطأ	52255.501	762	68.577		
	المجموع	5188732.000	766			

يتضح من خلال الجدول السابق أن هناك تباين لتأثير متغير اختلاف القطر الذي ينتمي إليه عينة الدراسة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث)، والتفاعل بين متغيري الدولة والنوع على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى طلاب الجامعة. ويمكن توضيح ذلك فبالنسبة لتأثير اختلاف متغير الدولة (مصر/قطر) فنجد أن قيمة ف بلغت (16.088، 11.767، 44.529، 20.491) لمتغيرات التسامي بالذات وقبول الذات والمعاملة العادلة أو المنصفة والدرجة الكلية لبروفايل المعنى الشخصي المختصر على التوالي وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001. بينما نجد أن قيمة ف بلغت (3.741) لمتغير الإنجاز وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.05. وفي النهاية بلغت قيمة ف (0.01، 1.822، 0.486) وهي قيم غير دالة إحصائيًا لمتغيرات العلاقة والدين والألفة والمودة على التوالي.

وبمراجعة المتوسطات الحسابية لعينة الدراسة باختلاف متغير الدولة (مصر/قطر) فنجد أن المتوسطات الحسابية لعينة قطر أكبر مقارنة بالمتوسطات الحسابية لعينة مصر على متغيرات التسامي بالذات وقبول الذات والمعاملة العادلة أو المنصفة والدرجة الكلية لبروفايل المعنى الشخصي المختصر وكانت جميع الفروق بين المتوسطات الحسابية لعينة مصر وقطر دالة عند مستوى دلالة 0.001 في اتجاه عينة الطلاب القطريين.

ومن حيث تأثير اختلاف متغير النوع (ذكور/إناث) على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى طلاب الجامعة نجد أن التأثير كان ضعيفًا حيث بلغت قيمة ف (4.462) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.05 لمتغير الإنجاز في حين نجد أن قيمة ف بلغت (0.090، 0.391، 0.663، 0.064، 1.198، 0.180، 1.128) وهي قيم غير دالة إحصائيًا لمتغيرات العلاقة والدين والتسامي بالذات وقبول الذات والألفة والمودة والمعاملة العادلة والدرجة الكلية لبروفايل المعنى الشخصي المختصر. وبمراجعة المتوسطات الحسابية باختلاف متغير النوع (ذكور/إناث) على بعد الإنجاز فنجد أن متوسط الذكور أعلى مقارنة بمتوسط الإناث وبمراجعة الفروق بين المتوسطات كانت الفروق دالة عند مستوى دلالة 0.01 وكانت الفروق في اتجاه عينة الذكور مقارنة بالإناث على الإنجاز.

وفي النهاية يأتي التفاعل بين متغيري الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) على بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى طلاب الجامعة نجد أن التأثير كان ضعيف حيث بلغت قيمة ف (4.062) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.05 لمتغير المعاملة العادلة في حين نجد أن قيمة ف بلغت (2.078، 0.000، 3.601، 2.210، 0.396، 0.041، 0.647) وهي قيم غير دالة إحصائيًا لمتغيرات الإنجاز والعلاقة والدين والتسامي بالذات وقبول الذات والألفة والمودة والدرجة الكلية لبروفايل المعنى الشخصي المختصر. ومن خلال تتبع الفروق بين المجموعات الفرعية باستخدام اختبار الـLSD وفقًا للتفاعل بين متغير الدولة (مصر/قطر)، والنوع (ذكور/إناث) فنجد أن هناك فروق جوهرية بين الذكور والإناث المصريين مقارنة بالذكور والإناث القطريين على بعد المعاملة العادلة وأظهرت الفروق وجود فروق جوهرية يتراوح مستوى دلالتها ما بين 0.01 إلى 0.001 بين المجموعات الفرعية وكانت الفروق في اتجاه الذكور والإناث القطريين على بعد المعاملة العادلة.

وإجمالا، تشير النتائج إلى أن السياق الثقافي بين مصر وقطر يلعب دورًا مهمًا في تشكيل شعور الأفراد بالمعنى الشخصي. فالأبعاد المرتبطة بالذات، مثل التسامي بالذات، قبول الذات، والإحساس بالعدالة والمعاملة المنصفة، تأثرت بشكل واضح بالدولة، مما يعكس أن الثقافة والقيم الاجتماعية تحدد كيف يدرك الأفراد مكانتهم، ويقيمون تصرفاتهم، ويشعرون بالإنجاز والإنصاف. في المقابل، الأبعاد المرتبطة بالعلاقات الاجتماعية مثل الدين، الألفة والمودة، والعلاقات الشخصية، لم تتأثر بشكل ملحوظ بالسياق الثقافي، مما يوحي بأنها تمثل مصادر مشتركة للمعنى تتجاوز الحدود الثقافية.

وتتناغم هذه النتائج تتناغم أيضًا مع الدراسات السابقة التي أبرزت دور المعنى في تعزيز التوافق النفسي، مثل بارك وفولكمان (Park & Folkman, 1997) وفولكمان وموسكويتش (Folkman & Moskowitz, 2007)، والتي أكدت أن إدماج المعنى ضمن استراتيجيات المواجهة يخفف الضغوط النفسية ويعزز النمو الشخصي. كما تدعم الدراسات مثل تاجر وآخرون (Tager et al., 2025) وجو وآخرون (Guo et al., 2013) فكرة أن الأفراد ينخرطون في عملية نشطة لبناء المعنى، مما يعزز القدرة على مواجهة الضغوط والتكيف مع الأحداث الحرجة.

3.3-النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: والذي ينص على أنه "**هل توجد علاقة ارتباطيه بين بروفايل المعنى الشخصي المختصر واستبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة؟**" وللإجابة على السؤال أمكن حساب معاملات الارتباط بين بروفايل المعنى الشخصي المختصر واستبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة، وأظهرت نتائج معاملات الارتباط عن وجود معاملات ارتباط موجبه في أغلبها، ويوضح جدول (4) معاملات الارتباط بين بروفايل المعنى الشخصي المختصر واستبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة.

جدول (4) معاملات الارتباط بين بروفايل المعنى الشخصي المختصر واستبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة (ن= 766)

	المتغيرات	الإنجاز	العلاقة	الدين	التسامي بالذات	قبول الذات	الألفة والمودة	المعاملة العادلة	الدرجة الكلية
عينة المصريين (ن= 523)	حل المشكلة	**0.395	**0.197	**0.207	**0.399	**0.182	*0.093	**0.116	**0.390
	إعادة البناء المعرفي	**0.304	**0.166	**0.180	**0.262	**0.259	0.068	**0.131	**0.331
	الانشغال بالمشكلة	**0.390	**0.202	**0.216	**0.370	**0.244	*0.090	**0.137	**0.402
	الإفصاح عن الانفعالات	**0.218	**0.210	0.054	**0.188	**0.192	**0.318	0.080	**0.354
	المساندة الاجتماعية	**0.138	**0.338	0.068	0.085	*0.094	**0.340	**0.120	**0.333
	الانشغال بالمشاعر	**0.199	**0.314	0.070	**0.152	**0.159	**0.372	**0.114	**0.388
	الانشغال	**0.343	**0.312	**0.163	**0.301	**0.236	**0.288	**0.148	**0.470
	التهرب من المشكلة	**0.145	**0.142	0.016	*0.107	**0.168	0.069	**0.155	**0.208
	التفكير بالتمني	*0.093	*0.102	**0.191	0.077	0.012	0.035	0.070-	*0.089
	التحرر من المشكلة	**0.149	**0.152	**0.121	**0.115	**0.117	0.066	0.061	**0.188
	نقد الذات	0.038	0.044	0.049	0.024	*0.091	0.009	**0.117-	0.023
	الانسحاب الاجتماعي	**0.128	0.053-	0.032	**0.136	**0.113	*0.100-	0.006-	0.045
	الانفصال عن المشاعر	*0.098	0.002-	0.049	*0.093	**0.123	0.052-	0.078-	0.040
	التحرر	**0.141	0.077	*0.094	**0.120	**0.141	0.000	0.020-	**0.123
	الدرجة الكلية	**0.299	**0.240	**0.159	**0.260	**0.233	**0.178	0.080	**0.367
عينة القطريين (ن= 243)	حل المشكلة	**0.512	**0.209	**0.193	**0.415	**0.357	0.094	**0.214	**0.449
	إعادة البناء المعرفي	**0.461	**0.288	**0.249	**0.433	**0.373	**0.196	**0.305	**0.525
	الانشغال بالمشكلة	**0.535	**0.275	**0.244	**0.467	**0.402	*0.161	**0.287	**0.537
	الإفصاح عن الانفعالات	**0.343	**0.230	*0.154	**0.306	**0.332	**0.245	**0.199	**0.426
	المساندة الاجتماعية	**0.280	**0.352	0.085	**0.216	**0.195	**0.280	**0.235	**0.397
	الانشغال بالمشاعر	**0.349	**0.341	*0.131	**0.290	**0.289	**0.302	**0.250	**0.466
	الانشغال	**0.498	**0.351	**0.210	**0.426	**0.390	**0.266	**0.304	**0.568
	التهرب من المشكلة	**0.266	0.081	*0.150	**0.236	**0.182	0.043	*0.143	**0.243
	التفكير بالتمني	0.003-	0.031	0.065	0.107	0.113	0.002-	0.019-	0.059
	التحرر من المشكلة	**0.166	0.070	*0.134	**0.213	**0.183	0.026	0.079	**0.189
	نقد الذات	0.006	*0.133-	0.001-	0.032-	0.096	0.046	0.065-	0.012-
	الانسحاب الاجتماعي	0.052	0.084-	*0.158	0.115	**0.181	0.019-	0.006-	0.074
	الانفصال عن المشاعر	0.030	*0.128-	0.079	0.038	*0.153	0.020	0.045-	0.030
	التحرر	0.106	0.049-	0.121	*0.135	**0.195	0.026	0.011	0.117
	الدرجة الكلية	**0.365	**0.180	**0.203	**0.340	**0.357	**0.176	**0.189	**0.415

** دال عند مستوى دلالة 0.01، * دال عند مستوى دلالة 0.05

يتضح من خلال الجدول السابق أن هناك معاملات ارتباط موجبة دالة على أغلب العلاقات الارتباطية بين بروفايل المعنى الشخصي المختصر واستبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين. حيثت تشير النتائج لدى العينة المصرية أن بعد الإنجاز كأحد أبعاد بروفايل المعنى الشخصي المختصر ارتبط عند مستوى دلالة 0.01 بكل من (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التهرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، الانسحاب الاجتماعي، التحرر، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة

الضغوط)، وكما ارتبط الإنجاز عند مستوى دلالة 0.05 بمتغيري التفكير بالتمني والانفصال عن المشاعر، وكما لم يرتبط بصورة دالة بمتغير نقد الذات.

كما نجد أن بعد العلاقة قد ارتبط بصورة موجبة ودالة عند مستوى دلالة 0.01 بالمتغيرات التالية وهي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التهرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). بينما لم يرتبط بعد العلاقة سوى ببعد التفكير بالتمني عند مستوى دلالة 0.05 في حين لم يتربط بصورة دالة بمتغيرات (نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر).

كما يتضح أن بعد الدين ارتبط ببعض المتغيرات الخاصة باستراتيجيات مواجهة الضغوط وكان الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01 والمتغيرات هي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الانشغال، التفكير بالتمني، التحرر من المشكلة، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). كما ارتبط فقط بعد الدين ببعد التحرر عند مستوى دلالة 0.05 بينما لم يرتبط بعد الدين بالأبعاد التالية وهي (الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، التهرب من المشكلة، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر).

وكما نجد أن بعد التسامي بالذات ارتبط بصورة موجبة ودالة عند مستوى دلالة 0.01 بالمتغيرات التالية وهي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التحرر من المشكلة، الانسحاب الاجتماعي، التحرر، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). بينما ارتبط بعد التسامي بالذات بصورة موجبة عند مستوى دلالة 0.05 بمتغيري (التهرب من المشكلة، الانفصال عن المشاعر)، وكما لم تكن هناك ارتباطات دالة بين التسامي بالذات مع متغيرات (المساندة الاجتماعية، التفكير بالتمني، نقد الذات).

بينما نجد أن بعد قبول الذات ارتبط بصورة موجبة عند مستوى دلالة 0.01 بكل من المتغيرات التالية وهي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التهرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). وكما ارتبط بعد قبول الذات ببعدي المساندة الاجتماعية ونقد الذات عند مستوى دلالة 0.05، وكما لم يرتبط قبول الذات بالتفكير بالتمني.

كما يتضح أن بعد الألفة والمودة ارتبط بصورة موجبة دالة عند مستوى دلالة 0.01 بكل من (الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). وكما ارتبطت الألفة والمودة عند مستوى دلالة 0.05 بكل من (حل المشكلة، الانشغال بالمشكلة، الانسحاب الاجتماعي). وكما لم ترتبط الألفة والمودة بصورة دالة بكل من (الانفصال عن المشاعر، التحرر، التهرب من المشكلة، التفكير بالتمني، التحرر من المشكلة، نقد الذات إعادة البناء المعرفي)

وكما أظهرت النتائج أن المعاملة العادلة ارتبط بصورة موجبة دالة عند مستوى دلالة 0.01 بكل المتغيرات التالية وهي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التهرب من المشكلة)، في حين ارتبط بصورة سلبية عند مستوى دلالة 0.01 بمتغير نقد الذات. وكما تشير النتائج أن المعاملة العادلة لم يرتبط بصورة دالة بكل من (الإفصاح عن الانفعالات، التفكير

بـالتمني، التحـرر مـن المشـكلة، الانسـحاب الاجتمـاعي، الانفصـال عـن المشـاعر، التحـرر، الدرجـة الكليـة لاستراتيجيات مواجهة الضغوط).

وفـي النهايـة ارتبطـت الدرجـة الكليـة لبروفيـل الشخصـية بكـل مـن (حـل المشـكلة، إعـادة البنـاء المعرفـي، الانشـغال بالمشـكلة، الإفصـاح عـن الانفعـالات، المسـاندة الاجتماعيـة، الانشـغال بالمشـاعر، الانشـغال، التهـرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، التحرر، الدرجـة الكلية لاستراتيجيات مواجهـة الضـغوط). كما ارتبطـت الدرجـة الكليـة لبروفايـل الشخصـية بـالتفكير بـالتمني عنـد مستوى دلالـة 0.05 بينمـا لـم تـرتبط الدرجـة الكليـة لبروفايـل الشخصية بكل من (نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر).

وبالنسبة للعينـة القطريـة نجد أن بعد الإنجـاز ارتبط بصـورة موجبـة عند مستوى دلالـة 0.01 بـالمتغيرات التاليـة وهـي (حـل المشـكلة، إعـادة البنـاء المعرفـي، الانشـغال بالمشـكلة، الإفصـاح عـن الانفعـالات، المسـاندة الاجتماعيـة، الانشـغال بالمشـاعر، الانشـغال، التهـرب مـن المشـكلة، التحـرر مـن المشـكلة، الدرجـة الكليـة لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). بينما لم يتربط بعد الإنجاز بالمتغيرات التالية وهي (التفكير بالتمني، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر).

كما نجد أن بعد العلاقة كأحد أبعاد بروفيل الشخصية المختصر ارتبط بصورة موجبة عند مستوى دلالة 0.01 بكل من (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). بينما ارتبط بعد العلاقة ببعدي (نقد الذات، الانفصال عن المشاعر) وكان الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05، بينما نجد أن بعد العلاقة لم يرتبط بصورة دالة ببعض أبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط وهي (التهرب من المشكلة، التفكير بالتمني، التحرر من المشكلة، الانسحاب الاجتماعي، التحرر).

كما تشير النتائج إلى ارتباط بعد الدين بصورة موجبة ودالة عند مستوى دلالة 0.01 ببعض استراتيجيات مواجهة الضغوط وهي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الانشغال، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). وكما ارتبط بعد الدين كأحد أبعاد مقياس البروفايل الشخصي المختصر بصورة موجبة ودالة عند مستوى دلالة 0.05 ببعض المتغيرات الخاصة باستراتيجيات مواجهة الضغوط وهي (الإفصاح عن الانفعالات، الانشغال بالمشاعر، التهرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، الانسحاب الاجتماعي). وكما لم يرتبط بعد الدين بمتغيرات (المساندة الاجتماعية، التفكير بالتمني، نقد الذات، الانفصال عن المشاعر، التحرر).

كما أظهرت النتائج أن بعد التسامي بالذات ارتبط بصورة موجبة عند مستوى دلالة 0.01 ببعض متغيرات استراتيجيات مواجهة الضغوط وهي (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التهرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). وكما ارتبط بعد التسامي بالذات ببعد التحرر وكان معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05. وكما لم يرتبط بعد التسامي بالذات بكل من (التفكير بالتمني، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر).

وكما ارتبط بعد الألفة والمودة بصورة موجبة عند مستوى دلالة 0.01 بكل من (إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). وكما لم يرتبط بعد الألفة والمودة بكل من (حل المشكلة، التهرب من المشكلة، التفكير بالتمني، التحرر من المشكلة، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر).

وكما أظهرت النتائج وجود ارتبط بعد المعاملة العادلة بصورة موجبة عند مستوى دلالة 0.01 بكل من (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط). بينما ارتبط بعد المعاملة العادلة ببعد التهرب من المشكلة عند مستوى دلالة 0.05. وكما لم يرتبط بعد الألفة والمودة بكل من (التفكير بالتمني، التحرر من المشكلة، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر).

وكما نجد أن الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية المختصر ارتبطت بصورة موجبة دالة عند مستوى دلالة 0.01 بكل من (حل المشكلة، إعادة البناء المعرفي، الانشغال بالمشكلة، الإفصاح عن الانفعالات، المساندة الاجتماعية، الانشغال بالمشاعر، الانشغال، التهرب من المشكلة، التحرر من المشكلة، الدرجة الكلية لاستراتيجيات مواجهة الضغوط)، وكما نجد أن الدرجة الكلية لم ترتبط بصورة دالة ببعض متغيرات استراتيجيات مواجهة الضغوط وهي (التفكير بالتمني، نقد الذات، الانسحاب الاجتماعي، الانفصال عن المشاعر، التحرر).

4.3- النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: والذي ينص على أنه " **هل يمكن التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط من خلال بروفايل المعنى الشخصي لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة؟**" وللإجابة على هذا السؤال أمكن للباحث حساب معامل الانحدار المتعدد بواسطة أسلوب Stepwise للتعرف على مدى إمكانية القدرة على التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط من خلال بروفايل المعنى الشخصي المختصر لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة، ويمكن توضيح معاملات الانحدار من خلال جدول (5).

جدول (5) نتائج تحليل الانحدار متعدد المتغيرات، المتغير المستقل: بروفايل المعنى الشخصي المختصر، والمتغير التابع: استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين كل على حدة (ن= 766)

العينة	المتغير التابع	المنبئات	معامل الارتباط المتعدد R	مربع الارتباط المتعدد R	قيمة "ف"	معامل الانحدار(B)	قيمة بيتا (Beta)	قيمة "ت"	القيمة الثابتة
عينة المصريين (ن= 523)	حل المشكلة	التسامي بالذات الإنجاز قبول الذات	0.473	0.224	***49.799	0.589 0.636 0.247	0.267 0.254 0.090	***6.119 ***5.780 *2.286	17.414
	إعادة البناء المعرفي	الدرجة الكلية الألفة والمودة المعاملة العادلة	0.383	0.147	***29.807	0.312 0.326- 0.268-	0.547 0.235- 0.135-	***8.811 ***4.509- **2.667-	15.333
	الانشغال بالمشكلة	الدرجة الكلية الألفة والمودة المعاملة العادلة العلاقة	0.478	0.228	***38.296	0.816 0.794- 0.810- 0.548-	0.766 0.307- 0.218- 0.108-	***10.883 ***6.035- ***4.437- *2.257-	25.696
	الإفصاح عن الانفعالات	الدرجة الكلية المعاملة العادلة الدين	0.397	0.158	***32.354	0.339 0.472- 0.572-	0.508 0.203- 0.119-	***9.563 ***4.070- **2.701-	18.092
	المساندة الاجتماعية	الألفة والمودة العلاقة	0.435	0.189	***60.764	0.498 0.971	0.280 0.278	***6.937 ***6.892	15.999

العينة	المتغير التابع	المنبئات	معامل الارتباط المتعدد R	مربع الارتباط المتعدد R	قيمة "ف"	معامل الانحدار(B)	قيمة بيتا (Beta)	قيمة "ت"	القيمة الثابتة
عينة القطريين (ن= 243)	الانشغال بالمشاعر	الدرجة الكلية الألفة والمودة العلاقة	0.452	0.205	***44.517	0.168 0.753 1.092	0.136 0.251 0.186	*2.359 ***5.071 ***3.910	31.010
	الانشغال	الدرجة الكلية المعاملة العادلة	0.490	0.240	***82.051	1.088 1.129-	0.564 0.168-	***12.208 ***3.629-	57.912
	التهرب من المشكلة	الدرجة الكلية	0.208	0.043	***23.521	0.143	0.208	***4.850	20.158
	التفكير بالتمني	الدين	0.191	0.036	***19.632	0.782	0.191	***4.431	25.337
	التحرر من المشكلة	الدرجة الكلية	0.188	0.035	***19.054	0.184	0.188	***4.365	52.459
	نقد الذات	المعاملة العادلة قبول الذات	0.168	0.028	***7.544	0.403- 0.439	0.145- 0.123	***3.262- **2.784	33.070
	الانسحاب الاجتماعي	التسامي بالذات الألفة والمودة قبول الذات	0.211	0.044	***8.021	0.354 0.234- 0.352	0.137 0.134- 0.110	**3.119 **3.064- *2.503	25.247
	الانفصال عن المشاعر	قبول الذات المعاملة العادلة التسامي بالذات	0.192	0.037	***6.596	0.763 0.587- 0.471	0.136 0.134- 0.104	**3.059 **2.949- *2.325	56.670
	التحرر	قبول الذات الإنجاز	0.182	0.033	***8.928	1.008 0.921	0.118 0.118	**2.688 **2.680	109.915
	حل المشكلة	الإنجاز قبول الذات التسامي بالذات	0.583	0.339	***40.948	0.924 0.650 0.470	0.354 0.234 0.179	***5.550 ***4.304 **2.850	9.294
	إعادة البناء المعرفي	الدرجة الكلية الألفة والمودة العلاقة	0.561	0.314	***36.534	0.496 0.420- 0.490-	0.769 0.228- 0.156-	***8.721 ***3.308- *2.135-	3.046
	الانشغال بالمشكلة	الإنجاز قبول الذات التسامي بالذات	0.632	0.399	***52.979	1.642 1.415 1.136	0.338 0.274 0.233	***5.551 ***5.270 ***3.882	17.891
	الإفصاح عن الانفعالات	الدرجة الكلية	0.426	0.182	***53.545	0.258	0.426	***7.317	10.825
	المساندة الاجتماعية	الدرجة الكلية الدين العلاقة	0.441	0.195	***19.282	0.311 1.120- 0.631	0.387 0.183- 0.161	***4.517 **2.656- *2.071	13.200
	الانشغال بالمشاعر	الدرجة الكلية الدين	0.487	0.231	***37.316	0.687 1.580-	0.556 0.167-	***8.322 *2.503-	28.566
	الانشغال	الدرجة الكلية	0.614	0.377	***35.991	0.830	0.396	***4.539	49.299

العينة	المتغير التابع	المنبئات	معامل الارتباط المتعدد R	مربع الارتباط المتعدد R	قيمة "ف"	معامل الانحدار(B)	قيمة بيتا (Beta)	قيمة "ت"	القيمة الثابتة
		الإنجاز				2.245	0.252	***3.670	
		الدين				2.133-	0.133-	*2.198-	
		قبول الذات				1.311	0.138	*2.182	
	التهرب من المشكلة	الإنجاز	0.266	0.071	***18.280	0.806	0.266	***4.276	20.554
	التحرر من المشكلة	التسامي بالذات	0.259	0.067	***8.595	0.897	0.186	**2.934	44.970
		قبول الذات				0.758	0.149	*2.344	
	نقد الذات	العلاقة	0.197	0.039	**4.835	0.823-	0.181-	**2.719-	34.056
		قبول الذات				0.646	0.153	*2.295	
	الانسحاب الاجتماعي	قبول الذات	0.286	0.082	***7.112	0.649	0.196	**2.939	19.244
		العلاقة				0.763-	0.214-	**3.111-	
		الدين				1.013	0.181	**2.652	
	الانفصال عن المشاعر	قبول الذات	0.242	0.058	***7.440	1.410	0.216	***3.268	63.700
		العلاقة				1.385-	0.197-	**2.981-	
	التحرر	قبول الذات	0.195	0.038	**9.557	1.933	0.195	**3.091	104.166

* دال عند 0.05، ** دال عند 0.01، *** دال عند 0.001
تم الاقتصار فقط على المتغيرات الدالة، وتم حذف المتغيرات الغير دالة من الجدول

يظهر من خلال جدول (5) بالنسبة لعينة المصريين هناك تباين في مدى قدرة بروفايل الشخصية على التنبؤ بحل المشكلة كأحد أبعاد استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط حيث يتضح أن بعد حل المشكلة يمكن التنبؤ به من خلال ثلاثة أبعاد وهي (التسامي بالذات، الإنجاز، قبول الذات) حيث بلغت قيمة ف (49.799) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (6.119، 5.780، 2.286) لمتغيرات التسامي بالذات، الإنجاز، قبول الذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.001، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد حل المشكلة بلغت 22.4%.

كما يتضح أن بعد إعادة البناء المعرفي يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعدي (الألفة والمودة، المعاملة العادلة) حيث بلغت قيمة ف (29.807) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (8.811، 4.509، 2.667) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الألفة والمودة، المعاملة العادلة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.001، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد إعادة البناء المعرفي بلغت 14.7%.

كما يتبين أن بعد الانشغال بالمشكلة يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية والأبعاد الثلاثة التالية وهي (الألفة والمودة، المعاملة العادلة، العلاقة) حيث بلغت قيمة ف (38.296) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (10.883، 6.035، 4.437، 2.257) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الألفة والمودة، المعاملة العادلة، العلاقة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.001، 0.001، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد الانشغال بالمشكلة بلغت 22.8%.

كما يتضح أن بعد الإفصاح عن الانفعالات يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعدي وهي (المعاملة العادلة، الدين) حيث بلغت قيمة ف (32.354) وهي قيمة دالة عند مستوى

دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (9.563، 4.070، 2.701) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الألفة والمودة، والدين وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.001، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد الإفصاح عن الانفعالات بلغت 15.8%.

كما يتضح أن بعد المساندة الاجتماعية يمكن التنبؤ به من خلال بعدي الألفة والمودة والعلاقة كأحد أبعاد مقياس بروفايل الشخصية حيث بلغت قيمة ف (60.764) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (6.937، 6.892) لمتغيري الألفة والمودة والعلاقة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد المساندة الاجتماعية بلغت 18.9%.

كما يتضح أن بعد الانشغال بالمشاعر يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعدي وهي (الألفة والمودة والعلاقة) حيث بلغت قيمة ف (44.517) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (2.359، 5.071، 3.910) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الألفة والمودة، العلاقة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.05، 0.001، 0.001 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد الانشغال بالمشاعر بلغت 20.5%.

كما يتضح أن بعد الانشغال يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعد (المعاملة العادلة) حيث بلغت قيمة ف (82.051) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (12.208، 3.629) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، المعاملة العادلة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.001 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد الانشغال بلغت 24%.

كما يتضح أن بعد التهرب من المشكلة يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية فقط حيث بلغت قيمة ف (23.521) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (4.850) للدرجة الكلية لبروفايل الشخصية وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، كما يتضح أن جملة نسبة إسهام الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية للتنبؤ ببعد التهرب من المشكلة بلغت 4.3%.

كما يتضح أن بعد التفكير بالتمني يمكن التنبؤ به من خلال بعد الدين كأحد أبعاد مقياس بروفايل الشخصية حيث بلغت قيمة ف (19.632) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (4.431) لبعد الدين كأحد أبعاد بروفايل الشخصية وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، كما يتضح أن جملة نسبة إسهام الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية للتنبؤ ببعد التفكير بالتمني بلغت 3.6%.

كما يتضح أن بعد التحرر من المشكلة يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية فقط حيث بلغت قيمة ف (19.054) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (4.365) للدرجة الكلية لبروفايل الشخصية وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، كما يتضح أن جملة نسبة إسهام الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية للتنبؤ ببعد التحرر من المشكلة بلغت 3.5%.

كما يتضح أن بعد نقد الذات يمكن التنبؤ به من خلال بعدي (المعاملة العادلة، قبول الذات) حيث بلغت قيمة ف (7.544) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (3.262، 2.784) لمتغيري المعاملة العادلة، قبول الذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغيري المعاملة العادلة، قبول الذات للتنبؤ ببعد نقد الذات بلغت 2.8%.

يتضح أن بعد الانسحاب الاجتماعي يمكن التنبؤ به من خلال ثلاثة أبعاد وهي (التسامي بالذات، الألفة والمودة، قبول الذات) حيث بلغت قيمة ف (8.021) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (3.119، 3.064، 2.503) لمتغيرات التسامي بالذات، الألفة والمودة، قبول الذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01، 0.01، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي التسامي بالذات، الألفة والمودة، قبول الذات للتنبؤ ببعد الانسحاب الاجتماعي بلغت 4.4%.

يتضح أن بعد الانفصال عن المشاعر يمكن التنبؤ به من خلال ثلاثة أبعاد وهي (قبول الذات، المعاملة العادلة، التسامي بالذات) حيث بلغت قيمة ف (6.596) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (3.059، 2.949، 2.325) لمتغيرات قبول الذات، المعاملة العادلة، التسامي بالذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01، 0.01، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي قبول الذات، المعاملة العادلة، التسامي بالذات للتنبؤ ببعد الانفصال عن المشاعر بلغت 3.7%.

كما يتضح أن بعد التحرر يمكن التنبؤ به من خلال بعدي (قبول الذات والإنجاز) حيث بلغت قيمة ف (8.928) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (2.688، 2.680) لمتغيري قبول الذات والإنجاز وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغيري قبول الذات والإنجاز للتنبؤ ببعد التحرر بلغت 3.3%.

بالنسبة لعينة القطريين يتضح أن هناك تباين في مدى قدرة بروفايل الشخصية على التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط حيث يتضح أن بعد حل المشكلة يمكن التنبؤ به من خلال ثلاثة أبعاد وهي (الإنجاز، قبول الذات، التسامي بالذات) حيث بلغت قيمة ف (40.948) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (5.550، 4.304، 2.850) لمتغيرات الإنجاز، قبول الذات، التسامي بالذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01، 0.01، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي الإنجاز، قبول الذات، التسامي بالذات للتنبؤ ببعد حل المشكلة بلغت 33.9%.

كما يتضح أن بعد إعادة البناء المعرفي يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعدي وهي (الألفة والمودة والعلاقة) حيث بلغت قيمة ف (36.534) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (8.721، 3.308، 2.135) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الألفة والمودة، العلاقة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.001، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات للتنبؤ ببعد إعادة البناء المعرفي بلغت 20.5%.

يتضح أن بعد الانشغال بالمشكلة يمكن التنبؤ به من خلال ثلاثة أبعاد وهي (الإنجاز، قبول الذات، التسامي بالذات) حيث بلغت قيمة ف (52.979) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (5.551، 5.270، 3.882) لمتغيرات الإنجاز، قبول الذات، التسامي بالذات وهي قيم جميعها دال عند مستوى دلالة 0.001، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي الإنجاز، قبول الذات، التسامي بالذات للتنبؤ ببعد الانشغال بالمشكلة بلغت 39.9%.

كما يتضح أن بعد الإفصاح عن الانفعالات يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية بروفايل الشخصية حيث بلغت قيمة ف (53.545) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (7.317) للدرجة الكلية بروفايل الشخصية وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغيري المعاملة العادلة، قبول الذات للتنبؤ ببعد الإفصاح عن الانفعالات بلغت 18.2%.

كما يتضح أن بعد المساندة الاجتماعية يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعدي وهي (الدين والعلاقة) حيث بلغت قيمة ف (19.282) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وكما بلغت قيمة ت (4.517، 2.656، 2.071) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الدين، العلاقة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.01، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعدي الدين والعلاقة للتنبؤ ببعد المساندة الاجتماعية بلغت 19.5%.

كما يتضح أن بعد الانشغال بالمشاعر يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعد (الدين) حيث بلغت قيمة ف (37.316) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (8.322، 2.503) لمتغيرات الدرجة الكلية لبروفايل الشخصية، الدين وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وبعد الدين للتنبؤ ببعد الانشغال بالمشاعر بلغت 23.1%.

كما يتضح أن بعد الانشغال يمكن التنبؤ به من خلال الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية وثلاثة أبعاد فرعية وهي (الإنجاز، الدين، قبول الذات) حيث بلغت قيمة ف (35.991) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (4.539، 3.670، 2.198، 2.182) لمتغيرات (الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية، الإنجاز، الدين، قبول الذات) وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.01، 0.05، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي الدرجة الكلية لمقياس بروفايل الشخصية، الإنجاز، الدين، قبول الذات للتنبؤ ببعد الانشغال بلغت 37.7%.

كما يتضح أن بعد التهرب من المشكلة يمكن التنبؤ به من خلال بعد الإنجاز حيث بلغت قيمة ف (18.280) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (4.276) لبعد الإنجاز وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغير الإنجاز ببعد التهرب من المشكلة بلغت 7.1%.

كما يتضح أن بعد التحرر من المشكلة يمكن التنبؤ به من خلال بعدي (التسامي بالذات، قبول الذات) حيث بلغت قيمة ف (8.595) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (2.934، 2.344) لمتغيري التسامي بالذات، قبول الذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغيري التسامي بالذات، قبول الذات للتنبؤ ببعد التحرر من المشكلة بلغت 6.7%.

كما يتضح أن بعد نقد الذات يمكن التنبؤ به من خلال بعدي (العلاقة، قبول الذات) حيث بلغت قيمة ف (4.835) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (2.719، 2.295) لمتغيري العلاقة، قبول الذات وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01، 0.05 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغيري العلاقة، قبول الذات للتنبؤ ببعد نقد الذات بلغت 3.9%.

يتضح أن بعد الانسحاب الاجتماعي يمكن التنبؤ به من خلال ثلاثة أبعاد وهي (قبول الذات، العلاقة، الدين) حيث بلغت قيمة ف (7.112) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (2.939، 3.111، 2.652) لمتغيرات قبول الذات، العلاقة، الدين وهي قيم جميعها دال عند مستوى دلالة 0.01، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام للمتغيرات وهي قبول الذات، العلاقة، الدين للتنبؤ ببعد الانسحاب الاجتماعي بلغت 8.2%.

كما يتضح أن بعد الانفصال عن المشاعر يمكن التنبؤ به من خلال بعدي (قبول الذات، العلاقة) حيث بلغت قيمة ف (7.440) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (3.268، 2.981) لمتغيري قبول الذات، العلاقة وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.001، 0.01 على التوالي، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغيري قبول الذات، العلاقة للتنبؤ ببعد الانفصال عن المشاعر بلغت 5.8%.

كما يتضح أن بعد التحرر يمكن التنبؤ به من خلال بعد قبول الذات حيث بلغت قيمة ف (9.557) وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.001، وبلغت قيمة ت (3.091) لبعد الإنجاز وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة 0.01، كما يتضح أن جملة نسبة الإسهام لمتغير قبول الذات ببعد التحرر بلغت 3.8%.

تشير نتائج جدول (5) إلى أن المعنى الشخصي يسهم بشكل كبير ومتباين في التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى كل من العينة المصرية والقطرية. بالنسبة للمصريين، يتضح أن بعد حل المشكلة يعتمد بشكل أساسي على ثلاثة أبعاد: التسامي بالذات، الإنجاز، وقبول الذات، مع مساهمة كلية بنسبة 22.4٪، ما يعكس دور بناء المعنى الشخصي في تعزيز القدرة على حل المشكلات. كما تبرز أهمية بعدي الألفة والمودة والمعاملة المنصفة في التنبؤ بأبعاد مثل إعادة البناء المعرفي والانشغال بالمشكلة والإفصاح عن الانفعالات، فيما تصل نسب الإسهام إلى 24٪ في بعض الأبعاد، ما يشير إلى أن العلاقات الشخصية والعدالة النفسية تلعب دورًا مهمًا في التكيف النفسي.

بالنسبة للقطريين، يظهر أن بعد حل المشكلة والانشغال بالمشكلة يتأثر بشكل أكبر بالإنجاز، قبول الذات، والتسامي بالذات، مع مساهمة كلية أعلى (حتى 39.9٪)، ما يعكس تأثيرًا أكبر للبُعد العملي والذاتي على استراتيجيات المواجهة. كذلك، يُلاحظ أن الدين والعلاقة يشكلان عناصر مؤثرة في التنبؤ بأبعاد مثل المساندة الاجتماعية والانشغال بالمشاعر، مقارنةً بالعينة المصرية، مما يعكس البُعد الاجتماعي والديني كعامل دعم نفسي في السياق القطري.

تدعم هذه النتائج ما أشار إليه بارك وفولكمان (Park & Folkman, 1997) وفولكمان وموسكويتش (Folkman & Moskowitz, 2007) حول أهمية التوافق بين المعنى الكلي والمعنى الموقفي لتعزيز التكيف النفسي. كما تتماشى مع نتائج سونج وآخرون (Song et al., 2025) وبوتوميلي ونيمير (Bottomley & Neimeyer, 2025) وونغ وشيك (Wong & Shek, 2025) التي أبرزت دور بناء المعنى والوجدان الإيجابي في دعم استراتيجيات المواجهة الممركزة على المعنى وتقليل آثار الضغوط النفسية. علاوة على ذلك، يظهر تأثير قبول الذات والتسامي بالذات على التوافق الاجتماعي والانفعالي، ما يتفق مع دراسة تاجر وآخرون (Tager et al., 2025) وجو وآخرون (Guo et al., 2013)، اللتين أظهرتا أن الأفراد الذين يحققون التوازن بين الذات والقيم الشخصية والمجتمعية يستخدمون استراتيجيات مواجهة أكثر فاعلية، مما يعزز النمو الشخصي ومواجهة الضغوط اليومية.

بالمجمل، تُظهر المقارنة بين العينتين أن المصريين يميلون إلى الاعتماد على العلاقات والموارد الانفعالية في مواجهة الضغوط، بينما القطريون يركزون أكثر على الإنجاز وبناء الذات مع دمج البعد الديني والاجتماعي، مع بروز قدرة المعنى الشخصي في التنبؤ باستراتيجيات المواجهة بشكل أكبر في العينة القطرية. هذه الفروق تعكس تأثير السياق الثقافي والاجتماعي على التوافق النفسي وبناء المعنى الشخصي.

4-الخلاصة:

يمكن القول إن الدراسة الحالية أسهمت في توسيع الفهم العلمي للعلاقة بين المعنى الشخصي واستراتيجيات مواجهة الضغوط في سياقين ثقافيين عربيين مختلفين، مما يثري المعرفة حول العوامل النفسية والثقافية المؤثرة في التكيف النفسي لدى الشباب الجامعي. كما تقدم الدراسة إسهاماً نظرياً وتطبيقياً يمكن أن يستفيد منه القائمون على تقديم الخدمات النفسية والإرشادية في الجامعات المصرية والقطرية، ويوصى بإجراء المزيد من الدراسات المستقبلية التي تتناول متغيرات وسياقات إضافية، مع الاعتماد على مناهج بحثية متنوعة تشمل الدراسات الطولية والتجريبية، بما يسهم في تعميق الفهم حول آليات تأثير المعنى الشخصي في عمليات المواجهة والتكيف النفسي لدى فئات عمرية وثقافية مختلفة.

وختامًا، ينبغي النظر إلى النتائج السابقة في ضوء حدود الدراسة، إذ اقتصرت الدراسة على عينة قصدية من طلاب جامعتين تمثلان بيئتين ثقافيتين محددتين، مما يجعل النتائج صالحة للتعميم التحليلي أكثر من التعميم الإحصائي. لذلك، نوصى بإجراء دراسات على عينات أوسع وأكثر تنوعًا جغرافيًا وثقافيًا للتحقق من استقرار الأنماط التنبؤية للعلاقات النفسية بين المتغيرات المدروسة.

1. تعزيز بناء المعنى الشخصي: تصميم ورش عمل وأنشطة تساعد الأفراد على تطوير شعور بالإنجاز والتسامي بالذات وقبول الذات، مما يعزز التكيف مع الضغوط وتحويلها إلى فرص للنمو الشخصي.
2. دمج مهارات حل المشكلات وإعادة البناء المعرفي: تقديم تدريبات عملية للطلاب والموظفين لزيادة قدرتهم على التعامل مع الضغوط الأكاديمية والحياتية بشكل فعال.
3. تطوير الدعم الاجتماعي: تعزيز العلاقات الإيجابية والمساندة بين الأفراد داخل المؤسسات التعليمية والعمل لتقليل الانشغال بالمشاعر السلبية وزيادة التوافق النفسي.
4. إدارة الانفعالات والتفكير السلبي: تقديم جلسات تدريبية تساعد على التعامل مع النقد الذاتي، الانفصال عن المشاعر، والتهرب من المشكلات من خلال التأمل الذاتي وإعادة التقييم المعرفي.
5. تعزيز القيم والمعتقدات الإيجابية: توظيف المعتقدات الدينية أو القيم الشخصية كأداة لدعم التوافق النفسي وتقليل التوتر والقلق، مع تشجيع التفكير الإيجابي والتركيز على الهدف والقيمة الشخصية.

- الإحالات والمراجع:

عدوي، طه؛ الشبراوي، السيد (2019). استبانة استراتيجيات المواجهة: البنية العاملية والخصائص السيكومترية لدى عينتين مصرية وقطرية. *مجلة الارشاد النفسي*، *58*(58)، 1-19. 10.21608/cpc.2019.42921

عبد الله، سعد (2020). المعنى الشخصي وعلاقته بالأفكار اللاشعورية الإيجابية عند المرشدين التربويين. *مجلة كلية التربية، الجامعة المستنصرية*، 1، 233-252.

عبد العزيز، أمل (2023). رأس المال النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين الصمود الأكاديمي والمعنى الشخصي لدى طلاب الدراسات العليا رأس المال النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين الصمود الأكاديمي والمعنى الشخصي لدى طلاب الدراسات العليا. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، *38*(2)، 403-468. DOI: 10.21608/mathj.2023.206324.1331

Affleck, G., & Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinnings. Journal of Personality, 64, 899-922.

Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: a meta-analysis. *Journal of clinical psychology*, *61*(4), 461–480. https://doi.org/10.1002/jclp.20049

Bottomley, J. S., & Neimeyer, R. A. (2025). Avoidant and Approach-Oriented Coping Strategies, Meaning Making, and Mental Health Among Adults Bereaved by Suicide and Fatal Overdose: A Prospective Path Analysis. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, *15*(5), 671. https://doi.org/10.3390/bs15050671

Brady, A. M. (2022). Mental health, resilience and existential literature. Journal of Philosophy of Education, 56(1), 78–89. https://academic.oup.com/jope/article-abstract/56/1/78/6821567

Churchill, S. D., & Fisher-Smith, A. (2025). Psychological resilience as striving to preserve oneself: on the possibility of a "positive" existential psychology. *The Journal of Positive Psychology*, *20*(5), 811–822. https://doi.org/10.1080/17439760.2025.2509984

Cleveland Clinic. (2020). Stress: Coping With Life's Stressors. https://my.clevelandclinic.org/health/articles/6392-stress-coping-with-lifes-stressors

Fadhel, S. B., & Adawi, T. R. T. (2020). Perceived stress and coping strategies among university students. *European Journal of Research in Medical Sciences*, *8*(1), 19-25.

Farber, E. W., Bhaju, J., Campos, P. E., Hodari, K. E., Motley, V. J., Dennany, B. E., ... & Sharma, S. M. (2010). Psychological well-being in persons receiving HIV-related mental health services: the role of personal meaning in a stress and coping model. *General hospital psychiatry*, *32*(1), 73-79. 10.1016/j.genhosppsych.2009.09.011

Folkman, S., & Moskowitz, J. (2000). Positive affect and the other side of coping. American Psychologist, 55, 647-654.

Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2007). *Positive affect and meaning-focused coping during significant psychological stress.* In M. Hewstone, H. A. W. Schut, J. F. de Wit, K. van den Bos, & M. S. Stroebe (Eds.), The Scope of Social Psychology: Theory and Applications (pp. 193–208). Psychology Press. https://doi.org/10.4324/9780203965245

Frankl, V. E. (1959). Man's Search for Meaning. Beacon Press.

Goldman, J. (2021). *Relationships between coping mechanisms and perceived stress of Portland State University community members amidst COVID-19* (University Honors Thesis, Paper 1100). Portland State University. https://doi.org/10.15760/honors.1127

Guo, M., Gan, Y., & Tong, J. (2013). The role of meaning-focused coping in significant loss. *Anxiety, Stress, & Coping*, *26*(1), 87–102. https://doi.org/10.1080/10615806.2011.627507

Heriyanto, B. (2017). The Effect of Transactional Stress and Meaning-Focused Coping on Compliance with Therapy Management for Diabetes Mellitus Clients. *Journal of Health, Medicine and Nursing, 38, 1-6.* https://core.ac.uk/download/pdf/234692086.pdf

Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (1999). The effects of leisure beliefs and coping strategies on stress-health relationships: A field study. *Leisure/Loisir*, *24*(1–2), 3–57. https://doi.org/10.1080/14927713.1999.9651258

Ji, L.-J., Yap, S., Khei, Z. A. M., Wang, X., Chang, B., Shang, S. X., & Cai, H. (2022). Meaning in Stressful Experiences and Coping Across Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *53*(9), 1015-1032. https://doi.org/10.1177/00220221221109552

Kivak, R. (2024). *Transactional model of stress and coping*. EBSCO Research Starters. https://www.ebsco.com/research-starters/psychology/transactional-model-stress-and-coping

Lazarus, R. S. (1966). Psychological stress and the coping process. New York: McGraw-Hill.

Lazarus, R. S. (1991). Emotion and adaptation. New York: Oxford University Press.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. Springer Publishing Company.

Ling, J., Chen, S., & Marina, M. (2024). Coping strategies mediated the relationship between perceived stress and hair cortisol among socioeconomically marginalized parents. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, *12*(1). https://doi.org/10.1080/21642850.2024.2399211

Ma, Y., Chen, S., Dong, H., Guo, R., Liu, R., Xie, J., & Sun, Z. (2024). Relationship Between Resilience, Social Support, Existential Well-Being and Negative Emotions in Cervical Cancer Patients: a Mediation Analysis. *Journal of Cancer*, *15*(11), 3418–3426. https://doi.org/10.7150/jca.91260

Nebbar, R., & Aiche, S. (2025). Coping Strategies for Psychological Stress Among University Students: A Field Study in Algeria. *Al-Rawaiz Review, 9*(1), 418-432

Pargament, K. I. (1997). The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice. Guilford Press.

Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin, 136*(2), 257–301. https://doi.org/10.1037/a0018301

Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the Context of Stress and Coping. *Review of General Psychology*, *1*(2), 115-144. https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115

Reker, G. T. (1997). Personal meaning, optimism, and choice: Existential predictors of depression in community and institutional elderly. *The gerontologist*, *37*(6), 709-716. https://doi.org/10.1093/geront/37.6.709

Riley, K. E., & Park, C. L. (2014). Problem-focused vs. meaning-focused coping as mediators of the appraisal-adjustment relationship in chronic stressors. Journal of Social and Clinical Psychology, 33(7), 587–611. https://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/jscp.2014.33.7.587

Schwarzer, R. & Schwarzer, C. (1996). A critical survey of coping instruments. In M. Zeidner & N. S. Endler (Eds.), Handbook of coping: Theory, research and applications (pp. 107-132). New York: Wiley.

Song, Y., Luo, Y., & Zhang, R. (2025). The relationship between meaning-focused coping and depression: A chain mediation model involving meaning in life and psychological well-being. *Acta psychologica*, *260*, 105661. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105661

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80–93. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80

Tager, J. B., Kenney, A. E., Lim, P. S., Everhart, S. A., Johaningsmeir, S., Balistreri, K. A., Morgan-Tautges, A., Lee, K. J., Brophey, M. A., Scanlon, M. C., Rothschild, C. B., Davies, W. H., & Schnell, J. L. (2025). Coping and Meaning-Making Strategies Described by Parents of Children with Medical Complexity. *Clinical practice in pediatric psychology*, *13*(3), 247–258. https://doi.org/10.1177/21694826251322195

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Target Article: "Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence". *Psychological Inquiry*, *15*(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the coping strategies inventory. *Cognitive Therapy and Research, 13*(4), 343–361. https://doi.org/10.1007/BF01173478

Weems, C. F., Poleacovsch, C., Feinstein, S., & Nartey, M. (2025). Existential anxiety, psychological flexibility, and deep resilience to climate crises. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1628080. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1628080

Wong, P. T. P. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the personal meaning profile. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for*

meaning: A handbook of psychological research and clinical applications (pp. 111–140). Lawrence Erlbaum Associates.

Wong, P. T. P. (2012). *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2nd ed.). Routledge.

Wong, T., & Shek, D. T. L. (2025). Meaning-Focused Coping in University Students in Hong Kong During the COVID-19 Pandemic: A Qualitative Study. *International journal of environmental research and public health*, *22*(4), 614. https://doi.org/10.3390/ijerph22040614

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

عدوي، طه ربيع طه (2026). استراتيجيات المواجهة والمعنى الشخصي لدى عينة من طلاب الجامعة المصريين والقطريين: دراسة عبر ثقافية. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*. 12(3)، الجزائر: جامعة الوادي، الجزائر. 14-44.