

مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية
ISSN : 2352-9849 EISSN : 2602-6929
المجلد 18 العدد 02/ ديسمبر 2025

أساليب مواجهة الصدمة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا "دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا بمدينة متليلي ولاية غرداية"

Methods of Coping with Psychological Trauma and Their Relationship to Psychological Adjustment among Students Preparing for the Baccalaureate Certificate A Field Study on a Sample of Students Preparing for the Baccalaureate Certificate in the City of Metlili, Ghardaïa Province

الزهرة بومهراس[1] **يسمينة تشعبت[2]**
جامعة غرداية، الجزائر **جامعة غرداية، الجزائر**

تاريخ الإرسال: 2025/06/01 **تاريخ التقييم: 2025/08/11**
تاريخ القبول: 2025/10/25

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الصدمة و التوافق النفسي لدى التلاميذ المعيدين لشهادة البكالوريا ببلدية متليلي، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي الذي يتماشى و طبيعة موضوع الدراسة، ومن أجل جمع البيانات المتعلقة بالموضوع تم استخدام استبيان اساليب مواجهة الصدمة لعبير امين عباس (2016)،و استبيان التوافق النفسي لزينب محمود شقير(2003)، طبقت الدراسة على

Abstract:

The aim of the current study was to explore the relationship between coping strategies and psychological adjustment among retaking high school diploma students in Metalili municipality. The study employed a descriptive approach that aligns with the nature of the research topic. Data collection utilized the Coping

الزهرة بومهراس، جامعة غرداية، [1] **zahra310378@gmail.com**
يسمينة تشعبت، جامعة غرداية، [2] **tichabet7yasmine@gmail.com**

عينة قوامها 181 تلميذ و تلميذة معديين لشهادة البكالوريا، وبعد جمع البيانات وتبويبها تم اختبار الفرضيات بالاستعانة بالحزمة الإحصائية(*SPSS*) وتم التوصل للنتائج التالية: مستوى منخفض من التوافق النفسي، و أن أكثر أساليب مواجهة الصدمة لدى افراد العينة هو اسلوب حل المشكلات ،كمانه تم التوصل الى ان هناك علاقة بين أساليب مواجهة الصدمة و التوافق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا، و في الاخير توصلت الدراسة الى ان هناك فروق في استخدام اساليب مواجهة الصدمة تبعا لمتغير الجنس لصالح الاناث .

الكلمات المفتاحية: اساليب مواجهة الصدمة، التوافق النفسي ،تلاميذ المعيدين لشهادة البكالوريا.

Strategies Questionnaire by Abeer Amin Abbas (2016) and the Psychological Adjustment Questionnaire by Zeinab Mahmoud Shaqeer (2003). The study sample consisted of 181 retaking high school diploma students. After collecting and tabulating the data, hypotheses were tested using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The findings indicated a low level of psychological adjustment and identified problem-solving as the most common coping strategy among the sample. Furthermore, the study revealed a relationship between coping strategies and psychological adjustment among retaking high school diploma students. Lastly, the study found gender differences in the use of coping strategies favoring females.

Keywords: coping strategies, psychological adjustment, retaking high school diploma students.

1- الاشكالية:

يتأثر الفرد بأي صدمة نفسية يمر بها في حياته، وبحسب الظروف الاجتماعية التي يعيش فيها يتحدد قدر تأثره بالأحداث الصادمة فعندما يعيش الفرد تلك الأوضاع ضمن جماعة تآ زره، وتشد على يده وتسانده وتقدم له يد العون والمساعدة اجتماعية كانت أو مادية لا شك أن ذلك سيؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على تفاعله مع الصدمة ، ويخفف من أثارها السلبية عليه. فالضغوط النفسية أصبحت سمة من سمات الحياة المعاصرة والتي تفرض على الفرد صراعات وتناقضات ومشكلات و تزايد في مطالب الحياة لمسايرة تغيرات المجتمعات الإنسانية من الناحية التكنولوجية والثقافية وتحولاتها بأبعادها المختلفة مما ينتج عنه مواقف ضاغطة شديدة ومصادر للقلق والتوتر والتهديد. فليس هناك انسان على وجه الحياة إلا ويعاني من الضغوط النفسية وأنماطها المختلفة على نحو يكاد يوميا وتتفاوت هذه الضغوط في حد ذاتها ونوعها من شخص لأخر ومن وقت لآخر لدى الشخص نفسه. وتلاميذ البكالوريا ليسوا بمنأى عن الظروف والمواقف الضاغطة بحكم تغيرات نمائية ونفسية واجتماعية وفسيولوجية التي تحدث لديهم حاجات ومطالب تستدعي إشباعها وتحقيقها حيث أن تكرار وشدة ضغوط الحياة مرتبط بصدى واسع من الاضطرابات النفسية والجسدية التي تزداد ما لم تتم مواجهتها والتغلب عليها بتبني أساليب وتقنيات تعرف في علم النفس استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

ونظرا إلى أن طلبة المرحلة الثانوية نواة المجتمع من الشباب الذين يستعدون الانتقال للمرحلة الجامعية من ثم الانخراط في الحياة العملية والعملية، هذا ما يفرض علينا القيام بدراسات معمقة لهذه الفئة بالخصوص المعدين والبحث عن مختلف المتغيرات التي تمس حياتهم، مثل الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها التوافق النفسي. وتعود مجمل الضغوطات النفسية التي يواجها التلاميذ المعيدين في هذه المرحلة بالذات أنها تتزامن مع دخول التلاميذ مرحلة النمو الشامل ومتكامل ألا وهي مرحلة المراهقة والتي تضع تلميذ أمام تحديات ومطالب يجب تحقيقها بغرض الوصول إلى إشباع الرغبات والحاجات.

فتعتبر أساليب التعامل بمثابة عوامل تعويضية تساعدنا على الاحتفاظ بالصحة النفسية والجسدية معًا، كما ينظر البعض إلى تلك العمليات على أنها عوامل الاستقرار التي تعين الفرد على الاحتفاظ بالتوافق النفسي والاجتماعي أثناء الفترات الضاغطة من حياته.

يتأثر الأفراد من الفئات العمرية المختلفة بالأوضاع الصعبة إلا أن هناك تفاوتاً بينهم في طريقة مواجهة هذه الأوضاع الصعبة، وهذا التفاوت ينبع من الخصائص الشخصية والظروف المحيطة بالفرد التي تجعل استجابته لهذه الأحداث تختلف عن غيره، ومنها : طبيعة المرحلة العمرية،- طريقة إدراك الفرد للحدث الصادم،تكيف الفرد السابق مع أزماته إحساس الفرد بالقوة والتماسك والدعم الاجتماعي والأسري المتوفر له (الشيخ، 2011،ص08).

كما يشير لازاروس و فولكمان الى أن تقييم التفاعل بين الفرد والبيئة يتأثر بمصادر شخصية ومتغيرات بيئية، وتعتبر الاعتقادات أهم هذه المصادر، خاصة المتعلقة بالتحكم المحدد من طرف روتر سنة (1966) "بمركز التحكم" والذي افترض أنه تتكون لدى الأفراد توقعات عامة لقدراتهم على التحكم في أحداث الحياة، فالأفراد الذين يدركون أن

أفعالهم تؤثر في شكل معيشتهم وطريقته، يمكن أن يقال أن لديهم تحكم داخلي، بينما الأفراد الذين يدركون أن أسلوب معيشتهم وطريقته تحددان بالحظ والصدفة...الخ تتكون لديهم توقعات في التحكم الخارجي.(عبد الفتاح وفاروق،1988 ، ص05)

وهناك العديد من الدراسات التي تناولت استراتيجيات المواجهة من بينها دراسة كل من فلكمان والزاروس 1984 Folkman & Lazarus "" وكانت ترمي للتعرف على طريقة إدراك الفرد لأحداث التي يمر بيها وتقييمه لهاو الأساليب التي يتبعها في مواجهة الضغوط وتوصلت الى ان الإدراك الإيجابي والسلبي لضغوط الحياة من محددات الصحة النفسية. بحيث يعيش الفرد بصفة عامة و التلاميذ بصفة خاصة في هذا الوقت الضغوطات مختلفة داخل الصف الدراسي وخارجه تنعكس سلبا على تحصيله الدراسي، حيث اسفرت دراسة اجراها كينغ1991 "King" على 760 طالب من طالب الثانوية في هانكوك أن أحدث الحياة المتعلقة بالمدرسة والأسرة هي أكثر المصادر اثارة للضغوط، كما ان استراتيجية التخطيط لحل المشكلة وتحمل لمسؤولية هما الأكثر استخداما من قبل الطلبة في حين كانت المواجهة والهروب هما اقل استخداما (جودة، 2004،ص686).

حيث يتعرض المراهقين المعديين دراسيا الى اجهاد وارهاق نفسي مما يؤدي بيهم الى استنزاف طاقة أكبر تجعلهم يشعرون بالقلق و الإحباط ونظرا أهمية الامتحان المقبلين عليه واسترجاعهم للتجربة المحبطة التي سبق وان مروا بها ومدى صعوبتها وتأثيرها عليهم، وهذا ما يدفعهم استخدام استراتيجيات وطرق لمواجهة الصدمة تمكنهم من مجابهة الواقع بكل ثقة والتغلب على مخاوفهم والسعي نحو تحقيق أهدافهم وطموحاتهم، وهذا بدوره يؤدي الى شباع حاجاتهم في تحقيق ذاتهم والرضا عنها وهو أحد مطالب الصحة النفسية.

يعد التَّوافق النفسي من الموضوعات المهمة في علم النفس لعلاقته بمتغيرات عديدة ومتنوعة كالتحصيل الدراسي والإنجاز والصحة النَّفسية ونجاح الفرد في جوانب حياته المختلفة. ويمثل التَّوافق النفسي عملية الانسجام بين طبيعة الفرد الداخلية وطبيعة البيئة الخارجية المحيطة به، بينما يمثل سوء التَّوافق النفسي والاضطراب النفسي ما هو عكس ذلك، لذلك يؤكد علماء النفس على التَّوافق النفسي الذي يساعد شباع دوافعه وحاجاته وتحقيق أهد الفرد التغلب على إحباطاته و دوافعه بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب، وتحقيق الانسجام بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر، فإذا تحقق ذلك أصبح الفرد متوافقاً توافقاً نفسياً بطريقة سليمة.

و التَّوافق النفسي للمتعلم يتعلق بقدراته على إحداث توازن بين دوافعه وحاجته ومتطلبات الدراسة والبيئة المدرسية، من حيث أنه يستطيع مواجهة الضغوط النَّفسية المدرسية بإيجاد أساليب إيجابية تسمح له بتحقيق التَّوافق مع ذاته وغيره.

إن التوافق كما يراه البعض بانه عملية اشباع الحاجات النفسية والاجتماعية ولا يتكفل الشخص بتنظيم اشباع حاجاته فحسب، بل هو قد يتعرض لصراع بين هذه الحاجات، وأي خلل في عملية الاشباع يؤثر على عملية التفكير لدى الفرد وسلوكه، وحسب ماسلو فإن أهمية اشباع الحاجات تأتي في المقام الأول لأنها تؤثر على التوافق فإذا نجح الفرد في اشباع حاجاته و تحقيق رغباته أصبح سويا نفسيا واجتماعيا و منتجا إيجابيا في مجتمعه و

تحقيق التوافق النفسي أمر ضروري على المستوى النفسي والذي يظهر في قدرة التلميذ على مواجهة مختلف المواقف التعليمية.

وقد أشارت العديد من الدراسات الى أهمية التوافق النفسي في حياة الانسان بمختلف جوانبها منها دراسة مجاهد مصطفى (2011) بعنوان أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة أولى ثانوي والتي توصلت الى تأثير أساليب التدريس إيجابا على تنمية التوافق النفسي ودراسة عبد الله محمود الفريحات وفخري فلاح المومني) (2016) بعنوان التوافق النفسي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين والتي توصلت الى وجود علاقة بين التوافق النفسي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية

ونظرا لأهمية هذا الموضوع الذي يمس اهم فئة من فئات المجتمع، فقد استهدفنا من خلال هذه الدراسة إلى التعرف على أكثر استراتيجيات المواجهة صدمة اعادة شهادة البكالوريا ومنه تمحورت تساؤلات دراستنا الحالية على النحو الآتي:

-ما مستوى التواق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا؟.

-ما أكثر أساليب المواجهة صدمة شيوعا لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا؟.

-هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا؟.

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام أساليب مواجهة الصدمة النفسية لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس؟

2- فرضيات الدراسة:

-مستوى التواق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا مرتفع.

-يعد أسلوب حل المشكلات هي الأكثر استخداما من طرف تلاميذ المعدين لشهادة لبكالوريا.

-توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام أساليب مواجهة الصدمة النفسية لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس.

3-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية البحث الحالي في أهمية موضوعه الذي تناول أساليب مواجهة الصدمة النفسية و علاقتها بالتوافق النفسي لدى التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا، كما يزيد من أهمية البحث تناوله لفئة التلاميذ معدين لشهادة البكالوريا الذين يمثلون شريحة هامة في المجتمع، تتضح كذلك في تحديد نسبة التلاميذ الذين يستخدمون استراتيجيات مواجهة الصدمة، وتحديد مستواهم للتوافق النفسي و هذا لتحسين مستوى تحصيلهم الأكاديمي.

4- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

-الكشف عن مستوى التواق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا مرتفع.

-الكشف عن اكثر الاساليب مواجهة الصدمة استخداما من طرف تلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا.

-الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا.
-معرفة الفروق في استخدام أساليب مواجهة الصدمة النفسية لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس.

5-تعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة:

5-1-أساليب مواجهة الصدمة النفسية:

هي أساليب وطرق معينة يستخدمها التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا في أثناء مواجهته لمجموعة من الأحداث المفاجئة والمربكة، التي ينتج عنها عدم قدرة التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا على السيطرة والتصرف، وأخذ القرار المناسب بسبب شدتها، وتتمثل في الدرجة التي يحصل عليها التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا في المقياس المستخدم في البحث.

5-2- التوافق النفسي:

هو تكيف التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا مع محيطه الخارجي ومع علاقاته في بيئته وذلك من خلال ملائمة سلوكه مع المجتمع بهد تحقيق التوازن بين الفرد وبيئته. وهو الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا من خلال الاستبيان المطبق عليه.

6-حدود الدراسة:

6-1-الحدود البشرية: تمثلت في التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا بمدينة متليلي.
6-2- الحدود الزمنية: خلال السنة الدراسية 2023-2022.
6-3-الحدود المكانية : طبقت الدراسة الحالية في ثانويات مدينة متليلي ولاية غرداية .

7-الإجراءات الميدانية للدراسة:

7-1-المنهج المستخدم:

إن كل دراسة أو بحث في جميع المجلات الطبيعية، الإنسانية، الاجتماعية، تستلزم تتبع منهج معين، إذ أن البحث لا يقتصر على المعلومات والبيانات فقط، بل يتعدى ذلك إلى تصنيف وتحليل وتفسير هذه المعلومات والبيانات كتوضيح أكثر أن أي دراسة علمية تتضمن بالضرورة جانبا حول المنهج، الذي يستخدم فيه توضيح الطريقة المعتمدة في عرض النتائج المتوصل إليها، والتي سيتم الحكم عليها انطلاقا من مدى ملائمة المنهج ووسائل تطبيقه على موضوع الدراسة (موريس انجلس، 2005،ص 07).

ووفقا لطبيعة موضوع هذه الدراسة اعتمد على المنهج الوصفي الذي يهدف إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق الدراسي لدى التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا.

7-2-العينة ومواصفاتها:

حيث تم توزيع الاستبيان على العينة الأساسية والبالغ عددهم (181) تلميذ وتلميذة اختيروا بطريقة عشوائية طبقية .

7-2-1-وصف عينة الدراسة حسب متغير الجنس :

وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم(01)يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس

الأفراد	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	70	%38.67
إناث	111	%61.32
المجموع	181	%100

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (01) أن عدد الإناث أكبر من عدد الذكور، حيث أن عدد الاناث بلغ (111) أستاذة بنسبة 61.32 % ، في حين أن عدد الذكور بلغ (70) أستاذ بنسبة 38.67.%

8- أدوات جمع البيانات:

يرتبط أي بحث علمي بمدى فاعلية الأدوات التي استخدمت، كونها الوسيلة التي يستعين بها الباحث في جمع البيانات ذات العلاقة بموضوع الدراسة.

8-1-إستبيان أساليب مواجهة الصدمة:

تم الاعتماد على الاستبيان الذي أعده عبير أمين عباس (2016) اساليب مواجهة الصدمة النفسية و علاقتها بالمساندة الاسرية لدى عينة من المراهقين المقمين في مراكز الايواء بمدنة دمشق،يضم بنود المقياس البالغ عددها (41) بنداً

الجدول رقم (02) يوضح توزع بنود مقياس أساليب مواجهة الصدمة النفسية على ابعادها

الأبعاد	العدد	أرقام البنود
بعد حل المشكلات	13	1،2،3،4،5،6،7،8،9،10،11،12،13
بعد المساندة	10	14،15،16،17،18،19،20،21،22،23
بعد التجنبية	09	24،25،26،27،28،29،30،31،32
بعد الانفعالية	09	33،34،35،36،37،38،39،40،41

تتم الإجابة عن كل بند من بنود مقياس أساليب مواجهة الصدمة النفسية وفق مفتاح تصحيح رباعي، وهو مكون من أربعة احتمالات (ينطبق دائماً، ينطبق غالباً، ينطبق قليلاً، لا ينطبق أبد اً)، ويقابل هذه لإجابات درجات (4،3،2،1) على الترتيب.

8-2- إستبيان التوافق النفسي:

تم الاعتماد على مقياس زينب محمود شقير (2003) يحتوي على (80) فقرة مقسمة الى أربع ابعاد:

بعد التوافق الشخصي والانفعالي: يحتوي على 20 بند

بعد التوافق الصحي والجسمي : يحتوي على 20 بند

بعد التوافق الاسري : يحتوي على 20 بند

بعد التوافق الاجتماعي : يحتوي على 20 بند

يطلب من المفحوص إعطاء تقدير (نعم – أحيانا – لا)، وتعطى لهذه التقديرات الدرجات التالية (3،2،1) على الترتيب.

9- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

9-1-استبيان العوامل أساليب مواجهة الصدمة

- **الصدق:**

يقصد بالصدق هو أن يقيس الاختبار أو الأداة ما وضعت لقياسه، وتحقيق صدق أداة القياس أكثر أهمية من تحقيق الثبات ، لأنه قد تكون أداة القياس أو الاختبار ثابتة ولكنها غير صادقة. (عوض وخفاجة، 2002،ص167)
وللتحقق من صدق أداة الدراسة تم استخدام الطرق التالية: صدق المقارنة الطرفية، طريقة صدق الاتساق

أ-صدق المقارنة الطرفية

الجدول رقم (03) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس سمات الشخصية

العينة		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	" ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الفئة العليا	14	217,3571	3,05355	11,205	26	دال عند 0.01
الفئة الدنيا	14	186,9286	9,69111			

يتضح من الجدول رقم (03) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا و الدنيا و أن قيمة " ت" المحسوبة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 ، و هذا ما يدل على صدق الأداة و أنها صالحة للتطبيق.

ب-صدق الإتساق الداخلي:

تمّ توزيع الأداة على عينة الدراسة الاستطلاعية والتي قوامها (50) تلميذ و تلميذة وذلك لحساب قيمة معاملات الإرتباط:

- بين درجة كل بند والدرجة الكلية للبعد التابعة له.

جدول رقم (04): يوضح معامل إرتباط بين كل بند والدرجة الكلية للبعد

حل المشكلات			بعد المساندة			بعد التجنبية			بعد الانفعالية		
رقم البند	معامل الارتباط	الدلالة الاحصائية	رقم البند	معامل الارتباط	الدلالة الاحصائية	رقم البند	معامل ارتباط	الدلالة الاحصائية	رقم البند	معامل ارتباط	الدلالة الاحصائية
2	0.618**	0.000	3	0.387**	0.005	4	0.387**	0.005	5	0.295*	0.038
7	0.517**	0.000	8	0.741**	0.000	9	0.741**	0.000	10	0.727**	0.000
12	0.327*	0.020	13	0.702**	0.000	14	0.702**	0.000	15	0.661**	0.000
17	0.412**	0.003	18	0.450**	0.001	19	0.450**	0.001	20	0.365*	0.011
22	0.354*	0.012	23	0.469**	0.001	24	0.469**	0.001	25	0.661**	0.000
27	0.346*	0.014	28	0.280*	0.049	29	0.280*	0.049	30	0.382**	0.006
32	0.507**	0.000	33	0.478**	0.000	34	0.478**	0.000	35	0.627**	0.000

37	0.300*	0.034	38	0.596**	0.000	39	0.569**	0.000	40	0.318*	0.025
42	0.291*	0.040	43	0.410**	0.003	44	0.410**	0.003	45	0.512**	0.000
47	0.496**	0.000	48	0.403**	0.004	49	0.339*	0.016	50	0.349 *	0.013
52	0,524**	0.000	53	0.422**	0.002	54	0.422**	0.002	55	0.556**	0.000
57	0.570**	0.000	58	0.520**	0.000	59	0.520**	0.000	60	0.581**	0.000

**دال عند مستوى 0.05 * دال عند مستوى 0.01 // غير دال

تظهر نتائج الجدول رقم (04) أن معاملات إرتباط كل بند بالدرجة الكلية دالة إحصائيا عند ستوى دلالة (0.05) أو مستوى دلالة (0.01) ،حيث تراوحت قيم معامل الإرتباط بين (0.741-295)

مما يبين أن الإستبيان يتميز بصدق الإتساق الداخلي وبذلك يكون صالح للقياس .

- **الثـــبات:**

قد تم تقدير الثبات من خلال ما يلي :

أ-**طريقة التجزئة النصفية :** وكانت نتائج ثبات مقياس اساليب مواجهة الصدمة بالتجزئة النصفية كالآتي:

الجدول رقم (05) يوضح ثبات مقياس اساليب مواجهة الصدمة في طريقة التجزئة النصفية

معامل الارتباط	قبل التعديل	بعد التعديل	مستوى الدلالة
اساليب مواجهة الصدمة	0.789	0.842	دال عند 0.01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن قيمة معامل الارتباط بين نصفي الاستبيان يساوي0.789و بعد تعديلها بمعامل سبيرمان براون بلغت 0.842 و هي دالة عند 0.01 و هذا ما يجعل إستبيان اساليب مواجهة الصدمة ثابت.

ب-حساب الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ : تم حساب الثبات وفق معادلة الفاكرونباخ كما يلي

الجدول رقم (06) يوضح ثبات استبيان اساليب مواجهة الصدمة بمعادلة ألفا كرونبخ

الاستبيان	معامل الثبات ألفا كرونبخ
اساليب مواجهة الصدمة	0.821

يتضح من الجدول رقم (06) أن قيمة ألفا كرونبخ هي 0.821 هي قيمة عالية و هذا ما يدل على إن مقياس اساليب مواجهة الصدمة ثابت.

2-9-استبيان التوافق النفسي:

- **الصدق**:

أ-صدق المقارنة الطرفية:

الجدول رقم (07) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التوافق النفسي

	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	" ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الفئة العليا	14	67,0714	5,45562	14,640	26	دال عند 0.01
الفئة الدنيا	14	37,1429	5,36165			

يتضح من الجدول رقم (07) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا و الدنيا و أن قيمة " ت" المحسوبة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 ، و هذا ما يدل على صدق الأداة و أنها صالحة للتطبيق.

ب-صدق الاتساق الداخلي:

معامل إرتباط بين الأبعاد و الدرجة الكلية للاستبيان:

جدول رقم (08): يوضح معامل ارتباط بين كل بعد من أبعاد الاستبيان و الدرجة الكلية له

الأبعاد	معامل الإرتباط	الدلالة الإحصائية
بعدالتوافق الشخصي و الانفعالي	0.345**	0.000
بعد االصحي و الجسمي	0.612**	0.035
بعد الاسري	0.752**	0.000
بعد الاجتماعي	0.652**	0.000

تظهر نتائج الجدول (08) أن معاملات إرتباط كل بعد و الدرجة الكلية دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) أو مستوى دلالة (0.01) ،حيث تراوحت قيم معامل الإرتباط بين (0.345 -0.752).

- **الثـــبات :**قد تم تقدير الثبات من خلال ما يلي:

أ-طريقة التجزئة النصفية : وكانت نتائج ثبات مقياس التوافق النفسي بالتجزئة النصفية كالآتي:

الجدول رقم (09) يوضح ثبات مقياس التوافق النفسي

معامل الارتباط	قبل التعديل	بعد التعديل	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	0.707	0.829	دال عند 0.01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن قيمة معامل الارتباط بين نصفي الاستبيان يساوي0.707 بعد تعديلها بمعامل سبيرمان براون بلغت 0.829و هي دالة عند 0.01 و هذا ما يجعل استبيان التوافق النفسي ثابت.

ب-حساب الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ : ولقد تم حساب الثبات وفق معادلة الفاكرونباخ كما يلي:

الجدول رقم (10) يوضح ثبات استبيان التوافق النفسي

الاستبيان	معامل الثبات ألفا كرونباخ
التوافق النفسي	0.880

يتضح من الجدول رقم (10) أن قيمة ألفا كرونباخ هي 0.880 هي قيمة عالية و هذا ما يدل على إن استبيان التوافق النفسي ثابت.

10- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية برنامج (PSS.v22)في إدخال بيانات الدراسة وتحليلها، والاعتماد على عددا من الأساليب الإحصائية التالية:

-المتوسط الحسابي: لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات مفردات الدراسة عن فقرات والمجالات الرئيسة لها

-الانحراف المعياري: للتعرف على مدى انحراف استجابات مفردات الدراسة عن وسطها الحسابي.

-معامل الارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين أساليب مواجهة الصدمة و التزافق النفسي

-اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في اساليب الصدمة النفسية تبعا لمتغير الجنس

11- عرض ومناقشة نتائج فرضيات الدراسة:

سيتمّ عرض ومناقشة النتائج المحصلّ عليها حسب تساؤلات الدراسة على النحو الآتي:

11-1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: حيث نصت على : " مستوى التوافق النفسي لدى التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا مرتفع."

المحك التفسيري لمستوى التوافق النفسي: يمكن للباحث أن يعتمد نسبة من الدرجات الكلية لاعتمادها كمعيار لحكم على انتشار الدرجات الكلية و عادة ما تمثل هذه الدرجة نسبة 75% او 80 % من السقف النظري للمقياس و يحسب عن طريق:

السقف النظري = عدد البنود × درجة البديل الأكبر = 80× 3 = 240

المحك التفسيري = 240 × 0,75 (75%) = 180

و منه نحكم على الدرجات فوق 180 بوجود مستوى توافق نفسي مرتفع و الدرجات الأقل من 180 بوجود مستوى توافق نفسي منخفض و للكشف عن هذا المستوى قمنا بتطبيق مقياس التوافق النفسي على عينة الدراسة البالغ عددها 50 تلميذ و تلميذة معدين لشهادة البكالوريا، و بعدها قمنا باستخراج نسبة 75% من السقف النظري للدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي وهذا لتحديدها كمرجعية للحكم على مستوى التوافق النفسي لدى العينة و التي تمثلت في درجة 180 بملاحظة المجال الذي تنتشر فيه الدرجات الكلية كالآتي:

الجدول رقم 11 : يبين المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لدرجات الكلية لمقياس التوافق النفسي

المتغير	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	الدرجة القطع
التوافق النفسي	50	179.91	16.45	180

نلاحظ من خلا الجدول السابق أن عدد أفراد العينة 50 ومتوسط الدرجات الكلية (179.91)و أن إنحراف القيم عن متوسطها قيمته(16.45)وبالرجوع إلى المحك أي نسبة 75 %من الدرجات الكلية الذي قمنا بحسابه من قبل هو 180ومقارنته بالمتوسط الذي هو 179.91نلاحظ أنهما قيمتان متقاربتان أذا ما أخذنا بعني الاعتبار التقريب وعليه فهي معيار يسمح لنا بالحكم على مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة و يلاحظ أيضا أن متوسط أفراد عينة الدراسة في مستوى التوافق النفسي بلغ (179.91)وهو متوسط أقل من درجة القطع (180)،وعليه يمكن أن نستنتج أن مستوى التوافق النفسي لدى معدين لشهادة البكالوريا منخفض و بمعرفة ما إذا كان هذا المتوسط حقيقي أم يعود إلى الصدفة فقد تم حساب اختبار (ت) لعينة واحدة.

جدول رقم (12)يوضح نتائج اختبار(ت) لمستوى الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة.

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	sig
التوافق النفسي	50	179.91	16.45	49	12.754	0.00

يلاحظ من خلال الجدول السابق أن قيمة (ت)بلغت (12.754)و نسبة الدلالة الإحصائية (0.00)وهي دالة عند (0.01)مما يعين أن مستوى التوافق النفسي فعلا هو منخفض فهو حقيقي و لا يعود إلى الصدفة.

و لمعرفة انتشار التوافق النفسي بالنسبة للأبعاد التي موجودة على المقياس (التوافق الشخصي و الانفعالي،الصحي و الجسمي،الاسري،الاجتماعي)، قمنا بحساب المتوسط الحسابي للدرجات و الوزن النسبي لكل بعد من الأبعاد ، و الدرجة الكلية للمقياس و ذلك كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم 12 : يبين متوسط الدرجات و الوزن النسبي للدرجات الكلية لمقياس التوافق النفسي

الأبعاد	عدد الفقرات	الدرجة الكلية للبعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
التوافق الشخصي و الانفعالي	20	60	49.47	4.11	25
الصحي و الجسمي	20	60	46.00	3.55	25
الاسري	20	60	38.17	1.23	25
الاجتماعي	20	60	46.27	7.56	25
الدرجة الكلية	80	240	**179.91**	**16.45**	100

يتبين من الجدول أن معدل انتشار التوافق النفسي هو 179.91 و وزنه النسبي 100، وتبين لنا أن التوافق الشخصي و الانفعالي كان أكثر انتشار بمعدل 49.47 و وزن نسبي 25 ثم تليها بعد الاجتماعي،بمعدل 46.27 و وزنها النسبي 25 ،ثم بعد الصحي و الاسري بمعدل 46 ووزن نسبي25 ،وفي الاخير بعد الاسري ب38.17 و وزن نسبي 25.

و تشير هذه النتائج إلى أن مستوى انتشار التوافق النفسي لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا منخفض ، و هو يؤكد ما توصلنا إليه من خلال تحليل نتائج المحك التفسيري للدرجات الكلية و بالفعل يوجد اختلاف في مستوى، و أنه لدى غالب عينة الدراسة منخفض. و قد أرجعنا هذا الاختلاف إلى أن المؤسسات التعليمية والمجتمعية لها دور متوسط و غير مقبول في الاهتمام بالجانب النفسي للتلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا من خلال عدم توفير الاحتياجات والمتطلبات النفسية و عدم توفير الجو الملائم لهم في المنزل والمدرسة والمجتمع، كما يعكس قلة وعي الوالدين في هذا الجانب المهم لصحة التلميذ النفسية، فالتَّلاميذ المعديين لامتحان البكالوريا سواء في الأسرة أو المدرسة بحاجة إلى الانتماء إلى جماعة أو بيئة اجتماعية صديقة تلائمهم من حيث الميول والعواطف والاتجاهات. فالبيئة الَّتي تستجيب لهم بسهولة، توطد بين الأفراد علاقات قوية، وتشعرهم بأن الآخرين يحترمونهم ويقبلونهم.

وذكر أبو طالب (2008) أن للتوافق النفسي السوي مظاهر ومؤشرات. فالفرد المتوافق توافقاً سوياً تميزه خصائص ومظاهر تميزه عن الفرد الآخر ذي التَّوافق غير السوي؛ ومن تلك الخصائص والمظاهر والدلالات. كما يرى بعض الباحثين الراحة النَّفسية والشعور بالسعادة والثقة بالنفس والكفاية في العمل وامتلاك مفهوم ذات ايجابي والخلو من الاضطرابات والأمراض والقدرة على تحمل المسئولية وضبط الذات. والبعد المدرسي والذي يعتبر الأهم في إحداث التَّوافق النفسي السليم لدى التَّلاميذ يرفع من توافقهم المدرسي داخل مناخ مدرسي جيد مفعم بالمحبة والتضامن، تسوده الحرية والديمقراطية. (البقعاوي والصمادي، 2016 ،ص 57)

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسة التي أجرتها استيفيز و زملاتها والتي أظهرت نتائجها مستوى منخفضا من التوافق النفسي لدى المراهقين العدوانيين،و دراسة طاطور (2011) التي أوضحت أن ما نسبته 67.6% لديهم مستوى منخفض من التكيف النفسي،و تختلف مع الدراسة التي أجرتها بلحاج (2011) حيث أظهرت النتائج أن مستوى التوافق النفسي جيد لدى المراهقين.

11-2-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: حيث نصت على : " تعد استراتيجية حل المشكلات هي الأكثر استخداما من طرف تلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا." ،وفيما يلي الجدول الذي يوضح أكثر استراتيجيات مواجهة الصدم انتشارا.

الجدول رقم (13): المتوسطات والحسابية والانحراف المعياري لاستراتيجيات مواجهة الصدمة

رقم الترتيب	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	حل المشكلات	35.776	7,489
2	المساندة	32.841	4,386
4	التجنبية	27.612	4,191
3	الانفعالية	30.415	4,196

بناء على المعطيات المستخرجة من الجدول رقم (13) نجد أن بعد حل المشكلات يعد الأكثر انتشارا لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا بمتوسط حسابي(35.776) وانحراف معياري (7,489) يليه في المرتبة الثانية بعد المساندة بمتوسط حسابي (32.841) وانحراف معياري (4.386)، ويأتي بعده بعد الانفعالية بمتوسط حسابي قدره (30.415) و انحراف معياري (4.196) ،وفي المرتبة الأخيرة بعد التجنبية بمتوسط حسابي(27.612) وانحراف معياري (4.191)، ومن خلال النتائج نلاحظ تحقق الفرضية الثانية و يرجع هذا بأن أساليب مواجهة الصدمات النفسية التي يستخدمها التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا في مواجهة المشكلات التي تواجهه، تخفف من الضغوط النفسية لديه؛ بسبب فاعليتها وتمكّنه من تجاوز المشكلة التي يتعرض لها، ومن ثم تنخفض لدى التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا حالة التوتر والإجهاد النفسي والجسدي والانفعالي، التي قد يؤدي تراكمها واستمرارها إلى حالة من الاضطرابات النفسية المختلفة.

كما يرجع ذلك ايضا إلى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا تواجههم العديد من الضغوطات والأزمات التي تحتم عليهم انتهاج سبل وطرق للخروج من هذه المواقف والبحث عن حلول للمشكلات والعوائق التي تعترضهم كل حسب الطريقة التي تلائم مشكلته فتختلف ردود أفعال التلميذ المعيد لشهادة البكالوريا للموقف الضاغط نفسه باختلاف الزمان والمكان الذي يحدث فيه ،كما تنطوي استراتيجية حل المشكل مع التعامل بشكل مباشر مع المواقف الضاغطة والعمل على إيجاد وسيلة لحلها ووضع خطط وتجزئة المشكلة إلى مراحل لحلها أو تعامل معها حتى يسهل حلها بالنسبة لاستراتيجية المواجهة الفعالة يرجع هذا إلى أن

التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا إزاء المواقف الضاغطة يلجؤون إلى الوقوف عند هذه الوضعيات للحد من تفاقمها وتراكمها بطريقة ملائمة حتى يتمكنوا من مجابهة هذه السنة بأقل عدد من المشكلات فالمواقف الضاغطة خلال هذه السنه تحتم علية تحلى بالمرونة من حيث الاستراتيجية المناسبة للمواقف الي تعترضه.

3-11- عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الثالثة : نصت الفرضية الثالثة على أنه "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي.

الجدول رقم (14):يوضح نتائج العلاقة بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي.

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة
أساليب مواجهة الصدمة النفسية	181	179.91	16.45	0.785	180	دال إحصائيا	0.01
التوافق النفسي	181	126.644	20.262				

يشير الجدول رقم (14) إلى أن عدد التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا الذين خضعوا للدراسة هم (181) تلميذ و تلميذة بينما وجد أن المتوسط الحسابي لأساليب مواجهة الصدمة النفسية (179.91) والانحراف المعياري الذي يقدر بـ (16.45) ، و فيما يخص التوافق النفسي لدى التلاميذ المعدين لشهادة البكالوريا فالمتوسط الحسابي يساوي (126.644) و الانحراف المعياري ب (20.262) حيث أثبتت نتائج التحليل إلى وجود علاقة إرتباطية قدرت ب(0.785) بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي عند درجة الحرية (180) و بهذه النتيجة يمكننا قبول الفرضية الدراسة الذي يقر بوجود العلاقة بين أساليب مواجهة الصدمة النفسية و التوافق النفسي.

و يرجع هذا إلى الأساليب التي يتجه إليها أفراد العينة حيث أنهم كثيرا ما يلجئون إلى محاولة مواجهة المشكلة والظروف الواقعية والبحث عن الدعم النفسي والاجتماعي وحسب دراستنا فإن التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا يحتاجون إلى القدرة على التأقلم مع الظروف و التغيرات التي قد تواجههم فهذه الشريحة من المجتمع تحتاج و بقوة إلى مستوى مرتفع من التوافق النفسي و القدرة على استخدام استراتيجيات مواجهة الصدمة حيث يساهم كلاهما بمدى مرونة نفسية ، وهذا لا يحدث إلا بتوفر كل منهما من أجل الوقوف في وجه الضغوط النفسية و التغلب عليها وهذا ما أشار إليه كمال الدسوقي في تفسير التوافق حيث لاحظ أن التوافق يستهدف الرضا عن النفس و الراحة و الاطمئنان و الشعور بالقدرة الذاتية على التكيف مع البيئة و التفاعل مع الآخرين.

حيث أن كل ما كان الفرد يتمتع بمستوى عالي من التوافق النفسي كلما أستطاع استخدام اساليب مواجهة الصدمة بطريقة جيدة وكان أثر الصدمة النفسية عليه أقل، وبالتالي قلت فرصة إصابته باضطراب ما بعد الصدمة، مما يؤكد على أهمية التوافق النفسي على الصحة النفسية للتلميذ المعيد لشهادة الباكالوريا وعلى الوقاية من خطر الإصابة

بالاضطرابات والأمراض النفسية، فلا شك أن من لديه توافق مع ذاته و يجد بجانبه يد تعينه وتسانده على محن الحياة ومعوقاتها وأزماتها وما يتعرض له من كوارث وصدمات طبيعية كانت أو من صنع الإنسان لن يكون حجم تأثيرها السلبي عليه مثل شخص آخر ليس لديه توافق نفسي مرتفع ،و لا يُلاقي تلك المساندة، فالتفاعل الاجتماعي بين الفرد مع من يحيطون به يحدث شكلا من التوازن النفسي فالفرد كائن اجتماعي بطبعه، ومهما كانت قدراته وإمكانياته لن يستطيع حل المشكلات التي يتعرض لها دون الحصول على مساعدة من الاخرين.

حيث تهدف أساليب مواجهة الصدمة إلى خفض التوتر الناتج عن المواقف صادم فضلا عن زيادة مصادر المواجهة لدى التلاميذ المعديين لشهادة الباكالوريا حيال تعرضهم لهذه المواقف، ولهذا تعرف الأساليب على أنها عمليات شعورية، سلوكية ومعرفية يقوم بها التلميذ المعيد لشهادة الباكالوريا لمتعامل بفاعلية مع الأحداث التي يتعرض لها في بيئته ، وتأسيسا على ما سبق تعد أساليب المواجهة ذات ضرورة قصوى خاصة في عالمنا اليوم، لأن الأف ا رد يواجهون بشكل متزايد مواقف صادمة حيث صارت الصدمات أمرا حتميا في حياة الفرد.

4-11 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة: حيث نصت على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الصدمة النفسية لدى التلاميذ المعديين لشهادة البكالوريا تبعا لمتغير الجنس

الجدول (15) يوضح نتائج إختبار "ت" لعينتين مستقلتين

المتغيرات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق	درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
ذكور	70	83.23	6.13	13.45-	179	3,384	0.05	دال
اناث	111	96.68	10.32					

يشير الجدول رقم (15) إلى أن عدد التلاميذ الذكور المعديين لشهادة البكالوريا هم (70) تلميذ و المتوسط الحسابي في استخدام اساليب مواجهة الصدمة لديهم هو (83.23) ، و الانحراف المعياري الذي يقدر ب(6.13) أما فيما يخص عدد التلميذات الاناث المعيدات لشهادة الباكالوريا هن(111)تلميذة و المتوسط الحسابي يساوي (96.68) و الانحراف المعياري يقدر بـ (10.32) حيث أن الفروق بين المتوسطات يساوي (-13.45) و قدرت "ت" المحسوبة بـ(3.384) عند درجة الحرية (179) عند مستوى الدلالة (0.05) ، و بما أن مستوى الدلالة قدر ب (0.041) وهي أقل من 0.05 و بالتالي فهي

دالة عند 0.05 و منه الفرضية الرابعة محققة أي انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام اساليب مواجهة الصدمة لدى التلاميذ المعديين لشهادة الباكالوريا تعزى إلى متغير الجنس و بالرجوع إلى المتوسط الحسابي نلاحظ أن هذه الفروق كانت لصالح الاناث و تعود هذه النتيجة إلى أن تلك الفروق إلى أن الإناث أكثر تأثرا بالصدمة النفسية نتيجة أساليب التنشئة الأسرية، التي تحرص على تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية للذكور أكثر من الإناث، مما يجعل الإناث يشعرن بالضعف والعجز، ويؤدي ذلك إلى عدم قدرتهن على مواجهة الأحداث الصادمة والصعبة التي يواجهونها في الحياة، عكس الذكور الذين يتاح لهم الدعم والمساندة، مما يعزز ثقتهم بأنفسهم، ويتيح لهم تحمل المسؤولية والإحساس بالثقة بالنفس، لذا يصبح الأفراد الذكور قادرون على المواجهة وتخطي ما يعترض طريقهم من أحداث صادمة.

كما يستمر الإناث لأوقات طويلة في التفكير في المشكلة، وقد وجدت الباحثة أن أسلوب التنشئة الاجتماعية يؤدي دورا كبيرا إلى إضعاف أساليب التكيف والمواجهة مع المواقف الصادمة لدى الإناث لاسيما أولئك الآباء الذين يتعاملون مع أبنائهم بالتمييز بين الذكور والإناث، في حين إن أسلوب التنشئة هذا يسمح للذكر بالخروج من المنزل دون قيود ويجعله يتمكن من المرور بالخبرة في مواجهة الحدث الصادم والتعامل معه، ونجد أنه يضع القيود أمام البنت ويمنعها من الخروج أو المرور بالتجربة نفسها، مما يؤدي إلى اكتساب الذكور لأساليب المواجهة الفاعلة مع الصدمة النفسية بدرجة أسرع من امتلاك الإناث لتلك الأساليب الفاعلة في مواجهة الصدمة النفسية نفسها.(عبير امين عباس،2016،ص110).و تتفق نتائج دراستنا مع دراسة عبير امين عباس(2016) التي توصلت الى ان هناك فروق بين الذكور و الاناث في أساليب مواجهة الصدمة ،بينما تختلف مع دراسة بن عمور جميلة (2017) التي توصلت إلى عدم وجود فروق في بأساليب مواجهة مواقف الحياة الضاغطة تعز إلى الجنس.

الاقتراحات و التوصيات:

-اجراء دراسة مقارنة لمعرفة استراتيجيات المواجهة المستخدمة لدى التلاميذ المعديين والغير المعدين لشهادة البكالوريا.

-إعطاء أهمية كبيرة لتطوير إمكانيات التلميذ في تبني أساليب الملائمة لمواجهة ضغوط الحياة، وذلك من خلال إدراجها في البرامج التربوية في مراحل المتمدرس الابتدائي والمتوسط والثانوي.

-تفعيل دور المرشد النفسي والتربوي في التخفيف من حدّة الضُّغوط النَّفسية الَّتي يعاني منها بعض التَّلاميذ، وذلك من خلال تكثيف المقابلات الفردية، و الدورات التحسيسية لدى المقبلين على امتحان البكالوريا.

-ضرورة تخصيص برامج دعم نفسي للتلاميذ الذين تعرضوا لأحداث صادمة، ومساعدتهم على التوافق النفسي والاجتماعي.

-الإفادة من نتائج هذا البحث في التعامل مع مشكلات المراهقين المتأثرين بالصدمة النفسية.

قائمة المراجع:

-امال عبد القادر جودة،(2004)،أساليب مواجهة احداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طالب وطالبات جامعة الأقصى وقائع المؤتمر التربوي الأول، التربية في فلسطين وتغيرات العصر، كلية التربية، الجامعة الاسلامية فلسطين.

-أمين عبير عباس(2016)،أساليب مواجهة الصدمة و علاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من المراهقين المقيمين في مراكز الإيواء في مدينة دمشق، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي (منشورة)،دمشق، سوريا.

-الشيخ، منال حسن، بركات، مطاع. (2011). أساليب التعامل مع اضطرابات الضغوط التالية للصدمة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية مقارنة لدى الأطفال الذين تعرضوا لحوادث سير (12-09)سنة في محافظة دمشق". مجلة جامعة دمشق، مجلد (27)، عدد (4+3) دمشق، سورية ،ص847-887

-صمادي، أحمد عبد المجيد و البقعاوي، عقل محمد(2016)، التَّوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل في المملكة العربية السعودية. دراسات نفسية وتربوية:جامعة قاصدي مرباح ،الجزائر(17)،66-55.

-عبد الفتاح موسى فاروق. (1981) علاقة مستويات الذكاء بالتحكم الداخلي لدى المراهقين من الجنسين بالمملكة العربية السعودية. مجلة الملك عبد العزيز.

-موريس،أنجرس(2004)، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، الجزائر: دار القصبة.