

ممارسة التعايش لدى الطلبة المتميزين

أ.د. سالم نوري صادق
م.م. نظيره إبراهيم حسن
جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
المديرية العامة لتربية ديالى
تاريخ استلام البحث : ٢٠١٤/٨/٦ تاريخ قبول النشر : ٢٠١٤/١٠/١٥
الكلمة المفتاحية : مهارة التعايش

ملخص البحث :

- استهدف البحث الحالي التعرف على :
- درجة مهارة التعايش لدى الطلبة المتميزين .
 - دلالة الفروق في مهارة التعايش على وفق متغيري النوع (ذكور، اناث) والصف (الثاني والثالث المتوسط) .
- تألفت عينة البحث من (٤٠٠) طالب وطالبة من طلبة الصف الثاني والثالث المتوسط من مدارس المتميزين، تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية في المديرية العامة للتربية في محافظتي بغداد وديالى. وتم بناء مقياس مهارة التعايش بالاعتماد على نظرية لازاروس وفولكمان ١٩٨٤ واستخراج الخصائص السيكومترية له من صدق (منطقي وظاهري وبناء) وثبات بطريقة الاختبار واعداد الاختبار الذي بلغ (٠،٨٣)، وبلغ (٠،٨١) باستعمال معادلة الفا كرونباخ. اصبح المقياس مكونا من (٣٩) فقرة بعد حذف (٤) فقرات منه عند حساب تمييز فقرات المقياس .
- ولمعالجة البيانات استخدمت الوسائل الاحصائية الاتية (مربع كاي، معامل ارتباط بيرسون، معامل الفا كرونباخ، الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين) .
- وكانت نتائج البحث ما ياتي :
- ١- عينة البحث يمتلكون مهارة التعايش وبشكل اعلى من متوسط المجتمع الذي ينتمون اليه.
 - ٢- ان مهارة التعايش لا تتاثر بمتغيري النوع (ذكور، اناث) والصف (الثاني، الثالث المتوسط) .
- الكلمات المفتاحية :- * مهارة التعايش * المتميزون

Coping skill at the distinguished students

Abstract :

The current research aims to identify:

- The degree of the coping skill for the distinguished students.
- differences functional in the coping skill according to two variables, gender (males, females) and the class (second and third intermediate).

The research sample consisted of (400) male and female students from the second and the third classes of the Intermediate schools of the distinguished students and they were selected by the random

stratified method within the General Education Directorates at Baghdad and Diyala Provinces

The researcher also constructed a scale for measuring the coping skill based on the theory of Lazarus and Folkmann (1984) and the psychometric properties of this scale such as validity (logic, face, and constructing) and reliability have been obtained by the method of testing and retesting and were (0.83), and (0.81) by using the equation of Alpha-Cronbach. During the assessment of the scale and after deleting (4) items, the scale was consisting of (39) items.

In order to analyze the data, the researcher used the following statistical methods: Chi-square, Pearson correlation coefficient, Alpha-Cronbach coefficient, , T-test for one sample, T-test for two independent samples.

The results of the study were as follows:

- 1- The students in the study sample have a coping skill which is higher than that of the society to which they belong.
- 2- The coping skill does not depend on the gender (male, female) or on the class (second, third intermediate).

اهمية البحث :

لقد اصبح التدريب على بعض المهارات الحياتية ضرورة ملحة للجميع وخاصة في مرحلة المراهقة للتعامل مع الذات، والمهارات الاجتماعية للتعيش مع ظروف الحياة المختلفة، والتعايش مع المجتمع فضلاً عن مهارات التعامل مع تغيرات المراهقة ومهارات التعامل مع الشكالات والضغوط، ومهارات اخرى للمذاكرة واختيار التخصص الدراسي، لتحقيق النجاح والتفوق في الحياة المدرسية والعامية، وليتمكن الطالب من مواكبة التطورات السريعة التي تشهدها مختلف مجالات الحياة. ومهارة التعايش احدي هذه المهارات لمواجهة التحديات المستمرة التي تواجه المراهق، حيث ان التعايش بفاعلية مفيد لكل الاشخاص وفي كافة الاعمار، فالجميع وخاصة المراهقين يعيشون في عالم مليء بالمتطلبات والضغوط وعدة اسباب للتشتيت.

ان التعايش في علم النفس هو التغير المستمر للجهود المعرفية السلوكية لادارة المطالب الخارجية او الداخلية المحددة، وهو تقييم يمكن اعتباره شاق. فالتعايش هكذا هو انفاق جهداً واعياً لحل مشكلات الشخص والعلاقات الشخصية والسعي لاتقان عملية تقليل او تحمل الضغوط، ويطلق على اليات التعايش النفسي عادة باستراتيجيات التعايش او مهارات التعايش. ومصطلح التعايش بشكل عام يشير الى مهارات التعايش البناءة والمتكيفة، ومنها المهارات التي تخفض مستويات الضغط، وان بعض مهارات التعايش يمكن تقديرها بانها غير مساعدة على التكيف. على سبيل المثال عندما تزداد مستويات الضغوط، فالتعايش الذي لا يساعد على التكيف يمكن وصفه في الواقع بانه لا يوجد تعايش بالنتيجة، وايضا يشير مصطلح التعايش الى ردود فعل التعايش كما في الاستجابات التي تتبع الموقف الضاغط، وهذا يناقض التعايش التوقعي الذي يهدف الى تفادي الضغوطات في المستقبل (Billing & Moos,1981,150) .

ويمكن القول ان العصر الحالي فرض على الانسان الكثير من التحديات، وتتناول هذه التحديات عدة مستويات ... فعلى المستوى الذاتي، تتطلب من الفرد بذل جهود جبارة، من اجل تحقيق ذاته، واثبات قدراته في عالم يعج بالتنوع والاختلاف والمنافسة. مما يتطلب ضرورة العمل على فهم انفعالاته الذاتية وفهم قدراته المميزة، والعمل على تطويرها بما يتناسب مع ما تتطلبه المواقف الراهنة، وكذلك عليه امتلاك القدرة على تقييم ذاته، والقدرة على التكيف وادارة الضغوط النفسية. ان تطوير تلك القدرات ما هو سوى جزء لا يتجزأ من تطوير مهارات التعايش (رزق الله، ٢٠٠٨، ٤٨٧).

ان المتميزين اكثر انفتاحاً واكثر مشاركةً وتحسناً للمشكلات الاجتماعية ومشاعر الاخرين(الروسان،٢٠٠١،٦٦). وقد استند لازاروس وفولكمان في تفسير التوافق بين الشخص والبيئة على التقدير المعرفي ووضعاً نظرية سميت بنظرية التقدير العقلي المعرفي واساس النظرية هو الادراك الذي يحدد طبيعة الحدث ونوع الاستجابة المتاحة (احمد، ٢٠٠٨، ١٩٩٨).

ويوضح لازاروس الضغوط بانها العلاقة بين الفرد والبيئة التي يقيّمها الفرد في حالة الضغط بانها مرهقة وتتجاوز قدرته على التكيف وتعرض وجوده للخطر، فالضغط لا يرتبط بمنبه معين او استجابة محددة، ولكنه يرتبط بادراك الفرد وتقييمه للموقف بانه مهدد، وان هذا التقييم يستند الى متطلبات الموقف، وقابلية الفرد او تقنيات تعامله مع هذه المتطلبات (Weinman, 1987, 56).

وقد صنف لازاروس وفولكمان التعايش او طرق المواجهة الى الانواع الاتية :

١- التعايش المركز على المشكلة Problem-Focused coping: وهو الاجراءات السلوكية والمعرفية التي يستخدمها الفرد لمواجهة الحدث الضاغط من خلال التغلب على المشكلة (الشرقاوي،٢٠٠٨، ١٩٩٣).

يبدو ان كثرة الضغوط والمصاعب التي يواجهها الفرد في حياته المعاصرة جعلت من مهارة التعايش او اساليب المواجهة او التعامل coping تمثل موقعا مهما في اهتمامات علماء النفس لان هذه الاساليب من شأنها أن تعطي للأفراد القدرة لتوليد انماط من الاستجابات بحسب اسلوب تعايشهم وتكون هذه الاستجابات بانواع اما لتجنب المواقف الضاغطة والمشكلات او لمنع تهديدها لهم او الهروب منها او التقليل من شدتها بغية الوصول الى حلها ومن ثم تحقيق التوافق والتوازن الذي ينشده.

وعلى هذا الاساس فان التخطيط لرعاية المتميزين يجب ان يضع في اعتباره كثيراً من معوقات نموهم، اذ تنشأ من المشكلات التي يلاقونها داخل الأسرة والمدرسة وان تلك المشكلات تتزايد نتيجة فقدان التكامل والاتساق في ما بين الطرائق والاساليب المتبعة في تنشئتهم وتعليمهم، ومن ثم فان رعايتهم يجب ان تبني على اساس نظرة تكاملية شمولية لجميع المتغيرات والمحددات العقلية والمعرفية والبيئية المتعلقة بالتفوق العقلي (القريطي، ١٩٨٩، ٣٣).

٢- التعايش المركز على الانفعال Emotion-Focused coping: وهو الاجراءات السلوكية والمعرفية التي تستهدف تنظيم انفعالاتنا تجاه المواقف الضاغطة (الشرقاوي،٢٠٠٨، ١٩٩٣). واكد لازاروس ان الضغوط التي يواجهها الشخص تؤدي الى الكثير من الانفعالات والقلق والخوف والاكتئاب وتنعكس على اسلوبه في التعامل مع المشكلة (Thomas, 2003, 117). وقد يأخذ هذا التأثير بين المعرفة والانفعال اتجاها معاكسا، فبمشاعرنا سنضع صورة لكيف وبماذا نفكر؟ اخذين بنظر الاعتبار تأثير الانفعال على ذاكرتنا. فمستويات الانفعال تتركب من العديد من التغيرات السايكولوجية في داخلنا،

وبعض هذه التغييرات تنتج ارتقاءً بذاكرتنا ولذلك فإننا سنخزن أحداث الذاكرة الانفعالية بصورة أكثر تكاملاً وتدوم لفترة أطول من الأحداث الهادئة والمحايدة (Reisberg & Hertel, 2003, 321). وانفعالاتنا تتأثر كذلك عندما يحين وقت استرجاع خبراتنا فنحن نميل إلى تذكر الماضي وفق تناغم أو توافق انفعالي مع عالمنا وكأنه يمر بنا الآن (Gleitman et al., 2004, 8).

والانفعالات ردود أفعال ذاتية للخبرة والتي ترتبط مع التغييرات السيكولوجية والسلوكية (Sroufe, 1997, 144). وتوجه نحو التقليل من تأثير الضغوط وهي في المقام الأول تكون دفاعية (Cobb, 2001, 552).

وتجدر الإشارة إلى أن منع التفكير بالاحتمالات غير المرغوبة يمكن أيضاً أن يساعد في تنظيم الانفعال الذي يمكن أن يتولد، وأن التعايش مع الانفعال يحدد الخبرة في التعامل مع المشاحنات المزعجة، لأن التعايش مع الانفعال ينتج عنه تفكير إيجابي حول الخبرات السيئة (Pettijohn, 2007, 162).

٣- التعايش المركز على التقييم Appraisal-Focused coping : يؤثر التقييم المعرفي على إدراك الناس وردود فعلهم تجاه مسببات الضغوط الكامنة (Papalia et al., 2004, 445). وأكد لازاروس Lazarus 1993 على أهمية إدراك وتقييم الموقف بوصفه موقفاً ضاغطاً من قبل الفرد نفسه. وقد أشار إلى وجود مرحلتين لتقييم الموقف الضاغط:

أ- التقييم الأولي Primary Appraisal : ويشير إلى إصدار الفرد حكماً معيناً حول نوع الضغط ودرجة تهديده فقد يقيم الفرد الموقف الذي يتعرض له على أنه سلبي أو إيجابياً، شديداً أو ضعيفاً، ضاراً أو غير ضار.... الخ .

ب- التقييم الثانوي Secondary Appraisal : بالرغم من أهمية التقييم الأولي إلا أن التقييم الثانوي يكتسب أهمية أكبر لدى لازاروس وجماعته، إذ يحدد الفرد في التقييم الثانوي مصادر التعامل مع المواقف الضاغطة وحرية الاختيار والتقييم حيث يتم تقييم طرق التعامل المتاحة ونتائج اختيار أي منها واحتمال نجاحها (الأميري، ٢٣، ٢٠٠١).

وعندما يتعايش المراهقين مع واحدة من هذه الطرائق فإنهم من المحتمل أن يتطلعوا إلى إضافة معلومات وإدراك طرائق بديلة مقللة لضغوطات المشكلة، والعملية الأكثر فاعلية هي تلك التي يتم فيها تقييم المعلومات وصنع القرارات ومواجهة المشكلة (Cobb, 2001, 552).

إن استخدام مهارات التعايش تختلف في تأثيرها بحسب الموقف ومدى ملاءمة المهارة له. فالناس عادة ما يتكيفون مع ضغوطات الحياة عند امتلاكهم لعدة مهارات تعايش ومعرفتهم بمتى وكيف يستخدمون المهارة الملائمة. والحكمة هنا تكمن في تغيير الموقف بحسب امتلاك الفرد للمهارة التي يمكنها عمل ذلك وفي قبول المواقف التي ليس بالإمكان تغييرها، وتكمن كذلك في ملاحظة الفروق بين أنواع المواقف التي يتعرض لها الفرد (Passer, 2009, 739).

إن وجود الاختلاف بين الأفراد في القدرة على تحمل الضغوط ينعكس في ردود الفعل للضغط بمستوياتها الثلاثة هي: المستوى البيولوجي عن طريق وسائل الدفاع ضد المرض، والمستوى النفسي والشخصي عن طريق أنماط التعايش والدفاع عن الذات، والمستوى الاجتماعي الثقافي عن طريق المجموعات النقابية والدينية التي تدعم الفرد وتساعد. وفي مجال التربية الشخصية فيما يتعلق بالضغوط النفسية يمكن العمل على تقوية الجانب الشخصي عنده بحيث يزيد من قدرته على التحمل عن طريق تغيير وتعديل

في ادراك الفرد للمواقف التي يعتبرها ضاغطة، وكذلك عن طريق تقبل الضغوط على انها جزء من نظام الحياة. فنحن على سبيل المثال لانستطيع ان نمنع المصائب والكوارث ولا ان نوقف الازمات، ولكننا بالمقابل نستطيع ان نقوي الانسان ونحصنه لكي يتحمل مثل هذه الشدائد ويتقبلها على انها امر واقع طالما انه لا يستطيع التخلص منها، لذلك يجب ان يكون قادراً على التعامل معها والتكيف لها (ابو هلال واخرون، ١٩٩٣، ٤١٥، ٤١٤).

ومن السمات التي يتميز بها الطلبة المتميزين سمة المثابرة على المهمات (الالتزام بالمهمة)، وهذه السمة تمثل شكلاً من اشكال الدافعية، وتظهر على شكل طاقة عند مواجهة مشكلة معينة في احد مجالات الاداء، ويشار لهذه السمة بمصطلحات مثل: التصميم، التحمل، الثقة بالنفس، الثقة بالقدرات الذاتية لاداء الاعمال المهمة، العمل المضني وغيرها (السرور، ٢٠٠٠، ٧٦).

ان عملية التفاعل الاجتماعي في حياتنا اليومية تسلط الضوء على منظومة اجتماعية واسعة، فكل منظومات المقاييس الاجتماعية الواسعة تعتمد على نماذج التعايش الاجتماعي الذي نتشاركه يومياً مع الاخرين (Giddens et al., 2005, 111). ومثلما للضغوط اثارها على الفرد فان الانفعالات السلبية كالقلق وحالات الاحباط تكون سبباً لصحة عقلية وجسدية ضعيفة، والانفعالات الجيدة تكون سبباً لصحة جيدة (Salovey et al., 2000, 110).

وتزداد اهمية البحث ايضا من طبيعة الشريحة التي يتناولها المتمثلة بالطلبة المتميزين والذين هم بمرحلة لها اهمية خاصة من مراحل النمو وهي مرحلة المراهقة . فهذه الشريحة تعد الدعامة الاساسية للمجتمعات المتطورة والتي تركز على التنمية البشرية، ويعتبرون الركيزة الاساسية لتطور المجتمع وترقيته وان يعمل على اكتشافهم منذ مرحلة الطفولة لتقديم الرعاية المستمرة لهم. ويتم التاكيد على التنوع في استخدام الاساليب والمقاييس المناسبة للكشف عنهم وتصميم برامج تنشيطية وتدريبية تفي باحتياجاتهم وبما يتضمن استمرار تميزهم وتفوقهم (القحف و شبيب، ٢٠٠٨، ١١).

في عام (١٩٩٠) بدأ العمل بمدارس المتميزين في العراق، اذ افتتحت مدرستان في بغداد واحدة في الكرخ، والثانية في الرصافة، وقد تم قبول (١٢٥) طالب وطالبة في المدرستين في الصف الاول متوسط. وتروم هذه المدارس تحقيق اهداف المرحلة الثانوية بما يزيد من استكمال قدرات الطلبة وميولهم واتجاهاتهم المختلفة، وتنميتها باتجاه البناء المتكامل لشخصياتهم، وتزويد الطلبة بثقافة عامة متنوعة تمكنهم من مواصلة التعلم الذاتي، وزيادة الاهتمام بالجوانب العملية والتطبيقية وتنمية المهارات الاجتماعية (النعامنة، ٢٠٠٣، ٤٤).

حيث حددت المادة (٥٧) من نظام المدارس الثانوية رقم (٢٢) لسنة ١٩٧٧ الفصل التاسع، بان مدارس المتميزين تهدف الى تحقيق اهداف المدارس الثانوية العامة بصيغ واساليب اكثر تطوراً وحدثاً فضلاً عن تعزيز اهتمام الطلبة بالجوانب العلمية والتطبيقية وتعميق مواهبهم البحثية وتنمية قدراتهم على التفكير والابداع العلمي والابتكار. اما المادة (٥٨) من النظام ثانياً: يشترط في الطالب المتقدم الى القبول في مدرسة المتميزين ان تتوفر فيه الشروط العامة للقبول في الثانوية مضافاً اليها ما يأتي:

- أ- ان يخضع لشروط المعدل الذي تحدده اسس القبول المطبقة سنوياً .
- ب- ان يخضع للاختبارات التي تجريها لجنة لقبول وفقاً للتعليمات .
- ج- ان يجتاز الاختبار الخاص الذي تجريه اللجنة المتخصصة المؤلفة لهذا الغرض.

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف على :

- ١- درجة مهارة التعايش لدى الطلبة المتميزين .
- ٢- دلالة الفروق في مهارة التعايش على وفق متغيري النوع (ذكور، اناث) والصف (الثاني، الثالث المتوسط) .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة المتوسطة في مدارس المتميزين الحكومية في محافظة بغداد (المديريات العامة للتربية في الرصافة الاولى والثانية، والكرخ الاولى والثانية) والمديرية العامة لتربية ديالى، للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣ .

تحديد المصطلحات :

التعريف النظري لمهارة التعايش Coping Skill

تم تبني تعريف لازاروس وفولكمان Lazarus & Folkman 1980 لمهارة التعايش والذان عرفاها: بانها جهود معرفية وسلوكية توضع من اجل السيطرة على او اقلال المتطلبات الداخلية والخارجية للاحداث الضاغطة وما ينتج عنها من صراعات (Lazarus & Folkman, 1980, 219) .

التعريف الاجرائي لمهارة التعايش

اما التعريف الاجرائي لمهارة التعايش فهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عن طريق الاستجابة على فقرات مقياس مهارة التعايش المستخدم لاغراض البحث الحالي .

تعريف الطالب المتميز Distinguished Student

تعريف وزارة التربية ١٩٧٩: هم الطلبة الدارسين في مدارس المتميزين، وقد تم قبولهم فيها على اساس حصولهم على اعلى المجاميع في الامتحانات العامة للدراسة الابتدائية فضلا عن نجاحهم في اداء اختبارين، الاول لقياس القدرة العقلية، والثاني لاختبار تحصيلهم في بعض المواد الدراسية ويشترط في قبولهم ان لا يكونوا من الراسبين او المكملين خلال سني دراستهم السابقة (وزارة التربية، ١٩٧٩، ٦) .

النظريات التي فسرت مهارة التعايش :

١- نظرية التحليل النفسي Psychoanalytic Theory

وتؤكد التحليل النفسي على التأثير المباشر للعوامل البيئية وخاصة الالباء في التعايش، فالجو الاسري والاتجاهات الوالدية والعلاقات بين الاخوة لها اثرها على التكوين النفسي للطفل (Asch, 1952, 176) .

٢- النظريات النفسية الاجتماعية Social psychological Theories

تؤكد على تأثير المحددات الاجتماعية على السلوك كالتفاعل مع الاخرين والتنشئة الاجتماعية، فقد اعطى ادلر وهورني وسوليفان اهتماما للمؤثرات الثقافية والاجتماعية والميل الاجتماعي في اسلوب تكوين حياة الفرد (محمود ومطر، ٢٠١١، ٢٠٧) .

٣- النظرية السلوكية Behavioral Theory

وتهتم بدراسة سلوك الانسان واسبابه وطرق تعديله او تغييره اذا كان بحاجة الى ذلك من خلال برامج تعديل السلوك، وتهتم بالسلوك الظاهري ولا تهتم بتعديل السبب الجوهري الذي يقف ورائه (عبد الهادي والعزة، ٢٠٠٥، ٣٨) .

وبهذا المعنى تتبلور عملية التفاعل الاجتماعي بين الافراد من خلال المؤثر والاستجابة والتعزيز، ويرى علماء هذه المدرسة ان الافراد ليسوا سلبيين في تفاعلهم بل انهم يستجيبون للتأثير او للمنبهات التي يتلقونها خلال العمليات القائمة على التفاعل، والشخصية التي تتكون وتتشكل للفرد والجماعة هي نتيجة لهذا التفاعل (همام، ٥١، ١٩٨٩).

٤- نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory

اوضح باندورا ان تنظيم الشخصية الذي يتضمن متغيرات الفاعلية الذاتية Self Efficiency، والثقة بالنفس Self Confidence، والتحكم بالمدرک Perceived Control، وعوامل مهمة في تحديد اساليب التعامل مع الضغوط، فمثل هذه الشخصية اكثر استخداماً لسلوك التعايش Coping Behavior، والانضباط الذاتي Self-Discipline (الزيود، ٢٠٠٤، ٨).

٥- نموذج مايكل ماهوني 1977 Mikell Mahoney model

هو احد نماذج السلوك المعرفي طوره ماهوني ١٩٧٧، ويركز هذا النموذج على مساعدة المسترشد على اكتساب مهارات التعايش مع ظروف الحياة اليومية، وتطوير المهارات التي من شأنها تسهيل عملية التكيف مع المواقف الصعبة التي تتم مواجهتها (الفسفوس، ٢٠٠٦، ١٢٨).

٦- نظرية لازاروس وفولكمان 1984 Lazarus & Folkman Theory

قدم كل من لازاروس وفولكمان نموذج التقييم المعرفي (Cognitive – Appraisal Model) وفيه يرون ان الافراد يقومون باختيار استراتيجيات للتعايش تستند الى الطريقة التي يدركون ويحللون بها اوضاعهم، ويحدث التعايش عندما يدرك الافراد ان وضعهم الحالي لا يفي بتلبية طلباتهم لذلك عليهم المثابرة بجهد غير اعتيادي لتلبية ما يرغبون به، ان التعايش يتضمن اي شيء يفكر به الشخص او يعمل محاولات للتكيف مع الضغوط وبغض النظر عن مدى ملائمة الطريقة لان المواقف متغيرة باستمرار والتعايش لذلك يكون ديناميكياً (متميز بفاعلية مستمرة) وعملية متطورة وبالتالي فان اختيار الاستراتيجية الملائمة تتطلب اعادة تقييم متواصل للعلاقة بين الشخص والبيئة (Papalia et al., 2004, 651).

ويعد كل من لازاروس وفولكمان من اوائل العلماء الذين صنفوا اساليب التعايش التي يستخدمها الافراد للتعامل وتدبر الاحداث الى اشكال هي :

اولاً:- التعايش المركز حول المشكلة Problem-Focused coping: الذي يتضمن المعارف والسلوكيات التي تعالج المشكلة المسببة للاجهاد، ويعد افضل الوسائل لمواجهة الضغوط التي تدرك انها قابلة للسيطرة عليها (علاء الدين وعبد الرحمن، ٣٧٤، ٢٠١١).

ثانياً: التعايش المركز حول الانفعال Emotion-Focused coping: يرى لازاروس ان هناك علاقة بين تنظيم الانفعالات والتعاسة المرتبطة بالضغوط، وان هذا التعايش من افضل الوسائل لمواجهة المواقف التي تدرك انها ليست قابلة للسيطرة عليها (علاء الدين وعبد الرحمن، ٢٠١١، ٣٧٤).

ثالثاً: التعايش المركز حول التقييم: ويتمثل في اعادة تفسير وتقويم الموقف والتحليل المنطقي والنشاط العقلي (الزيود، ٢٠٠٤، ٥).

ويحدث التعايش المركز على التقييم حينما يعدل الفرد الطريقة التي يفكر بها وعلى سبيل دأب الفرد على ابعاد نفسه عن المشاكل، فالناس يمكن ان يبدلوا طريقة تفكيرهم عن المشكلة وذلك بتغيير اهدافهم وتعديل قيمهم (Billings & moos, 1981, 140).

ويطلق لازاروس على تنظيم الانفعالات اسم اعادة التقييم المعرفي او تغيير الطريقة التي يدرك بها الموقف الانفعالي، وتتضمن اعادة الصياغة المعرفية للاحداث الانفعالية لغرض التقليل من تأثيراتها، والافراد ذوي اعادة التقييم المعرفي المرتفع لديهم كثيرا من الانفعالات الموجبة وقليل من الانفعالات السالبة وتحسن علاقتهم الاجتماعية وتوافقهم النفسي (العادلي، ٢٠١٠، ٦٩).

ووضع لازاروس صنفين لمفهوم عملية التقييم وهما :

١- ان الناس يستخدمون التقييمات الابتدائية لكي يقرروا ما اذا كانت المثيرات ضاغطة، او نافعة، او ليست ذات علاقة بالموضوع .

٢- ويستخدمون التقييمات الثانوية لتقييم خيارات الاستجابة عند اعتبار المثير ضاغطاً (Papalia et al.,2004,652).

ان عمليات التقدير الاولي والثانوي هي عمليات عامة للتعايش مع الضغوط. ومع ذلك فان مختلف اشكال التعايش مع الضغوط تكون متاحة في مواقف الشدة للتحكم في الظروف التي تقدر على انها مرهقة لموارد الفرد او لتحملها (برافين، ٢٠١٠، ٢٨٤).

وقد تبنت الباحثة نظرية لازاروس وفولكمان ١٩٨٤ كاساس نظري لمهارة التعايش وكيفية مواجهة الضغوط للاسباب الآتية:

١- الاساس الذي قامت عليه النظرية هو الادراك حيث اكد لازاروس وفولكمان على اهميته في جعل الافراد يدركون طبيعة الاحداث وما تتطلبه من استجابات لذلك اصبح تحقيق التوافق بين الشخص والبيئة مرتبطا بتقديره المعرفي .

٢- ان هذه النظرية ركزت على الجوانب المعرفية والانفعالية للفرد باعتبارها مصادر لمواجهة الضغوط وردود الفعل عليه وتعد هذه الجوانب مصادر داخلية تعبر عن ما ينطوي عليه البناء النفسي للفرد.

٣- وضعا نموذجا واضحا لتفسير الضغوط، حيث ان الموقف الضاغط بما له من جوانب نفسية فان له اثر في التقييم المعرفي للفرد من حيث كونه يمثل خطراً او ضرراً يلحق بالفرد.

٤- تهتم بامكانات الفرد في التعامل مع المواقف الضاغطة واساليب مواجهتها.

٥- لم تهمل هذه النظرية المحيط الخارجي لذلك عدت المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد من البيئة المحيطة به وتقييمه لهذه المواقف وردود افعاله عليها اهم العناصر المتفاعلة في حساب مهارة التعايش.

دراسات عن مهارة التعايش :

دراسة بلوك 1971 Block

قام بلوك باجراء دراسة على(250) طالب وطالبة من مدرستي جونيور وسنيور العاليتين، وجد استمرارية للخصائص التي اخذت بنظر الاعتبار المتعة بالنشاطات الاجتماعية وتأكيد الذات والرغبة في الانجاز فضلا عن انه اثبت وجود علاقة بين تكيف المشاركين مع خلفيات عوائلهم، وقد استنتج بلوك ان الاجواء العائلية التي يهيأها الوالدين هي التي ستضع اولادهم ضمن نمط حياة سعيدة او مريضة والتي تؤدي بالنتيجة الى نماذج للتعايش صحية وغير صحية (Block,1971,266) .

دراسة هولاهان وموس 1990 Holahan & Moos

درسا نماذج التعايش والنتائج السلوكية لدى (٤٠٠) فرد في كاليفورنيا لمدة اكثر من سنة، وتوصلا الى ان الناس عادة يستخدمون عدة طرق للتعايش مع الضغوط منها طريقة

التعايش المركز على المشكلة، والتي غالباً ما ترتبط مع التوافق الايجابي مع العامل المسبب للاجهاد او الضغط، وعلى النقيض منه التعايش المركز على الانفعال والذي تضمن اغفال للمشاعر او القاء تبعات الامور على الاخرين مما ينبأ عن يأس وضعف توافق مستخدمي هاتين الطريقتين (Passer et al.,2009,738).

دراسة فايانت 1994 Vailant

دراسة للنماذج الدفاعية التي يستخدمها الفرد كطرائق للتعايش في كل مرحلة عمرية، صنف فايانت نماذج التعايش هذه استناداً الى مستويات النضج النفسي لدى الفرد، وضمن اليات الدفاع فقد وضع في اسفل الهرم الالية التي غالباً مانجدها عند الطفولة المبكرة مثل الية الانكار او الية التشويه التام للواقع، وفي قمة الهرم فان نماذج التعايش التي اخذها فايانت بنظر الاعتبار عند المراهقين والبالغين كانت من مثل الدعابة، والية الكبت التي تدخل ضمن خانة (المجهود الواعي) الذي يستخدمه الفرد لدفع بحالة القلق الذي يسبب له الازعاج بعيداً عن تفكيره، وكذلك (حالة الايثار) الحالة التي يحاول فيها الفرد اعطاء الاخرين ما يتمنى ان يمتلكه لنفسه او يصل به الى نفسه (Gleitman et al.,2004,626).

دراسة بلانجارد واخرون 1995 Blanchard et al.

في دراسة بلانجارد واخرون على اعمار مختلفة من بينهم (٧٠) مراقق ومراقبة طلب منهم كتابة مقال عن معالجة (٥٠) مشكلة، المشاركون بغض النظر عن اعمارهم فان معظمهم قد اختاروا الاستراتيجيات المركزة على المشكلة (اما في فعلها المباشر، او بتحليل المشكلة لغرض فهمها بشكل افضل). وكانت هذه الطريقة صحيحة وبشكل خاص للحالات التي لم تكن تمتاز بالانفعالية العالية (Papalia et al.,2004,652).

دراسة كويل وفيف 1996 Coyle & Vief

اثبتت الدراسة بان المراهقين والبالغين الشباب يميلون للاستجابة بتهجمية للصراع بينما البالغين الكبار في السن يكونون اقل مواجهة وقل دافعية، واكثر احتمالية لازالة الصراع او رؤية الجهة المشرقة منه (Coyle & Vief,1996,127).

دراسة تشان ٢٠٠٥

استهدفت دراسة تشان ٢٠٠٥ معرفة العلاقة بين متغير الذكاء العاطفي والمواجهة الاجتماعية والضغوط الاجتماعية لدى عينة من الطلاب الموهوبين الصينيين في (هونك كونك)، وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٢٤) طالباً، وبعد معالجة البيانات إحصائياً وباستعمال معامل الارتباط بين المتغيرات الثلاثة، أشارت النتائج الى وجود علاقة دالة احصائياً بين الذكاء العاطفي والمواجهة الاجتماعية والضغوط النفسية، وفسرت الدراسة هذه العلاقة نتيجة استخدام الأنموذج والتعلم والتكيف الاجتماعي، التي كانت لها آثار ذاتية على أفراد العينة واستجاباتهم (تشان، ٢٠٠٥، ١٦٣-١٧٨).

مجتمع البحث population of the Reasearch

يعرف مجتمع البحث بانه جميع الافراد او الاشخاص الذين يكونون موضوع مشكلة البحث (عبيدات واخرون، ١١٣، ١٩٩٦).

يشتمل مجتمع البحث الحالي جميع المدارس الثانوية (المرحلة المتوسطة) للمتميزين في مدينة بغداد التابعة لمديريات تربية (الرصافة الاولى والثانية، والكرخ الاولى والثانية) والمدارس الثانوية للمتميزين في مدينة بعقوبة التابعة لمديرية تربية ديالى للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣.

وعليه يتكون مجتمع البحث من مدارس المتميزين، البالغ عددها (١٨) مدرسة ثانوية للمتميزين، موزعة على المديرية العامة للتربيات الخمس في محافظتي بغداد وديالى. وقد بلغ عدد طلبة المرحلة المتوسطة في هذه المدارس (٥٣٨٣) طالب وطالبة، موزعين بحسب النوع بواقع (٣٠٥٨) ذكور و(٢٣٢٥) اناث.

عينة البحث The Sample Of The Reserch

يقصد بالعينة اختيار جزء من مجتمع البحث بحيث يمثل هذا الجزء المجتمع تمثيلاً كاملاً في جميع خصائصه (الخطيب وآخرون، ١٩٨٥، ٣٩) وقد اختيرت عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من مدارس المتميزين للمديرية العامة الخمس من محافظة بغداد (الرصافة الاولى والثانية والكرخ الاولى والثانية) ومن محافظة ديالى. وقد بلغت عينة البحث (٤٠٠) طالب وطالبة، اختيروا بصورة متساوية وبواقع (٢٠٠) طالب من الصفين الثاني والثالث و(٢٠٠) طالبة من الصفين الثاني والثالث وبواقع (١٠٠) طالبة من كل صف وهم يمثلون نسبة (٧،٤٣%) من مجموع مجتمع البحث .

اداة البحث :

- تم بناء مقياس مهارة التعايش لتحقيق اهداف البحث الحالي وقد اتبعت الخطوات الاتية:-
- تحديد المنطلقات النظرية لبناء مقياس مهارة التعايش ، حيث تم اعتماد نظرية لازاروس وفولكمان ١٩٨٤ اطارا نظريا في تحديد مفهوم مهارة التعايش ومجالاتها .
- تحديد مجالات مهارة التعايش، وهذه المجالات هي : أ- التعايش المركز حول المشكلة : هو عملية معرفية تحدث عندما يقوم الفرد باجراء تعديلات بطريقة تفكيره الشخصي عن المشكلة القائمة وتحديد الاستعراض العقلي للتصرفات الممكنة ولنتائج هذه التصرفات (العززي، ٢٠٠٤، ٧) .
- ب- التعايش المركز حول الانفعال: محاولة الافراد منع ظهور استجابات انفعالية حادة لديهم عند تعرضهم لاحداث بيئية او مثيرات ضاغطة مهددة لهم او تقليل تأثيرها .
- ج- التعايش المركز حول التقييم: هو عملية معرفية تحدث عندما يقوم الفرد باجراء تعديلات في طريقة تفكيره الشخصي عن المشكلة القائمة (Gazzaniga, 2006, 414) .
- صياغة الفقرات، بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة وكذلك المقاييس التي اعتمدت فيها، ومن خلال المنطلق والتعريف النظري وتحديد مكونات المقياس وتعريفها تم صياغة (٤٤) فقرة موزعة على المجالات الثلاثة المحددة لمهارة التعايش روعيت فيها الشروط الواجب توافرها في فقرات المقاييس النفسية والتربوية.
- بدائل الاجابة، تم اعتماد طريقة ليكرت Likert في اعداد بدائل المقياس وذلك بوضع مدرج ثلاثي لبدائل الاجابة عن فقرات مقياس مهارة التعايش، التي تتراوح فيه الاستجابة من اقصى انطباق الفقرة على المستجيب بحسب الاوزان (١، ٣، ٢) عندما تكون الفقرات ايجابية الى اقصى عدم انطباق الفقرة بحسب الاوزان (١، ٢، ٣) للفقرات السلبية .
- صلاحية الفقرات، تم عرض المقياس بصورته الاولى على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص بواقع (١٦) محكماً ، لاجل التعرف والتحقق من صلاحية فقرات المقياس ومدى فعاليتها في قياس الخاصية التي وضعت لاجلها وسلامتها اللغوية والعلمية، واعطاء اي تعديلات وملاحظات على الفقرات والبدائل ودرجاتها.
- اعداد تعليمات المقياس وتطبيقه على عينة وضوح التعليمات والفقرات. بعد ان تم التأكد من صلاحية فقرات مقياس مهارة التعايش تم وضع مجموعة من التعليمات، للتحقق

من مدى فهم العينة المستهدفة لتعليمات المقياس ومدى وضوح فقراته لديهم فضلاً عن توضيح طريقة الاجابة. ثم طبق المقياس على عينة من طلبة الصف الثاني مكونة من (٥٠) طالب وطالبة وبواقع (٢٥) طالب و(٢٥) طالبة تم اختيارها عشوائياً من مدارس المتميزين في المديرية العامة لتربية الرصافة الاولى وكان الهدف من هذا التطبيق هو التأكد من مدى فهم الطلبة للفقرات ووضوح تعليمات الاجابة عليها، وبدائل الاستجابة وكيفية اختيارها فضلاً عن حساب الوقت المستغرق للاجابة الذي تراوح بين (٦-٢) دقيقة بمتوسط قدره (٤,٥) دقيقة .

- ايجاد القوة التمييزية للفقرات، ولأجل التأكد من قدرة المقياس على التمييز بين الافراد ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا في ما يخص السمة التي يتم قياسها، تم تطبيق المقياس الذي اصبح يتكون من (٤٣) فقرة بعد تثبيت ما اتفق عليه الخبراء على عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (٤٠٠) طالب وطالبة. وبعد تصحيح اجابات الطلبة على المقياس وايجاد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات، وترتيب هذه الدرجات تنازلياً، ثم اختيار الـ (٢٧%) من الدرجات العليا و (٢٧%) من الدرجات الدنيا لتمثلاً المجموعتين المتطرفتين، اذ كان عدد افراد المجموعة العليا (١٠٨) استمارة، وعدد افراد المجموعة الدنيا (١٠٨) استمارة، وعند استعمال الاختبار التائي T-test لعينتين مستقلتين وايجاد القيم التائية المحسوبة ومقارنتها بالقيمة الجدولية التي تبلغ (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤)، تبين ان اغلب الفقرات مميزة ماعدا (٣) فقرات وهي (٥، ٢٣، ٣٠) كانت غير دالة احصائياً لذلك تم حذفها من المقياس .

- الخصائص السيكومترية للمقياس: ان المقياس ينبغي ان تتوفر فيه بعض الخصائص السايكومترية الاساسية والتي من اهمها صدقه وثبات درجاته (علام، ٢٠٠٠، ١٨٤). ومن انواع الصدق التي تم حسابها ما ياتي :

أ- صدق البناء : الذي تحقق من خلال ايجاد ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس، وارتباط الفقرة بدرجة المجال، والمجالات بالدرجة الكلية للمقياس .

ب- الصدق الظاهري: تم التأكد من صحة صياغة الفقرات ومدى ارتباطها بموضوع القياس بعرض المقياس بصورته الاولى المكون من (٤٤) فقرة على مجموعة من المحكمين المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (١٦) محكماً لابداء ارائهم وملاحظاتهم عن مدى صلاحية الفقرات لقياس درجة مهارة التعايش لدى الطلبة المتميزين، وفي ضوء آراء المحكمين اصبح عدد فقرات المقياس (٤٣) فقرة .
اما ثبات المقياس فقد تم التحقق منه بالاساليب الاتية :

أ- اسلوب الاختبار واعادة الاختبار Test – Retest Method

لايجاد الثبات بهذا الاسلوب تم تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغة (١٠٠) طالب وطالبة. ثم اعيد تطبيق المقياس بعد مرور (١٤) يوماً. وحسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين والذي بلغ (٠,٨٣) وهو معامل ثبات جيد، اذ انه دال احصائياً ومؤشراً على مدى استقرار اجابات المستجيبين على مقياس مهارة التعايش.

ب- معادلة الفايكرونباخ (الاتساق الداخلي) Cronbach Alpha

تم استعمال هذه المعادلة لاستخراج معامل الثبات ا من استمارات عينة الثبات، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨١) وهذا مؤشراً على اتساق الفقرات وتجانسها .

بعد اجراء التحليل الاحصائي واستخراج الخصائص السيكومترية للمقياس اصبح المقياس بصيغته النهائية مكوناً من (٣٩) فقرة موزعة على (٣) مجالات وذلك بعد حذف (٤) فقرات لانها غير دالة احصائياً بالنسبة للقوة التمييزية للفقرات .

التطبيق النهائي للمقياس :

طبق المقياس بشكله النهائي على عينة البحث الاساسية البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة في مدارس المتميزين التابعة للمديريات العامة للتربيات الذكورة سابقا، وتوضيح طريقة الاجابة للطلاب وتشجيعهم على الاجابة على كل الفقرات وبما يعبرون وبشكل صريح عن وجهة نظرهم .

الوسائل الاحصائية :

لغرض تحقيق اهداف البحث تم استعمال الوسائل الاحصائية المناسبة والاستعانة بالبرنامج الاحصائي SPSS وكما يأتي :

١- اختبار مربع كاي Chi-square test وقد استعمل لمعرفة دلالة المحكمين في صلاحية فقرات مهارة التعايش (البياتي واثناسيوس، ١٩٧٧، ٢٩٣) .

٢- معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient لتحقيق ما يأتي :

أ- ايجاد العلاقة بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ودرجة كل فقرة

والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، والعلاقة بين كل مجال والدرجة الكلية للمقياس .

ب- استخراج الثبات بطريقة اعادة الاختبار (فيركسون، ١٩٩١، ١٤٥) .

٣- معامل الفايكرونباخ Alpha Cronbach Formula لاستخراج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس (حبيب، ١٩٩٦، ٣٢٦) .

٤- الاختبار التائي لعينة واحدة T-test One Sample لاختبار الفرق بين المتوسط الفرضي الحسابي لدرجات عينة البحث على المقياس (البياتي واثناسيوس، ١٩٧٧، ٢٥٤)

٥- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين T-test Two Independent Sample لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس باستعمال المجموعتين المتطرفتين وكذلك للمقارنة بين الدرجات على وفق متغيرات النوع والصف (عطية، ٢٠٠١، ٢٣٥)

٦- تحليل التباين التائي : لمعرفة دلالة الفرق في مهارة التعايش، تبعا لمتغيرات النوع والصف (احمد، ١٩٨٨، ٣٧١-٣٧٤) .

نتائج البحث :

- التعرف على درجة مهارة التعايش لدى الطلبة المتميزين .

اشارت نتائج البحث الى ان المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس مهارة التعايش قد بلغ (٩١،٨٢) وبانحراف معياري قدره (٨،٣٧) درجة، وعند مقارنة هذا المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس الذي بلغ (٧٨)، تبين ان الفرق ذو دلالة احصائية اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة لعينة واحدة (٣٢،٩) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٩) والجدول (١) يوضح ذلك .

الجدول (١) المتوسط الحسابي والفرضي والقيمة التائية المحسوبة للدرجات على مقياس مهارة التعايش

مستوى الدلالة ٠,٠٠٥	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	١,٩٦	٣٢,٩	٧٨	٨,٣٧	٩١,٨٢	٤٠٠

تؤشر هذه النتيجة على ان الطلبة المتميزين يمتلكون مستوى جيد من مهارة التعايش، ولديهم القدرة على التغلب على المشكلات والمواقف الضاغطة والتعامل بشكل ايجابي مع الانفعالات المصاحبة لها لتقليل من تاثيرها .

وقد اطلق لازاروس وفولكمان على عملية تفسير وتقويم الموقف والطريقة التي يفكر بها الفرد لابعاد نفسه عن المشاكل وتنظيم الانفعالات اسم اعادة التقييم المعرفي وذلك هو ما يميز الطلبة المتميزين في تعاملهم مع المشكلات وردود افعالهم مما ينعكس ذلك على توافقهم النفسي والاجتماعي وفي علاقاتهم الاجتماعية .

ان مهارة التعايش عملية تدبير وتفكير لحل المشكلات وتنظيم الانفعالات وكذلك تعني القدرة على الادراك من خلال اختيار الطرق الصحيحة في مواجهة المواقف التي تجهد الطالب وتسبب له الالم سواء في الاسرة او المدرسة والمجتمع بشكل عام، لذلك يجب اكساب الطلاب مهارات معينة وتنميتها ل يبقى الطالب متوافقاً مع نفسه ومتواصلاً في علاقاته مع الاخرين والبيئة. وهذا لا يتحقق الا بالمثابرة في العمل والدافعية والتصميم والتحمل والعمل المضيئي وهي الاداءات التي يتفوق بها الطالب في هذه المدارس (السرور، ٢٠٠٠، ٧٦) .

وقد درس هولاهان وموس ١٩٩٠ نماذج التعايش السلوكية لدى الناس وتوصلا الى انهم عادة ما يستخدمون عدة طرق للتعايش مع الضغوط منها التعايش المركز على المشكلة والتعايش المركز على الانفعال .

- **المقارنة في مهارة التعايش على وفق متغير النوع (ذكور، اناث) ومتغير الصف (الثاني، الثالث المتوسط)**

لتحقيق هذا الهدف فيما يتعلق بمتغير النوع (ذكور، اناث) تم تطبيق مقياس مهارة التعايش على عينة البحث الاساسية واطهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير النوع (ذكور، اناث) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠,٢٤٥) وهي اقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٠٥) وبدرجتي حرية (٣٩٦,١) والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢) تحليل التباين الثنائي لمقياس مهارة التعايش وفقاً لمتغير (النوع والصف)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	مستوى الدلالة
النوع	١٧،٢٢٣	١	١٧،٢٢٣	٠،٢٤٥	٠،٦٢١
الصف	٥٥،٥٠٣	١	٥٥،٥٠٣	٠،٧٨٩	٠،٣٧٥
النوع والصف	٤٠،٣٢٣	١	٤٠،٣٢٣	٠،٥٧٣	٠،٤٥٠
الخطأ	٢٧٨٦٩،٣٥٠	٣٩٦	٣٠،٣٧٧		
المجموع	٢٧٩٨٢،٣٩٨	٣٩٩			

وهذا يعني انه لا يوجد اختلاف بين الطلاب والطالبات في مستوى مهارة التعايش وقد يعزو ذلك الى توافر فرص متكافئة للتعلم واتباع الاساليب الوالدية المتناظرة لكل من الذكور والاناث واطلاع الذكور والاناث على الية متشابهة يمارسها الوالدان ويتبعها الاقران في مواجهة الضغوط وحل المشكلات، وبحسب لازاروس وفولكمان فان ردود افعال الطلبة وتقييمهم للمواقف والاحداث والمشكلات التي يواجهونها تعبر عن قدراتهم في المواجهة باتخاذهم الافعال والسلوكيات الملائمة اثناء عملية التعامل مع الاحداث وما ينتج عنها والتعايش مع هذه الاحداث بغض النظر عن طبيعة نوع الفرد. فضلا عن كونهم طلبة متميزين ويحملون صفات سلوكية متقاربة ويتميزون بقدرات عقلية في تقييم الامور، خاصة وان الظروف التي يمر بها مجتمعنا بشكل عام تؤثر وتشمل الجميع بدون استثناء على حد سواء الذكور والاناث .

هذه النتيجة اتفقت مع دراسة بلانجارد واخرون Blanchard et al.,1995 والتي بينت ان معظم المشاركين في الدراسة، بغض النظر عن اعمارهم ونوعهم اختاروا الاستراتيجية المركزة على المشكلة وخاصة من قبل الذين لم يكونوا يمتازون بانفعالية عالية . واختلفت مع دراسة فيليب وجارفس Phelps & Jarvis 1994 اللذان وجدا ان طالبات المدارس الثانوية اكثر ميلاً من الطلاب باستخدام مهارات التعايش المركزة على الانفعال من التعايش المركز على المشكلة .

اما فيما يتعلق بمتغير الصف (الثاني، الثالث متوسط) اظهرت النتائج ايضا عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لهذا المتغير بالنسبة لعينة البحث اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠،٧٨٩) وهي اقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣،٨٤) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجتي حرية (٣٩٦،١) لان المتوسط الحسابي لدرجات الصف الثاني (ذكور، اناث) والبالغ (٩٢،١٩٥) مقارنة للمتوسط الحسابي لدرجات الصف الثالث (ذكور، اناث) والبالغ (٩١،٥١) والجدولان (٢) و (٣) يوضحان ذلك.

الجدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس مهارة التعايش وفقاً
لمتغير (النوع والصف)

العينات	حجم النسبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسطات النوع والصف
ذكور ثاني	١٠٠	٩٢،٧٢	٨،٤٧	للذكور: ٨،١٧
ذكور ثالث	١٠٠	٩١،٣٤	٧،٨٧	للإناث: ٨،٥٧٥
المجموع	٢٠٠	٩٢،٠٣	٨،١٨	
إناث ثاني	١٠٠	٩١،٦٧	٨،٢٦	الثاني: ٩٢،١٩٥
إناث ثالث	١٠٠	٩١،٦٨	٨،٨٩	الثالث: ٩١،٥١
المجموع	٢٠٠	٩١،٦٧	٨،٥٦	
المجموع الكلي	٤٠٠	٩١،٦٧		

ويمكن ان يعزى ذلك الى تشابه انماط التعايش والقدرات المعرفية عند طلبة الصفين الثاني والثالث، كما ان الطلبة في هذين الصفين يصنفون ضمن نظام مدارس المتميزين مما يتطلب ذلك منهم اتباع اساليب المواجهة والضغط والمشكلات التي قد تظهر اثناء دوام الطلبة في هذه المدارس المتعلقة بالمتطلبات الدراسية المتمثلة بعدد الحصص والتحضير اليومية للواجبات المدرسية والامتحانات والمواد الدراسية الاضافية التي يدرسها الطلبة في هذه المدارس وطول اليوم الدراسي مقارنة بطلاب المدارس العادية فضلا عن وجود حد عتبة للمعدل يجب المحافظة عليه والا فانه سينتقل الى الدراسة في المدارس والصفوف العادية مما يولد ضغطا اضافيا يجعلهم يتبعون اساليب مواجهة متشابهة والاستعانة ببعضهم البعض او بالآخرين للحفاظ على تفوقهم واستمرار دوامهم في هذه المدارس .

اما فيما يخص التفاعل فكان غير دال احصائيا بين متغير النوع (ذكور، إناث) والصف (الثاني، الثالث المتوسط) حيث لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية لان القيمة الفائية المحسوبة قد بلغت (٠،٥٧٣) وهي اقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣،٨٤) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجتي حرية (١، ٣٩٦) والجدول (٢) وضح ذلك .

الاستنتاجات

- ١- ان افراد عينة البحث يمتلكون مهارة التعايش التي تتيح لهم التعامل مع الضغوطات والانفعالات وتقييمها دون ان يترك ذلك اثراً سلبياً على صحتهم الجسمية والنفسية.
- ٢- ان امتلاك مهارة التعايش التي تقود الى التغلب على الضغوط يساهم في حل المشكلات وسهولة التكيف.

التوصيات

- ١- التوسع في فتح مدارس المتميزين لتشمل وحدات ادارية خارج مركز المحافظات كالأقضية، لتحضن المتميزين في هذه المناطق وترعى قدراتهم .
- ٢- الاهتمام بتنمية الجوانب الوجدانية والمهارية لدى المتعلم وعدم التركيز على الجوانب المعرفية النظرية فقط .

المقترحات

- ١- اجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي على طلبة المرحلة المتوسطة الموجودين في المدارس العادية ومقارنة نتائجها بنتائج البحث الحالي .
- ٢- اجراء دراسة تتناول مهارة التعايش وعلاقتها بمتغيرات اخرى مثل الرضا عن الحياة، التفاؤل، والصلابة النفسية .

المصادر العربية :

- ١ . احمد ، شكري سيد (١٩٨٨) : تطبيقات اسس ومبادئ الاحصاء في المجال النفسي والتربوي، ج ١، جامعة قطر
- ٢ . أحمد ، علاهن محمد علي (١٩٩٨) : أثر برنامج ارشادي في خفض مستوى الضغوط الدراسية لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية / الجامعة المستنصرية ، العراق.
- ٣ . أبو هلال ، احمد وآخرون (١٩٩٣) : المرجع في مبادئ التربية ، ط ١ ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن.
- ٤ . برفين ، لورانس أ. (٢٠١٠) : علم الشخصية ، ترجمة عبد الحليم محمود السيد ، ايمن محمود عامر ، محمد يحيى الرخاوي، ط ١، المركز القومي للترجمة ، القاهرة.
- ٥ . البياتي ، عبد الجبار توفيق واثناسيوس، زكريا زكي (١٩٧٧): الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة البصرة.
- ٦ . تشان ، دافيد (٢٠٠٥) : الذكاء العاطفي وعلاقته بالمواجهة الاجتماعية والظغوط النفسية لدى الطلابالموهوبين الصينيين ، القدرة على الدراسات العليا ، المجلد (١٦) ، العدد الثاني ، الناشر رويتلدج ، مجموعة فرانسيس وتايلور.
- ٧ . الخطيب ، احمد واخرون (١٩٨٥) : دليل البحث والتقويم التربوي ، دار المستقبل للنشر والتوزيع، عمان- الاردن .
- ٨ . رزق الله ، رندا (٢٠٠٨) : العلاقة بين مهارة الذكاء العاطفي والتفاعل الاجتماعي دراسة ميدانية وصفية على عينة من تلاميذ الصف السادس من التعليم الأساسي في محافظة دمشق ، مجلة جامعة دمشق، المجلد ٢٤ - العدد الأول ، كلية التربية ، جامعة دمشق.
- ٩ . الروسان، فاروق (٢٠٠١) : سيكولوجية الأطفال غير العاديين ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان - الأردن.
- ١٠ . الزيود ، نادر فهمي (٢٠٠٤) : استراتيجية التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة قطر وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد (٩٩).
- ١١ . السرور، ناديا هائل (٢٠٠٠) : مفاهيم وبرامج عالمية في تربية المتميزين والموهوبين ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان - الاردن.
- ١٢ . الشرفاوي ، خليل (١٩٩٣) علم الصحة النفسية العربية ، دار النهضة ، بيروت - لبنان.
- ١٣ . العادلي ، راهبة عباس (٢٠١٠) : الانفعالات نموها وإدارتها ، فينوس للحاسبات والطباعة والترجمة ، بغداد.
- ١٤ . عبد الهادي ، جودت عزت والعزة ، سعيد حسني (٢٠٠٥) : تعديل السلوك الإنساني دليل الآباء والمرشدين التربويين في القضايا التعليمية والنفسية والاجتماعية ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن.

١٥. عبيدات ، ذوقان وعدس ، عبد الرحمن وعبد الحق ، كايد (١٩٩٦) : **البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه**، ط٥، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان - الاردن .
١٦. عطية ، عبد الحميد (٢٠٠١) : **التحليل الاحصائي وتطبيقاته في دراسات الخدمة الاجتماعية**، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية - مصر .
١٧. علاء الدين ، جهاد وعبد الرحمن ، عز الدين (٢٠١١) : **فاعلية برنامج إرشاد جمعي في خفض التوتر والتشاؤم لدى أمهات الأطفال الاردنيين المصابين بالسرطان ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية** ، مجلد (٧) عدد (٤) ، ٣٧١-٣٩٧.
١٨. علام ، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠) : **القياس والتقويم التربوي والنفسي ، أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة** ، ط١ ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة - مصر
١٩. العنزي ، عياش بن سمير معزي (٢٠٠٤) : **علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور بمدينة الرياض** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، كلية الدراسات العليا.
٢٠. الفسفوس ، عدنان أحمد (٢٠٠٦) : **أساسيات تعديل السلوك الإنساني**، السلسلة الإرشادية ، ط٢ ، فلسطين www.fiseb.com888.
٢١. فيركسون ، جي. اي . (١٩٩١) : **التحليل الاحصائي في التربية وعلم النفس** ، ترجمة هناء محسن العكيلي، دار الحكمة ، بغداد .
٢٢. القحف ، فريال وشبيب ، ناديا (٢٠٠٨) : **تعلم كيف تفكر وعلم أولادك التفكير** ، ط٢ ، دار العلم للملايين ، بيروت - لبنان.
٢٣. القريطي ، عبد المطلب أمين (١٩٨٩) : **المتفوقون عقلياً مشكلاتهم في البيئة الأسرية والمدرسية ودور الخدمات النفسية في رعايتهم** ، مجلة رسالة الخليج العربي ، العدد (٢٨) السنة التاسعة.
٢٤. محمود ، غازي صالح ومطر ، شيماء عبد (٢٠١١) : **مفهوم الذات** ، ط١ ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن.
٢٥. النعامنة ، حسن محمد قاسم (٢٠٠٣) : **تقويم البرنامج التربوي للطلبة المتفوقين في المراكز الريادية في ضوء أهداف التطوير التربوي في الأردن** ، اطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية التربية / ابن رشد - جامعة بغداد.
٢٦. همام ، طلعت (١٩٨٩) : **سين وجيم عن علم النفس الاجتماعي** ، ط٣ ، دار عماد ، مؤسسة الرسالة ، عمان - الأردن.
٢٧. وزارة التربية ، الجمهورية العراقية (١٩٧٩) : **المجموعة الكاملة للتشريعات التربوية**، مديرية الشؤون القانونية ، مطبعة وزارة التربية - بغداد.
- المصادر الاجنبية :

1. Asch , S. E. (1952) : **Social psychology** , New York prentice-Hall.
2. Billings , Andrew G. & Moos , Ruddf H. (1981) : The rule of Coping responses and social resources in attenuating life events. **Journal of Behavioral Medicine** , 4(2) P. P. 139-157.
3. Block, j. (1971) : **Lives through time**. Berkeley CA :Baneroft books.

4. Cobb, Nancy J. (2001) : **Adolescence** , Fourth edition , Mayfield Publishing Company , USA.
5. Coyle , Diehl M. & Vife , Labauvie (1996) : Age and sex differences in strategies of coping defense across the life span, **psychology and aging** 11 (1) , 127-139.
6. Gazzaniga . Michael S. & Heatherton , Todd F. (2006) : **Psychological science** , second edition , w. w. Norton & company. Inc. , New York.
7. Giddens , Anthony & Duneier , Mitchell , Appelbaum , Richard (2005) : **Introduction of Sociology** , 5th edition , W. W. Norton & Company Ltd , New York.
8. Gleitman , Henry & Fridlund , Alan , J. & Reisberg , Danie (2004): **Psychology** , sixth edition , w. w. Norton & company , Inc. New York.
9. Lazarus , R, & Folkman , S. (1980) : an analysis of coping an a middle aged community sample , **Journal of Health and Social Behavior** , 21 , P.P. 219-239.
10. Papalia, Diane & Sally Wendkos Olds & Ruth Duskin Feldman (2004) : **Human Development**, 9th edition, McGraw Companies , New York.
11. Passer , Michael & Smith , Ronald & Holt , Nigle & Bremner , Andy & Sutherland , Ed & Vlieg Michael L.W. (2009) : **Psychology The science of mind and behavior** , MCGraw-Hill , Higher Education , European edition (UK).
12. Pettijohn, Terry, F. (2007): **Sources psychology**, 4th edition, Mc, Graw-Hill Companies USA .
13. Reisberg, D. & Hertel, P. (2003): **Emotion and memory**, New York: Oxford University press .
14. Salovey, P. , Rothman, A. J. , Detweiler, J. B. , & Steward, W. T. (2000): Emotional states and physical health. **American psychologist**, 55, 110-121.
15. Sroufe , L. , A. (1997) : **Emotional development Cambridge** , England : Cambridge University press.
16. Thomas , M. (2003) : **Organization behavior concept , theory and practice** , New Delhi , Deep and Deep publication.
17. Weinman , J. (1987) : **An outline of psychological as applied to medicine**, British library cataloging in publication data.

