

أساليب مواجهة المشقة لدى عينة من المكفوفين والمبصرين بالجمعيات الأهلية

في سلطنة عمان وعلاقتها ببعض المتغيرات

إعداد

خلود أحمد عامر العبيداني

أ.د محمد عبدالحميد الشيخ حمود

Department of Psychology

College of Education

Sultan Qaboos University

الملخص

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى أساليب مواجهة المشقة لدى عينة من المكفوفين والمبصرين بالجمعيات الأهلية بسلطنة عمان حيث استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي والمقارنة. وتكونت عينة الدراسة من المكفوفين والمبصرين (١٠٧) عضواً والذين يشكلون ١٩% من مجتمع الدراسة. استخدمت الدراسة مقياس أساليب مواجهة المشقة من إعداد مایسة شكري (١٩٩٩) وتكونت من (٥٢) عبارة موزعة على ١٣ محور. ولتحليل نتائج الدراسة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين التثنائي. ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن درجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المكفوفين بلغت بالنسبة للمجموع الكلي درجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (٢,٣٠). أما درجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المبصرين بلغت بالنسبة للمجموع الكلي درجة متوسطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (٢,٣٠). وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بالنسبة لمقياس أساليب مواجهة المشقة تبعاً لمتغيري الجنس والحالة والتفاعل بينهما.

الكلمات المفتاحية: المكفوفون، المبصرون، أساليب مواجهة المشقة.

Abstract

Methods of stress coping in a sample of the blind and sighted in the civil associations in the Sultanate of Oman and its relationship to some variables

The present study aimed at identifying methods of stress coping in a sample of the blind and sighted in the NGOs in the Sultanate of Oman where the study used descriptive and comparative method. The study sample consisted of blind and sighted (107) members, who constitute 19% of the study population. The study used a measure of the methods of coping with hardship by Maisa Shukri (1999) and consisted of (52) words distributed on 13 axis. To analyze the results of the study, the arithmetic mean, standard deviations, binary variance analysis and Pearson correlation coefficient were calculated. One of the main findings of the study was that the degree of the use of coping methods in the study sample of the blind reached a total of a medium degree, where the mean was 2.30. The degree of use of the methods of coping hardship in the sample of the study of sighters amounted to the total number of intermediate degree, where the mean arithmetic (2.30). The results showed that there were no statistically significant differences at the level of significance (0.05) for the measure of coping difficulties according to gender variables and the state and interaction between them. Keywords: Blinds, Sighted, Methods of stress coping.

مقدمة:

نتحدث في هذه الدراسة عن الضغط (stress) وكيفية تعامل الفرد مع أساليب مواجهته، حيث تفترض النظرية المعرفية أن للضغط عمليتين هما التقدير المعرفي، والمواجهة (Coping) وتعرض الفرد لأحد مواقف الحياة الضاغطة قد تحدث آثاراً في نفسيته، ولا يمكننا اعتبار جميع هذه الآثار سلبية دائماً بل أن هناك آثار من الممكن أن تكون إيجابية، ويعتمد ذلك على شدة الحدث الضاغط فالضغوطات البسيطة قد تساعد الفرد على الأداء والانجاز وزيادة كفاءته بينما يؤدي التعرض لبعض الضغوطات الشديدة إلى اختلال قدراته وعادة تعتبر الضغوطات من العوامل المجهدة للفرد خاصة إذا استمرت لفترة طويلة.

ولقد صنف كوكس (Cox) آثار أحداث الحياة الضاغطة على الفرد في أربع مجموعات هي:

- تأثيرات نفسية : كالقلق، والتعب، والانقباض، وسرعة الإثارة، وخمود الإحساس، و تدهور احترام الذات.

- تأثيرات سلوكية : كالسلوك المتهور أو المندفع، واستخدام المهدئات وعدم الراحة والانفعال.

- تأثيرات إدراكية: كضعف في معالجة المعلومات، فقدان الذاكرة، التردد.

- تأثيرات جسمية: كزيادة ضغط الدم، وضربات القلب، وكثرة التعرق مع صعوبة التنفس (بلان،

٢٠١٥).

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تعتبر التحديات التي تواجه الإنسان في العصر الحديث كثيرة مما يؤثر في إدارة الضغوطات ومواجهة المشقة في الحياة فكل إنسان قد يمر بالعشرات من التجارب بمستويات مختلفة من الحدة فإذا كان هذا الأمر مع الإنسان المبصر فمن المؤكد أن تصبح أكثر تعقيداً لدى المعاق بصرياً ومع تكرار هذه السلسلة من الحوادث المزعجة التي تهدد كيانه وتغمر حياته تصبح الضغوطات أكثر ازعاجاً لما يصاحبها من اضطرابات فسيولوجية واضطرابات نفسية كالشعور بعدم الثقة والخوف ومحاسبة الذات والعجز عن مواجهة المواقف المختلفة وغيرها من الاضطرابات.

تتلخص مشكلة الدراسة في معرفة درجة أساليب مواجهة المشقة لدى عينة المكفوفين والمبصرين ثم دراسة الفروق بينهم في هذه الأساليب حسب متغير الحالة والجنس، حيث تتحدد مشكلة الدراسة بالتساؤلات الآتية:

١ - ما درجة أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المكفوفين ؟

٢ - ما درجة أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المبصرين ؟

٣ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لأساليب مواجهة تعزى لمتغيري الجنس والحالة والتفاعل بينهما؟

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية موضوع الدراسة من خلال:

١ - الأهمية النظرية:

١ - يعتبر موضوع أساليب مواجهة المشقة من المواضيع المهمة التي أثارت اهتمام العديد من الباحثين، وكون الدراسة الحالية تبحث عن أساليب مواجهة المشقة لعينة المكفوفين نأمل أن تصيف بنتائجها الجديدة للتراكم العلمي في هذا المجال من الدراسات التربوية.

٢ - من المتوقع أن تسهم نتائج الدراسة في تقديم فهم نظري لطبيعة العلاقة بين أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين والمبصرين.

٣ - نظراً لارتباط الدراسة بعينة المكفوفين من المتوقع تزود المسؤولين بوزارة التنمية الاجتماعية بسلطنة عمان بمدى أهمية البرامج الإرشادية والرعاية النفسية لهذه الفئة من ذوى الاحتياجات الخاصة (المكفوفين).

٢ - الأهمية التطبيقية:

١ - استثمار نتائج الدراسة في التعرف على طبيعة أساليب مواجهة المشقة في تصميم برامج نفسية وتربوية وإرشادية، يمكن أن تسهم في توجيه المكفوفين بشكل خاص والمبصرين بشكل عام إلى أساليب مواجهة المشقة تتوافق مع قدراتهم الشخصية ومع بيئتهم الاجتماعية.

٢ - يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في التخطيط ووضع برامج تؤهل وتدرب ذوى الاحتياجات الخاصة.

٣ - تعتبر هذه الدراسة إضافة للتراث النظري الذي قد يثير الكثير من التساؤلات لدى الباحثين لمواصلة البحث في هذا المجال.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية للتعرف إلى درجة أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين والمبصرين، والفروق بين المكفوفين والمبصرين في أساليب مواجهة المشقة ومعرفة الفروق ذات الدلالة إحصائية بين المبصرين والمكفوفين في أساليب مواجهة المشقة.

محددات الدراسة:

تحدد نتائج هذه الدراسة بالحدود الآتية:

- ١ - الحدود البشرية: فئة المكفوفين والمبصرين من الذكور والإناث.
- ٢ - الحدود المكانية: الجمعيات الأهلية للمكفوفين (مسقط - نزوى - صحار).
- ٣ - الحدود الزمانية: تم تطبيق هذه الدراسة ٢٠١٥ م.
- ٤ - الحدود الموضوعية: تقتصر هذه الدراسة في معرفة درجة أساليب مواجهة المشقة لدى العينة، والفروق بينهما.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً - الإطار النظري:

- أساليب مواجهة المشقة: Coping Strategies

أن الضغوط النفسية التي يواجهها الإنسان هي التي تسبب له الكثير من الاضطرابات والأمراض النفسية التي يعاني منها، والأفراد يختلفون في أساليب مواجهة المشقة (مواقف الحياة)، فمنهم من يتعرض لمواقف ضاغطة وأحداث مؤذية ويستطيع أن يواجه هذا الموقف بفاعلية دون الوقوع في المرض النفسي أو الجسمي ومنهم من يفشل وينهار في مواجهة هذه الضغوط فيصاب بالمرض.

فتظهر العمليات التي يواجه بها الفرد المشقة في صورتين:

الصورة الأولى: عملية التكيف (adaptation) مع الوضع الضاغط.

وهي عبارة عن عمليات والإجراءات الروتينية التي يعتمد الفرد على مزاولتها وعادة ما تكون هذه العمليات اوتوماتيكية ومكررة وأسلوباً ثابتاً يزاوله الفرد لمواجهة مثل هذه المواقف.

أما الصورة الثانية: فهي عملية المواجهة (Coping)

وهي عبارة عن إجراءات يتخذها الفرد من أجل حل المشكلة التي تواجهه ومن ثم العودة إلى الوضع الانفعالي الطبيعي وعادة ما تكون هذه الإجراءات نتيجة عملية تقييم الفرد للموقف الذي يمر به أكثر من كونه صفة ثابتة أو إجراءات روتينية (الطريي، ١٩٩٤).

وتعتبر نظرة الفرد للموقف على أساس أنه أمر ضاغط يقود إلى الخطوة الأخرى ألا وهي حدوث شحنة انفعالية تتولد لدى الفرد وتوجه نحو الحدث أو الأمر الذي تم اعتبار أنه ضاغط، وقد تكون هذه الشحنة الانفعالية على شكل خوف أو غضب أو عدم الشعور بالأمن أو قلق وبعد أن تحدث هذه الشحنة الانفعالية يفترض أن يترتب عليها إثارة فسيولوجية كأن يحدث شد عصبي أو

زيادة في مستوى الكوليسترول أو سرعة ضربات القلب، وما من شك أن مثل هذه الآثار تصنف على أساس أنها سلبية (الطيرري، ١٩٩٤).

- تعريف المواجهة:

تعرف المواجهة بأنها المجهود المبذول من قبل الفرد لإزالة الضغط النفس ، وخلق طرق جديدة للمواجهة مع المواقف الجديدة في كل مرحلة من مراحل الحياة.

وتعرف أيضاً على " أنها محاولة الفرد لضبط المطالب والصراعات البيئة الخارجية والداخلية التي ترهق مصادر تكيفه، أي أنه يتضمن جهود الفرد لضبط البيئات الداخلية والخارجية والعلاقة التي ترتبط معه.

أن ردود أفعال الأفراد نحو المواقف الضاغطة متباينة، ويعود سبب هذا التباين إلى شخصية الفرد والخبرات التي يتعرض لها، وقدرته على مواجهة صراعات الحياة، فأدراكه للمواقف الخارجية وفكرته عن ذاته والطريقة التي يدرك الموقف بها، تعتبر النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته. وهناك ثلاثة عناصر للمواجهة وهي:

- ١- أن يكون الشخص قادراً على اكتشاف ومعالجة المعلومات الجديدة.
- ٢- أن يكون قادراً على السيطرة على حالته الانفعالية، وتغيير الانفعالات والتعبير عنها بشكل مناسب إذا لزم الأمر.
- ٣- أن يكون قادراً على الانتقال بحرية ضمن بيئته، وأن يستعمل مصادره الجسمية، والمعرفية، والاجتماعية، والانفعالية لفهم ما يلزم، حيث أنها تعدل بعض مظاهر الموقف أو الذات، ولذا فإن المواجهة هي السلوك الذي يحدث بعد أن يحصل الفرد على فرصته لتمثيل الموقف وقراءة انفعالاته، والانتقال إلى موقف بعيد عن التحدي (بلان، ٢٠١٥).

- المواجهة المتمركزة حول المشكلة وتتضمن عنصرين:

- أ- **المواجهة السلوكية:** وهنا تعتبر الاستجابات أفعال ظاهرة توجه مباشرة لمواجهة الموقف، ومنها أسلوب حل المشكلة الفعال ومحاولات الضبط والتجنب والانسحاب أو الهروب ولقد أكد علماء النفس أن المتفائلين يمكن أن يتعاملوا بشكل أفضل مع المثيرات الضاغطة لأنهم يقومون بأفعال إيجابية ويشغلون في التخطيط الإيجابي البناء لذا يظهرون أكثر اندفاعاً نحو استجابات المواجهة من المتشائمين في المواقف القابلة للضبط ((Steptoe, 1991)).

ب- **المواجهة المعرفية:** تظهر هذه الاستجابات بشكل مباشر لمواجهة الموقف حيث يتضمن محاولة لضبط الطريقة التي يدرك بها الأحداث الضاغطة وقد استخدم Lazaruse (1966) مصطلح التقويم المعرفي، للإشارة إلى النمط الذي يفسر فيه الناس الأحداث أو المواقف الضاغطة. من أساليب التقويم المعرفي، الانتباه الانتقائي للمظاهر الإيجابية للموقف، أعاده تحديد وتعريف الأحداث بنمط وأسلوب غير مهدد. (Steptoe, 1991).

- **المواجهة المتمركزة حول الانفعال وتتضمن عنصرين:**

أ- **المواجهة السلوكية المتمركزة حول الانفعال:** تعتبر السلوكيات الواقعة تحت هذا الفرع من المواجهة المتغيرة التي تساعد على خفض عملية الانفعال وخاصة الناتجة عن الأحداث الضارة والمنفردة وهناك نمطان من المواجهة السلوكية المتمركزة حول الانفعال وهما:

- البحث عن المعلومات والتجنب.

- البحث عن المساندة الاجتماعية التي تهدف إلى تنظيم الاستجابات الانفعالية.

ب- **المواجهة المعرفية المتمركزة حول الانفعال:** ويتعلق هذا النوع بطريقة مواجهة الأفراد للانفعال الذي ينتج عن المواقف الضاغطة على المستوى المعرفي، ويتضمن التعبير الفعال عن الانفعال، والمعالجة الانفعالية الفعالة في مواجهة المشقة.

وهناك عدد من أساليب المواجهة التي تؤدي إلى عدم الانشغال مع الانفعالات مثل الكف

الانفعالي، الكبت، التجنب الدفاعي، والإنكار (Steptoe, 1991).

ثانياً - دراسات سابقة دراستنا تناولت أساليب مواجهة المشقة:

قام عرافي (٢٠١٣) بدراسة بعنوان أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها بتأكيد الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة مهد الذهب هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط وتأكيد الذات. وعلى أساليب مواجهة الضغوط الأكثر استخداماً لدى طلاب المرحلة الثانوية. وعلى موقع أساليب المواجهة الايجابية على مقياس أساليب مواجهة الضغوط. وعلى الفروق في درجات أساليب مواجهة الضغوط بين الأكثر والأقل تأكيداً للذات قام الباحث باستخدام أداتين تتناسب مع طلاب المرحلة الثانوية الأولى: لقياس أساليب مواجهة الضغوط والثانية: لقياس السلوك التوكيدي. وتكونت عينة الدراسة من " ٦٧٣ " طالب في المرحلة الثانوية من جميع الصفوف وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- أولاً - وجود علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائياً بين أسلوب "المواجهة وتأكيد الذات - إعادة التفسير الايجابي - الالتجاء إلى الله - ضبط الذات" وتأكيد الذات.
- وجود علاقة ارتباطية سالبة وذات دلالة إحصائياً بين أسلوب "لوم الذات - الاستسلام - الانعزال - أحلام اليقظة - الإنكار - التنفيس الانفعالي" تأكيد الذات.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة ولكنها غير دالة إحصائياً بين أسلوب "التحليل المنطقي-التركيز على الحل-البحث عن المعلومات - تحمل المسؤولية- تقبل الأمر الواقع - الاسترخاء والانفصال الذهني - الدعابة - البحث عن إثبات بديلة" تأكيد الذات.
- ثانياً - إن أساليب الموجهة رُتبت تنازلياً من الأكثر استخداماً إلى الأقل استخداماً.
- ثالثاً - إن متوسطات درجات أساليب المواجهة الايجابية تحتل الدرجات الأولى على مقياس أساليب مواجهة الضغوط باستثناء أسلوب إعادة التفسير الايجابي.
- رابعاً - عدم وجود فروق دالة إحصائياً في أسلوب "التحليل المنطقي - التركيز على الحل - البحث عن المعلومات - تحمل المسؤولية - تقبل الأمر الواقع - إعادة التفسير الايجابي - الاسترخاء والانفصال الذهني -الدعابة البحث عن أثبات بديلة" لدى الطلاب الأكثر والأقل تأكيداً للذات.
- وجود فروق دالة إحصائياً في أسلوب "المواجهة وتأكيد الذات - ضبط الذات - لوم الذات - الالتجاء إلى الله - الاستسلام - الانعزال - أحلام اليقظة - الإنكار - التنفيس الانفعالي" لدى الطلاب الأكثر والأقل تأكيداً للذات.
- وأجرى الهلالي (٢٠٠٩) دراسة بعنوان " بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة " والتي تهدف لمعرفة أساليب مواجهة الضغوط لدى الطلاب الإيجابية منها والسلبية وترتيبها على مدرج أساليب المواجهة، كما يهدف إلى التعرف على الفروق في متوسط درجات أساليب مواجهة الضغوط بين طلاب مرحلتي المتوسط والثانوي، وأيضا التعرف على الاختلافات في متوسط درجة الطلاب على مقياس مواجهة الضغوط باختلاف الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي في دراسته، وقام الباحث باستخدام مقياس أساليب مواجهة الضغوط لمنى عبدالله ٢٠٠٢ ، وتكونت عينة البحث من (٥٤٧) طالباً، (٢٥٩) طالباً من التعليم المتوسط والثانوي.
- نتائج البحث ما يلي:

- وقوع أساليب المواجهة الإيجابية في المراتب الأولى على مدرج أساليب الضغوط بشكل عام، حيث جاء أسلوب اللجوء إلى الله أولاً، وأسلوب تحمل المسؤولية ثانياً، وأسلوب المواجهة وتأكيد الذات ثالثاً، وأسلوب التحليل المنطقي رابعاً ، وأسلوب ضبط الذات خامساً.

- عدم تأثر أساليب مواجهة الضغوط مرحلتي تعليم المتوسط والثانوي إلا على أربعة أساليب فقط، وهي ضبط الذات ولوم الذات والانعزال والاسترخاء والانفصال الذهني مقابل أربعة عشر أسلوباً غير دالة.

- ضعف تأثير الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم على أساليب مواجهة الضغوط .

كما أجرت أبو عرام (٢٠٠٥) دراسة بعنوان " أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية "وهدفـت الدراسة إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية ،وتكونت عينة الدراسة من (٤٣٤) طالباً و (٤٥٧) طالبة واستخدمت الدراسة مقياس (سمات الشخصية من إعداد الباحثة) ومقياس أساليب المواجهة من إعداد: منى عبد الله ٢٠٠٢ ، وأسفرت نتائج الدراسة أن أهم الأساليب التي يعتمد عليها الطلاب هي اللجوء إلى الله ثم المواجهة وتأكيد الذات ثم تحمل المسؤولية كذلك وجود علاقة بين طبيعة المدارس التابع لها الطلاب وبين أسلوبين من أساليب مواجهة الضغوط وهي أسلوب لوم الذات والإنكار، كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة بين الجنس وبين عدد من أساليب مواجهة الضغوط كانت لصالح الذكور في أربع أساليب ولصالح الإناث في ثلاث أساليب.

وأجرت جودة (٢٠٠٤) دراسة بعنوان " أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى". وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى طلاب جامعة الأقصى ومعرفة مدى تأثر أساليب مواجهة الضغوط النفسية بكل من الجنس والتخصص ومكان السكن، وبلغت عينة الدراسة ١٠٠ طالب و ١٠٠ طالبة وقد استخدمت الباحثة في الدراسة مقياسين أحدهما لقياس أساليب مواجهة الضغوط والآخر لقياس الصحة النفسية، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن طلاب جامعة الأقصى يستخدمون أساليب متعددة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، كما أسفرت عن وجود علاقة ارتباط موجبة دالة بين أساليب المواجهة الفعالة والصحة النفسية ،كذلك أسفرت عن عدم وجود فروق دالة في متوسطات درجات أفراد العينة في أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزى لمتغير الجنس ووجود فروق دالة في بعض أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزى لكل من متغير التخصص ومكان السكن.

ودراسة قام بها البحراوي (٢٠٠٣) عنوان الدراسة: "الاستراتيجية الدينية وأحداث الحياة الضاغطة هدفت هذه الدراسة إلى التركيز على مدى فاعلية الدين في معالجة أحداث الحياة الضاغطة والتغلب عليها والتكيف معها. وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من المرضى، الذين أجريت لهم زراعة الكلى بعد ٣ شهور من الجراحة وعددهم (١٧١) مريضاً، بمتوسط عمري (٤٢) عاماً وتكونت عينة أقارب المرضى من (٢٣٢) فرداً من أقارب المرضى، بمتوسط عمري (٤٦) عاماً وأظهرت الدراسة أن المرضى الذين استخدموا الاستراتيجية الدينية لمدة ثلاثة أشهر قد ارتبطوا بإعادة بنية معرفية أكبر، وكذلك معتقدات ضبط داخلي أكبر بعد زرع الكلى كما ارتبطت الاستراتيجية الدينية، جوهرياً، بإعادة البنية المعرفية والمساندة الاجتماعية الأكبر إما إعادة البنية المعرفية والمساندة الاجتماعية والضبط الداخلي والتعزيد الاجتماعي ارتبطت بضيق نفسي أقل.

وهدف دراسة عبد الله (٢٠٠٢) إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية، وذلك باستخدام (مقياس أساليب المواجهة من إعداد الباحثة) وذلك على عينة بلغت (١٠٧٣) طالباً وطالبة بالمرحلتين الإعدادية والثانوية، وتتراوح أعمارهم بين (١٢- ١٨) عاماً وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها، أن الأساليب السلبية في مواجهة الضغوط احتلت المراكز الأولى في الترتيب العام لأساليب مواجهة الضغوطات (الإنكار - الاستسلام - التنفيس الانفعالي) كما كشفت عن وجود فروق دالة إحصائية بين عيني الطلاب والطالبات على ثماني أساليب للمواجهة، كذلك وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية على خمسة عشر أسلوباً من أساليب المواجهة.

منهجية الدراسة:

حيث أن الدراسة هدفت للتعرف إلى درجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين والمبصرين، ومعرفة الفروق ذات الدلالة احصائية بين المبصرين والمكفوفين في أساليب مواجهة المشقة، فإن المنهج الوصفي الارتباطي هو الأكثر ملائمة لأهداف الدراسة الحالية.

مجتمع الدراسة:

تكون المجتمع من الجمعيات الأهلية للمكفوفين في سلطنة عمان بمسمى (جمعية النور للمكفوفين) عددها ثلاثة جمعيات في كل من مسقط، ونزوى، وصحار، حيث يبلغ عدد أعضائها من المكفوفين والمبصرين حسب آخر احصائيات ٢٠١٦ م (٥٦٤) عضواً في جميع الجمعيات.

عينة الدراسة:

نظر لصعوبة التعامل مع عينة الدراسة (المكفوفين) من حيث الالتقاء بهم وآلية تطبيق أداة الدراسة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية حيث تكونت عينة الدراسة من ١٠٧ عضواً تم توزيعهم كالتالي: من المكفوفين (٥٠) عضو ومن المبصرين (٥٧) عضو من مجتمع الدراسة، والذين يشكلون (١٩%) من مجتمع الدراسة، من كل جمعية من الذكور والإناث وجدول ١ يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الحالة والجنس من المكفوفين والمبصرين.

جدول (١) توزيع عينة الدراسة حسب الحالة والجنس (كفيف / مبصر)

الحالة	المكفوفين	المبصرين
الجنس	ن=٥٠	ن=٥٧
الذكور	٢٤	٢٥
الإناث	٢٦	٣٢

أداة الدراسة (مقياس أساليب مواجهة المشقة وخصائصه السيكومترية):

تم استخدام مقياس أساليب مواجهة المشقة من إعداد ماييسة شكري (١٩٩٩)، حيث يتكون المقياس من (٥٢) عبارة، تقيس الأساليب العامة لمواجهة المشقة ولقد تم توزيعها على (١٣) أسلوب مختلف من حيث المفهوم والوظيفة التي تقوم بها في عملية المواجهة، ولكل فقرة مقياس تصحيح رباعي متدرج (لا أفعل هذا مطلقاً - أفعل هذا قليلاً - أفعل هذا بدرجة متوسطة - أفعل هذا غالباً) تعطى له الأوزان الآتية: (١،٢،٤،٣) ولقد قامت ماييسة شكري بالتأكد من صدق المقياس بالاعتماد على أسلوبين من أساليب الصدق، وهما الاتساق الداخلي والصدق العاملي وجاء على النحو التالي: تم حساب معاملات الارتباط الخطى بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي ينتمي إليه، حيث جاءت جميع الارتباطات دالة عند مستوى ٠,٠١، أما الصدق العاملي نتج عن استخدام التحليل العاملي إلي استخراج ثلاث عوامل استوعبت ٦٨,٢٢ من التباين الكلي وصل في ثلاث

عوامل إلى ٠,٦٨، من التباين الكلي وتم حساب ثبات المقياس بطريقتين الأولى هي معامل ألفا كرونباخ (ن=٢١٠) وجاء معامل الثبات فيها يتراوح بين (٠,٧٥ و ٠,٩٢) والطريقة الثانية بإعادة التطبيق (ن= ٥٠) وجاء معامل الثبات فيها يتراوح بين (٠,٧٣ و ٠,٩٠) (مايسة شكري ، ١٩٩٩).

إجراءات صدق وثبات مقياس مواجهة المشقة في الدراسة الحالية: أولاً - الصدق:

- **الصدق الظاهري:** للتحقق من صدق فقرات المقياس عرضت أساليب مواجهة المشقة في صورتها الأصلية المكونة من (٥٢) فقرة على (٩) محكماً من أعضاء هيئة التدريس في جامعة نزوى، وجامعة السلطان قابوس. حيث تم اتفاق جميع المحكمين بنسبة (١٠٠%) على أن المقياس ملائم من حيث الصياغة اللغوية ووضوحها وأن العبارات ملائمة من حيث التطبيق على مجتمع الدراسة الحالية وأنه تم تطبيقه في دراسات عربية وخليجية ولا يحتاج إلى تعديل.

٢ - **الصدق البنائي:** للتحقق من صدق البناء تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس أساليب مواجهة المشقة والدرجة الكلية، حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من مجتمع الدراسة مكونة من (٢٠) عشرين عضواً، وبعد تصحيح إجاباتهم تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية في مقياس أساليب مواجهة

المشقة

الفقرة	معامل الارتباط لفقرات (أساليب مواجهة المشقة)	الفقرة	معامل الارتباط لفقرات (أساليب مواجهة المشقة)
١	**٠,٦٧	٢٧	**٠,٥٧
٢	**٠,٦٥	٢٨	*٠,٤٩
٣	**٠,٥٩	٢٩	**٠,٨٦
٤	**٠,٧٣	٣٠	**٠,٨١
٥	**٠,٧٤	٣١	**٠,٨١
٦	**٠,٧٧	٣٢	**٠,٦٠
٧	**٠,٨٦	٣٣	**٠,٦٤
٨	**٠,٨٧	٣٤	**٠,٧٣
٩	**٠,٨٣	٣٥	*٠,٨٢
١٠	**٠,٦٧	٣٦	**٠,٧٠

**٠,٧٠	٣٧	*٠,٠٩	١١
**٠,٧١	٣٨	*٠,٦٦	١٢
**٠,٥٨	٣٩	**٠,٧١	١٣
**٠,٦٣	٤٠	**٠,٨١	١٤
**٠,٧٨	٤١	**٠,٨٤	١٥
**٠,٦٠	٤٢	*٠,٥١	١٦
**٠,٨٤	٤٣	**٠,٨٩	١٧
*٠,٢٧	٤٤	**٠,٨٣	١٨
*٠,٤٧	٤٥	**٠,٧٠	١٩
**٠,٨٢	٤٦	**٠,٧٤	٢٠
*٠,٢٦	٤٧	*٠,٥١	٢١
*٠,٤٨	٤٨	**٠,٨١	٢٢
*٠,٦٦	٤٩	*٠,٣٥	٢٣
**٠,٥٤	٥٠	*٠,٦٠	٢٤
*٠,٣٦	٥١	**٠,٧٥	٢٥
**٠,٦٠	٥٢	**٠,٨٧	٢٦

*داله عند مستوى (٠,٠٥)

**داله عند مستوى (٠,٠١)

وقد أظهرت النتائج أن معاملات ارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً حيث تراوحت بين (٠,٨٧ - ٠,٢٦) بمستوى دلالة (٠,٠٥) و (٠,٠١) وهذا يشير إلى أن المقياس يمتلك صدقاً بنائياً يعكس مدي الاتساق الداخلي بين الفقرات وانتمائها إلى ما يقبسه، مما يعطي مؤشراً إلى إمكانية استخدامه بكفاءة في الدراسة.

ثانياً - ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات تم تطبيق مقياس أساليب مواجهة المشقة على عينة عشوائية مكونة من (٢٠) عضواً اختيروا عشوائياً من مجتمع الدراسة، نصفهم من الذكور والنصف الآخر من الإناث، وتم احتساب معادلة كرونباخ-ألفان حيث حسبت الدرجة الكلية لثبات العينة والأخطاء المعيارية

للمقياس، وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية spss حيث بلغ معامل الثبات لمقياس أساليب مواجهة المشقة (٠,٩٧) بالانحراف المعياري مقداره (٠,٥٥) درجة، وجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣) قيم معاملات الثبات لقائمة أساليب مواجهة المشقة بطريقة ألفا - كرونباخ

المقياس	معامل الثبات	المتوسط الحسابي	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري
أساليب مواجهة المشقة	٠,٩٧	٢,٢٤	٠,١٢	٠,٥٥

ويتبين من جدول (٣) أن المقياس يمتلك قدرًا عاليًا من الاتساق بين فقراته، ويتمتع بدرجة مقبولة من الثبات، وكما تشير مؤشرات الأخطاء المعيارية للمقياس إلى درجة مقبولة من الاستقرار والاتساق في النتائج، مما يسمح بإمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

ثالثاً - تصحيح المقياس في الدراسة الحالية:

تتم الاجابة عن فقرات مقياس أساليب مواجهة المشقة عن طريق اختيار المستجيب بديل من أربعة بدائل هي: (لا أفعل هذا مطلقاً - أفعل هذا قليلاً - أفعل هذا بدرجة متوسطة - أفعل هذا غالباً) ولغايات التصحيح أعطيت التوازن (١-٢-٣-٤) على التوالي لفقرات المقياس ، بحيث تكون المقياس في صيغته النهائية من (٥٢) فقرة ،موزعة على (١٣) أسلوب هي (اللجوء الى الدين، المواجهة الفعالة، اعادة التفسير الايجابي، البحث عن الدعم الاجتماعي الانفعالي، التخطيط، البحث عن الدعم الاقتصادي الواسلي، التقبل، عدم الانشغال الذهني، كبح المواجهة، قمع الانشطة المتعارضة، الانكار، التركيز على الانفعالات وتصريفها، عدم الانشغال السلوكي)، حيث تعتبر تفضيلات معتادة من الفرد للتعامل مع المشكلات .وقد تم اختيار ١٣ أسلوباً مختلفاً من حيث المفهوم والوظيفة التي تقوم بها في عملية المواجهة كما أشارت إليها معظم الدراسات والبحوث، واعتبرها أكثر الأساليب العامة شيوعاً لتقويم أساليب مواجهة المشقة، والجدول (٤) يوضح توزيع فقرات أساليب مواجهة المشقة.

جدول (٤) توزيع فقرات أساليب مواجهة المشقة

م	الأساليب	الفقرات	المجموع
١	اللجوء الى الدين	١٠-٢٢-٣٤-٤٦	٤
٢	المواجهة الفعالة	٢-١٤-٢٦-٣٨	٤
٣	اعادة التفسير الايجابي	٧-١٩-٣١-٤٣	٤

٤	٤٢-٣٠-١٨-٦	البحث عن الدعم الاجتماعي الانفعالي	٤
٤	٣٧-٢٥-١٣-١	التخطيط	٥
٤	٤١-٢٩-١٧-٥	البحث عن الدعم الاقتصادي الواسيلي	٦
٤	٤٥-٣٣-٢١-٩	التقبل	٧
٤	٥١-٤٨-٣٦-٢٤	عدم الانشغال الذهني	٨
٤	٤٠-٢٨-١٦-٤	كبح المواجهة	٩
٤	٣٩-٢٧-١٥-٣	قمع الأنشطة المتعارضة	١٠
٤	٤٩-٤٧-٢٣-١٢	الإنكار	١١
٤	٥٠-٣٢-٢٠-٨	التركيز على الانفعالات وتصريفها	١٢
٤	٥٢-٤٤-٣٥-١١	عدم الانشغال السلوكي	١٣
٥٢		المجموع	

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً - النتائج المتعلقة بنتائج السؤال الأول ومناقشتها:

- ما درجة أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين؟

ومن أجل الإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين والمبصرين كما تم استخدام المعيار الآتي لتفسير نتائج هذا السؤال.

جدول (٥) المعيار المعتمد في تفسير نتائج السؤال الثالث للدراسة حسب المتوسط الحسابي

المتوسط الحسابي	درجة الاستخدام
٣,٢٥ - ٤	كبيرة
٢,٥٠ - ٣,٢٤	متوسطة
١,٧٥ - ٢,٤٩	قليلة
١ - ١,٧٤	قليلة جداً

* استمد هذا المعيار من قاعدة التقريب الحسابي للأعداد الصحيحة (٤، ٣، ٢، ١) التي تمثل تدرجات المقياس.

١ - المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لدرجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين:

حيث يظهر الجدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لدرجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي.

جدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لدرجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاستخدام
١	للجوء الى الدين	٢,٦٣	٠,٨٢٢	متوسطة
٢	المواجهة الفعالة	٢,٥٢	٠,٨٤٤	متوسطة
٣	إعادة التفسير الإيجابي	٢,٤٦	٠,٨١٣	قليلة
٤	البحث عن الدعم الاجتماعي الانفعالي	٢,٤٥	٠,٨٢٢	قليلة
٥	التخطيط	٢,٣٦	٠,٦٦٨	قليلة
٦	البحث عن الدعم الاقتصادي الوسيلى	٢,٣٣	٠,٧٣٧	قليلة
٧	التقبل	٢,٢٧	٠,٧٩٤	قليلة
٨	عدم الانشغال الذهني	٢,٢٧	٠,٥٢٤	قليلة
٩	كبح المواجهة	٢,٢٣	٠,٦١٣	قليلة
١٠	قمع الانشطة المتعارضة	٢,٢٢	٠,٦٤٣	قليلة
١١	الإنكار	٢,١١	٠,٦١٢	قليلة
١٢	التركيز على الانفعالات وتصريفها	٢,٠٣	٠,٦٣٠	قليلة
١٣	عدم الانشغال السلوكي	٢,٠٣	٠,٦٥٩	قليلة
	المجموع	٢,٣٠	٠,٥٦٩	قليلة

يتضح من خلال الجدول السابق أن درجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المكفوفين قد تراوحت بين الدرجة المتوسطة والقليلة حيث تراوح المتوسط الحسابي بين (٢,٦٣) و (٢,٠٣) حيث جاء أسلوب "اللجوء الى الدين" في المرتبة الاولى وبدرجة استخدام متوسطة ثم جاء بعد ذلك أسلوب "المواجهة الفعالة" وبدرجة استخدام متوسطة ايضا بينما أخذ أسلوب "عدم الانشغال السلوكي" وأسلوب " التركيز على الانفعالات وتصريفها " أدنى المتوسطات الحسابية وبدرجة استخدام قليلة ، وأخذ المجموع الكلي لأساليب مواجهة المشقة درجة استخدام قليلة حيث بلغ المتوسط الحسابي (٢,٣٠).

وقد تعزى هذه النتيجة إلى اعتماد أفراد عينة الدراسة من المكفوفين على استخدام عدة أساليب في مواجهة المشقة ولم يكن التركيز على أسلوب واحد بعينه، كما قد يفسر ذلك لأن أفراد العينة هم ممن تتجاوز أعمارهم (١٨) عاماً مما يعني أن لديهم خبرة وممارسة عملية وتجارب حياتية جيدة مكنتهم من فهم هذه الأساليب وبالتالي تطبيقها وممارستها، كما قد يكون لعملية التعليم والتأهيل ودور الأسرة والمجتمع ومؤسساته المختلفة دور في إكساب أفراد العينة مهارات استخدام اساليب مواجهة المشقة.

ويتضح من خلال الجدول السابق أن أكثر الأساليب استخداماً من أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المكفوفين جاء أسلوب "اللجوء الى الدين" في المرتبة الاولى ثم جاء بعد ذلك أسلوب "المواجهة الفعالة" بينما أخذ أسلوب "عدم الانشغال السلوكي" وأسلوب " التركيز على الانفعالات وتصريفها " أدنى المتوسطات الحسابية وبدرجة استخدام قليلة، وقد يعزى ذلك كوننا في مجتمع إسلامي يؤمن بالقيم والتعاليم الإسلامية وهذا يعزز من ثقة المكفوف بالله سبحانه وتعالى، كما إن أداء الشعائر الدينية كالصلاة والصوم وغيرها من العبادات تعتبر تقرباً الى الله سبحانه وتعالى وهي تعطي المكفوف راحة نفسية وطاقة روحية تشغله عن التفكير في المشكلة، كما إن أسلوب اللجوء الديني يعتبر علاج روحي ووجداني ونفسي للمكفوفين فالشعور الداخلي يمثل جانب مهمة في التقليل من حدة المشقة ويساعد على مواجهتها وتجاوزها.

ثانياً - النتائج المتعلقة بنتائج السؤال الثاني ومناقشتها:

- ما درجة أساليب مواجهة المشقة لدى المبصرين ؟

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لدرجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى المبصرين.

جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لدرجة استخدام أساليب مواجهة المشقة لدى المبصرين مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي

م	العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاستخدام
١	اللجوء الى الدين	٢,٦٥	٠,٨٢٨	متوسطة
٢	المواجهة الفعالة	٢,٥٠	٠,٧٢٥	متوسطة
٣	التخطيط	٢,٤٨	٠,٨١٨	قليلة
٤	إعادة التفسير الايجابي	٢,٤٧	٠,٨٠٩	قليلة
٥	البحث عن الدعم الاجتماعي الانفعالي	٢,٤٠	٠,٨٠٦	قليلة
٦	البحث عن الدعم الاقتصادي الوسيلى	٢,٣١	٠,٦٩٥	قليلة
٧	قمع الانشطة المتعارضة	٢,٢٩	٠,٦٦٥	قليلة
٨	التركيز على الانفعالات وتصريفها	٢,٢٨	٠,٥٤٠	قليلة
٩	كبح المواجهة	٢,٢٥	٠,٥٣٠	قليلة
١٠	عدم الانشغال الذهني	٢,٢١	٠,٤٥٩	قليلة
١١	التقبل	٢,٢٠	٠,٦٦٨	قليلة
١٢	الانكار	٢,١٧	٠,٥٤٧	قليلة
١٣	عدم الانشغال السلوكي	١,٧٥	٠,٤٩٤	قليلة
	المجموع	٢,٣٠	٠,٤٩٦	قليلة

يتضح من خلال الجدول السابق ان درجة استخدام اساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المبصرين قد تراوحت بين الدرجة المتوسطة والقليلة حيث تراوح المتوسط الحسابي بين (٢,٦٥) و(١,٧٥) حيث جاء أسلوب "اللجوء الى الدين" في المرتبة الاولى وبدرجة استخدام متوسطة ثم جاء بعد ذلك اسلوب "المواجهة الفعالة" وبدرجة استخدام متوسطة أيضا بينما أخذ أسلوب "عدم الانشغال السلوكي" أدنى المتوسطات الحسابية وبدرجة استخدام قليلة، وأخذت بقية الأساليب درجة استخدام متوسطة وأخذ المجموع الكلي لأساليب مواجهة المشقة لدى المبصرين درجة استخدام متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي (٢,٣٠). ويلاحظ إن هذه النتيجة متقاربة مع النتيجة السابقة والمتعلقة بأساليب

مواجهة المشقة لدى المكفوفين وقد تشير هذه النتيجة الى إن المبصرين ايضا يستخدمون عدة أساليب ولا يركزون على أسلوب واحد بعينه وقد يرجع ذلك الى طبيعة المشقة والموقف وتقدير حجمها بالإضافة الى خبرتهم والمهارات التي اكتسبوه من خلال تجاربهم في الحياة والتفاعل مع غيرهم من أفراد المجتمع. كما يتضح من الجدول أن اسلوب "اللجوء الى الدين" جاء في المرتبة الأولى وبدرجة استخدام متوسطة (٢,٦٥) وهذه النتيجة متوافقة تمام مع النتيجة السابقة والتي تشير الى أن اسلوب اللجوء الى الدين كان أكثر الأساليب استخداماً لدى أفراد العينة من المكفوفين ولا نستغرب من هذه النتيجة حيث ان الجميع يعيش في مجتمع مسلم، والله سبحانه وتعالى والنبى الكريم عليه الصلاة والسلام يدعو الى كضم الغيظ واللجوء الى الله سبحانه وتعالى وتسليم الأمر إليه في حال التعرض لأي مشقة مع الأخذ بالأسباب وعدم التهاون، وهذا الإجراء الذي يتبعه المسلم يؤجر ويثاب عليه، ويتضح من الجدول أن أسلوب "المواجهة الفعالة" نال أيضا أعلى المتوسطات الحسابية في هذا المقياس (٢,٥٠) وبدرجة استخدام متوسطة، ويلاحظ أيضا أن هذه النتيجة تتفق مع النتيجة السابقة حيث نال هذه الأسلوب أيضا أعلى المتوسطات الحسابية عند استخدامه في مواجهة المشقة لدى المكفوفين وقد يعزى ذلك الى إدراك أفراد عينة الدراسة لفعالية هذا الأسلوب ونتائجه الإيجابية السريعة كما أن هذا الأسلوب يكشف عن شخصية الفرد وقدرته على مواجهة المشقة وخاصة أن أفراد العينة قد بلغوا من النضج والمستوى المعرفي والوجداني والسلوكي ما يمكنهم من استخدام هذا الأسلوب فجميع أعمار أفراد العينة من (١٨) عاماً فأكثر وبالتالي فهم تعدو مرحلة المراهقة ولديهم قدر جيد من الخبرة والتجارب ما يمكنهم في تفعيل هذا الأسلوب.

ويتضح من خلال الجدول السابق ان أكثر الأساليب استخداماً من أساليب مواجهة المشقة لدى عينة الدراسة من المبصرين جاء أسلوب "اللجوء الى الدين" في المرتبة الأولى وبدرجة استخدام متوسطة ثم جاء بعد ذلك اسلوب "المواجهة الفعالة" وبدرجة استخدام متوسطة أيضا بينما أخذ أسلوب "عدم الانشغال السلوكي" أدنى المتوسطات الحسابية وبدرجة استخدام قليلة، ويلاحظ إن هذه النتيجة متقاربة مع النتيجة السابقة والمتعلقة بأساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين وقد تشير هذه النتيجة الى إن المبصرين ايضا يستخدمون عدة أساليب ولا يركزون على أسلوب واحد بعينه وقد يرجع ذلك الى طبيعة المشقة والموقف وتقدير حجمها بالإضافة الى خبرتهم والمهارات التي اكتسبوه

من خلال تجاربهم في الحياة والتفاعل مع غيرهم من أفراد المجتمع. كما يتضح من الجدول أن أسلوب "اللجوء الى الدين" جاء في المرتبة الأولى وهذه النتيجة متوافقة تمام مع النتيجة السابقة والتي تشير الى أن أسلوب اللجوء الى الدين كان أكثر الأساليب استخداماً لدى أفراد العينة من المكفوفين ولا نستغرب من هذه النتيجة حيث ان الجميع يعيش في مجتمع مسلم، والله سبحانه وتعالى والنبى الكريم عليه الصلاة والسلام يدعو الى كضم الغيظ واللجوء الى الله سبحانه وتعالى وتسليم الأمر إليه في حال التعرض لأي مشقة مع الأخذ بالأسباب وعدم التهاون، وهذا الإجراء الذي يتبعه المسلم يؤجر ويثاب عليه.

ثالثاً - النتائج المتعلقة بنتائج السؤال الثالث ومناقشتها:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لأساليب المواجهة تعزى لمتغيري الجنس والحالة والتفاعل بينهما؟

من أجل الإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار تحليل التباين الثنائي Two WAY ANOVA وذلك على النحو التالي: حيث يوضح الجدول (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لمقياس أساليب المواجهة تبعاً لمتغيري الجنس والحالة.

جدول (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لمقياس أساليب المواجهة تبعاً لمتغيري الجنس والحالة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير
٠,٦٢	٢,٣	الذكور المبصرين
٠,٦١	٢,٢٩	الذكور المكفوفين
٠,٣٦	٢,٢٥	الإناث المبصرات
٠,٥٣	٢,٣٠	الإناث المكفوفات

يتضح من خلال الجدول السابق وجود بعض الفروق الظاهرية في المتوسطات الحسابية في مقياس أساليب المواجهة بالنسبة للمكفوفين والمبصرين من الذكور والإناث ومن أجل معرفة أن الفروق داله إحصائياً تم استخدام تحليل التباين الثنائي من خلال الجدول التالي.

جدول (٩) تحليل التباين الثنائي بالنسبة لمقياس اساليب المواجهة تبعاً لمتغيري الجنس والحالة.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
النموذج المعدل	٠,٢٣٨ ^a	٣	٠,٠٧٩	٠,٢٧٧	٠,٨٤٢
الداخلي	٥٦٣,٩٤٤	١	٥٦٣,٩٤٤	١٩٦٩,٥	٠,٠٠٠
				٤٠	
الجنس	٠,٠٨٧	١	٠,٠٨٧	٠,٣٠٥	٠,٥٨٢
الحالة	٠,٠٠٥	١	٠,٠٠٥	٠,٠١٩	٠,٨٩٢
التفاعل بين الجنس والحالة	٠,١٣٦	١	٠,١٣٦	٠,٤٧٤	٠,٤٩٣
الخطأ	٢٩,٤٩٢	١٠٣	٠,٢		
			٨٦		
المجموع	٥٩٨,٤٨٢	١٠٧			
المجموع المعدل	٢٩,٧٣٠	١٠٦			

يتضح من خلال الجدول السابق عدم وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بالنسبة لمقياس أساليب المواجهة تبعاً لمتغيري الجنس والحالة والتفاعل بينهما هذا يعني ان هنالك تقارباً بالنسبة للمكفوفين والمبصرين وكذلك بالنسبة للذكور والاناث بالنسبة لمقياس أساليب المواجهة.

وقد يعزى ذلك إلى أن الأساليب المستخدمة في مواجهة المشقة تكاد تكون متشابهة أو متقاربة ومتعارف عليها بغض النظر عن الجنس أو حال الفرد ولاسيما فالجميع يعيش في مجتمع واحد ويشتركون في القيم والعادات والتقاليد، وقد يكون للاختلاط والتفاعل بين المبصرين والمكفوفين كونهم منتسبين الى نفس الجمعيات والتي تحمل نفس الأهداف أثر في هذه النتيجة، وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة أبو عرام (٢٠٠٥) والتي كشفت عن وجود علاقة بين الجنس وبين عدد من أساليب مواجهة الضغوط كانت لصالح الذكور في أربع أساليب ولصالح الإناث في ثلاث أساليب، كما اتفقت مع نتائج دراسة جودة (٢٠٠٤) والتي توصلت الى عدم وجود فروق دالة في متوسطات درجات أفراد العينة في أبعاد أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعزى لمتغير الجنس، كما اختلفت مع نتائج دراسة شكري (١٩٩٩) والتي توصلت الى وجود فروق بين الجنسين في أساليب مواجهة المشقة، كما اختلفت مع نتائج دراسة عبدالله (٢٠٠٢) والتي كشفت عن وجود فروق دالة إحصائياً بين عينتي الطلاب والطالبات في ثماني أساليب لمواجهة الضغوط.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، تم استخلاص العديد من التوصيات في هذا المجال كما يلي:

١ - أظهرت النتائج أن درجة استخدام أساليب مواجهة المشقة عند المكفوفين بلغت الدرجة المتوسطة وأكثر الأساليب استخدام هو أسلوب "اللجوء إلى الدين " لذا توصي الباحثة بأهمية تدريب المكفوفين على استخدام أنواع مختلفة من أساليب مواجهة المشقة منها أسلوب التخطيط وأسلوب إعادة التفسيرات الايجابية في مواجهة المشقة.

٢ - توعية شرائح المجتمع المختلفة بدور الكفيف وأهميته في المجتمع وأنه لا يختلف عن الآخرين وبغض النظر عن الجنس والتشجيع على المشاركة والانضمام إلى الجمعيات الخيرية التي تهدف

إلى مساندة المكفوفين واندماجهم في كافة مناشط المجتمع، وتوطيد أواصر الصداقة والدمج بين المكفوفين والمبصرين.

٣- إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية ولكن في بيئات أخرى، ومن جهات نظر أخرى لها صلة بالمكفوفين.

٤ - تصميم برنامج تدريبي مقترح لرفع مستوى أساليب مواجهة المشقة لدى المكفوفين الذين يعانون من صعوبات في حل المشكلات التي تواجههم.

المراجع

أولا - المراجع العربية:

أبو عرام، أمل علاء الدين (٢٠٠٥). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية. رسالة دكتوراه، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس: القاهرة .

البحراوي، أحمد (٢٠٠٣). الضغوط النفسية والاجتماعية المدرسية (أساليب المواجهة). رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة الأزهر: القاهرة.

بلان، كمال يوسف (٢٠١٥). الصحة النفسية للشخصية. الطبعة الأولى، عمان: دار الإعمار العلمي للنشر والتوزيع .

جودة، آمال عبد القادر (٢٠٠٤). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى بحث مقدم للمؤتمر التربوي الأول. كلية التربية بالجامعة الإسلامية : غزة. فلسطين.

شكري، مایسة (١٩٩٩). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بأساليب مواجهة المشقة. مجلة الدراسات النفسية: القاهرة، ٩، (٣).

الطيريري، عبد الرحمن سليمان (١٩٩٤). الضغط النفسي، مفهومة تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته. الرياض: مطابع شركة الصفحات الذهبية المحدودة.

عبد الله، منى محمود (٢٠٠٢). أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية. رسالة دكتوراه ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية. معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس: القاهرة .