جامـــعة واســـط
مجلـــــــة كليـــــــة التربيـــــة

العـدد الثالث والأربعون
الجزء الثانى/ أيار/ ٢٠٢١

كفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة

الباحث حسين حبيب شبيب **أ.م.د مالك فضيل عبدالله**

جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الانسانية

hussainbb10@gmail.com

ملخص البحث

هدف البحث الحالي التعرف على درجة كفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة ، وحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة واسط للدراسات الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٠– ٢٠٢١) والبالغ عددهم (١٤٠٠٠) بواقع (٥٢٤٢) طالباً وطالبة من التخصصات العلمية و(٨٧٥٨) طالباً وطالبة من التخصصات الانسانية ، وقد اشتملت عينة البحث الحالي على (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة واسط ، وبعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة أعد الباحث مقياس كفاءة المواجهة والمكون من (٣٠) فقرة ، وتم استخراج الخصائص السايكومترية المتمثلة بالصدق الظاهري ومؤشرات صدق البناء ، وتم الاعتماد على عينة قوامها (٤٠) طالب وطالبة لاستخراج الثبات بطريقتي (الاختبار واعادة الاختبار، والفاكرونباخ) وحُلِّلت البيانات إحصائياً باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأظهرت النتائج ما يأتي: إنّ طلبة الجامعة في محافظة واسط يتمتعون بكفاءة مواجهة جيدة ، وبناءً على النتائج توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

Resilience for University students

Abstract

The present paper aims at finding out the degree of the resilience for university students in which the population is represented by the university students at morning studies during the academic year (2020-2021) who are averaged (14000) , i.,e., (5242) male and female students from the scientific departments and (8758) from from the human sciences depatments . So, the research sample is (400) students from the university of wasit . After reviewing the previous related studies the researcher has built a scale for measuring the resilience which consists of 30 items . The psychometric principles ; validity and reliability . The reliability has been secured by choosing a sample of 40 students using test - retest and Alph Cronpach formula .The data have been analysed using SPSS . The results showed that university students at wasit university have a good resilience degree. Due to

the results obtained the researcher has concluded some conclusions and recommendations and suggestions

الفصل الأول

- **مشكلة البحث:-**

يتعرض طلبة الجامعة لأنواع شتى من الضغوط والمشكلات التي من شأنها أن تزيد القلق واحتمال تطوره والمعاناة من أثاره في المستقبل مما يؤثر سلباً في سلوكهم وطريقة تعاملهم مع الأخرين في المواقف الاجتماعية وأن طلبة الجامعة يواجهون متطلبات الحياة المعاصرة المليئة بالضغوط النفسية وقد يفشلون في التكيف مع الحياة مما يجعلهم يعانون من اثارها وهذا يتطلب تقديم المساندة والدعم لهم لتجاوز الصعوبات الناجمة عن ذلك وأن لكل جيل همومه ومشكلاته وطموحاته والشباب هم أكثر شرائح المجتمع تأثراً بأحداث الحياة الضاغطة والظروف المتغيرة وغالباً ما تبقى اثار المناخ النفسي ومخلفاته لمرحلة الشباب مطبوعة على معالم شخصية الأنسان في مراحل حياته اللاحقة (الاميري،١٩٩٨: ٢). أن الشخص الذي يتصف بأنخفاض كفاءة المواجهة يجد الصعوبة في التكيف كما إنه لا يتقبل أدخال أي تغييرات على ذاته وتختل علاقته بذاته وبالأخرين كلما طرأ جديد على أرض الواقع (Basim&Cetin,2010:25) ، وبالتالي فأن هذا الضعف أو الانخفاض في كفاءة المواجهة لدى الطلبة يسبب لهم اضطرابات معرفية وانفعالية واجتماعية عند تعرضهم لمواقف جديدة في البيئة الجامعية الأمر الذي يجعلهم فاقدين لتوازنهم وانسجامهم وعدم اتساق ذواتهم (القزويني،٢٠١٨: ٢-٣). كما أن تعرض الافراد بكثرة الى مواقف وظروف صعبة يؤدي تدريجياً الى فقدانهم لكفاءة المواجهة ثم انهيارها ما لم يكتسب الافراد خبرة من تلك المواقف (غني،٢٠١٠: ٣).

فانخفاض المواجهة لدى الطلبة مؤشر سلبي في نوعية الحياة في جوانبها الروحية والاجتماعية والأسرية والصحية و يفقدهم الشعور بالسعادة و يؤدي الى عدم قدرتهم على ترويض انفعالاتهم ووضع الخطط الواقعية وعدم وضوح قراراتهم أزاء ما يواجهونه من مواقف ومحن وشدائد في الحياة (محمد ،٢٠١٤: ١٢٧-١٢٩). وقد وجد الباحث بعض الدراسات التي تعزز مشكلة البحث وتدل على أن هناك معاناة فعلية لدى طلبة الجامعة مثل دراسة (بدوي، ٢٠١٢) و دراسة (محمد، ٢٠١٤) ودراسة

ودراسة (القزويني، ٢٠١٨) ودراسة وأستناداً على ما تقدم ذكره فأن مشكلة البحث الحالي تتضح في الإجابة عن التساؤل الآتي: **هل يتمتع طلبة الجامعة بكفاءة مواجهة ؟**

- **أهمية البحث :-**

تعد كفاءة المواجهة مفهوم يعني توافق الفرد مع أحداث ومواقف الحياة ومحنها والارتداد السريع الى الوضع السابق، أي أنه يساعد الفرد على التشافي ويضمن سلامته من الأمراض النفسية أو أي أثار سلبية اخرى (محمد،٢٠١٤: ٤٠-٤٤).وتعتبر كفاءة المواجهة المنحنى الذي يعظم القوة الإنسانية ويسعى الى اكتشافها ويعمل على تنميتها، وهي القوة التي تسمح للإنسان باجتياز التحديات والمحن والنهوض بعد التعرض لها وتحقيق النمو والكفاءة (الاعسر،٢٠١١: ٩). وكفاءة المواجهة ركيزة أساسية لصحة الفرد النفسية كونها قوة دافعة لمواجهة الأحداث المتغيرة اليومية بما يولد لديه الاحساس بالرضا والهدوء والاستقرار من خلال التحكم في مشاعره وانفعالاته والتعبير عنها بصورة إيجابية (الضامن وسمور ،٢٠١٧: ١٧٢).

ونجد أهمية كفاءة المواجهة واضحة في تقدير الذات فكلما تغلب الفرد على المحن والمواقف الصعبة كلما زادت ثقته و تقديره لذاته (كفافي وابو غزالة،٢٠١٥:١٥)، ولكفاءة المواجهة القدرة على انتشال الفرد لنفسه من الضياع فهي تنمي فكرة تعظيم فردي لكل فرد بما يمتلكه من سمات أو خصائص شخصية وتدفع به ليكون شخصاً لا يستطيع التوتر النفاذ إليه بسبب الوقاية أو الحماية والدعم الداخلي الذي تقدم له(صفاء الاعسر،٢٠١١:٤٦-٤٧)، وقد اشارت دراسة (بدوي،٢٠١٢) الى أن مرتفعي كفاءة المواجهة هم الأكثر تكيف ودافعية مع بيئة الفصل الدراسي(بدوي ،٢٠١٢: ٣).
ويرى وينجلند (Wangnild,2003) أن كفاءة المواجهة تعبير الفرد على التوافق الدائم بعد تعرضه لمجموعة متلاحقة من الأحداث المؤلمة والمحن وتكمن أهميتها بأنها ترفع درجة التكيف الإيجابي للأفراد تحت أي مواقف ضاغطة أو مؤلمة (Wangnild,2003:7).

كما أوضحت دراسة (محمد، ٢٠١٤) أن كفاءة المواجهة تمدنا باتجاه جديد يستخدم للإرشاد الوقائي لدى طلبة الجامعة وتصف التعرف عليها بأنه ضرورة تشخيصية ووصفية، أذ أن عدد كبير من الطلبة ولاسيما المراهقين والشباب منهم يجدون انفسهم معرضين لمواقف صعبة وأوضاع قاسية خلال حياتهم الدراسية (محمد،٢٠١٤: ٥٢). وبينت دراسة (القزويني، ٢٠١٨) بأن كفاءة المواجهة توجه عقلي ورؤية مؤداها بأن الجميع لا يمتلك مناعة ضد المحن والشدائد والنكبات في بيئة تسودها التوترات وتضيف بأن علينا الأهتمام بهذا المفهوم و تحديد المتغيرات التي يمكنها مساعدة الفرد على التعافي والتشافي عند مواجهة الصدمات التي تنتج من تلك الظروف، وكذلك لكونه يضع لنا أهداف واقعية ويحل المشاكل وينضج العلاقات مع الأخرين بكفاءة (القزويني،٢٠١٨: ٨).

وتعد فئة الشباب الجامعي من الفئات العمرية المهمة في المجتمع التي يسعى لتنمية قدراتها أكثر كونها من أكثر الفئات تأثيراً وفاعلية اذ ما أحسن توجيهها والأستفادة من قدراتها فالمجتمع الذي يبتغي التقدم والتطور، لايمكن أن يغفل عن شريحة مهمة كشريحة الشباب(الحلبي وخضر،٢٠١٠: ٢٤٢) والشباب من الفئات المهمة التي يوجه إليها العلماء في التربية وعلم النفس وعلم الاجتماع عنايتهم واهتمامهم، وذلك لما لهم من دور خطير في حياة المجتمع، أذ أن حيويتهم و عنفوانهم ونشاطهم وقدرتهم على العطاء تجعلهم اكثر عناصر قطاعات الانتاج قدرة على العمل والانتاج المثمر وهذا ما يجعل المجتمعات تعتمد على الشباب في مسيرتها نحو التقدم والرقي و طلبة الجامعة هم شريحة الشباب التي يعقد عليها المجتمع أماله في التقدم والتطور ولا بد لطالب العصر الحالي أن يكون معتمداً على نفسه مسيطراً على انفعالاته متحكماً بها و قادراً على أن يقرر ما هو مناسب يصدر الحكم بنفسه حول عملية تعلمه والتركيز على قدراته وإمكاناته الذاتية (رمضان،٢٠١٦: ٦-٧). وتأتي أهمية الجامعة في بناء شخصيات طلبتها ذلك أن الشخصية ترتبط بالعديد من مظاهر السلوك حيث أن الجامعة مسؤولة عن تربية الأنسان نفسياً واجتماعياً مما يسهل عليه قبول التغير الاجتماعي (المسند،١٩٩٨: ١٧)، كما أن دور الجامعة لم يقتصر على تزويد الطالب بالمعلومات والمعارف فقط ، بل بسعة نطاقها وفلسفتها تعددت أغراضها لتشمل الإسهام في تنمية الجوانب العقلية والجسمية والاجتماعية والانفعالية لشخصيات الطلبة (قاسم ،٢٠٠٦ :٥)

- **هدف البحث:**- يهدف البحث الحالي بالتعرف على درجة كفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة.
- **حدود البحث:**- يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة واسط وللتخصصات العلمية والإنسانية للدراسة الاولية الصباحية للعام الدراسي (2020 -2021).
- **تحديد المصطلحات:**-

كفاءة المواجهة Resilience ويعرفها كل من:

١-**الرابطة النفسية الامريكية (A.P.A,2003)**: عملية التوافق الجيد في مواجهة الشدة والصدمة، المأساة والتهديدات أو حتى مصادر الضغوط الأسرية أو المشكلات الصحية الخطيرة وضغوط العمل والضغوط الاقتصادية، كما يعني النهوض أو التعافي من الضغوط الصعبة (A.P.A,2003:1).

٢-**ويكس (Wicks,2005)**: العملية المستمرة للتكيف الشديد مع أي صدمة أو أزمة أو مأساة أو تهديد أو أي مصدر ضغط (Wicks,2005).

٣-**انغر (Unger,2008)**: التكيف الناجح والايجابي في مواجهة المحنة اذ يزدهر الفرد في الوقت الذي يكون متوقع منه الفشل (Unger,2008:45).

التعريف النظري: أعتمد الباحث تعريف انغر (**Unger,2008**) تعريفاً نظرياً لكفاءة المواجهة.

التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على فقرات مقياس كفاءة المواجهة الذي أعده الباحث لأغراض البحث.

الفصل الثاني

- **الاطار النظري:**

مفهوم كفاءة المواجهة:

يعد مفهوم كفاءة المواجهة من المفاهيم التي بدأ استخدامها في منتصف القرن العشرين وأصل، كلمة(Resilience) مشتق من الكلمة اللاتينية (Salire) وتعني القفز أو الوثب وأما كلمة (Resilire) فتعني عودة الربيع، و كلمة (Resilience) تعني القدرة على الارتداد بعد ضربه مفاجئة أو بعد التعرض لشدة، و المعنى اللغوي يشير الى قدرة الجسم على استرداد حجمه وشكله بعد التشويه الذي يحدث جراء قوى خارجية (موسى، ٢٠١٤: ٩). ترجع جذور هذا المفهوم الى العديد من فروع العلم منها: علم الفيزياء، علم الاحياء علم الفلسفة، علم الاجتماع، والعلوم السلوكية وعلى مدى العقود الثلاثة المنصرمة أصبحت كفاءة المواجهة تقع على عاتق علم الامراض النفسية (أبو غزالة، ٢٠٠٩: ٢٠٩).

وعبرت الثقافة العربية عن كفاءة المواجهة من خلال الحكم والامثال في المجتمعات العربية مثل: (الضربة التي لا تكسر تقوي) و(في كل محنة منحة) بعبارات تعزز كفاءة المواجهة وتزيد الافراد قدرة على تحمل المحن والشدائد وتحدي الازمات والاحداث المتغيرة وعدم الاستسلام لها، بل تساعد الافراد على التكيف معها والتوافق الايجابي والتعافي السريع بعد المحنة والشدة وبث ثقة أعلى في النفس (محمد،٢٠١٤: ٣٥).

ينتمي مفهوم كفاءة المواجهة الى علم النفس الايجابي وهو من المفاهيم التي تثير جدل كبير حول ترجمتها الى اللغة العربية فقد ترجم الى مصطلحات كثيرة منها الصمود النفسي، والمرونة النفسية، والمرونة الايجابية، والمقاومة النفسية، و أستقرار الأمر وتم الاتفاق على أستعمال ترجمة كفاءة المواجهة لأنها تعكس المعنى الحقيقي لمفهوم كلمة(Resilience) كونها تشمل قدرة الافراد على استخدام أكفا السبل والطرائق للتعامل مع المحن والشدائد والتي يمكنها مساعدتهم في أستعادة أوضاعهم الطبيعية لما قبل المحن والشدائد(عمر،٢٠١٧: ١٩).

مراحل تطور مفهوم كفاءة المواجهة:

المرحلة الاولى: الاهتمام بدراسة الفرد

تركزت الدراسات في هذه المرحلة على كفاءة المواجهة بوصفها سمة من السمات الشخصية التي يمتلكها الافراد الذين يجتازون الشدائد والمحن (القزويني، ٢٠١٨: ٣١).

وظهرت الكتابات في هذه المرحلة والتي امتازت بالطبيعة النظرية كبدايات أولى عن كفاءة المواجهة على يد فرانكل (١٩٤٦) وابراهام ماسلو(١٩٥٠) وأرتكز اهتمامهم على طبيعة الفرد الشخصية الصحية والنمو مقارنة بعلم الأمراض لكون الانسان يتعرض للضغوط المزمنة كالفقر والمعتقلات، ثم تحول الاهتمام الى دراسة الفروق الفردية في استجابات الافراد للمخاطر والمحن، حيث أتجه الاهتمام بتأثير هذه المحن والمخاطر و أحداث الحياة الضاغطة على الأفراد (محمد ،٢٠١٤: ٣٦).

كما أهتمت المرحلة الأولى بدراسة كفاءة العوامل المرتبطة بالتوافق الايجابي رغم مرور الافراد في البيئات الخطرة بعدد من العراقيل والمعوقات المتمثلة بالنكبات والمواقف الضاغطة (صفاء الاعسر،٢٠١١: ٥٤).

ورغم اختلاف الدراسات في السنوات الاولى لكفاءة المواجهة وتطورها تم الاتفاق على جملة من المفاهيم المفتاحية تشير الى أن كفاءة المواجهة نمط من التوافق الإيجابي في اطار محنة وقعت في الوقت الماضي أو قائمة في الوقت الحاضر وقد أتفقوا على ما يأتي:

- الاقرار بوجود تهديد حقيقي لنمو الفرد وتوافقه
- الاقرار بأنه رغم التعرض للتهديد والمحن فان الفرد يتمتع بتوافق جيد ولابد من وجود محك موضوعي في الحالتين لوقوع الضرر وتحقق التوافق الجيد (القزويني،٢٠١٨: ٣١).

وعن طريق تلك الدراسات السابقة توصل العلماء والباحثين الى قناعة مفادها أن هناك أفراد يستجيبون بصورة توافقية رغم ما يواجهوه من مشقة ومعاناة وألم ولديهم إمكانيات تساعدهم على ذلك ثم أطلق الباحثين عليهم مفهوماً يصف الامكانيات هو (الحصانة) أو (المحصنون) ضد المحن والشدائد بعد ذلك جاءت التساؤلات الكثيرة مفادها هل هذه الحصانة هي مناعة جينية ام هي مكتسبة تعلمها الافراد، و بعد سنوات أنتقد مفهوم التحصين كونه مفهوم مطلق وتم استبداله في سبعينيات القرن المنصرم بمفهوم كفاءة المواجهة (محمد عثمان،٢٠١٠: ٢١).

المرحلة الثانية: الاهتمام بتفاعل الفرد مع البيئة المختلفة

أهتمت هذه المرحلة خلال تسعينيات القرن الماضي بكفاءة المواجهة كونها عملية ديناميكية تنتج من تأثر الفرد بالأخرين وتوجه اهتمام دراستها بكفاءة المواجهة داخل النظم النمائية مثل العلاقات

(داخل الاسرة، العلاقات داخل المجتمع) ، كما وأهتمت بالعمليات البيولوجية الاجتماعية والثقافية وتم دمجها في دراسات كفاءة المواجهة وفي هذه المرحلة أعتبر كفاءة المواجهة مكون هام في مجال علم النفس النمو ثم تولدت اهتمامات العلماء والباحثين بدراسة المصادر والموارد البشرية والاجتماعية والاسرية الوقائية التي أسهمت في نمو وتطور كفاءة المواجهة وتم وضع برامج وقائية لتعزيز تلك العوامل(Davises,et al,2011:420).

وقد صاحب ذلك الاهتمام تناول مجال الضغوط والنكبات وسبل مواجهتها ومفهوم كفاءه مواجهة وسماته بذلك قد انتقلت دراسات كفاءة المواجهة من الاهتمام بوصف الفرد الى التركيز على شبكات التفاعل مع الأسرة والمجتمع (محمد،٢٠١٤: ٢٧).

المرحلة الثالثة: تنمية كفاءة المواجهة

تزامنت هذه المرحلة مع بداية التحول الى مجال علم النفس الايجابي عام (١٩٩٨) ليتم الاهتمام المباشر بتنمية القدرات الكامنة في صلب التكوين الإنساني ومد له يد العون والمساعدة في الاستجابة المثلى والمرونة والصمود بوجه المحن والمواقف والأحداث المتغيرة (القزويني،٢٠١٨: ٣٢) وقد تم ذلك التعزيز والتدعيم عن طريق برامج الدعم والمساندة الاجتماعية ومقاومة الضغوط وذلك لأن الاهتمام بالعوامل الوقائية أصبح من الأهداف المهمة (محمد،٢٠١٤: ٣٧).

المرحلة الرابعة: الدراسات والابحاث

شهدت هذه المرحلة تركيز وتعمق الابحاث في كفاءة المواجهة على مستويات متعددة من النظم والعمليات العصبية الحيوية وبرزت أبحاث جديدة تناولت اختصاصات حديثة في علم الوراثة وعلم الاعصاب وتم أدخال تقنيات فائقة التطور في جمع البيانات كالمؤشرات الحيوية (Russo,et.al,2012:35).

مصادر كفاءة المواجهة :

ويمكن توضيح مصادر كفاءة المواجهة بالآتي:

١- **الدعم الخارجي:** وهو أحد المصادر المهمة ويساهم مساهمة فعالة ويعمل على استمرارية كفاءة المواجهة.

٢- **القوه الداخلية (الكامنة) والخارجية:** ويعد هذا المصدر من أهم المصادر ويتمثل في أيمان الفرد وثقته بذاته وقدراته وإمكانياته وخبراته ومعارفه الذاتية التي أكتسبها من محيطه الذي يرفده بمرور الزمن بخبرات تساهم في امتلاكه لكفاءة المواجهة.

٣-**امتلاك الفرد القدرة والمهارة:** لحل المشكلات التي تجعل منه فرداً يمكنه التصدي للشدائد والمحن(محمد، ٢٠١٤: ٥٧).

خصائص كفاءة المواجهة :

يتفاوت الافراد في استخدامهم مهارات التكيف في مواجهة الكوارث والنكبات والمحن وهناك خصائص لكفاءة المواجهة يمكن تطويرها وتعزيزها ليتمكن الافراد من تحسين قدراتهم على التعامل مع المواقف الحياتية الضاغطة ، وقد أشار (ابو حماد ،٢٠١٧) الى الخصائص التالية:

١- **مفهوم السكون مقابل الدينامية:** أن كفاءة المواجهة عملية دينامية ناتجة من تفاعل الفرد مع الاحداث المتغيرة والبيئة المحيطة به، لذلك تتطلب عمليات دينامية وأليات وبرامج متنوعة ومتعددة داخل هذه البيئة وضمن التفاعل الشخصي لكل فرد.

٢- **التطور والتغير ما بعد الصدمة:** تطور يحصل عليه الافراد بعد تصديهم لحدث صادم يشمل النمو و التغيير الايجابي و تحسين الاداء بشكل جيد كنتيجة للحدث المقابل.

٣- **تنوع أليات الذات الإيحائية للكفاءة:** وتتثمل في الامكانات والقدرات الدماغية على ضبط وادارة الدافعية والتعلم والتفاعل مع القلق والتوتر وتطوير السلوك التكيفي ومن أهم أليات الذات العلاقة بالخصائص الفردية مع الكفاءة التعزيز والدافعية التفاؤل والمرونة، الاستجابة للقلق التصرف باتزان رغم وحدة القلق (ابو حماد،٢٠١٧: ٤٣-٤٤)

٤- **كفاءة الأنا:** وتعني القدرة العامة للفرد والتي من خلالها يستطيع الحصول على التكيف الملائم للضغوط والمحن الداخلية والخارجية التي تعترضه في حياته اليومية وتعد كفاءة الأنا صفة فردية تتيح للفرد فرصة التكييف وأظهار السلوك المتزن رغم الضغوط المفروضة عليه من قبل المحيطين به أو البيئة.

٥- **خبرة الشعور بالتماسك مع الاخرين:** وهي التوازن الذي يحققه الفرد بين أهتماماته واتجاهاته الشخصية وبين الشعور بالمسؤولية لتحقيق الصالح العام وحرصه على إقامة العلاقات الودية والمتوازنة مع الأخرين.

٦- **خبرة العدالة الاجتماعية:** الصلة بالدور الذي يجاهد الفرد في الحصول عليه داخل بيئته وحرصه على أن يكون ذو معنى متلائم مع قيم المساواة الاجتماعية والتقبل.

٧- **التزام التقاليد الثقافية:** إنضمام الفرد لمجتمعه ومعرفته بممارسته الثقافية والقيم والمعتقدات السائدة فيه.

٨- **التوصل الى العلاقات المساندة:** تكوين العلاقات ذات معنى يسودها الثقة والألفة مبنية على الاحترام المتبادل ضمن نطاق الاسرة والمجتمع (كزبر،٢٠١٩: ١٧).

العوامل المؤثرة في كفاءة المواجهة:

ويمكن توضيح أهم العوامل التي تؤثر بكفاءة مواجهة الأفراد للضغوط والمحن وكالآتي:

١- **الوراثة والبيئة:** وقد توصل علماء النمو الى نتائج تشير الى أن التنوع بين الأفراد يعود ليس لوجود أو غياب الجينات أو البيئات فقط وإنما لوجود صور وأشكال متمايزة في الفروق الفردية على أساس بيولوجي كمي وجزئي.

٢- **الفروق الفردية و الصمود النفسي:** بالرغم من التقدم العلمي الا أنه تم التوصل الى عدد قليل من الجينات التي تدخل في التفاعلات المتبادلة والمركبة بين الجينات والبيئة في النمو

٣- **المزاج والشخصية:** المزاج خصائص يمتاز بها الفرد تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والزمن وتحصل الفروق الفرد بين الافراد في المزاج وبين سبب التفاعل المركب و المتبادل بين تأثيرات البيئة والوراثة والمزاج من الأسس التي تحدد ابعاد الشخصية مثل (العصابية، اللطف، الضمير).

٤- **العوامل المعرفية:** ويعد دورهاً مهما في كفاءة المواجهة فهي مصدر قوي لكفاءة المواجهة ومشتقة من مرحلة الطفولة والمراهقة، فالأفراد الذين يمتلكون المعرفة لديهم القدرة الكبيرة على امتلاك استراتيجيات المواجهة (ابوغزالة وأخرون ،٢٠١٦: ٧٨٥-٧٨٦)

سمات الافراد ذوي كفاءة المواجهة المرتفعة:

يرى فان جالين وآخرون (VanGalen,et.al,2006) أن الأفراد ذوي كفاءة المواجهة المرتفعة يتميزون بالسمات الاتية:

١. الإحساس بالهدف من الحياة.

٢. أمتلاك مهارات وقدرات لمواجهة الضغوط والمحن متناسبة معهم وتلك الضغوط والمحن وإعتبارها تحديات من الواجب مواجهتها.

٣. إيمانهم بان النكبات والشدائد تزيدهم قوة.

٤. قادرين على التواصل.

٥. تقبل الحياة والتخطيط والاجتياز للخبرات السلبية.

٦. يمتلكون روح الدعابة.

٧. يمتازون بالانفعال الإيجابي والتعبير عنه بأفضل ما يمكن.

٨. إقامة علاقات ناضجة ومتزنة مع الاخرين.

٩. القدرة على التفاعل الفعال في الحياة الاجتماعية.

١٠. يمتازون بكفاءة وتقدير الذات (VanGalen,et.al,2006:6).

ويشير ولين وولين(Wolin&Wolin,1993) الى أن سمات الأفراد ذوي كفاءة المواجهة العالية هي:

١. **الاستبصار:** قدرة الفرد على قراءة المواقف والاشخاص اضافة الى تكييفه لسلوكه لكي يصبح متوازناً و متناسباً مع تلك المواقف والاحداث.

٢. **الاستقلال:** القدرة على مواجهة الأحداث المتغيرة والنكبات وتوازن الفرد في التعامل معها بمفرده.

٣. **الابداع:** القدرة على أيجاد البدائل والخيارات المتنوعة للتكيف مع الأحداث والظروف الصعبة وتحدي المخاطر وصناعة واتخاذ القرار بشأنها.

٤. **روح الدعابة:** الجانب المضيء من شخصية الفرد ذو الكفاءة المرتفعة وتظهر في قدرته على أدخال السرور على نفسه وخلق الجو الطبيعي في أصعب الظروف.

٥. **المبادأة:** قدرة الفرد على البدء بتحدي الأحداث والمواقف الضاغطة بعدة دراسة جوانبها دراسة جيدة.

٦. **تكوين علاقات إيجابية:** قدرة الفرد على إقامة العلاقات الناضجة والمفيدة بمن يحيطون به والتعامل النفسي والبين شخصي الجيد معهم.

٧. **القيم الموجهة:** البناء الروحي والقيمة والديني الصحيح الفرد والذي يضمن قدرته على أحترام القيم الروحية من خلال تعامله مع أفراد مجتمعه ومع خالقه ليصبح شخصاً متسقاً مع قيمه (Wolin&Wolin,1993:20).

خطوات تعزيز كفاءة المواجهة:

ويمكن مساعدة الأفراد على تنمية كفاءة المواجهة والقدرة على النهوض من الصدمات والنكبات المرتبطة بالضغوط والمواقف المتغيرة من خلال أهم الخطوات التي أشارت إليها (صفاء الاعسر، ٢٠٠٩):

١. **تنمية فهم الذات وتقبلها:** وضع الأفراد الأهداف الواقعية الممكنة التحقيق.

٢. **وجهة الضبط الخارجي:** نرى تبرير الطلبة لأدائهم المدرسي ونجاحهم الى عامل خارجي كالحظ أو أن المهمة سهلة.

٣. **وجهة الضبط الداخلية:** وتسهم في تعزيز كفاءة المواجهة من خلال دعم الآباء والمربين للجهود الطلبة المبذولة ونتائجهم الايجابية لذلك الجهد فهم يروقهم سماع التعليق المشيد بتلك الجهود بدلاً من أبداء الإعجاب فقط.

٤. **دور المساندة الاجتماعية:** ويتم ذلك من خلال الرعاية والاهتمام من قبل المربين والآباء وجهودهم في بناء الثقة وتقدير الذات لدى الأفراد أو الطلبة.

٥. **تدخل المدرسة:** تدخل المعلمين والمدرسين تدخلاً حاسماً في تطوير أداء الطلبة المدرسي والاهتمام والرعاية في الاوقات التي تتطلب ذلك.

٦. **تقدير انجازات الطلبة في المجالات غير الاكاديمية:** ويتمثل بتعزيز النمو الايجابي في المجالات الأخرى الى جانب المدرسة التقليدي.

٧. **تقدير انجاز الطلبة في المجالات المدرسية:** مراعاة الفروق الفردية بين الطلبة فقد نجد من يعاني صعوبات في المواد الاجتماعية ولكنه متفوق في الرياضيات، ولهذا يجب تحديد المجالات التي يتمكن الطلبة فيها من الوصول الى التفوق والنجاح (ابوغزالة وأخرون، ٢٠١٦: ٧٨١- ٧٨٢).

النماذج التي فسرت كفاءة المواجهة:

١- نموذج مرزايك ومرزايك (Marazek&Marazek,1987)

هو انموذج تصوري قدمه (مرزايك ومرزايك، ١٩٨٧) لكفاءة المواجهة لا يتضمن الانجاز بمعانيه التقليدية بل تضمن مهارات الحياة والعادات التي تمكن الفرد من مواجهة المخاطر والشدائد والتغلب عليها وقد انطوت هذه المهارات والعادات على الاتي:

- **الاستجابة السريعة للخطر:** وتعني معرفة متطلبات البيئة والتوافق معها.
- **النضج المبكر:** تحمل مسؤوليات أكبر من المتوقع عادة من أفراد ليسوا في عمرهم.
- **البحث عن المعلومة:** تعزيز وبث روح الاستكشاف والتعلم لدى الفرد ليتمكن من التكيف مع المحيط ومواقفه المتغيرة.
- **تشكيل علاقات وتوظيفها:** خلق وتكوين علاقة اجتماعية سليمة وصحيحة والأستفادة منها في أشباع جوانب شخصية الفرد.
- **الانفصال عن الانفعال:** قدرة الفرد على أبعاد نفسه مستقبلاً عن الانفعال الشديد والعمل قدر الامكان على السيطرة والتحكم بانفعالاته.

- **التوقع الاسقاطي الإيجابي:** تصور الفرد لما ستكون عليه حياته بعد أجتياز المحنة وهذا لا يعتمد على حضور المشاعر السلبية بل يتطلب قدرة ثقافية انفعالية للحصول على التخيل لتواجد الفرد في وضع وزمان مختلفين.
- **القيام بمخاطرة مؤثرة:** تحمل المسؤوليات الشخصية في أتخاذ القرارات الناقدة والمصيرية رغم الصعوبة والمخاطر المتضمنة لهذه القرارات على مستوى شخصية الفرد.
- **الإيثار:** قوة إيجابية وداخلية تضاف الى مشاعر الفرد بتقديم الاخرين على نفسه وتمثل هذه القدرة مصدر سرور للفرد.
- **اقتناع الفرد بانه محبوب:** اعتقاد و قدرة الفرد على تحسين نظرة وقناعات الاخرين تجاهه.
- **أعادة البناء المعرفي للأحداث الصادمة:** قدرة الفرد على توظيف خبراته السابقة ومعارفه في معالجة الآلام وجروح ما بعد الصدمة أو الشدة وتقبله لها واعتبارها أمور طبيعية تحدث في الحياة.
- **التفاؤل والأمل:** قدرة الفرد على تخيل وتكون وجهات نظر إيجابية متفائلة عن المستقبل والسيطرة على الخوف من المجهول (القزويني،٢٠١٨: ٣٦-٣٧).

٢-نموذج كوفي (Covey,1990)

قام نموذج كوفي على أن كفاءة المواجهة تنبع من مجموعة مبادئ مستقرة حددها كوفي في سبعة مبادئ اساسية يتم من خلالها التكيف مع البيئة والوصول الى أعلى درجات كفاءة المواجهة وهذه المبادئ هي:

- **كن نشيطاً وفعالاً:** ويقصد بذلك مادة النشاط وتحمل الفرد مسؤولياته واختياره الاعمال التي يزاولها.
- **ابدا بما ينتهي اليه عقلك:** أن يبدأ الفرد يومه متفهماً لحاجاته والغايات الخاصة به ووضع القيم والاولويات الهامة قبل تحديد الاهداف.
- **وضع الأهم قبل المهم:** ويتضمن هذا المبدأ تنظيم الفرد لوقته واستثماره في تحقيق الاهداف والنشاطات الخاصة به وعدم أهدار الوقت لأمور اقل أهمية له.
- **التفكير الايجابي:** من أجل تحقيق مكاسب البحث عن المنافع مع أيجاد توازن بين الشجاعة حتى لا تصبح تهوراً والحذر حتى لا يصبح أنهزاماً.
- **حاول أن تفهم قبل أن تكون مفهوماً:** ويقصد الاتصال الفعال وأحترام الفرد وحقوق الاخرين محاولة الفرد التعرف على وجهات نظر الاخرين ومواقفهم.

- **التعاون:** العمل بروح الفريق الواحد والتوافق مع المجموعة التي تتصف بتوحد القيم ووجهات النظر.
- **شحذ الهمم:** ويتضمن هذا المبدأ الأهتمام بالمبادئ الست الأخرى والعمل وفق برنامج متوازن ومنظم لتجديد الذات (موسى ،٢٠١٤: ٢٩-٣٠)

٣-نموذج ويجنلند ويونك(Wagnild&Young,1993)

أشار كل من ويجنلند ويونك(Wagnild&Young) الى كفاءة المواجهة بأنها أمكانيات الفرد في التعامل بنجاح مع التغيير والظروف الصعبة، وأن الافراد ذوي كفاءة المواجهة يستمرون رغم المحن والاضطراب، ويرى ويجنلند ويونك أن كفاءة المواجهة سمة شخصية تعمل على خفض الأثار السلبية الناتجة من التوترات والتحفيز على التكيف مع الحياة و تجنب اثار التدهور المحتملة للضغوط(القزويني،٢٠١٨: ٣٩).

ويتفق ويجنلند ويونك بالرأي مع ماستن (Masten,2001)الذي اشار الى كفاءة المواجهة بأنها سمة عادية من سمات الشخصية الطبيعية (Masten,2001:6) ،

وأتفق كذلك مع رأي لوثر وبيكر(Luthar&Becker,2000) باستعمالهما مفهوم كفاءة المواجهة للإشارة الى سمة شخصية وعملية تنمية ديناميكية (Luthar&Becker,2000:10).

ويوضح ويجنلند (٢٠٠٣) بأن كفاءة المواجهة سمة فطرية ومن الممكن لأي شخص امتلاكها الى حدما، وأنها قابلة للتعزيز أو الانخفاض تبعاً لظروف الحياة (Wagnild,2003:42).

ويرى (ويجنلند ويونك) أمكانية تطوير كفاءة المواجهة بمرور الوقت كون تجارب الطفولة المبكرة والنماذج التي يقتدي بها الطفل أو المراهق تساهم في تنمية الثقة والأعتماد على النفس وتطور كفاءة المواجهة لديه (Wagnild&Young,1993:167).

كما وتوصلت دراسات ويجنلند الى أن كفاءة المواجهة لا يمكن أن تحدد بعمر ولا تتأثر بطبيعة التعليم الذي يتلقاه الفرد وأنها توجد لدى الذكور والاناث على حد سواء (القزويني ،٢٠١٨: ٣٩).

- **الدراسات السابقة:**

الدراسات التي تناولت كفاءة المواجهة:

أ- الدراسات المحلية و العربية :

١- دراسة ابو غزالة (٢٠٠٩): "كفاءة المواجهة وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية"

أستهدفت الدراسة الكشف عن العلاقة الارتباطية بين كفاءة المواجهة و العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكانت عينة الدراسة (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبه جامعة القاهرة للعام الدراسي(٢٠٠٨-

٢٠٠٩) للدراسة الصباحية تراوحت اعمارهم بين (١٩-٢٣) سنة وقد أستعملت الوسائل الاحصائية وفق الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) و اشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كفاءة المواجهة و العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (ابو غزالة، ٢٠٠٩)

٢- دراسة بدوي (٢٠١٢) "الدافعية المدرسية وإدراك بيئة الفصل الدراسي لمرتفعي ومنخفضي كفاءة المواجهة من طلاب المرحلة الاعدادية"

أستهدفت الدراسة معرفة العلاقة الارتباطية بين الدافعية المدرسية وإدراك بيئة الفصل لمرتفعي ومنخفضي كفاءة المواجهة وكانت عينة الدراسة (٢٤٠) طالب وطالبة واستعملت الوسائل الاحصائية وفق الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتوصلت الدراسة الى وجود فرق ذو دلالة احصائية في الدافعية وإدراك بيئة الفصل الدراسي بين مرتفعي ومنخفضي كفاءة المواجهة ولصالح مرتفعي كفاءة المواجهة كما وجدت علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كفاءة المواجهة والدافعية المدرسية وإدراك البيئة الصفية لديهم (بدوي ٢٠١٢: ٣).

٣- دراسة محمد (٢٠١٤): "نوعية الحياة وعلاقتها بكل من كفاءة المواجهة و التوكيدية لدى طلبة الجامعة"

أستهدفت الدراسة معرفة العلاقة الارتباطية بين نوعية الحياة بكل من كفاءة المواجهة و التوكيدية وكانت عينة الدراسة (٢٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة القاهرة واستعملت الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتوصلت الدراسة الى نتائج منها وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين نوعية الحياة وكفاءة المواجهة كما وجدت علاقة موجبة من كفاءة المواجهة والتوكيدية لدى طلبة الجامعة وظهرت النتائج عدم وجود فرق بين الذكور والاناث في كفاءة المواجهة (محمد: ،٢٠١٤: ٤)

٤- دراسة القزويني (٢٠١٨): " الابداع الانفعالي وكفاءة المواجهة وعلاقتها بتساقط الذات لدى طلبة الجامعة "

أستهدفت الدراسة معرفة العلاقة الارتباطية بين الابداع الانفعالي وكفاءة المواجهة واتساق الذات وكانت عينة الدراسة (٤٠٠) طالب وطالبة من كليات جامعة القادسية للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) وقد تمت معالجة البيانات الاحصائية بأستعمال الوسائل الاحصائية الاتية (الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، مربع كاي، تحليل التباين الثنائي ذي التفاعل، تحليل الانحدار المتعدد) واظهرت الدراسة نتائج منها وجود علاقة موجبة دالة

احصائياً بين كفاءة المواجهة وأتساق الذات، كما وجدت أن كفاءة المواجهة تسهم في التنبؤ بأتساق الذات (القزويني، ٢٠١٨).

ب- الدراسات الأجنبية :

١- دراسة (Wagnild&Young,1993): " نوعية الشخصية التي تعزز تكيف الافراد وشكل كفاءة المواجهة وعلاقتها بالاكتئاب "

هدفت الدراسة معرفه نوعية الشخصية التي تعزز تكيف الافراد وقد حدد (٥) أبعاد مترابطة تشكل كفاءة المواجهة عند الافراد وهي (الاتزان، المعنى، المثابرة، التفرد أو الجدة، الاعتماد الذاتي) وكانت عينة الدراسة من (٢٤) أمراة في الولايات المتحدة الأمريكية الذين استطاعوا التكيف بعد مرورهم بأحداث متغيرة وصعبة وكان هناك عينة اخرى للدراسة تكونت من (٨١٠) سيدة راشدة واستخدمت الدراسة الوسائل الاحصائية الاتية (الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، مربع كاي، تحليل الانحدار المتعدد)

وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين كفاءة المواجهة والرضا عن الحياة كما برهنت الدراسة على الارتباط السلبي لكفاءة المواجهة بالاكتئاب (Wagnild&Young,1993).

أوجه الافادة من الدراسات السابقة:

١. أغناء مشكلة البحث وأهميته بالمعلومات وتحديد أبعادهما.
٢. أعداد بعض الجوانب المتعلقة بالإطار النظري.
٣. الاستفادة من المنهجية المتبعة في تلك الدراسات.
٤. تحديد حجم العينة من خلال اطلاع الباحث على حجم عينات الدراسات السابقة.
٥. انتقاء الوسائل الاحصائية التي تساهم في تحقيق أهداف البحث.
٦. تفسير النتائج ومناقشتها والتوصل الى استنتاجات مستمدة من نتائج البحث الحالي.
٧. المقارنة بين نتائج الدراسة السابقة مع نتائج البحث الحالي لمعرفة المستجدات في هذه الدراسة.

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته:

- **منهجية البحث:**

استعمل الباحث المنهج الوصفي بوصفه أنسب المناهج لدراسة المتغيرات من أجل وصف الظاهرة المدروسة وتحليلها، إذ إن المنهج الوصفي يمكن استخدامه في دراسة السمات والقدرات والمهارات والميول والاتجاهات وتعتمد دراسة الظاهرة على ما توجد عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً" (ملحم ،٢٠٠٠: ٣٢).

- **مجتمع البحث :**

يقصد به جميع مفردات أو وحدات الظاهرة التي تشمل البحث ويُعرَف المجتمع بأنه كل الأفراد الذين يحملون بيانات الظاهرة التي هي في متناول الدراسة فهو مجموعة كاملة من الأفراد أو الأشياء أو الدرجات التي يرغب الباحث في دراستها (داود وعبد الرحمن،١٩٩٠: ٦٦) ويتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة واسط ومن كلا الجنسين (الذكور– الاناث) وكلا التخصصين (العلمي – الانساني) للعام الدراسي (٢٠٢٠ – ٢٠٢١) والبالغ عددهم (١٤.٠٠٠) طالباً وطالبة ، وتم الحصول على هذه البيانات من قسم الدراسات والتخطيط والمتابعة/ شعبة الاحصاء التابعة لرئاسة جامعة واسط ذي العدد(٨٤٤) في٣١ /١/٢٠٢١ بموجب كتاب تسهيل المهمة الصادر من عمادة كلية التربية للعلوم الانسانية / الدراسات العليا ذي العدد (٦٢) في ١٢/١/٢٠٢١ وجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١)

عدد إفراد مجتمع البحث موزعين على وفق الكلية والجنس والتخصص

ت	الكليات الإنسانية				ت	الكليات العلمية				المجموع الكلي
	اسم الكلية	ذكور	إناث	مجموع		اسم الكلية	ذكور	إناث	مجموع	
١	التربية للعلوم الانسانية	١١٤٧	١٥٤٧	٢٦٩٤	١	التربية للعلوم الصرفة	٤٩٤	٤٩٠	٩٨٤	
٢	الادارة والاقتصاد	١١٢٨	٩٠٨	٢٠٣٦	٢	العلوم	٣٤٧	٥٤٨	٩٣١	
٣	التربية الاساسية	٧٣٢	٨٠١	١٥٣٣	٣	الهندسة	٣١٤	٣١١	٦٢٥	
٤	الآداب	٤٧٨	٦٦٦	١١٤٤	٤	التربية البدنية وعلوم الرياضة	٤٤٢	١٤٤	٥٨٦	
٥	القانون	٤١٢	٤٠١	٨٠١٣	٥	الحاسوب وتكنلوجيا المعلومات	٢٨٠	٣٠١	٥٨١	
٦	الفنون الجميلة	١٣٥	٣٣٩	٤٧٤	٦	الزراعة	٢٧٠	٢٦١	٥٣١	
٧	الاعلام	٤	–	٤	٧	الطب	١٨٠	٣٣٣	٥١٣	
					٨	طب الأسنان	١٢٩	٢٦٢	٣٩١	
					٩	الطب البيطري	٧٦	٦٠	١٣٦	
المجموع		٤٠٣٦	٤٧٢٢	٨٧٥٨	المجموع		٢٥٣٢	٢٧١٠	٥٢٤٢	١٤٠٠٠

- عينة البحث :

هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة، يختارها الباحث ليجري عليه دراسته(داود وعبد الرحمن، ١٩٩٠: ٦٧) وقد أستعمل الباحث العينة العشوائية الطبقية ، وبطريقة التوزيع المتناسب ، والغرض من هذه العينة هو الحصول على بيانات لأجراء عمليات التحليل الاحصائي لجميع فقرات المقاييس، والتي تعد من الخطوات الأساسية لبناء كل مقياس (Anastasi, 1976 :192)

هناك مجموعة من الاعتبارات العلمية التي يتم على وفقها تحديد حجم العينة ، ولقد تم اختيار حجم عينة البحث الحالي على وفق الاعتبارات الآتية :

أ- رأي ايبل(Ebel (1972 الذي يشير إلى أنّ سعة العينة وكبرها هو الإطار المفضل في عملية الاختيار ، لأنه كلما زاد حجم العينة قل احتمال وجود الخطأ المعياري (Ebel, 1972: 289-290).

ب- تأكيد ننلي (Nunnly,(1978 على أنَ نسبة عدد أفراد العينة إلى عدد فقرات المقياس يجب أن لا تقل عن نسبة (١:٥) لعلاقة ذلك بتقليل خطأ الصدفة في عملية التحليل الإحصائي (Nunnly, 1978 : 262).

ت- أشارة الزوبعي والحمداني (١٩٨٣) التي تفيد بأن العينة المناسبة في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية هي العينة التي تتألف من (٤٠٠) مفحوص فأكثر بعد الاختيار العشوائي المتناسب لها(الزوبعي، الحمداني، ١٩٨٣: ١٣).

وفي ضوء هذه الاعتبارات ، وتألفت عينة التحليل الاحصائي من (٤٠٠) طالباً وطالبة تم إختيارهم من (٤) كليات إنسانية وعلمية ، تم إختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية ، بواقع (٢٢٤) طالباً و(١٧٦) طالبة وجدول (٢) يوضح ذلك :

الجدول (٢)

عينة البحث الاساسية موزعة بحسب الكليات والتخصص والجنس

الكلية	الجنس		المجموع
	ذكور	إناث	
التربية للعلوم الانسانية	٦٧	٣٣	١٠٠
الادارة والاقتصاد	٤٧	٥٣	١٠٠
التربية للعلوم الصرفة	٣٩	٦١	١٠٠
التربية البدنية وعلوم الرياضة	٧١	٢٩	١٠٠
المجموع	٢٢٤	١٧٦	٤٠٠

– اداة البحث:

مقياس كفاءة المواجهة :

بعد الاطلاع ولغرض إكمال إجراءات الدراسة الحالية لابد من القيام بأعداد مقياس يقيس كفاءة المواجهة لدى طلبة جامعة واسط، وقد عرفت انستازي (Anastasi) أداة القياس بكونها اجراء موضوعي مقنن لقياس عينة من السلوك (عوض،١٩٩٨: ٥١) ، ولغرض إكمال إجراءات البحث الحالي لابد من القيام بأعداد مقياس يقيس كفاءة المواجهة عند طلبة الجامعة.

١. **خطوات اعداد مقياس كفاءة المواجهة:** قام الباحث بإعداد مقياس كفاءة المواجهة مستفيدا من الاطلاع على الدراسات والادبيات السابقة ، وقد قام الباحث بأتباع الآتي:

أ.تحديد التعريف النظري لمتغير كفاءة المواجهة، فقد أعتمد الباحث تعريف (انغر، ٢٠٠٨) الذي تم ذكره في الفصل الأول.

ب. صياغة الفقرات: بعد تحديد مفهوم كفاءة المواجهة ، قام الباحث بصياغة فقرات المقياس من خلال مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم كفاءة المواجهة كدراسة وينجلند ويونك (١٩٩٣) ودراسة شقورة (٢٠١٢) و دراسة ناصر (٢٠٠٧) ودراسة الطائي (٢٠٢٠) فضلاً عن بعض الفقرات من قبل خبرة الباحث تم الحصول عليها من خلال الاستبيان الاستطلاعي الذي وزع على افراد العينة مراعياً في ذلك:

١-أن تكون الفقرة معبرة عن فكرة واحدة فقط، وغير قابلة إلا لتفسير واحد.

٢-إستبعاد ادوات النفي قدر المستطاع تجنباً للإرباك في الاجابة.

٣-أن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً(ثورندايك وهيجن،١٩٨٩: ٢٠٥)، إذ تم صياغة الفقرات ليصبح عددها (٣٠) فقرة بصورته الأولية:

- **صلاحية الفقرات:**

تم عرض فقرات المقياس بشكلها الأولي على مجموعة من الخبراء المختصين في التربية وعلم النفس والقياس والتقويم والبالغ عددهم (١٥) وفي ضوء أراء المحكمين استبقيت الفقرات جميعها لأنها حصلت على نسبة اتفاق (٨٥.%) فما فوق مع إجراء تعديلات بسيطة في اللغة والأسلوب على بعض الفقرات والتي أشار اليها الخبراء في ملاحظاتهم على المقياس كما في الجدول (٣):

جدول (٣)

آراء الخبراء في صلاحية فقرات مقياس كفاءة المواجهة

أرقام الفقرات	عدد الخبراء	الموافقون		المعارضون	
		التكرار	النسبة	التكرار	النسبة
١,٢,٣,٤,٥,٨,١٠,١١,١٢,١٣,١٦,٢٣,٢٧	١٥	١٥	%١٠٠	٠	-
٢٥,٢٩ ٦ ،٩,١٤,١٥,١٧,١٩، ٢١،		١٤	%٩٣	١	%٧
٧,١٨,٢٠,٢٢,٢٤,٢٨,٣٠		١٣	%٨٧	٢	%١٣

تعليمات المقياس :

إنَّ التعليمات تعد بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب في أثناء إجابته على الفقرات لكل مقياس، وروعي أن تكون التعليمات سهلة ومفهومة، كما تم التأكيد فيها على المستجيب ضرورة اختيار البديل المناسب، والذي يعبر عن رأيه وذلك من خلال وضع علامة(□) أمام البديل المناسب،

وانه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وان الإجابة لن يطلع عليها احد سوى الباحث، وسوف تستعمل لأغراض البحث .

_ التطبيق الاستطلاعي للأداة:

ولغرض تحقيق ذلك طبق المقياس على عينة مكونة من (٢٠) طالباً وطالبة والتي تم ذكرها سابقا، وبعد إجراء التطبيق الاستطلاعي اتضح أن جميع فقرات المقياس واضحة لأفراد العينة، كما أن مدى الوقت الذي استغرقه المستجيب في الإجابة على المقياس(٣٠-١٥) دقيقة وبمعدل(١٥) دقيقة.

الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياس :

اولاً : صدق المقياس (Validity) :

ترى انستازي ان المقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي يعد من أجلها (Anastasi,1988 : 139) وقد تحقق الباحث من الصدق وكما يأتي:-

أ- **الصدق الظاهري (Face Validity):** وتحقق الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس الحالي على مجموعة من الخبراء والمحكمين كما تم توضيحه في صلاحية الفقرات.

ب- **صدق البناء (Construct Validity)** : وتم التأكد من صدق البناء من خلال المؤشر:

أولاً: القوة التمييزية للفقرات (Discriminating Power of Items)

يعد حساب القوة التمييزية لكل فقرة ، هو قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد الذين حصلوا على درجة عالية في المقياس وبين الذين حصلوا على درجة واطئة (Stang & Wrightsman,1982: 51) لأجل حساب القوة التميزية للفقرات وبعد الانتهاء من تطبيق المقياس واستبعاد الاستمارات غير الصالحة لعدم دقة المستجيب وجدية الإجابة تم الحصول على الأعداد النهائية لـ(٤٠٠) استمارة لمقياس كفاءة المواجهة وتم تصحيح المقياس بعد استخراج الفقرات الايجابية والسلبية. وبعد تطبيق المقياس ولغرض الإبقاء على الفقرات المميزة، اجري تحليل الفقرات باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين بأتباع الخطوات التالية:

١- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغ عددها (٤٠٠) استمارة.

٢- ترتيب الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٣- تعيين نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والبالغ عددها (١٠٨) استمارة كذلك تعيين نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا والبالغ عددها(١٠٨) استمارة وبذلك يكون عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (٢١٦) استمارة من أصل (٤٠٠) استمارة.

٤-**تطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين** لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة ، وقد عدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) وكانت جميع الفقرات مميزة ، والجدول (٤) يتضمن الفرق في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس الـ(٣٠) للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية لهما.

جدول (٤)
تمييز فقرات مقياس كفاءة المواجهة بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	
الفقرة	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المحسوبة	الدلالة
١	٤.١٤	١.١٧٢	٣.٠٠	١.٤٤٠	٦.٣٧٤	دالة
٢	٣.٩٤	١.٠٢٦	٢.٩٠	١.٣٢٤	٦.٤٢٩	دالة
٣	٣.٧٣	١.٢٦٥	٢.٨٠	١.٢٦٦	٥.٤٣٠	دالة
٤	٤.٢٣	١.١٢٤	٢.٦٤	١.٢٤٦	٩.٨٠٦	دالة
٥	٤.٤٤	١.٠٦٢	٢.٧٨	١.٤٣٦	٩.٦٩٨	دالة
٦	٣.٥٣	١.٣٧٧	٢.٤٣	١.٢٦٩	٦.١١٤	دالة
٧	٣.٥٥	١.٣٧٠	٢.٩٧	١.٢٨٦	٣.١٧٥	دالة
٨	٣.٥٣	١.٣٢٩	٣.٠٦	١.٣٨٦	٢.٥٥٦	دالة
٩	٣.٨١	١.١٨٥	٣.٠١	١.٤٦٣	٤.٤٤٦	دالة
١٠	٤.٠٦	١.١٥٤	٢.٨٩	١.٥٨٥	٦.٢٣٤	دالة
١١	٤.٢٣	١.١٤٩	٢.٨٤	١.٣٨٩	٨.٠٠٩	دالة
١٢	٣.٧٨	١.٣٠٧	٢.٢٠	١.٣٣١	٨.٧٧١	دالة
١٣	٣.٣٨	١.٥٠٨	٢.٦٩	١.١٠٦	٣.٨٠٧	دالة
١٤	٤.٢١	١.٣٠٥	٢.٤٥	١.٣٥٦	٩.٧١٦	دالة
١٥	٤.٠٩	١.١٥٦	٢.٦١	١.٤٦٥	٨.٢٤٩	دالة
١٦	٤.٢٨	٠.٩٩٤	٢.٩٥	١.٤٨٨	٧.٦٩٢	دالة
١٧	٤.١٩	١.٠٠٦	٢.٨٦	١.٣٠٧	٨.٣٤١	دالة
١٨	٣.٩٦	١.٠٣٢	٢.٨٥	١.٢٣٣	٧.١٧٤	دالة
١٩	٣.٧٣	١.٣٩٢	٢.٥٦	١.٣٤٢	٦.٣٢١	دالة
٢٠	٤.٠٢	٠.٨٩٦	٢.٩٩	١.٤١٧	٦.٣٦٩	دالة
٢١	٣.٧٢	١.٣٣٨	٢.٣٧	١.٣٦٤	٧.٣٥١	دالة
٢٢	٣.٨١	١.١٩٥	٢.٣١	١.٣٠٠	٨.٨٢٥	دالة
٢٣	٣.٩٩	١.٠٥٥	٢.٥٨	١.٣٦٨	٨.٤٦٨	دالة
٢٤	٣.٧٤	١.١٧١	٣.٠٨	١.٣١٢	٣.٨٨٤	دالة
٢٥	٤.٠٢	١.٢٩٧	٢.٨١	١.٣٤٣	٦.٧٥٣	دالة
٢٦	٣.٣٥	١.٤٨١	٢.٧٤	١.٤٤٣	٣.٠٧٢	دالة
٢٧	٣.٧٣	١.٣٩٨	٢.٣٦	١.٣٧٧	٧.٢٥٦	دالة
٢٨	٣.٨٧	١.٣٢٦	٢.٤٢	١.٢٧٦	٨.٢٠٩	دالة
٢٩	٤.٢٠	٠.٩٧٤	٢.٧٧	١.٤٧٠	٨.٤٥٨	دالة
٣٠	٣.٨١	١.٢٦٤	٣.٢٠	١.٤١٣	٣.٣٠٠	دالة

ثانياً : علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية :

ويعني هذا أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي يقيسه المقياس كلياً إذ يعد هذا احد مؤشرات صدق البناء(الزوبعي وآخرون،١٩٨١:٤٣)، وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس كفاءة المواجهة من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وأستخدم معامل ارتباط بيرسون لأستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لـ(٤٠٠) أستمارة ، وأظهرت نتائج المعالجة الإحصائية لدرجات الأفراد على مقياس كفاءة المواجهة وجود علاقة ارتباطيه دالة لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية(٣٩٨) ولجميع الفقرات ، والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

معاملات ارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس كفاءة المواجهة

الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠.٣٩٩	١٦	٠.٤٠٥
٢	٠.٢٥٦	١٧	٠.٤١٠
٣	٠.٣٣٣	١٨	٠.٣٥٤
٤	٠.٤٦٠	١٩	٠.٢٩٥
٥	٠.٤٤١	٢٠	٠.٣٦٤
٦	٠.٣٢٢	٢١	٠.٤٣٨
٧	٠.٤٢٥	٢٢	٠.٥٣٥
٨	٠.٣٣٠	٢٣	٠.٤٥٥
٩	٠.٣١٩	٢٤	٠.٢٤٠
١٠	٠.٣٩٦	٢٥	٠.٤٠٧
١١	٠.٤٤٩	٢٦	٠.٢٣٣
١٢	٠.٥٠٠	٢٧	٠.٣٤٧
١٣	٠.٣٠١	٢٨	٠.٤٥٤
١٤	٠.٤٦٩	٢٩	٠.٤١٥
١٥	٠.٤٦٥	٣٠	٠.٣٥٢

ثانيا : ثبات المقياس :

يُعدّ مفهوم الثبات من المفاهيم الأساسية في القياس، ويجب توفره في المقياس كي يكون صالحاً للاستخدام(الإمام وآخرون،١٩٩٠: ١٤٣) وللكشف عن مؤشرات ثبات مقياس كفاءة المواجهة اعتمد الباحث الطريقة الآتية :

١- الاتساق الخارجي باستعمال طريقة الاختبار- إعادة الاختبار:

قام الباحث باستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة بعد تطبيق الاختبار على عينة الثبات البالغة (٤٠) طالباً وطالبة، ثم أعاد تطبيق الاختبار على العينة نفسها بعد مرور اكثر (١٤) يوماً وباستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات الاختبار في التطبيق الأول ودرجات الاختبار في التطبيق الثاني وكان معامل الارتباط (٠.٨٠) وهذا يُعدّ مؤشراً جيداً بثبات المقياس(البياتي واثناسيوس، ١٩٧٧: ١٩٤).

٢- الاتساق الداخلي باستعمال معامل ألفا كرونباخ :

يعتمد هذا الأسلوب على اتساق أداء الأفراد من فقرة إلى أخرى (ثورندايك وهيجن،١٩٨٩:٧٩) وبتطبيق معادلة (ألفا كرونباخ) للاتساق الداخلي بلغ معامل ثبات المقياس(٠.٧٥) وهذا يعطي دليلاً جيداً على اتساق الفقرات وتجانسها(Anastasi,1979: 126). كما موضح في الجدول (٦)

الجدول (٦)

درجات ثبات الاختبار بطريقتي إعادة الاختبار والفا كرونباخ

ت	طريقة التطبيق		قيمة معامل الارتباط
١	الاتساق الخارجي	إعادة الاختبار	٠.٨٠
٢	الاتساق الداخلي	الفا كرونباخ	٠.٧٥

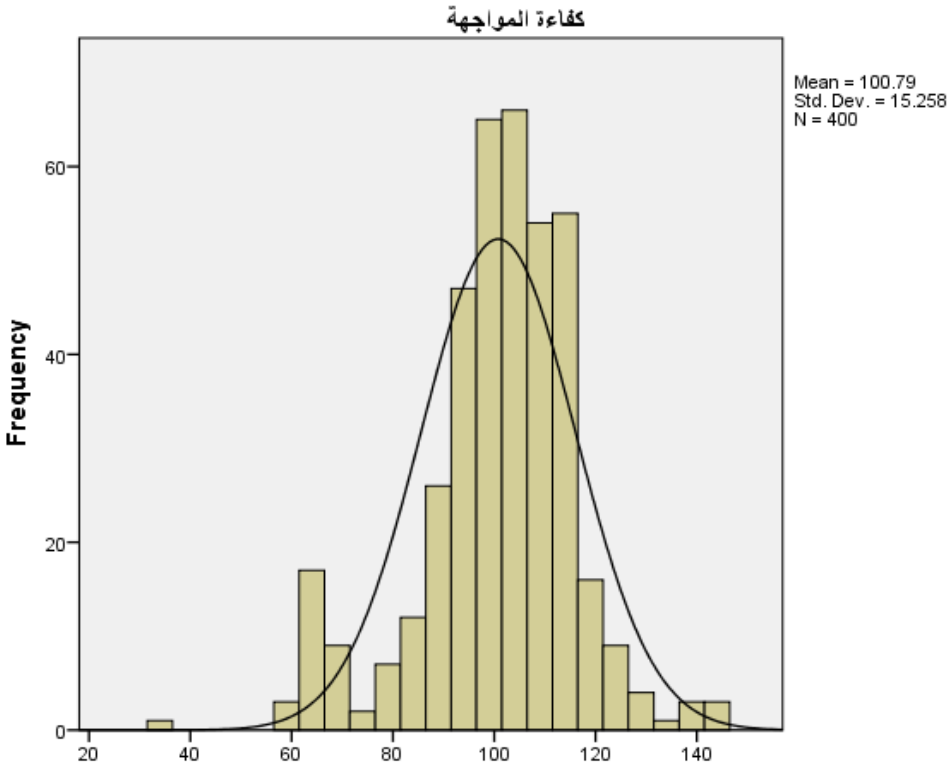
المؤشرات الإحصائية لمقياس كفاءة المواجهة :

من خلال استخراج المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث، تبين أن توزيع درجات عينة التحليل الإحصائي في مقياس كفاءة المواجهة كان أقرب إلى التوزيع الاعتدالي ، الجدول (٧) والشكل (١) يوضحان ذلك .

جدول (٧)

المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث في مقياس كفاءة المواجهة

المؤشرات الإحصائية الوصفية		قيمتها
الوسط الحسابي	Mean	١٠٠.٧٩
الوسيط	Median	١٠٢.٠٠
المنوال	Mode	٩٨
الانحراف المعياري	Std. Deviation	١٥.٢٥٨
الالتواء	Skewness	٠.٢٣٧
التفرطح	Kurtosis	١.٥٤٦
اقل درجة	Minimum	٣٤
أعلى درجة	Maximum	١٤٤



شكل (١)
يوضح توزيع عينة التحليل الإحصائي في مقياس كفاءة المواجهة

وصف المقياس بالصيغة النهائية :

يتكون مقياس كفاءة المواجهة من (٣٠) فقرة ملحق (٦) صيغت باتجاهين(إيجابي، سلبي) بخمسة بدائل للإجابة هي (ينطبق علي كثيراً جداً ، ينطبق علي كثيراً ، ينطبق علي بدرجة متوسطة ، ينطبق علي قليلاً ، لا ينطبق علي أبداً)، وقد أعطيت الأوزان(٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) بالنسبة للفقرات الإيجابية، والأوزان(١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) بالنسبة للفقرات السلبية، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي(١٥٠) درجة ، وأقل درجة يحصل عليها هي(٣٠) درجة، علماً أن المتوسط النظري لمقياس الثقة الانفعالية بلغَ (٩٠) درجة.

– الوسائل الاحصائية:

لمعالجة بيانات هذا البحث، استخدمت الوسائل الاحصائية بمساعدة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) بواسطة الحاسوب.

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث ومناقشتها:

الهدف الاول : التعرف على كفاءة المواجهة لدى طلبة الجامعة :

تحقيقا لهذا الهدف استخرج الباحث المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد عينة البحث على فقرات مقياس كفاءة المواجهة حيث بلغ المتوسط الحسابي (١٠٠.٧٩) وبأنحراف معياري (١٥.٢٥٨) وهو اعلى من المتوسط الفرضي البالغ (٩٠) ولإيجاد دلالة الفرق أستخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة ، فتبين أن قيمة الاختبار التائي المحسوبة هي (١٤.١٤٣) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦)عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهي دالة احصائيا وبدرجة حرية(٣٩٩) وكما هو موضح في الجدول (٨).

الجدول (٨)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس كفاءة المواجهة

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
٤٠٠	١٠٠.٧٩	١٥.٢٥٨	٩٠	٣٩٩	١٤.١٤٣	١.٩٦	٠.٠٥

وتشير هذه النتيجة الى تمتع عينة البحث بكفاءة المواجهة بالرغم من الظروف الامنية الصحية والنفسية والاقتصادية الصعبة وهذه النتيجة جاءت منسجمة مع الاطار النظري الذي يشير إذ ان كفاءة المواجهة سمة فطرية ويمكن لأي شخص ان يمتلكها الى حد ما ، حيث إنها عملية ديناميكية تتحقق لدى البعض في سياق النمو ، كما إنها تزداد مع التقدم في العمر اعتماداً على ظروف الحياة اليومية (ويجنلند ويونك ، ١٩٩٣) ، ويرى الباحث ان هذه النتيجة تنسجم مع طبيعة المجتمع العراقي لما يملكه من صبر وقوه تحمل في الظروف الصعبة وأساليب تعامل إيجابية مع المشكلات التي تواجه ، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (القزويني ، ٢٠١٨) ودراسة (بدوي ، ٢٠١٢) ودراسة (محمد ، ٢٠١٤) .

الاستنتاجات:

من خلال معطيات البحث الحالي إستنتج الباحث الآتي :

إنّ طلبة الجامعة في محافظة واسط يتمتعون بقدر جيد من كفاءة المواجهة تمكنهم من مواجهة أحداث الحياة الضاغطة .

التوصيات :

في ضوء النتائج التي تّم التوصل اليها البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

١- مساهمة الجامعة أو الكلية في إعداد برامج تثقيفية لطلبتها بين فترة وأخرى لتعزيز مفهوم كفاءة المواجهة لكي تساعدهم على تجاوز العقبات والمواقف الصعبة .

٢- التأكيد على تذليل الصعوبات والمشكلات التي تواجه الطلبة من قبل المسؤولين في الجامعة لتعزيز لديهم الشعور بكفاءتهم في مواجهة المشكلات وحلها بطرائق الايجابية .

المقترحات :

يقترح الباحث في ضوء النتائج والتوصيات ما يأتي :

١- إجراء دراسة تبحث في العلاقات بين كفاءة المواجهة ومتغيرات نفسية وتربوية أخرى ، مثل المعتقدات المعرفية ، التفكير الإيجابي ، المرونة النفسية ، سمات الشخصية لدى طلبة الجامعة.

٢- إجراء دراسة مماثلة على عينات اخرى من طلبة المتوسطة والاعدادية وطلبة الجامعات الاهلية وطلبة الدراسات العليا.

٣- إجراء دراسة مماثلة على عينات اخرى من اساتذة الجامعات والمدرسين والمعلمين والاطباء والمهندسين ، والمرشدين التربويين ، وقوى الامن الداخلي .

٤- إجراء دراسة مقارنة تتناول الفروق بين الطلبة المتميزين والعاديين ومن الذكور والاناث .

المصادر العربية والاجنبية

- أبو حماد، ناصر الدين ابراهيم (٢٠١٧): **المهارات الحياتية**، دار المسيرة للطباعة والنشر، عمان، الأردن .
- ابو غزالة، سميرة علي جعفر (٢٠٠٩): مقياس كفاءة المواجهة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، **مجلة العلوم التربوية** ، المجلد ١٧، العدد ٢، القاهرة.
- الامام، مصطفى محمود، واخرون (١٩٩٠): **القياس والتقويم**، مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر ،جامعة بغداد.
- الاعسر، صفاء (٢٠١١): الصمود لدى الاطفال، **المجلس الاعلى للثقافة**، القاهرة.
- الاعسر، صفاء (٢٠١٢): الصمود من منظور علم النفس الإيجابي، **مجلة كلية التربية** ،العدد٦٦،جامعة عين شمس.
- أبو غزالة، سميرة علي جعفر، واخرون (٢٠١٦): كفاءة المواجهة وتطبيقاتها في المجال التربوي والنفسي، **مجلة العلوم التربوية**، العدد الثاني، ج (١)، أبريل، جامعة القاهرة.
- بدوي، احمد محمد (٢٠١٢): الدافعية المدرسية وادراك بيئة الفصل الدراسي لدى مرتفعي و منخفضي كفاءة المواجهة من طلاب المرحلة الاعدادية، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة القاهرة.
- البياتي، عبد الجبار، وأثناسيوس، زكريا زكي (١٩٧٧): **الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ثورندايك، لازبورت، وهيجن اليزابيث (١٩٨٩): **القياس والتقويم في علم النفس والتربية** ، ترجمة عبدالله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس ، ط٤، مركز الكتب الاردني.

• الحلبي ، نجلاء فاروق وخضر ، منار عبد الرحمن (٢٠١٠) : أدارة وقت الفراغ لدى الشباب وعلاقته بالاستقرار الاسري ، **مجلة التربية النوعية** ، العدد ١٦ ، جامعة المنصورة ، مصر.

• داود، عزيز حنا، وأنور حسين عبد الرحمن (١٩٩٠): **مناهج البحث التربوي**، مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.

• رمضان، نهى نجاح عبدالله (٢٠١٦): **الهوية النفسية و التماسك الأسري وعلاقتهما بالخبرة العاطفية لدى طلبة الجامعة**، (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية أبن رشد، جامعة بغداد.

• الزوبعي ، عبد الجليل والحمداني ، موفق(١٩٨٣): **بناء الاختبار** ، مطبعة جامعة الموصل ، العراق .

• الزوبعي، عبد الجليل ابراهيم، واخرون (١٩٨٠): **الاختبارات والمقاييس النفسية**، مطبعة جامعة الموصل، العراق.

• الضامن، صلاح الدين، وسمور قاسم (٢٠١٧): فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض العجز المتعلم وتحسين المرونة النفسية لدى الاطفال المشار اليهم في المدارس الحكومية في ،لواء بني كنانة، **المجلة الاردنية في العلوم التربوية**، المجلد ١٣، العدد ٢، ١٧٢.

• عمر، نفيسة فوزي (٢٠١٧): **برنامج أرشادي لتعزيز كفاءة المواجهة لدى أبناء الامهات المطلقات المعرضين للخطر**، (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، مصر.

• عوض، عباس محمود (١٩٩٨): **القياس النفسي بين النظرية والتطبيق**، دار المعرفة الجامعية الاسكندرية، مصر.

• غني، نادية تعبان محمد (٢٠١٠): **قدرة الذات على المواجهة وعلاقتها بالشعور باليأس والحاجة للتجاوز لدى المرشدين التربويين** ،(اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

• قاسم، انتصار كمال (٢٠٠٦): **نمط الشخصية وعلاقته بتحقيق الهوية ودافع الإنجاز الدراسي لدى طلبة الجامعة**، (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.

• القزويني، عبير ثامر يحيى (٢٠١٨): **الابداع الانفعالي وكفاءة المواجهة وعلاقتهما بأتساق الذات**، (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية للعلوم الصرفة أبن الهيثم، جامعة، بغداد.

• كزبر، مروى ديب (٢٠١٩): **كفاءة المواجهة وعلاقتها في كل من المناخ والعمليات الاسرية وبعض سمات الشخصية لدى المراهقين من الجنسين في مملكة البحرين**، (اطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة.

• كفافي، علاء الدين و أبو غزالة سميرة علي جعفر (٢٠١٥): **كفاءة المواجهة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

• ملحم، سامي (٢٠٠٠): **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

• محمد ،عثمان سعد (٢٠١٠): المرونة الايجابية ودورها في التصدي للأحداث الضاغطة لدى الشباب الجامعي، **مجلة كلية التربية**، عين شمس، الجزء الثالث، العدد ٣٣.

• محمد، صفاء أحمد (٢٠١٤): **نوعية الحياة وعلاقتها بكل من كفاءة المواجهة والتوكيدية لدى طلبة الجامعة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة القاهرة.

• المسند، الشيخة (١٩٩٨): دور جامعة قطر في تنمية اتجاهات الحداثة عند طلبتها في ضوء بعض المتغيرات، **مجلة مركز البحوث**، العدد ١٣، السنة السابعة، قطر.

• موسى، ريناد عبد المنعم (٢٠١٤): **فاعلية برنامج أرشادي لتنمية كفاءة المواجهة في خفض الضغوط النفسية الناتجة عن الترمل عند السيدات وأثره على السلوك الانفعالي والاجتماعي للأبناء**، (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة.

• (APA) American psychological Asocial (2003): **The Road to Resilience Bethesda**, Md, Discovery Communications.
• Anastasi, A. (1988): **psychological Testing**.(6th)New York: Macimillan .
• Anastasi, A.(1976): **psychological Testing**, ,(4th)New York: Macimillan.
• Anastasi, A . (1979): **Fades of Applied psychology** , New York : McGraw – Hill . p154
• Basim, h &Cetin, F(2010): **The reliability and validity of The resilience scale for adults-Turkish.**
• Davies, S, Thind, R, Chandler, D& Tucker, A(2011) Enhancing resilience among young people: The role of Communities and asset-building approaches to intervention Adolescent Medicine, **Journal of Nursing Measurement**, vol (22).
• Eble,R.L.(1972**) Essentials of Education of Measurement**, New Jersey, 2nd, Prentice-Halle.
• Luthar, S, Cicchetti, D,& Becker, B.(2000). The Construct of resilience : A critical evaluation and guidelines for future work, **Child Development**, vol(3), pp.(543-562).
• Masten, S.(2001) Resilience processes in development to **The American psychologist**, vol(56), pp. (227-231)
• Nunnally, J.C. (1978**): Psychometric theory New york** McGraw – Hill.
• Russo, S, Murrough W, Han, H, charney, S,& Nestler, J (2012). Neurobiology of resilience, **Nature Neuroscience**, vol(15) .pp. (1475 – 1480) .
• Stang, D.J. & Wrightsman,L.S(1982). **A dictionary of social behavior and Social research methods Monterey.**
• Ungar, M. (2008): **Nurturing Hidden Resilience in Troubled Youth** .University of Toronto press acknowledges. Book publishing Industry Development program (BPIDP).Canda .
• VanGaten, M., Depuijter,M.& Smeets, C,(2006): **Citizens and resilience, Amsterdam**: Dutch Knowledge & advice Center .
• Wagnild, (2003): resilience and successful aging comparison among low and high in Come older adults. **Journal of gerono to logical nursing,** 29,42-49.
• Waguild,G,& Young, H.(1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. **Journal of Nursing Measurement**, vol (1) ,no(2) ,pp. (165-178)
• Wicks,Carolyn, (2005):Resilience: An Integrative framework for Measurement ,ph.D. **Thesis Graduate school Loma Linda University**.
• Wolin, S.J. & Wolin, S. (1993). The resilient self: **how Survivors of troubled Families rise above adversity New York**: Villard.