

دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى طلبة الجامعة^١

د. مي إدريس^٢

مدرس علم النفس البيولوجي
كلية الآداب - جامعة القاهرة

ملخص :

هدفت الدراسة الراهنة إلى استكشاف دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى طلبة الجامعة من الجنسين. تم تطبيق مقياس مثيرات المشقة لجاب الله (٢٠٠٥)، ومقياس الاتجاه نحو المخاطرة الصحية من إعداد الباحثة، ومقياس التقييم الجوهري للذات من إعداد سعيد (٢٠١٨). اشتملت عينة الدراسة على ٣٠٠ من طلاب الجامعة (١٥٠ طالباً، و١٥٠ طالبة) من بعض أقسام كلية الآداب بجامعة القاهرة، بلغ متوسط أعمارهم ٢٠،٥٤ بانحراف معياري ٠،٨٧ سنة. وقد توصلت الباحثة في التحليلات الإحصائية الأولية إلى فروق جوهرية بين الطلاب والطالبات في التقييم الجوهري للذات، وبناءً على هذا الفارق، تمت التحليلات الإحصائية الأساسية لكل جنس على حده. توصلت الدراسة إلى ارتباط التقييم الجوهري للذات ارتباطاً سالباً دالاً بالاتجاه نحو المخاطرة الصحية في مجموعتي الطلاب والطالبات. كما ارتبط التقييم الجوهري للذات ارتباطاً سالباً دالاً بمؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته في مقياس مثيرات المشقة في مجموعة الطلاب، في حين ارتبط سلباً بمؤشر تكرار الحدث الضاغط دون شدته في مجموعة الطالبات. وقد كشف تحليل الانحدار المتعدد عن تنبؤ الاتجاه نحو المخاطرة الصحية بمقدار ١٥٪، و ١٠٪ من الدرجة على التقييم الجوهري للذات في مجموعة الطلاب ومجموعة الطالبات على التوالي. من ناحية أخرى، لم يتنبأ تكرار الحدث الضاغط وشدته بالتقييم الجوهري للذات لدى الطلاب، كما لم يتنبأ مؤشر تكرار الحدث الضاغط بالتقييم الجوهري للذات لدى الطالبات.

الكلمات المفتاحية : أحداث الحياة الضاغطة، الاتجاه نحو المخاطرة الصحية، التقييم الجوهري للذات

^١ تم استلام البحث بتاريخ ٢٧/٧/٢٠٢٠ وتقرر صلاحيته للنشر بتاريخ ٣٠/٨/٢٠٢٠

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية

في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى طلبة الجامعة^٢

د. مي إدريس^٤

مدرس علم النفس البيولوجي

كلية الآداب - جامعة القاهرة

مدخل إلى مشكلة الدراسة :

هدفت الدراسة الراهنة إلى بحث دور أحداث الحياة الضاغطة Stressful life events والاتجاه نحو المخاطرة الصحية Health risk-taking attitude في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات Core self-evaluation لدى عينة من طلاب وطالبات كلية الآداب بجامعة القاهرة. ويقصد بمفهوم التقييم الجوهري للذات تقدير الشخص الأساسي لقيمة ذاته وإمكاناته (Barac, Prlic, Pluzaric, Farcic & Kovacevic, 2018)، في حين تُعرف أحداث الحياة الضاغطة بأنها الأحداث غير المرغوبة اجتماعياً التي ترتبط بمجالات الصحة، والعلاقات الاجتماعية، والبيئة، ومن أمثلتها الإصابة بالمرض، ووفاة قريب في العائلة. وقد تثير هذه الأحداث محاولات تكيفية من قبل الفرد، كما يمكن لهذه الأحداث أن تُضعف من مقاومة الجسم، وتعزز من احتمال حدوث المرض (Zhang, 2017)، ويُقصد بالاتجاه نحو المخاطرة الصحية المعتقدات التي تعكس الاستهانة بالمخاطر Underestimated risks المتعلقة ببعض السلوكيات المهددة للصحة Health endangering behaviors، مع انخفاض مشاعر الخوف والقلق من هذه السلوكيات، والميل إلى القيام ببعضها.

يمثل طلبة الجامعة الفئة الأساسية في المجتمعات التي تُحدد نموها الاقتصادي، وفي السنوات الأخيرة، اهتمت الحكومات والمجتمعات الأكاديمية بقضايا الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة؛ حيث يوجد مؤشرات عن تزايد معدل الاضطرابات النفسية داخل هذه الفئة (Zuo, Zhang, Wen & Zhao, 2020)، مثل الاكتئاب والقلق والمشقة (Zou, Sun, Yang, Zeng, Chen & Yang, 2018). وبناءً على هذا تتوجه البرامج الوقائية نحو تقليل هذه الاضطرابات ومنزياتها مثل انخفاض الأداء الأكاديمي، والسلوك الانتحاري (Rith-Najarian, Boustani &

^٢ تم استلام البحث بتاريخ ٢٠٢٠/٧/٢٧ وتقرر صلاحيته للنشر بتاريخ ٢٠٢٠/٨/٣٠

mob: 01099221234

mai_edris@hotmail.com^٤

(Chorpita, 2019). وتُعدُّ المشقة من أهم العوامل التي تسهم في تدني المستوى الصحي في كافة دول العالم (John-Henderson, Palmer & Thomas, 2019)، وقد امتدت دراستها لما يزيد عن نصف قرن من الزمان لدى طلبة الجامعة (Bamber & Schneider, 2016)، حيث يواجه طلبة الجامعة مدي واسعاً من المشقات التي تؤدي إلي معاناتهم النفسية وانخفاض رضاهم عن الحياة (Zhang, 2017).

ويتعرض طلبة الجامعة بوصفهم أعضاء في أعلى مؤسسة تعليمية إلي مشقات مثل تغيير نمط الحياة الاجتماعية، وخبرات التحدي التي يفرضها التعليم الجامعي (Bamber & Schneider, 2016)، مثل التكيف مع حياة الحرم الجامعي، والإيفاء بالتوقعات الأكاديمية (Yan, Schneider, 2016)، فضلاً عن المشكلات الاجتماعية، والضغط الاقتصادي (John-Henderson et al., 2019). وتمثل هذه الجوانب مظاهر من أحداث الحياة الضاغطة (إبراهيم، ٢٠١٤). ويهيئ تعرض الفرد لهذه النوعية من الأحداث إلي سوء التوافق النفسي (عليوي، ٢٠١٣). من ناحية أخرى، تُعدُّ الأحداث الضاغطة من أبرز مؤشرات التنبؤ بتعاطي المواد النفسية (Wang, Cunningham-Erdogdu, Steers, Weinstein & Neighbors, 2020)، والتفكير الانتحاري لدى طلبة الجامعة (Zhang, Wang, Xia, Liu & Jung, 2012; Rith-Najarian et al., 2019).

والجدير بالذكر أن الحدث الضاغط في حد ذاته لا يكفي لحدوث النواتج السلبية مثل الاضطراب الانفعالي (Campos, Holden, Cacador, Fragata & Baleizao, 2018)؛ حيث تُعدُّ الفروق الفردية في إدراك الحدث الضاغط عاملاً حاسماً في تحديد تأثير هذا الحدث (Wendt et al., 2019)، وكلما كان إدراك الحدث سالباً وشديداً وغير متوقفاً زادت المعاناة منه (Campos et al., 2018). ولذا تُعدُّ محددات هذا الإدراك بمثابة المتغيرات الوسيطة بين الحدث الضاغط وتأثيراته التي يمكن تصنيفها إلي إحدى نتيجتين هما الحفاظ علي الصحة الجسدية والنفسية أو تدهورها. ومن أبرز هذه المحددات سمات الشخصية ومن أهمها الصلابة (Rigidity)، والصلابة (Resilience)، والثبات الانفعالي (Emotional stability)، وتقدير الذات (Self-esteem)، وفاعلية الذات (Self-efficacy). بالنسبة للصلابة، ترتبط من خلال مكوناتها الثلاثة وهي التحكم والتحدي، والالتزام بأسلوب المواجهة الفعالة للمشكلات؛ حيث تعكس هذه المكونات الثقة في قدرة الذات وكفاءتها في التعامل الناجح مع أحداث الحياة (Hasel, Abdolhoseini & Ganji, 2011)، أما الصمود فيتفق مع الصلابة في أنهما يعكسان القدرة علي المواجهة الملائمة للمحن والتغيرات التي تطرأ في ظروف الحياة. وفي البرامج التي تستهدف بناء الصمود لدى طلبة

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
الجامعة للتعامل الأمثل مع المشقة، يتم تعزيز عوامل الصمود مثل تقدير الذات، والعلاقات
الاجتماعية (Ahern&Norris,2011)، كما أن للصمود دوراً فعالاً في تقليل دور الأحداث
الضاغطة في تطور الاكتئاب (Liu, Zhou, Wang, Yang, Wang & .Jiang, 2019).

من ناحية أخرى، يرتبط اختلال الثبات الانفعالي أو العصائية Neuroticism بالمواجهة غير
الفعالة، وافتقاد التكيف (Felsten,2004)، كما أن مرتفعي هذه السمة أكثر استهدافاً للانفعالات
السلبية ويميلون لإدراك الأحداث اليومية بسلبية أعلى (Javanovic,2019). ويشير تقدير الذات
إلى تقييم الشخص لذاته ويُعد من المحددات المهمة للسلوك. فعندما يقيم الشخص نفسه إيجاباً،
يصبح أكثر ثباتاً على المستويين النفسي والاجتماعي فضلاً عن نجاحه المهني، في حين يخبر
المنخفض في تقدير الذات انفعالات سلبية مثل القلق والاكتئاب ويقل تكيفه مع المشقة
(Dol,2019).

يبدو الملمح المشترك للسماة السابقة الثقة في كفاءة الذات، وقدرتها على التفاعل الناجح مع
مشقات الحياة. ويُعد مفهوم التقييم الجوهري للذات مفهوماً شاملاً يعكس هذه الثقة؛ حيث يتضمن
سمات تقدير الذات، وفعالية الذات العامة General self-efficacy، ووجهة الضبط الداخلية
Internal locus of control، وانخفاض العصائية أو الاتزان الانفعالي (Zhao, Song, .Chen, 2019).
(Lopez, Dohrn & Posig, 2019; Wang & Kong, 2018; Li, .Wang & Kong, 2018) ويتميز هذا المفهوم
بارتباطه بمؤشرات التوافق النفسي والمهني؛ حيث يرتبط إيجاباً مع الدافعية المهنية (Lopez et
al., 2019)، والرضا المهني والشعور بحسن الحال (Judge & Kammeyer-
Mueller,2011)، والرضا عن الحياة (Rosopa, McIntyre, Fairbanks & D'Souza, 2019).
(2019). وتتسق هذه النتائج مع سمات مرتفعو التقييم الجوهري للذات، حيث يقدرون أنفسهم
بطريقة إيجابية عبر المواقف وقيمون أنفسهم كأشخاص قادرين على التحكم في حياتهم، ولذا
يستجيبون للمواقف الصعبة بانفعالات وتوقعات إيجابية وقدرة واضحة على إدارة هذه المواقف
بكفاءة (Extremera & Rey,2020). كما يؤدي التقييم الإيجابي للذات إلى تخفيف التأثير السلبي
لبعض المشقات (Lopez et al., 2019)، ويعمل هذا المفهوم كمتغير وسيط بين الأحداث
الضاغطة والإصابة بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة (Zuo et al., 2020). وبالتالي يطرح الاتجاه
العام للنتائج العلاقة السالبة بين التقييم الجوهري للذات وأحداث الحياة الضاغطة.

ويصاحب شيوع المشقة لدى طلبة الجامعة المعدلات المرتفعة من سلوك المخاطرة (Dahne,
Lim, Borges & MacPherson, 2017; Ravert, Murphy & Donnellan, 2019).

ويُعرف هذا السلوك بأنه السلوك الذي يصدر سعياً للحصول علي مكافأة مع احتمال حدوث الأذى (Dahne et al., 2017)، أو هو سلوك إرادي نتائجه غير معروفة مع احتمال حدوث نتائج صحية سلبية (مصطفى، ٢٠١٨). ومن هذه السلوكيات تعاطي المواد النفسية، وتناول الكحوليات، والسلوكيات المنحرفة (Kim-spoon, Holmes & Deater-Deckard, 2015)، وحمل السلاح (Dahne et al., 2017)، والقيادة المتهورة (صفوت، ١٩٩٢؛ درويش، ٢٠٠٥؛ Lauharatanahirun, Maciejewski, Holmes, Deater-Deckard, Kim-Spoon & King-Casas, 2018).

ويشير رافيرت Ravert وزملاؤه (2019) إلي أن طلبة الجامعة يعتبرون بعض أنواع التخريب والمجازفة وسيلة هادفة للارتقاء والاستكشاف أو البحث عن الخبرات الجديدة. ومن ملاحظات الباحثة لسلوك الشباب الجامعي في الثقافة المصرية، حيث الملاحظة تُعد طريقة أساسية في التعرف علي الظواهر محل الدراسة العلمية (محمد، ٢٠١٧)، هناك سيطرة واضحة لعدد من سلوكيات المخاطرة الصحية التي تعكس في مجملها الاستهانة بالمخاطر، حيث شاعت سلوكيات مثل التعامل غير الصحي مع الهاتف النقال (ويشمل استعماله أثناء عبور الطرق السريعة، وأثناء شحنه، واستعماله أثناء القيادة)، وعادات غذائية شديدة الضرر مثل كثافة تناول الأطعمة الجاهزة والمشروبات الغازية، فضلاً عن غياب الحذر في سلوكيات مثل توقيف العبور أمام السيارات.

وقد تناول معظم الباحثين المخاطرة الصحية من خلال مؤشرات تعاطي المواد النفسية، والكحوليات، وممارسة الجنس غير الآمن (e.g Manzini 2015; Griggs, 2017; Griggs & Crawford, 2019). وقد تم دراسة الاتجاه نحو المخاطرة الصحية علي يد صفوت (١٩٩٢) الذي تناول فيه سلوكيات مثل: إنهاء تلقي العلاج بمجرد الشعور بالتحسن، وعدم مراعاة تاريخ الصلاحية للأغذية، وعدم تناول الفيتامينات، وغياب الحذر عند التعرض للتقلبات الجوية. وفي حدود إطلاع الباحثة، لم تتوصل إلي دراسات تناولت السلوكيات الشائعة حالياً لدي طلاب الجامعة سائلة الذكر، باستثناء الدراسات التي تصدت لسلوك استخدام الهاتف النقال أثناء القيادة (Khanjani, Tavakkoli & Bazargan-Hejazi, 2019; Zhang, Huang, Wang & Casey, 2020)؛ ولذا اهتمت الدراسة الراهنة بقياس هذه السلوكيات. ونظراً لشيوع هذه السلوكيات كان اختيار الباحثة للاتجاه؛ لأنه يفترض جوانب أكثر استقراراً للسلوك مثل الاعتقاد الإيجابي فيه، والانفعال المدعم له فضلاً عن إصداره وهو ما يعكسه مفهوم الاتجاه بمكوناته الثلاثة المعرفي، والانفعالي، والسلوكي (Morin, Valois, Crocker & Robitaille, 2019).

وفي سياق دراسة مصاحبات المخاطرة، توصلت الدراسات السابقة إلي العلاقة بين انخفاض

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
تقدير الذات وسلوكيات المخاطرة مثل تناول الكحوليات والمواد النفسية (Kavas,2009)
والمخاطرة الجنسية (Hardy, Francis, Zamboanga, Kim, Anderson & Forthun, 2013)،
كما ارتبط الميل إلي المخاطرة السلوكية سلباً بفاعلية الذات الأكاديمية (مخيمر، ٢٠١٤)،
وأيضاً ارتبطت بعض مؤشرات المخاطرة وهما التمرد والسلوك ضد الاجتماعي سلباً بفاعلية
المواجهة (Ju, Wu, Zhang, You & Luo, 2020). وإجمالاً لهذه النتائج، يمكن القول بأن
هناك علاقة سالبة بين بعض السمات الممثلة للتقييم الجوهري للذات والمخاطرة.

ويتبين مما سبق، أن هناك علاقة سالبة بين متغيري أحداث الحياة الضاغطة والمخاطرة والتقييم
الجوهري للذات. وفي حدود إطلاع الباحثة لم تتوصل إلي دراسة بحثت دور أيأ من هذين
المتغيرين في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات. وبناءً علي هذا، تحددت أسئلة الدراسة في الآتي:

أسئلة الدراسة:

- ١- هل توجد علاقة بين التقييم الجوهري للذات وكل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه
نحو المخاطرة الصحية لدي طلبة الجامعة؟
- ٢- هل يُنبئ كل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم
الجوهري للذات لدي طلبة الجامعة؟

أهمية الدراسة:

- ١- يتيح توفر مقياس للاتجاه نحو المخاطرة الصحية الراهنة بين الشباب الجامعي من
التعامل الصحيح مع مفهوم المخاطرة لديهم.
- ٢- تناول ثغرة بحثية في المجال وهي دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة
الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات.
- ٣- استناداً إلي حتمية المشقة في الحياة، يجب تنمية جوانب من الشخصية خاصة التقييم
الجوهري للذات تفيد في مواجهتها بصورة أكثر كفاءة، وهو ما يقلل بدوره من المترتبات
الفادحة للمشقة خاصة التفكير الانتحاري.
- ٤- تفيد النتائج المتوقعة من الدراسة في بناء برامج إرشادية للعمل علي تعزيز التقييم
الجوهري للذات؛ للحد من الاتجاه نحو المخاطرة الصحية لدي الشباب.

مفاهيم الدراسة والأطر النظرية المفسرة لها : أولاً: مفهوم التقييم الجوهرى للذات

تعريف المفهوم:

يعد التقييم الجوهرى للذات سمة عالية الترتيب (Lopez et al., 2019; Rosopa et al., 2019)، وقد صيغ هذا المفهوم علي يد جودج Judge وزملاؤه سنة ١٩٩٧، ليشير إلي التقييم الأساسي للشخص عن قيمته وكفاءته (Srivastava, Locke, Judge & Adams, 2010). ويستند المفهوم إلي فكرة أن تقييم الأشخاص للعالم الخارجي لا يتأثر فقط بطبيعة هذا العالم والرغبات المتعلقة به، وإنما يتأثر أيضا بآراء الأشخاص حول أنفسهم والآخرين (Debicki, Kellermanns, Barnett, Pearson & Pearson, 2016).

ووفقاً لفريق جودج يؤثر إدراك الشخص لذاته علي عمله وحياته؛ فعندما يري الشخص نفسه في سياق إيجابي يشعر بالقيمة والقدرة علي مواجهة مختلف المواقف، بينما في حالة رؤيته لنفسه في سياق سلبي يشعر بانخفاض قيمته، وضعف القدرة علي المواجهة. فالتقييم الجوهرى للذات الإيجابي يهيئ الشخص للقيام بأساليب فعالة لحل المشكلات، فضلاً عن القدرة علي التفاعل بفاعلية أعلى في المواقف التي تتطلب تحمل المشقة (Lopez et al., 2019). ويُشار إلي مفهوم التقييم الجوهرى للذات بأربع سمات أساسية هي تقدير الذات، وفاعلية الذات العامة، ووجهة الضبط، والثبات الانفعالي (Debicki et al., 2016; Zhao et al., 2018; Lopez et al., 2019).

وتُعرف السمات المكونة للتقييم الجوهرى للذات وهي سمة تقدير الذات بأنها القيمة التي يضيفها الشخص علي نفسه. ويقصد بسمة فاعلية الذات العامة إدراك الشخص بامتلاكه القدرة علي التعامل بنجاح مع مشكلات الحياة. علي حين يُقصد بسمة وجهة الضبط عزو الأشخاص لأسباب الأحداث في حياتهم، فمن يثق في قدرته علي التحكم في هذه الأحداث يعد ذا ضبط داخلي، ومن يثق بتأثير عوامل خارجية علي الأحداث تتجاوز تحكمه يُصنف ذا ضبط خارجي. وتُعرف السمة الأخيرة وهي الثبات الانفعالي بأنها القدرة علي مواجهة المشاعر السلبية مثل الخوف والاكتئاب والعدوانية، وتُعد مؤشراً علي التكيف الانفعالي (Debicki et al., 2016).

الإطار النظري للمفهوم:

قدم جودج وزملاؤه مفهوم التقييم الجوهرى للذات عند محاولتهم صياغة أساس للرضا. وقام فريق الباحثين بتطبيق ثلاثة محكات لتحديد سمات متوفرة في التراث يمكن أن تناسب قياس التقييم الجوهرى للذات. وكانت هذه المحكات هي: أن تعكس السمة تقييم الذات وليس وصفها، وأن تكون

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

قريبة من سمات المصدر وليس سمات السطح التي حددها كاتل Cattell، وأن تكون من السمات الأساسية في المجال وليست من السمات الثانوية (Srivastava et al., 2010). وبناءً على هذه المحكات، حدد فريق جودج أربع سمات لقياس التقييم الجوهري للذات هي: تقدير الذات، وفاعلية الذات العامة، ووجهة الضبط، والثبات الانفعالي (Rosopa et al., 2019). وتدعم هذه السمات ارتفاع الدافعية للتعامل مع التحديات ومواجهة المواقف الصعبة؛ حيث تتيح الشعور بالأمان من خلال سمة الثبات الانفعالي، وانخفاض التأثير بالإحباط من خلال الإحساس بفاعلية الذات، والاعتقاد في التأثير على مجريات الأمور بسبب الضبط الداخلي، والثقة في نجاح المحاولات المبذولة في المجال المهني وهو ما يعززه التقدير المرتفع للذات (Diep, Cocquyt, Zhu, Vanwing & de Greef, 2017).

وقد صاغ فريق جودج مقياساً للتقييم الجوهري للذات سنة ٢٠٠٣ (Rosopa et al., 2019)، ويضم المقياس السمات الأربع السابقة، ويتم التعامل مع هذا المقياس كدرجة كلية بناءً على ما توصل إليه إيرز Erez وجودج سنة ٢٠٠١ من أن هذا المفهوم يتنبأ بالسلوك بدرجة أكثر اتساقاً عن تناول السمات منفردة (Judge & Kammeyer-Mueller, 2011)، كما أن السمات الأربع ترتبط بقوة مع بعضها البعض وتنتشر على عامل واحد يمثل مفهوم التقييم الجوهري للذات (Debicki et al., 2016)، فضلاً عن ارتباط هذه السمات بنفس الدرجة والاتجاه بمفاهيم مثل الشعور بحسن الحال، والرضا المهني (Judge & Kammeyer-Mueller, 2011).

وقد تم اختبار هذا المفهوم - بدرجة أساسية - في سياق علم النفس الصناعي والتنظيمي (Tsaousis, Nikolaou, Serdaris & Judge, 2007; Judge, Hies & Zhang, 2012; Diep et al., 2017)، وإدارة الموارد البشرية، والمجالات المرتبطة بهما (Rosopa et al., 2019). وقد أشارت الدراسات في هذا السياق إلي أن مرتفعي التقييم الجوهري للذات يُظهرون مستويات منخفضة من الإجهاد النفسي، بسبب طريقة تفسيرهم للبيئة المهنية؛ حيث يدركون عدداً أقل من العقبات، ويميلون إلي رؤية هذه العقبات كفرص عليهم تجاوزها والتعامل معها، ويستخدمون لهذا استراتيجيات مواجهة أكثر فاعلية (Judge & Kammeyer-Mueller, 2011) وقد وُجد أيضاً أن مرتفعي التقييم الجوهري للذات يندمجون في مهام أكثر تعقيداً، وأن هذا الاندماج يرتبط بارتفاع درجة رضاهم عن عملهم (Srivastava et al., 2010)، كما يميلون إلي وضع أهداف أكثر تحدياً والتزاماً. واتساقاً مع هذه النتائج، يرتبط التقييم الجوهري للذات إيجاباً بالرضا والنجاح المهني (Barac et al., 2017)، وبالدايفية المهنية (Lopez et al., 2019). وتدعم هذه النتائج في مجملها دور هذا المفهوم في دافعية السلوك، حيث يؤدي زيادة اعتقاد

الشخص في قدراته وكفاءته إلي زيادة دافعيته لإنجاز مهام أكثر تحدياً (Rosopa et al., 2019). وفي السياق غير المهني، وُجد أن للتقييم الجوهري للذات تأثيراً سلبياً علي الاحتراق الداخلي؛ حيث يتنبأ انخفاض التقييم الجوهري للذات بسرعة الاحتراق الداخلي (Debicki et al., 2016)، كما ارتبط هذا المفهوم إيجاباً بالرضا عن الحياة والسعادة، وكذلك توسط العلاقة بين الشعور بحسن الحال والصحة الجسمية (Tsaousis et al., 2007). وارتبط ارتفاع التقييم الجوهري للذات بأسلوب حل المشكلات، وبانخفاض إدراك المشقات والتوتر (Debicki et al., 2016). فضلاً عما سبق، يشبع مرتفعي التقييم الجوهري للذات بين المنجزين أكاديمياً (Diep et al., 2019; Rosopa et al., 2017)، وهو ما فسر بأن هؤلاء الأشخاص أعلى ثقة في إحراز الأهداف ويظهرون التزاماً أعلى بالأداء (Diep et al., 2017)، كما تنبأ هذا المفهوم بالرضا عن الحياة (Rosopa et al., 2019).

ثانياً: مفهوم أحداث الحياة الضاغطة

تعريف المفهوم:

تشير أحداث الحياة الضاغطة إلي المواقف أو الحوادث التي تتطلب تغييراً جوهرياً في نمط الحياة المعتاد للشخص (Horan, Ventura, Nuechterlein, Subotnik, Hwang & Mintz, 2005). ويعرفها زنج Zhang (2017) بأنها الأحداث غير المرغوبة اجتماعياً، التي يمكن أن ترتبط بالصحة، وبالعلاقات الاجتماعية، وبالبيئة، ومن أمثلتها الإصابة بالمرض، ووفاة قريب في العائلة. وقد تؤدي هذه الأحداث إلي محاولات تكيفية يقوم بها الفرد، ويمكن لهذه الأحداث أن تُضعف من مقاومة الجسم، وتعزز من احتمال حدوث المرض. ويتسق هذا مع ما أشار إليه هاسيل Hasel وزملاؤه سابقاً من أن أحداث الحياة الضاغطة تُعجل بالمرض والاضطراب النفسي (Hasel et al., 2011).

ويُعرف ماكوييت Maquet وزملاؤه (2020) الأحداث الضاغطة بأنها تغيرات فجائية وحادة في السياق الذي يتعرض له الشخص بسبب تحولات تستلزم عمليات تكيفية. وقد تتضمن هذه الأحداث الانخفاض في الدخل، والصعوبات الدراسية. وهي خبرات موضوعية تسبب إعادة تكيف من شأنه أن يؤثر في الشعور بحسن الحال النفسي والجسدي، وتتطلب من الشخص القيام بردود فعل تستهدف استعادة التوازن المفقود.

ويمكن أن تُصنف أحداث الحياة الضاغطة إلي أحداث معيارية Normative وغير معيارية Non-normative. يقصد بالأولي الأحداث القابلة للتنبؤ مثل الأبوة والزواج، أما الأحداث غير

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
المعيارية فهي الأحداث غير القابلة للتنبؤ نسبياً مثل وفاة أحد أفراد الأسرة وتغير الإقامة
(Buccheri, Musaad, Bost & Fiese, 2018). ويضيف سرار (٢٠١٩) الأحداث الضاغطة
المرهقة وتعني تراكم مجموعة من الأحداث في فترة زمنية محددة تؤدي إلى إنهالك الفرد، مثل
المشكلات الاقتصادية المستمرة. كما يميز التراث بين أحداث الحياة الضاغطة التابعة والمستقلة،
ويقصد بالتابعة الأحداث التي تتأثر جزئياً بسلوك الشخص، بينما تعني المستقلة الأحداث التي تتم
بمعزل عن سلوك الشخص (Howarth, O'Connor, Panagioti, Hodkinson, Wilding & Johnson, 2020).

وتُعد أحداث الحياة الضاغطة من أبرز مثيرات المشقة أو الضغوط. ويمكن التمييز بين توجيهين
في تناول الباحثين للعلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والمشقة، يتعامل التوجه الأول مع
المفهومين كمرادفين؛ حيث تُعرف المشقة بأنها أحداث الحياة التي تخل بالتوازن النفسي للفرد
وتعمل على تحفيز الاضطراب (Arnekrans, 2014, 6-7)، كما يعرفها حسين والخضور
(٢٠١٦) بأنها مجموعة من المواقف الضاغطة التي يتعرض لها طالب الجامعة من مصادر
متعددة وتُسبب حالة من التوتر وعدم التوازن، وتؤدي إلى حدوث استجابات فسيولوجية ونفسية
وسلوكية هدفها مواجهة هذا الضغط أو التخفيف من حدته.

من ناحية أخرى، يفترض التوجه الثاني أحداث الحياة الضاغطة كأحد مصادر المشقة. وقد أشار
Wenjuan وزملاؤه حديثاً إلى أن التراث يحدد عدة مصادر للمشقة والقلق والاكتئاب لدى
طلاب الجامعة تنتظم في أربعة جوانب أساسية هي: شخصية الطالب من حيث اتجاهاته وانفعالاته
عند مواجهة المواقف الصعبة، وأسلوب حياته، وخلفيته العائلية (مثل دخله الشهري، ومهنة وتعليم
والديه)، والضغط الأكاديمي (Wenjuan, Siqing & Xinqiao, 2020).

وبصفة عامة، سواء كانت أحداث الحياة الضاغطة مرادفة للمشقة أو أحد مصادرها، فإن المشقة
تعد مترتباً أساسياً للتعرض لهذه النوعية من الأحداث، وتسهم في العديد من مظاهر التدهور على
المستوي النفسي والاجتماعي وهو ما سيتضح في العرض التالي للإطار النظري لهذا المفهوم.

الإطار النظري للمفهوم:

يُعد هانز سيلبي Hans Selye أول من وصف استجابة المشقة سنة ١٩٥٠، مؤكداً على طبيعتها
المزدوجة؛ حيث تسبب تغيرات تكيفية تساعد الكائن في التعامل مع هذه المشقة، وعلى المدى
البعيد تحدث تغيرات غير تكيفية مثل تضخم الغدد الكظرية. وقد أرجع سيلبي استجابة المشقة إلى
تنشيط نظام قشرة الغدة الكظرية / الفص الأمامي من الغدة النخامية Anterior-pituitary

adrenal-cortex system، حيث تقوم المشقات بتحفيز الفص الأمامي للغدة النخامية لإطلاق هرمون (ACTH) Adrenocorticotrophic hormone، الذي ينشط بدوره إطلاق هرمون Glucocorticoids من القشرة الكظرية، الذي يعد مسؤولاً عن عدة مكونات من استجابة المشقة. ويضيف المنظرون الأحدث دور الجهاز العصبي السمبثاوي في استجابة المشقة من خلال إطلاق الأدرينالين والنورادرينالين من نخاع الغدة الكظرية (Pinel&Barenes,2018,489). وقد افترض سيلبي أن التغيرات البسيطة، والقصيرة زمنياً، والمتحكم فيها تثير استجابات سلوكية وفسولوجية ومعرفية تكيفية تفيد في ارتفاع الكائن، في حين أن التغيرات الكبيرة والممتدة، وغير المتحكم فيها تسبب الأذى للكائن. وقام سيلبي بتجميع الحالات الجسدية التي تنشأ من التعرض الزائد للمشقات تحت مسمى زملة التكيف العام General adaptation syndrome (Poltavski&Ferraro,2003).

وافترض سيلبي ثلاث مراحل عند التعرض لموقف مشقة هي: مرحلة الإنذار، وتهدف إلي تجهيز الجسم لمواجهة الحدث الضاغط من خلال تنبيه وسائل دفاعه للتكيف مع هذا الحدث، وعند إخفاق الجسم في هذه المهمة ينتقل للمرحلة الثانية وهي مرحلة المقاومة وفيها يستمر الجسم في مقاومة الحدث الضاغط، وبالتغلب علي هذا الحدث تنتهي المشقة، وفي حالة الإخفاق ينتقل للمرحلة الثالثة وتُعرف بمرحلة الإنهاك وفي هذه المرحلة يستمر الشخص في إصدار الاستجابة الدفاعية ضد الضغوط، والتي تؤدي إلي انخفاض قدرته علي التكيف وتهيؤه للأمراض (عرنكي، ٢٠١٧). وفيما يلي عرض لأبرز التصورات النظرية التي افترضت دوراً جوهرياً لأحداث الحياة الضاغطة سواء في الاحتفاظ بحسن الحال أو الإصابة بالاضطرابات النفسية.

١- نموذج المشقة - الاستهداف: A Diathesis - Stress Model

يمثل نموذج المشقة - الاستهداف أكثر الأطر شمولاً؛ حيث يفترض نوعين من المتغيرات المسئولة عن الإصابة بمدي متنوع من السمات مثل العدوانية (Sun, Xue, Bai, Zhang, Lin, & Cao, 2016)، والاضطرابات النفسية مثل اضطراب ما بعد الصدمة (Greenberger,1999)، والاكنتاب (Zuo et al., 2020). ويشير المتغير الأول إلي عوامل التهيؤ أو الاستهداف، في حين يعني المتغير الثاني المشقات (Graff,1993,24). ويُفترض أن يتفاعل التهيؤ أو الاستعداد لنتاج ما مع استجابة المشقة لدي الفرد. ويمكن لهذا الاستهداف أن يكون سلوكياً، مزاجياً، فسيولوجياً، أو وراثياً، أما المشقات قد تتضمن خبرات مثل الحوادث، وسوء المعاملة في المراحل الارتقائية المبكرة (Arnekrans,2014,16).

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

وقد تم توظيف هذا النموذج في التهيؤ للاكتئاب؛ حيث طرح بيك Beck وزملاؤه سنة ١٩٧٩، وبيك سنة ١٩٨٣ النموذج المعرفي للاكتئاب، وفيه افترض الجانب المعرفي كعامل تهيؤ، وأحداث الحياة السلبية كمشقات. ووفقاً لهذا النموذج يمتلك المستهدف تحيزاً معرفياً أو مخططات كامنة تؤثر في تفسير المواقف وتوجه عملية جمع البيانات حولها وتقييمها. وعند تعرض المستهدف لمشقة ما تنشط هذه المخططات مما يمهد لظهور أعراض الاكتئاب (Graff,1993,24).

وحديثاً أكد بيك وبريديمر Bredemeier سنة ٢٠١٦ أهمية الإدراكات السلبية والتقييمات الناتجة عن المعتقدات السلبية في ترسيخ المخططات التي تقوم بتشويه معالجة المعلومات. وخلاصة ما سبق، أن هذه المعالجة غير التكميلية للمعلومات والتقدير السالبة للأحداث هي العامل الأساسي في تطور الاكتئاب. وفي دراسة حديثة علي عينة من مرضي الاكتئاب، بهدف تقييم دور تكرار وإدراك الحدث الضاغط في التنبؤ بأعراض الاكتئاب. توصل فريق البحث إلي أن ضعف إدراك التحكم في الموقف الضاغط والتقييم السليبي له من أكثر العوامل المنبئة بأعراض الاكتئاب (Maquet, Angel, Canizares, Lattig, Agudelo & Avenas, 2020).

٢- نموذج لنت :Lent Model

قدم لنت سنة ٢٠٠٤ إطاراً نظرياً هدف منه إلي تفسير كيفية استعادة الشخص الشعور بحسن الحال عندما يحاط بأحداث حياة ضاغطة. وافترض عدة عوامل تتشارك في التأثير علي الشعور بحسن الحال هي السمات الفطرية Innate traits (مثل الميول الانفعالية)، والمصادر البيئية المتاحة (مثل الخدمات العلاجية)، والمهارات والاتجاهات المكتسبة (مثل استراتيجيات المواجهة). وتناول لنت عند اختبار نموده نوعين من استراتيجيات المواجهة هما أسلوب المواجهة المتمركزة علي المشكلة Problem-focused coping وأسلوب المواجهة المتمركزة علي الانفعال Emotion-focused coping، ويُفترض - عبر التراث - أن يرتبط الأسلوب الأول بالمشقة القابلة للتحكم الشخصي (مثل المشكلات مع الأصدقاء)، في حين يرتبط الأسلوب الثاني بالمشقة ضعيفة التحكم بها (مثل انفصال الوالدين). وعند اختبار هذا النموذج، وُجد أن العلاقة بين أحداث الحياة غير المتحكم فيها والرضا عن الحياة يتوسطها أسلوب المواجهة المتمركز علي الانفعال (والذي شمل إعادة التقييم المعرفي وكبح الانفعال). حيث توصل فريق البحث إلي أن الحدث الضاغط يؤثر سلباً في الرضا عن الحياة عند الاستخدام المنخفض لإعادة التقييم المعرفي، والاستخدام المفرط لأسلوب كبح الانفعال (Ng, Huebner, Hills & Valois, 2018). ويؤكد

أهمية أسلوب المواجهة في تأثير الحدث الضاغط ما أشار إليه ولكرسون Wilkerson من أن استخدام أساليب غير ملائمة يهبط للاحتراق الداخلي (Wilkerson,2004,5)، فضلا عما طرحه لين Lin وزملاؤه (2020) من أهمية أسلوب المواجهة الإيجابي في تخفيض الدور السلبي للأحداث الضاغطة علي معدل الانتحار.

ثالثاً: مفهوم الاتجاه نحو المخاطرة الصحية

تعريف المفهوم:

تُعرف المخاطرة بأنها التورط في سلوكيات يمكن أن يتبعها خسارة (Ravert et al., 2019)، أو هي نمط للاستجابة يصدر تحت شرط اللاتيقين، أو ما يسميه الاقتصاديون بالقرار غير العاقل في مواقف مغامرة، والذي لا تُحسب فيه احتمالات النجاح (حمزة، 1999). وقد أشارت تمساح (2006) إلي أنها حالة الشخص في موقف لا يستطيع أن يتنبأ فيه بنتائج قرار أو اختيار قام به. ويرى مخيمر (2014) أن المخاطرة نشاط ينطوي علي هدف أو قيمة إيجابية متوقعة مع وجود قدر من الغموض واللاتيقين حول احتمالات النجاح والفشل.

ويختلف الباحثون فيما بينهم في تقييم دلالة المخاطرة؛ حيث يتناولها البعض من المنظور الإيجابي، ويفترضها محدداً مهماً من محددات القدرة علي حل المشكلات، وسمه للأفراد مرتفعي الطموح (حسن، 2007)، أو وسيلة للتعامل مع المهام الارتقائية في مرحلة المراهقة بهدف الاستقلال أو الاستكشاف أو إثبات الوجود ولفت الانتباه (الشافعي وهلال، 2013). وفقاً لهذا التوجه، المخاطر شخص مثابر يتمتع بقدر من الجرأة والإقدام، حيث يقبل أن يضع نفسه في مواقف احتمالات نجاحها قد تكون محدودة (مخيمر، 2014).

وعلي الجانب الآخر، يتم النظر إلي مفهوم المخاطرة من المنظور السلبي؛ حيث انخرط المراهق في سلوكيات تسبب أذي له ولآخرين، مثل السلوكيات الجانحة كالعدوان، والسرقه، والتدخين، والتعاطي (الشافعي وهلال، 2013). ويشترك المراهقون في سلوكيات المخاطرة ذات الضرر الكامن والظاهر علي حد سواء. ويتضمن سلوك المخاطرة لديهم جانب معرفي يتمثل في عدم قدرتهم علي تقدير وإدراك الخطر المرتبط بالسلوك (محمود، 2019). وتعد المخاطرة هنا غير محسوبة تدفع بالمراهق إلي المغامرة والاستجابة اللاعقلانية، فيقوم باختيار أحد البدائل المتاحة وهو الأكثر احتمالاً لتحقيق أفضل المكاسب في حالة النجاح، والتعرض لخسائر فادحة في حالة الفشل (مخيمر، 2014).

وقد يلخص التوجهين السابقين رافيرت وزملاؤه (2019) عندما أشار إلي وجود تعارض بين

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

المخاطرة في الحياة اليومية والمخاطرة في الدراسة الأكاديمية. في الحياة اليومية يُشجع الأشخاص علي المخاطرة للنمو والارتقاء حيث تُطبق مقولة "لا مغامرة لا مكسب"، بينما في العلوم الإنسانية والاجتماعية تكافئ المخاطرة القيام بنشاطات خطيرة يجب تجنبها مثل تعاطي المواد النفسية، أو ما أُطلق عليه لي Li وزملاؤه (2020) السلوك الأقرب إلي السلوك المتهور *Rectless behavior* وهو السلوك الذي يسبب أذي في حياة الشخص دون نتائج إيجابية ملحوظة، مثل تعاطي الكحوليات، والنشاط الجنسي غير الآمن، والعنف، ومحاولات الانتحار. وتتبنى الدراسة الراهنة الدلالة السلبية للمخاطرة؛ نظرا لتناولها سلوكيات تُعد مهددة للصحة.

ويُقصد بسلوك المخاطرة الاندماج في سلوكيات تتبعد بالأفراد عن المعايير المقبولة اجتماعياً في ثقافتهم بدرجة واضحة، ويكون له تأثيرات بعيدة المدى علي الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية للفرد، وهو سلوك يتضمن احتمال المكسب أو الخسارة (الشافعي وهلال، ٢٠١٣). وهو سلوك إرادي نتائجه غير معروفة مع احتمال حدوث نتائج صحية سلبية، ويحدث نتيجة لتغيرات نمائية كبيرة خلال الطفولة والمراهقة والبلوغ المبكر، وقد تكون عنصر أساسي في عديد من الاضطرابات مثل الجنوح، واضطرابات السلوك، وتعاطي المواد النفسية (مصطفى، ٢٠١٨).

أما الميل إلي المخاطرة فيُعرف بأنه ميل الفرد للمشاركة في سلوكيات قد تحتوي علي قدر من الضرر المالي أو الصحي أو الاجتماعي (الأخلاقي)، أو الدراسي وذلك بعد تقدير احتمالات المكسب والخسارة المترتب علي المشاركة في تلك السلوكيات. وأن هذا الميل يشجع الفرد علي التخلي عن الحذر والمشاركة في نشاطات تنطوي علي المخاطر، وذلك بعد تحليل عناصر الموقف وتقدير أبعاده (الشرنوبلي، ٢٠٠٥). كما يُعرف بأنه تفضيل القيام ببعض الأعمال التي تتسم بالخطورة وغموض النتائج (مخيمر، ٢٠١٤). ويرى داهني Dahne وزملاؤه (2017) أن الميل أو النزوع إلي المخاطرة عامل استهداف يختلف عن سلوك المخاطرة، حيث يمتد علي متصل يمكن للمرتفعين فيه أن يكونوا أكثر تهيؤاً للتورط مستقبلاً في سلوكيات المخاطرة.

أما الاتجاه نحو المخاطرة فقد تم دراسة الاتجاه نحو المخاطرة وتحديد المخاطرة الصحية، وتُعرف منظمة الصحة العالمية المخاطرة الصحية بأنها العامل الذي يُزيد من احتمال النواتج الصحية السلبية. ويُقصد بالسلوكيات الصحية بصفة عامة النشاطات التي تؤثر في الحالة الصحية أو التهيؤ للمرض. وتُقسم إلي فئتين هما السلوكيات الخطرة وهي التي يسهم تكرار ممارستها في تطور الأمراض المزمنة، وسلوكيات تعزيز الصحة التي تضم مجموعة من النشاطات التي يؤدي

ممارستها إلي تقوية المستوي الصحي للفرد مثل الطعام الصحي، وربط حزام الأمان (Jahangard, Behmanesh, Ahmadpanah, Poormoosavi, Solitanian & Highghi, 2019)

ويُعرف صفوت الاتجاه نحو المخاطرة الصحية بأنه نظام ثابت من التقييمات الإيجابية للحرية غير المسئولة وللمجازفة، ويتضمن التقليل من احتمال الإصابة الجسمية بسبب الإهمال، وغياب القلق والخوف من احتمال التعرض للإصابة أو العدوي، والميل إلي التصرف باندفاعية ودون قيود، مع الإهمال المتعمد لشروط الوقاية الصحية. ويؤكد الباحث أن هذا الاتجاه لا يعني توفر مشاعر إيجابية تجاه المرض، ولكن التقليل من خطورة العوامل المؤدية إلي الإضرار بالصحة، ويشمل هذا الاتجاه كافة المواقف ذات العلاقة بالصحة مثل العدوي، والتدخين، وتعاطي المخدرات (صفوت، ١٩٩٢)، وتجربة الأدوية الجديدة، وتعاطي الكحوليات، والقيادة المتهوره (Ravert et al., 2019).

وتُعرف الباحثة الاتجاه نحو المخاطرة الصحية بأنه المعتقدات التي تعكس الاستهانة بالمخاطر المتعلقة ببعض السلوكيات المهددة للصحة، مع انخفاض مشاعر الخوف والقلق من هذه السلوكيات، والميل إلي القيام ببعضها، ومن أمثلة هذه السلوكيات التعامل غير الآمن مع الهاتف النقال (مثل عبور الشارع أثناء الانشغال به، واستعماله أثناء القيادة)، والعادات الغذائية الضارة مثل تناول الأطعمة سريعة التحضير والمشروبات الغازية.

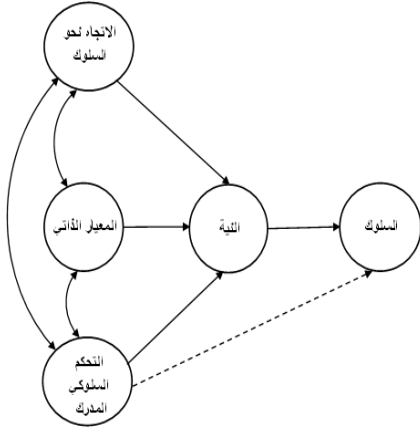
الإطار النظري للمفهوم:

سوف يتم عرض أبرز الأطر النظرية التي تناولت المخاطرة وتشمل: نظرية السلوك المخطط Theory of Planned Behavior (TPB)، والنموذج البيولوجي النفسي الاجتماعي للمخاطرة The Biopsychosocial Model of Risk-Taking، ونظرية المسار المربك Fuzzy Trace Theory (FTT)، ونموذج الارتقاء العصبي للمخاطرة Neurodevelopmental Model of Risk Taking.

١- نظرية السلوك المخطط: Theory of Planned Behavior (TPB)

قدم أجزين Ajzen سنة ١٩٩١ نظرية السلوك المخطط للتنبؤ بالسلوك الاجتماعي والتي يعرضها الشكل (١). وتتكون النظرية من مكونات ثلاثة تسبق نية القيام بالسلوك وتؤثر فيه وهي الاتجاه، والمعايير الذاتية Subjective norms، والتحكم السلوكي المدرك Perceived Behavioral Control (PBC). ويُقصد بالاتجاه التقييم السلبي أو الإيجابي لأداء سلوك ما، أما المعيار الذاتي

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
فهو الإدراك الشخصي للتوقعات الاجتماعية لتبني سلوك ما. ويشير التحكم السلوكي المدرك إلي إدراك مدي سهولة أو صعوبة أداء السلوك، ويشير أجزين إلي أن معتقدات التحكم تشكل كل من الإدراك والقدرة علي أداء السلوك (Ajzen,1991)، ويعكس هذا المكون عوامل خارجية مثل إتاحة الوقت، أو المال، والدعم الاجتماعي، بالإضافة إلي عوامل داخلية مثل القدرة وتوفر المعلومات (Godin&Kok,1996).



شكل (١): نظرية السلوك المخطط لأجزين (Ajzen,1991)

كما يوضح الشكل (١)، لهذا المكون القدرة علي تجاوز النية إلي القيام بالسلوك، كما يمكن أن يتفاعل مع الاتجاه في التأثير علي نية القيام بالسلوك بدون تدخل المعيار الذاتي (Kruy,2018,57). وبالتالي يوازي هذا المكون تأثير النية في القيام بالسلوك. ويُفترض أن يمتلك الشخص التحكم السلوكي المدرك عندما لا توجد قيود عملية في إصداره للسلوك (Godin&Kok, 1996).

تم تطبيق هذه النظرية بصفة أساسية في تفسير السلوكيات المرتبطة بالصحة، وإن استخدمت في توضيح النوايا والسلوكيات في مجالات من بينها الاقتصاد، والتعليم، وعلم الجريمة (Kruy,2018,55). ويشير تطبيق هذه النظرية في المجال الصحي إلي جودة النظرية في التنبؤ بنية القيام بالسلوك الصحي؛ حيث استطاعت التنبؤ بالتدخين، والتعاطي، وتناول الكحوليات، والإصابة بفقد المناعة المكتسب (Godin&Kok,1996). وحديثاً، تم اختبار هذه النظرية في التنبؤ بأحد سلوكيات المخاطرة التي باتت منتشرة بوضوح عبر دول العالم وهي استخدام الهاتف

النقل أثناء القيادة. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية سنة ٢٠١١ يحظى هذا السلوك باهتمام دولي؛ حيث يستنزف هذا السلوك الجانب المعرفي (توجيه الانتباه بعيداً عن الطريق)، والبصري (النظر بعيداً عن الطريق لفحص الرسائل)، والسمعي (حيث المحادثة في الهاتف) للسائق (Zhang et al., 2020). فضلاً عن هذا، تسهم هذه الممارسة في زيادة زمن رد الفعل للسائق والاستهداف للحوادث، حيث وُجد أن معدل الاستهداف للحوادث لدى هؤلاء السائقين أعلى بمقدار أربع مرات مقارنة بغير المستخدمين له. كما وُجد ميل لدى مستخدمي الهاتف أثناء القيادة من صغار البالغين لإصدار سلوكيات مخاطرة أخرى أثناء القيادة (Khanjani et al., 2019).

وقد اختبر بعض الباحثين سلوك كتابة وقراءة نص علي الهاتف أثناء القيادة Texting While Driving (TWD) في ضوء هذه النظرية، من بينهم كنجاني Khanjani وزملائها (2019) وذلك علي عينة بلغت ٢٥٤ من الجنسين (شملوا ٤٧٪ طلبة الجامعة، و ٣٩٪ من العاملين)، بلغ متوسط أعمارهم ٢٦،٧٩ بانحراف معياري ٦،٣٥ سنة. وتم تطبيق اختبار لهذا السلوك استناداً إلي مفاهيم نظرية السلوك المخطط ضم بنوداً تعكس نية القيام بهذا السلوك، وتقييم نواتج هذا السلوك (الاتجاه)، والدافعية للاتساق مع توقعات الآخرين ذوي المكانة في حياة الشخص (المعايير الذاتية)، والاعتقاد في العوامل التي من شأنها أن تسهل أو تعيق القيام بهذا السلوك (التحكم

السلوكي المدرك)، فضلاً عن قياس مفهوم المعيار الأخلاقي الذي اعتاد الباحثون تناوله عند دراسة سلوكيات القيادة.

وتوصلت الدراسة إلي نسبة بلغت ٧٥،٨٪ من أفراد العينة يقومون بهذا السلوك سواء كتابة أو قراءة النصوص في الهاتف أثناء القيادة. كما توصلت الدراسة إلي قدرة كل من المهنة، والاتجاه، والمعيار الذاتي، والتحكم السلوكي المدرك في التنبؤ بمقدار ٥٤٪ من نية القيام بإرسال رسائل نصية علي الهاتف أثناء القيادة. وكذلك استطاع كل من الجنس، والاتجاه، والمعيار الذاتي، والتحكم السلوكي المدرك، والمعيار الأخلاقي في التنبؤ بمقدار ٦٨٪ من نية القيام بقراءة نصوص الرسائل علي الهاتف أثناء القيادة. دعمت نتائج هذه الدراسة صدق نظرية السلوك المخطط في التنبؤ بنية القيام بقراءة وكتابة النصوص علي الهاتف أثناء القيادة. فضلاً عن هذا، أشار زنج وزملاؤه (2020) إلي أهمية السياق في تحديد القدرة التنبؤية للمكونات الثلاثة لنظرية السلوك المخطط في القيام بهذا السلوك؛ حيث وُجد أن التحكم السلوكي المدرك يكون منبئاً إيجابياً عندما يقوم السائق بكتابة نص علي الهاتف في حالة توفر الوقت للقيام بهذا، بينما يكون هذا

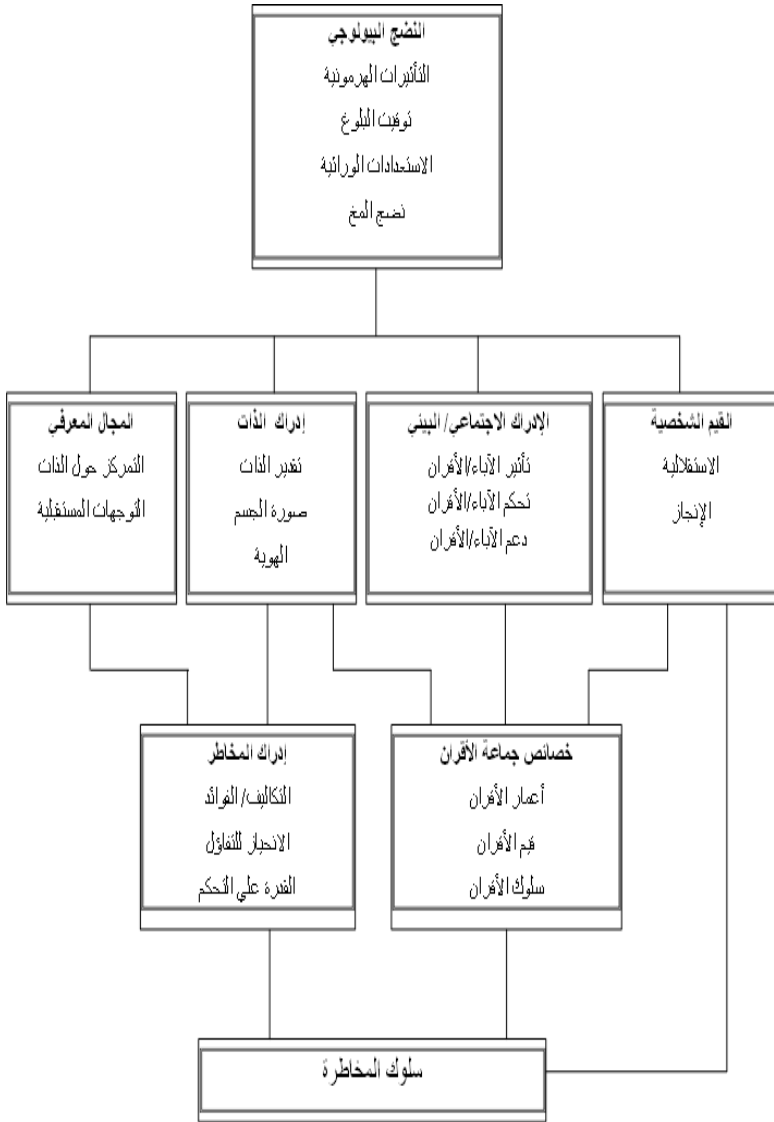
== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
المؤشر منبئاً سلبياً إذا قام السائق بهذا السلوك عندما لا يتسع الوقت لذلك. تتسق النتائج في مجملها مع ما أشار إليه كراي Kruey، من أن هذه النظرية صادقة وقوية وتقدم خلفية نظرية لعدد من الدراسات المهمة بسلوكيات المخاطرة (Kruey,2018,61).

٢- النموذج البيولوجي النفسي الاجتماعي للمخاطرة: The Biopsychosocial Model of Risk Taking

قُدّم النموذج البيولوجي النفسي الاجتماعي للمخاطرة علي يد اروين Irwin ومليستين Millstein سنة ١٩٨٦. وفقا لهذا النموذج تؤثر العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية أو البيئية في سلوكيات المخاطرة لدي المراهقين، وخاصة توقيت النضج البيولوجي حيث يؤثر مباشرة علي أربعة جوانب هي المجال المعرفي، وإدراك الذات، والبيئة الاجتماعية، والقيم الشخصية. ويفترض النموذج دور إدراك المخاطر وخصائص جماعة الأقران كمتغيرات وسيطة بين هذه العوامل وسلوك المخاطرة (Omori & Ingersoll,2005).

وتتضمن المتغيرات البيولوجية التي تؤثر في سلوك المخاطرة وقت البلوغ، والاستعداد الوراثي، والتأثيرات الهرمونية، ونضج المخ، أما المتغيرات النفسية المرتبطة بهذا السلوك هي تقدير الذات، والبحث عن الاستثارة Sensation seeking، والحالات الوجدانية والمعرفية، وتتضمن التأثيرات الاجتماعية علي هذا السلوك كل من تأثير الآباء، والأقران، والمدرسة، ويوضح هذه المتغيرات الشكل (٢) (Sales&Irwin,2013, 21).

وقد قام اروين وزملاؤه بإجراء تعديل علي النموذج السابق هو إضافة عوامل من شأنها أن تزيد من تورط المراهق في سلوك المخاطرة، حيث أضيف متغير بيولوجي هو جنس الذكور، ومتغير الاكتئاب ضمن عوامل التهيؤ النفسية. فضلا عن إضافة عامل الأساليب غير التكيفية للآباء، والنمذجة الوالدية Parental modelling لسلوك المخاطرة، وسلوك الأقران والحالة الاقتصادية الاجتماعية.



شكل (٢): النموذج البيولوجي النفسي الاجتماعي السببي لسلوك المخاطرة لأروين ومليستين

سنة ١٩٨٦ (Sales&Irwin,2013,22)

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

٣- نظرية المسار المربك (FTT) : Fuzzy Trace Theory

تُعد نظرية المسار المربك نظرية شاملة في الذاكرة والاستدلال، وقد استندت هذه النظرية إلى بحوث علم النفس اللغوي Psycholinguistic حول كيفية تمثيل المعلومات، واسترجاعها، ومعالجتها (Corbin, Reyna, Weldon & Brainerd, 2015). قدمت النظرية تمييزاً أساسياً بين التمثيلات التي تحتفظ بالشكل السطحي أو التفاصيل الدقيقة للخبرة أو ما أطلق عليه التمثيل الحرفي Verbatim، والتمثيلات التي ترتبط بمعني الخبرة، والتي أطلق عليها تمثيلات الجوهر Gist. (Brainerd & Reyna, 2004; Corbin et al., 2015). ويُفترض أن توجد هذه التمثيلات علي متصل في أحد نهاياته التمثيلات الحرفية التي تحتفظ بتفاصيل المستوي الأدنى من المعلومات حيث الجوانب الشكلية مثل حجم الكلمة المكتوبة، في حين يوجد في نهاية المتصل تمثيلات الجوهر التي تحتفظ بالمعني. ويتم ترميز هذه التمثيلات بطريقة متوازنة، كما يتم تخزين واسترجاع أياً منها بطريقة مستقلة (Rivers, Reyna & Mills, 2008).

وفقاً لهذه النظرية، يقوم المراهق بترميز تمثيلات عدة علي امتداد المتصل السابق، والتي تتراوح بين الفروق الكمية بالغة الدقة (مثل أن هذا السلوك يحمل ١٠٪ مخاطرة أعلي)، والفروق الحادة (مثل المخاطرة مقابل غيابها)، ويقوم بعمل توازن بين الاحتمالات النسبية ويختار البديل الذي تستحق مكافأته المخاطرة، ولذا يُقدم علي سلوك المخاطرة. بينما يدرك البالغ جوهر هذه البدائل بصورة قاطعة؛ حيث يري مستويات متفاوتة من المخاطرة في جانب وعدم المخاطرة علي الإطلاق في جانب آخر. وبناءً عليه، يعكس سلوك المخاطرة في مرحلة المراهقة التركيز علي الفروق الكمية الدقيقة في نواتج سلوك المخاطرة، أما في مرحلة البلوغ يركز الشخص علي الفروق الحادة بين البدائل (Rivers et al., 2008). وبالتالي يعكس التفكير الناضج في هذا الإطار تفضيل المعالجة المربكة Fuzzy processing preference أي المستندة إلي الجوهر البسيط (Corbin et al., 2015). وربما سُميت المعالجة بهذا الاسم لأن سلوك الناضجين هنا يبدو غير منطقياً؛ حيث يغيب فيه التوازنات بين المخاطر والمكافآت، ويعتمد أساساً علي الحدس (Rivers et al., 2008).

من ناحية أخرى، تؤثر القيم والمبادئ في سلوك المخاطرة، حيث يتم استرجاعها لتطبيقها علي التمثيلات سواء الحرفية أو تمثيلات الجوهر. ونظراً لأن الاسترجاع يُعد متغيراً ويعتمد علي

الهاديات الخارجية فقد يختلف اختيار البديل وفقاً لأي القيم تم استرجاعه في موقف اتخاذ القرار (Corbin et al., 2015).

٤- نموذج الارتقاء العصبي للمخاطرة: - Neurodevelopmental Model of Risk-taking

يُعد نموذج الأنظمة المزدوجة A Dual systems model لمخاطرة المراهقين لستينبرج Steinberg من أبرز النماذج التي طرحت الآلية العصبية المسؤولة عن تزايد معدل سلوك المخاطرة في مرحلة المراهقة بصفة خاصة. وفقاً لهذا النموذج، يُعد سلوك المخاطرة نتاج للفروق في الارتقاء بين نظامين عصبيين متميزين هما نظام الانفعال الاجتماعي Socio-emotional system، ونظام التحكم المعرفي Cognitive control system. فيما يتصل بنظام الانفعال الاجتماعي يوجد في المناطق الحافية Limbic areas والمجاورة لها Para limbic، ويتضمن: اللوزة Amygdala، والقشرة قبل الأمامية الوسطى Medial prefrontal cortex، والقشرة الأمامية المدارية Orbitofrontal cortex، ومنطقة المخطط البطني Ventral striatum، والأخود الصدغي العلوي Superior temporal sulcus. أما نظام التحكم المعرفي يتكون من المنطقة قبل الأمامية الجانبية Lateral prefrontal cortex، والقشرة الجدارية Temporal cortices، وأجزاء من القشرة الحزامية الأمامية Anterior cingulate (Steinberg, 2008).

وبناءً على هذا النموذج يُثار سلوك المخاطرة لدى المراهق بسبب سرعة ارتقاء نظام الانفعال الاجتماعي في وقت البلوغ الذي يؤدي إلى زيادة البحث عن المكافأة Reward seeking أو البحث عن الجديد، وفي المقابل يرتقي نظام التحكم المعرفي - المرتبط بالقدرة على التنظيم الذاتي والتحكم في الاندفاعات - بمعدل تدريجي عبر مرحلة المراهقة حتى بداية البلوغ، حيث لا يكتمل حتى منتصف العشرينات (Steinberg, 2008)، ومن ملامح ارتقائه استمرار الزيادة في حجم المادة البيضاء في مناطق هذا النظام خاصة مناطق الوظائف عالية المستوى حتى أواسط العشرينات (Harden, Kretsch, Mann, Herzhoff, Tackett & Steinberg, 2017). تؤدي هذه الفروق الزمنية في معدلات الارتقاء بين النظامين إلى أن تكون المراهقة الوسطى مرحلة استهداف مرتفع للسلوكيات المتهورة وسلوكيات المخاطرة (Steinberg, 2008).

ويواكب سلوك المخاطرة لدى المراهقين تغيرات في نشاط الدوبامين. ويُفترض خلال المرحلة الممتدة من أواسط المراهقة إلى نهايتها أن يتم إعادة تشكيل نظام الدوبامين Remodeling خاصة الامتداد بين الجهاز الحافي والمنطقة قبل الأمامية، حيث تزداد قوة هذا الامتداد في هذه

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
الفترة ثم تتناقص مع بداية البلوغ. واستناداً إلي الدور الجوهري للدوبامين في دوائر المكافأة في المخ، يتنبأ النموذج بأن يؤدي هذا الامتداد إلي زيادة سلوك البحث عن المكافأة (Steinberg,2010). وقد توصل ستينبرج (2010) من دراسته علي عينة بلغ مداها العمري من ١٠ إلي ٣٠ سنة علاقة منحنية بين البحث عن المكافأة والعمر؛ حيث ازداد هذا السلوك في مرحلة ما قبل المراهقة إلي منتصفها ثم تناقص في المرحلة التالية.

وقد دعم بعض الباحثين العلاقة بين البحث عن المكافأة وسلوك المخاطرة، وعلي سبيل المثال أشار هاردين Harden وزملاؤه (2017) إلي ارتفاع استجابة منطقة المخطط البطني عند التعرض للمكافآت لدي المراهقين مقارنة بالأطفال والبالغين، فضلا عن ارتباط استجابة هذه المنطقة بسلوكيات المخاطرة في الحياة الواقعية. من ناحية أخرى، أشار دو Do وزملاؤه (2017) إلي انخفاض نشاط منطقة اللوزة لدي المراهقين. ونظرا لأهمية هذه المنطقة في معالجة التهديد والنفور من المخاطر، فإن المزج بين النشاط المنخفض للوزة مع عدم اكتمال نضج التحكم المعرفي للمناطق قبل الأمامية - من منظور ستينبرج - من شأنه أن يجعل المراهق أقل نفورا من المخاطر وأكثر استعداداً للقيام بسلوكيات المخاطرة. وفقا لنموذج ستينبرج مخاطرة المراهق هي انعكاس للفجوة في النضج العصبي، حيث ارتفاع الحساسية للمكافأة دون زيادة مصاحبة في القدرة علي التحكم في السلوك (Harden et al., 2017).

الأطر النظرية التي ربطت بين التقييم الجوهري للذات وكل من أحداث الحياة الضاغطة والمخاطرة
أولاً: الأطر النظرية التي ربطت بين التقييم الجوهري للذات وأحداث الحياة الضاغطة:

١ - اختبار دور التقييم الجوهري للذات في تفسير الفروق الفردية في الاستجابة للمشقة:
قام كامير- ميلر Kammeyer-Mueller وزملاؤه (2009) باختبار دور التقييم الجوهري للذات في تفسير الفروق الفردية عند التعرض والاستجابة للمشقة، واستند الباحثون إلي نموذج بولجر Bolger و زكرمان Zuckerman سنة ١٩٩٥ الذي يتضمن أربع عمليات أساسية في المشقة هي التعرض Exposure، والتفاعلية Reactivity، والاختيار Choice، والفاعلية Effectiveness. وصاغ الباحثون أربعة فروض تتعلق بهذه المفاهيم وتفسر تأثير التقييم الجوهري للذات في الاستجابة للمشقة هي:

- فرض التعرض المميز Differential exposure: وفقا لهذا الفرض، مرتفعي التقييم الجوهري للذات أقل احتمالا للتعرض للمشقات، وبالتالي يُظهرون مستوي أقل من الإجهاد. ويستند هذا إلي نظرية الحفاظ علي الموارد Conservation of resources

== (٣٤٠)؛ السجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

theory لهوبفول Hobfoll التي تشير إلى أن المشقة تبدأ عندما يدرك الشخص فقده السيطرة على إمكاناته، وهو ما يتعارض مع مرتفعي التقييم الجوهرية للذات؛ حيث يشعرون بقدرتهم على التحكم بكفاءة في بيئات عملهم، ولذا يقرون عدداً أقل من المشقات المهنية، فضلاً عن ثباتهم الانفعالي الذي يمكنهم من مجابهة المواقف الضاغطة بطريقة أقل إجهاداً.

- فرض التفاعلية المميزة Differential reactivity: ويشير إلى التقييم الجوهرية للذات كمتغير معدل يخفض من إيجابية العلاقة بين مواقف المشقة والإجهاد. يستند هذا الفرض إلى أن ما يمتلكه مرتفعي التقييم الجوهرية للذات من الإحساس بالسلطة الشخصية والتحكم والثقة في القدرة على التفاعل الناجح مع المواقف الصعبة يجعلهم يصدرون استجابات سلوكية وانفعالية أقل سلبية للضغوط، وبالتالي يشعرون بإجهاد أقل. في حين يدرك المنخفضون في تقييم الذات الضغوط بدرجة أكثر إرهاقاً خاصة في ضوء ضعف ثقتهم في امتلاك قدرات كافية للتعامل مع مواقف المشقة.

- فرض الاختيار المميز Differential choice: افترض الباحثون اختيار مرتفعو التقييم الجوهرية للذات لأسلوب حل المشكلات بدرجة تفوق إلى حد كبير اختيارهم لأسلوب المواجهة التجنبية، حيث تدفعهم السمات المميزة لهم مثل تقدير الذات، والثقة في الكفاءة الشخصية إلى تطبيق الاستراتيجيات الفعالة في التعامل مع المواقف الصعبة.

- فرض الفاعلية المميزة Differential effectiveness: يشير هذا الفرض إلى التقييم الجوهرية للذات كمعدل للعلاقة بين أسلوب مواجهة المشكلة والإجهاد، حيث تكون العلاقة بينهما أكثر سلبية لدي مرتفعي التقييم الجوهرية للذات. ويستند هذا الفرض إلى أدلة سابقة من بينها انخفاض الثقة في القدرة على مواجهة مشكلات الحياة لدي من يمتلكون صورة سلبية عن ذاتهم، وفاعلية المواجهة لدي مرتفعي الثبات الانفعالي. وعند اختبار فريق كامير- ميلر لهذه الفروض من خلال تحليل نتائج الدراسات السابقة في المجال، وجدوا ما يدعم هذه الفروض؛ حيث ارتبط التقييم الجوهرية للذات بانخفاض كل من إدراك المشقة، والإجهاد المرتبط بها، واستخدام أسلوب المواجهة التجنبية (Kammeyer-Mueller, Judge & Scott, 2009). وقد دعمت الدراسات الأحدث هذه النتائج؛ مثل ارتباط التقييم الجوهرية للذات سلباً بإدراك المشقة (Rey & Extremera, 2015; Lopez et al., 2018)، وبأحداث الحياة الضاغطة (Zuo et al., 2020).

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

٢- مؤشرات التقييم الجوهري للذات كمتغيرات وسيطة بين أحداث الحياة الضاغطة

والصحة النفسية:

كما تم الإشارة سابقاً، تقوم أحداث الحياة الضاغطة بتعجيل الاضطراب النفسي. وقد حاول الباحثون فهم هذه النتيجة من خلال البحث عن المتغيرات الوسيطة التي تجعل الشخص أقل أو أعلى تهيؤاً للتأثيرات السلبية للأحداث الضاغطة. ويُعد متغيري الصلابة والصمود مثلاً علي هذه المتغيرات. ويشير مفهوم الصلابة إلي الالتزام، والتحكم، والتحدي. ويعكس الالتزام إيمان الشخص بقيمة خبراته وأهميته، ويُفترض لمرتفع الالتزام المواجهة الفعالة للمشقة؛ لإدراكه بأنها الطريقة الأفضل لتحويل خبرة المشقة إلي خبرة إيجابية. أما التحكم فيعني اعتقاد الشخص بقدرته علي التأثير فيما يصادفه من مواقف. أما المكون الثالث وهو التحدي، فيعني الإيمان بأن التغيير فرصة للارتقاء الشخصي. وقد وجدت الدراسات أن مرتفعي الصلابة لا يستسلمون بسهولة تحت الضغط، وأقل إصابة بالمرض، وأكثر تكيفاً عند مواجهة المشقة. وقد أشار هاسيل وزملاؤه إلي أن التقييم المعرفي لمواقف المشقة يتوسط تأثير الصلابة علي الصحة العقلية؛ حيث تقوم الصلابة بتغيير جانبيين من التقييم المعرفي للحدث، هما تخفيض تقييم درجة تهديد الحدث، وتدعيم التوقعات الإيجابية للشخص عن محاولاته مواجهة هذا الحدث. ويُفترض أن يؤدي هذا التغيير إلي تقليل المعاناة النفسية عند التعرض لمواقف المشقة (Hasel et al., 2011).

ويُقصد بمفهوم الصمود القدرة علي المواجهة الناجحة عند التعرض لتغيرات أو محن (Ahern&Norris,2011). ويوجد توجهين أساسيين في تعريف هذا المفهوم، الأول يتناول الصمود كسمة أو مجموعة من السمات، حيث يعرفه بلوك Block وزميله سنة ١٩٩٦ بأنه القدرة علي تنظيم الذات بطريقة ملائمة تسمح لمرتفعي هذه السمة بسرعة التكيف مع الظروف المتغيرة. والثاني يراه عملية دينامية من عوامل الشخصية وعوامل الوقاية التي تؤدي إلي نتائج إيجابية في مواجهة الشدائد، ويعرفه وفقاً لهذا التوجه لا ثر Luthar وزميله سنة ٢٠٠٠، بأنه عملية دينامية من خلالها يُظهر الشخص تكيف إيجابي رغم خبرة المحن أو الصدمات الكبرى. وتفترض الدراسات في مجال الصمود أن هذا المفهوم دالة للتفاعل بين عوامل الاستهداف وعوامل الوقاية. ومن خلال استعراض بحوث الصمود أشار ماستين Masten ورد Reed سنة ٢٠٠٢ إلي عوامل وقاية داخلية وخارجية ترتبط بالنجاح رغم وجود المشقة، ومن عوامل الوقاية الداخلية جودة القدرات المعرفية، وفاعلية الذات الإيجابية، ووجود معنى للحياة، وتنظيم الذات الانفعالية (Arnekrans et al., 2014,7-8)، والوعي بالذات (Liu et al., 2019).

== (٣٤٢)؛ السجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

ويتبين مما سبق، أن هناك تبايناً مشتركاً بين مكونات الصلابة خاصة التحكم والالتزام ومكوني وجهة الضبط وفاعلية الذات من مكونات التقييم الجوهري للذات. ومن ناحية أخرى، تتسق بعض مؤشرات الصمود وتحديداً فاعلية الذات الإيجابية وتنظيم الذات الانفعالية مع كل من فاعلية الذات والثبات الانفعالي من مكونات التقييم الجوهري للذات. ويدعم هذا في مجمله العلاقة الموجبة بين التقييم الجوهري للذات وكفاءة مواجهة المشقة.

ثانياً: الأطر النظرية التي ربطت بين التقييم الجوهري للذات والمخاطرة:

١- تقدير الذات كمتغير منبئ بسلوك المخاطرة في النموذج البيولوجي الاجتماعي

النفسي للمخاطرة:

بناءً على النموذج البيولوجي الاجتماعي النفسي للمخاطرة - الذي تم عرضه سابقاً - يُعد تقدير الذات عاملاً مستقراً سواء في النموذج الأول أو النموذج المعدل؛ حيث يمثل أحد جوانب إدراك الذات التي يؤثر بها النضج البيولوجي، كما يُفترض انخفاض تقدير الذات كأحد عوامل التهيؤ داخلية المنشأ لسلوك المخاطرة (Sales&Irwin,2013,22-23). ويتسق دور تقدير الذات في التنبؤ بسلوك المخاطرة مع ما أشار إليه مانزيني Manzini من مصاحبات انخفاض تقدير الذات والتي من بينها الإحساس بعدم الكفاءة في المواقف الاجتماعية، والاستهداف للتورط في الجرائم في مرحلة البلوغ، والمعدل المرتفع من القلق والاكتئاب، وانخفاض الأداء الأكاديمي، وأسلوب الحياة غير الصحي (Manzini,2015,17-18). ويتأكد قيمة هذا المتغير في سلوك المخاطرة من خلال العلاقة الموجبة بين تقدير الذات ومجموعة من المتغيرات التي تعكس درجة واضحة من التوافق النفسي مثل الصحة النفسية والجسدية، والإنجاز الأكاديمي، والمواجهة الإيجابية، علي حين يرتبط انخفاض تقدير الذات بكل من تعاطي المواد النفسية، والعنصرية، والعنف، والتسرب الدراسي، والجنوح، والسلوك الانتحاري (Gurung, Sampath, Soohinda & Dutta, 2019).

٢- التقييم الجوهري للذات في إطار اختبار علاقة نظرية الأمل بسلوك المخاطرة:

تم اختبار العلاقة بين التقييم الجوهري للذات وسلوك المخاطرة في سياق تقييم بعض جوانب نظرية الأمل Hope theory لسنايدر Snyder. وفقاً لهذه النظرية الأمل هو الرابطة بين الدافعية لمتابعة الأهداف، والقدرة علي تحديد طرق عملية لتحقيق هذه الأهداف. من ناحية أخرى، يُسهم

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
التقييم الجوهري للذات في إدراك الشخص لكل من قيمته، وقدرته علي تحقيق الأهداف المرغوبة (Griggs,2017,5,8). ونظراً لارتباط التقييم الجوهري للذات بالرضا عن الحياة (Judge, Bono, Erez & Locke, 2005; Jiang & Jiang,2015)، تم اختبار دوره كوسيط بين مفهوم الأمل وكل من سلوكيات المخاطرة الصحية (ممثلة في تعاطي المواد النفسية، وتعاطي الكحوليات، والمخاطرة الجنسية) والشعور بحسن الحال الانفعالي Emotional well-being والأداء الأكاديمي لدي طلاب جامعة مستجدين. وبناءً علي تطبيق تحليل المسار Path analysis لاختبار دور التقييم الجوهري للذات كمتغير وسيط في علاقة الأمل بمتغيرات الدراسة، توصل الباحث إلي توسط التقييم الجوهري للذات بين الأمل ومفهومي الشعور بحسن الحال الانفعالي والأداء الأكاديمي. وكانت النتيجة الملفتة للانتباه هنا هي ارتباط ارتفاع الأمل بالمخاطرة الجنسية وبتعاطي الكحوليات. خلصت هذه الدراسة إلي دور الأمل والتقييم الجوهري للذات في الشعور بحسن الحال الانفعالي وارتفاع الأداء الأكاديمي، وغياب أهمية الأمل في التنبؤ بسلوكيات المخاطرة الصحية (Griggs,2017,3,28-30). واستناداً إلي هذه النتائج أفترض الأمل والتقييم الجوهري للذات من عوامل الوقاية لدي طلاب الجامعة خاصة المستجدين. وفي دراسة تالية لجريجز Griggs وكراوفورد Crawford (2019) لاختبار هذه النظرية من خلال بحث الفروق في الأمل والتقييم الجوهري للذات وسلوكيات المخاطرة الصحية والشعور بحسن الحال الانفعالي وفقاً لبعض المتغيرات من بينها الجنس، والعرق. توصل الباحثان إلي غياب الفروق بين الجنسين في الأمل وسلوكيات المخاطرة الصحية، وتفوق الذكور علي الإناث في التقييم الجوهري للذات والشعور بحسن الحال الانفعالي، وفي المقابل تفوقت الإناث في الأداء الأكاديمي. وتتفق العلاقة بين التقييم الجوهري للذات والشعور بحسن الحال الانفعالي مع مصاحبات مفهوم التقييم الجوهري للذات ومن بينها الرضا المهني والرضا عن الحياة (Judge et al., 2005)، وهما جانبان يعكسان المعالم الأساسية للتوافق النفسي للفرد. إذا تناولنا هذه النتائج في مجملها في ضوء العلاقات المتسقة بين سلوك المخاطرة وتدهور الصحة النفسية ممثلاً في القلق والاكتئاب (Hardy et al., 2013)، يتبين العلاقة السالبة بين مفهوم التقييم الجوهري للذات وممارسة سلوكيات المخاطرة.

الدراسات السابقة:

تشمل الدراسات السابقة مجموعتين من الدراسات هما: الدراسات التي تناولت العلاقة بين التقييم الجوهري للذات وأحداث الحياة الضاغطة، والدراسات التي تناولت العلاقة بين التقييم الجوهري للذات والمخاطرة.

أولاً: الدراسات التي اهتمت بالعلاقة بين التقييم الجوهري للذات وأحداث الحياة الضاغطة

قام راى Rey وإكسترميرا Extremera (2015) بدراسة هدفت إلى رصد الدور الوسيط والمعدل لمتغير إدراك المشقة في العلاقة بين التقييم الجوهري للذات والرضا عن الحياة لدي عينتين من صغار البالغين والبالغين. تكونت العينة الأولى من ٣٢٠ موظفاً، منهم ١٤١ موظفاً و١٧٩ موظفة. بلغ متوسط أعمارهم ٤١،٥٠ بانحراف معياري ٨،٤٧ سنة. وتكونت العينة الثانية من ٤٧٣ طالباً جامعياً، منهم ١٦٨ طالباً و٣٠٥ طالبة، بلغ متوسط أعمارهم ٢١،٣٠ بانحراف معياري ٢،٢٤ سنة. وتم تطبيق مقياس التقييم الجوهري للذات لجودج وزملاؤه سنة ٢٠٠٣، ومقياس إدراك المشقة (PSS) Perceived Stress Scale لكوهين Cohen وزملائه سنة ١٩٨٣، ومقياس الرضا عن الحياة (SWLS) Satisfaction With Life Scale لدينير Diener وزملائه سنة ١٩٨٥. توصل الباحثون إلى ارتباط التقييم الجوهري للذات سلباً بإدراك المشقة وإيجاباً بالرضا عن الحياة في العينتين، كما توسط إدراك المشقة العلاقة بين التقييم الجوهري للذات والرضا عن الحياة في عيني الدراسة؛ حيث ازدادت العلاقة الموجبة بين هذين المتغيرين بانخفاض إدراك المشقة. وتتفق هذه النتيجة مع افتراض التقييم الجوهري للذات مصدراً أساسياً للتقليل من المترتبات المؤذية للمشقة، وهو ما يتيح فرصة أكبر للرضا عن الحياة. من ناحية أخرى، لم تدعم النتائج الدور المعدل لإدراك المشقة؛ حيث لم تتوصل الدراسة إلى تفاعلات دالة بين التقييم الجوهري للذات وإدراك المشقة لتفسير درجة الرضا عن الحياة، وقد كان من بين التفسيرات المطروحة اتساع مفهوم التقييم الجوهري للذات حيث يحوي مفاهيم معرفية ودافعية يمكن أن تؤثر على اتساق العلاقات المستخلصة بين مفاهيم الدراسة.

وأجري لوبيز Lopez وزملاؤه (2019) دراسة عن أثر التقييم الجوهري للذات على العلاقة بين أسلوب القيادة التعسفية للمدرب - بوصفه أحد المشقات البيئية - والأداء الرياضي لدي طلاب جامعيين رياضيين. تكونت عينة الدراسة من ٥٩ طالباً و٨٥ طالبة، تراوحت أعمارهم بين ١٨ و٢٣ سنة. تم تطبيق مقياس سلوك القيادة التعسفي لتيبر Tepper سنة ٢٠٠٠، ومقياس التقييم الجوهري للذات لجودج وزملائه سنة ٢٠٠٣، فضلاً عن تقييم الأداء الرياضي للعينة. توصل الباحثون إلى العلاقة السالبة بين أسلوب القيادة التعسفية والأداء الرياضي، كما كشفت النتائج عن توسط التقييم الجوهري للذات هذه العلاقة؛ حيث انخفض مقدار العلاقة السالبة بينهما عند ارتفاع الدرجة على التقييم الجوهري للذات. بناءً على هذه النتيجة، أشار الباحث إلى دور ارتفاع التقييم الجوهري للذات في اكتساب الطالب فاعلية أعلى في مواجهة التأثير السلبي لهذا الأسلوب من قيادة

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
المدرّب.

وفي دراسة حديثة لزيو Zuo وزملائه (2020) هدفت إلى تحديد الأوار الوسيطة لمتغيري القدرية Fatalism والتقييم الجوهري للذات في تأثير أحداث الحياة الضاغطة علي الاكتئاب لدي طلاب جامعيين. ويُقصد بالقدرية الاعتقاد العام بأن القدر لا يمكن تغييره وأن أحداث الحياة خارجة عن السيطرة. أجريت الدراسة علي ١٢٣ طالباً و٤١٤ طالبة، بلغ متوسط أعمارهم ٢٠،٢٠ بانحراف معياري ١،٣٨ سنة. تم تطبيق قائمة فحص أحداث الحياة للمراهقين (ASLEC) Adolescent Self-Rating Life Events Checklist لليو Liu وزملائه سنة ١٩٨٧، ومقياس القدرية متعدد الأبعاد لأحداث الحياة العامة Multidimensional Fatalism Scale for General Life Events (MFSG) لشين Shen وزملائه سنة ٢٠٠٩، ومقياس التقييم الجوهري للذات لجودج وزملائه سنة ٢٠٠٣، ومقياس مركز الدراسات الباثية للاكتئاب (CES-D) لرادلوف Radloff سنة ١٩٧٧. توصل فريق البحث إلي علاقة موجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وكل من القدرية والاكتئاب، كما توصل إلي العلاقة السالبة بين المتغيرات الثلاثة السابقة والتقييم الجوهري للذات. ووجد الباحثون توسط متغيري القدرية والتقييم الجوهري للذات في العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب؛ حيث تُزيد القدرية والتقييم الجوهري للذات من العلاقة السالبة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب. وقد فسر الباحثون الدور الوسيط للتقييم الجوهري للذات، من خلال أن مواجهة طالب الجامعة للمواقف الضاغطة من شأنه أن يجعله أكثر استهدافاً لتقييم ذاته سلباً، وبالتالي انخفاض فاعليته في التعامل مع هذه الموقف وما يصاحب هذا من اختلال ثباته الانفعالي، مما يؤدي إلي انخفاض تقييمه الجوهري لذاته. ويسهم هذا الانخفاض في رؤية الشخص للأحداث السلبية كمهددات غير قابلة للتحكم بها مما يؤدي إلي زيادة الإحساس بالمشقة عند مواجهة هذه الأحداث وهو ما يمهد لإصابته بالاكتئاب.

وتتفق هذه النتائج بصفة عامة مع الدراسات التي تناولت مفاهيم قريبة الصلة بالتقييم الجوهري للذات، وعلي سبيل المثال، قام إبراهيم سنة ٢٠١٤ بدراسة من أهدافها بحث العلاقة بين الصمود النفسي والضغوط النفسية لدي عينة من طلاب الجامعة. وطبق الباحث مقياس الصمود النفسي من إعداده الذي تضمن ثلاثة مكونات هي الكفاءة الشخصية (ثقة الشخص في قدرته علي التغلب علي المعوقات واتخاذ القرارات الصحيحة)، والتوجه نحو المستقبل (القدرة علي التخطيط للمستقبل)، والاعتماد علي الذات (الاستقلال الذاتي والقدرة علي اجتياز الأزمات)، كما طبق مقياس أحداث الحياة الضاغطة لزعتر والبهاص سنة ٢٠٠٣ الذي شمل الضغوط الدراسية، والأسرية، والاقتصادية، والنفسية، والصحية وضغوط وقت الفراغ، وطلب من المبحوث تحديد درجة تأثير

== (٣٤٦)؛ السجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

الحدث الضاغط عليه. تمت الدراسة علي ٢٧ طالباً و٢٢٣ طالبة من كلية التربية بجامعة عين شمس، تراوحت أعمارهم بين ١٩ و٢٥ سنة. توصل الباحث إلي ارتباط الدرجة الكلية للصدود ارتباطاً سالباً بالدرجة الكلية لأحداث الحياة الضاغطة. وعند تناول المكونات الفرعية للصدود، ارتبط مكون الكفاءة الشخصية ارتباطاً سالباً بكل أنواع الضغوط، في حين ارتبط مكون التوجه نحو المستقبل سلباً بالضغوط الدراسية والنفسية وضغوط وقت الفراغ ولم يرتبط بالأنواع الأخرى من الضغوط، أما الاعتماد علي النفس فقد غاب ارتباطه بالضغوط الأسرية والصحية وارتبط سلباً بباقي الضغوط. دعمت هذه النتائج علاقة الصدود وخاصة الكفاءة الشخصية بانخفاض درجة التأثير بالضغوط وبالتالي الحفاظ علي الصحة النفسية للطالب.

قام لي Lee وزملاؤه (2016) بدراسة عن دور فاعلية الذات كوسيط بين إدراك المشقة والرضا عن الحياة. أجريت الدراسة علي ٩١ طالباً جامعياً و١٨٨ طالبة جامعية من كوريا الجنوبية، بلغ متوسط أعمارهم ٢٠،٨٩ بانحراف معياري ٢،٥٤ سنة. وطُبق مقياس إدراك المشقة لكوهين وزملائه سنة ١٩٨٣، ومقياس الرضا عن الحياة لدينر وزملائه سنة ١٩٨٥، ومقياس فاعلية الذات لشيرر Sherer سنة ١٩٨٢. توصل الباحثون إلي العلاقة السالبة بين إدراك المشقة والرضا عن الحياة، كما توسطت فاعلية الذات جزئياً هذه العلاقة؛ حيث انخفضت قيمة العلاقة السالبة بين المتغيرين مع استمرار دلالتها عند تضمين متغير فاعلية الذات.

وفي دراسة حديثة لسرار سنة ٢٠١٩ عن علاقة الأحداث الضاغطة بالصلابة النفسية وذلك علي طلاب كلية التربية فرع القصيبة بجامعة الزيتونة. تكونت العينة من ٣٤ طالباً و ١٠٩ طالبة. قام الباحث بتطبيق مقياس الصلابة النفسية للعاسمي سنة ٢٠١٤، الذي يتكون من الالتزام والضبط والتحدي، وطبق مقياس أحداث الحياة الضاغطة من إعداده، والذي شمل بعدين هما ضغوط الخوف من المستقبل، وضغوط الواقع الاجتماعي والسياسي. وتوصل الباحث إلي العلاقة السالبة بين جميع مكونات الصلابة النفسية وبعدي الضغوط موضع الدراسة.

ثانياً: الدراسات التي عنيت بالعلاقة بين التقييم الجوهري للذات والمخاطرة

من خلال استعراض الدراسات السابقة التي تناولت علاقة التقييم الجوهري للذات بالمخاطرة لم تتوصل الباحثة إلي دراسات باستثناء ما سبق عرضه في سياق اختبار نظرية الأمل. وسوف يتم عرض الدراسات التي اهتمت بالعلاقة بين بعض السمات الممثلة لمفهوم التقييم الجوهري للذات والمخاطرة فيما يلي.

أجري كافاس Kavaz (2009) دراسة عن العلاقة بين تقدير الذات وسلوكيات المخاطرة الصحية

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

لدي طلاب جامعيين أترك. تم تطبيق مقياس تقدير الذات لروزنبرج Rosenberg Self Esteem Scale (RSS)، ومجموعة من البنود لقياس سلوكيات المخاطرة التي تشمل التدخين، وتناول الكحوليات، وتعاطي المواد النفسية، وتم تصنيف الإجابة عن هذه البنود إلي غير متعاطي، ومستكشف، ومتعاطي منظم. وتكونت عينة الدراسة من ٢٤٣ طالباً منهم ١٢٤ طالباً و١١٩ طالبة، تراوح المدي العمري بين ١٧ و ٢٤ سنة. قام الباحث بمقارنة مرتفعي تقدير الذات (ن=١٩٣)، ومنخفضيه (ن=٥٠) في سلوكيات المخاطرة، وتوصل إلي ارتفاع دال لنسبة المتعاطين بانتظام في كل من الكحوليات والمواد النفسية في المجموعة المنخفضة في تقدير الذات والتي بلغت ٢٤ ٪، و ١٠ ٪ مقابل ٧،٣ ٪، و ٣،٦ ٪ من المتعاطين بانتظام في المجموعة المرتفعة في تقدير الذات، في حين غابت الفروق بين المجموعتين في التدخين.

وقام هاردي Hardy وزملاؤه (2013) بدراسة قورن فيها بين تكوين الهوية Identity formation والهوية الأخلاقية Moral identity في علاقتهما بمؤشرين للصحة النفسية هما القلق والاكتئاب، وسلوكيات المخاطرة الصحية (تناول الكحوليات وسلوكيات ممارسة الجنس الخطرة)، وبالشعور بحسن الحال من خلال متغيري تقدير الذات ومعني الحياة. تكونت عينة الدراسة من ٩٥٠٠ طالباً جامعياً، ٧٣ ٪ منهم طالبات، تراوحت أعمارهم بين ١٨ و ٢٥ سنة. وتم تطبيق مقياسين لتكوين الهوية هما مقياس صناعة الالتزام Commitment Making Scale من مقياس بعد ارتقاء الهوية Dimension of Identity Development Scale (DIDS) Luckx وزملائه سنة ٢٠٠٨، ومقياس تكوين الهوية من مقياس المرحلة النفسية الاجتماعية لإريكسون Erikson Psychosocial Stage Scale (EPSI) لروزنثال Rosenthal وزملائه سنة ١٩٨١. وقيست الهوية الأخلاقية من خلال مقياس الاستيعاب الداخلي Internalization من مقياس الهوية الأخلاقية لأكينو Aquino وريد Reed سنة ٢٠٠٢. وقائمة بيك للاكتئاب (BAI) سنة ١٩٨٨، ومقياس مركز الدراسات الوبائية للاكتئاب (CES-D) لرادلوف سنة ١٩٧٧. ولقياس سلوكيات المخاطرة تم تطبيق اختبار تحديد اضطرابات تناول الكحول (AUDIT) Alcohol Use Disorders Identification Test لساندرز Saunders وزملائه سنة ١٩٩٣. وللمخاطرة الجنسية تم تطبيق مسح مراقبة سلوك المخاطرة للشباب Youth Risk Behavior Surveillance Survey (YRBSS) وكان Risk Behavior Surveillance Survey (YRBSS) وزملائه سنة ١٩٨٩. وقيس مؤشري الشعور بحسن الحال بمقياس روزنبرج لتقدير الذات، واستخبار معني الحياة Meaning in Life Questionnaire (MLQ) ليستجر Steger وزملائه سنة ٢٠٠٦.

وتوصل فريق البحث إلي ارتباط الهوية الأخلاقية سلباً بكل من القلق والاكتئاب وسلوكيات

المخاطرة، وإيجاباً بتقدير الذات ومعنى الحياة. وقد كشف تكوين الهوية عن الارتباطات نفسها باستثناء غياب ارتباطه بالمخاطرة الجنسية. أكدت نتائج هذه الدراسة أهمية الهوية المستندة إلي الجانب الأخلاقي في التمتع بالصحة والشعور بحسن الحال بدرجة تفوق إلي حد ما تكوين الهوية، كما دعمت الدراسة العلاقة السالبة بين سلوكيات المخاطرة وتقدير الذات.

وأجري مخيمر سنة ٢٠١٤ دراسة هدف منها إلي بحث العلاقة بين الميل إلي المخاطرة السلوكية وفاعلية الذات الأكاديمية Academic self-efficacy، ورصد الفروق في فاعلية الذات الأكاديمية بين مرتفعي ومنخفضي الميل للمخاطرة السلوكية. اشتملت عينة الدراسة علي ١٤٥ طالباً و١٦٠ طالبة بكلية التربية جامعة حلوان، تراوحت أعمارهم بين ١٨ و ٢٢ سنة، بمتوسط ٢٠،٥ وانحراف معياري ١،١٢ سنة. تم تطبيق مقياس الميل إلي المخاطرة السلوكية من إعداد الباحث وفقاً لتعريفه بأنه ميل الطالب الجامعي للقيام بأعمال غير مألوفة أو محفوفة بالمخاطر وغامضة النتائج في المجالات الدراسية والاجتماعية والاقتصادية والصحية. وضم المقياس أربعة مقاييس فرعية هي المخاطرة الدراسية (مثل تحدي الآخرين دون النظر إلي عواقب هذا علي إنجازه الدراسي)، والمخاطرة الصحية (مثل استكشاف بعض المواد المنبهة والمنومة)، والمخاطرة الاجتماعية (مثل الانخراط في صداقات وعلاقات اجتماعية غير مضمونة العواقب)، والمخاطرة الاقتصادية (مثل شراء أشياء دون حاجة بهدف النفاخر). كما طُبّق مقياس فاعلية الذات الأكاديمية من إعداد الباحث ويقصد به إدراك الطالب الجامعي لقدرته علي أداء مهام أكاديمية بكفاءة، والتغلب علي العقبات الأكاديمية. توصل الباحث إلي ارتباط فاعلية الذات الأكاديمية ارتباطاً سالباً دالاً بكل من الدرجة الكلية للميل إلي المخاطرة السلوكية، وبجميع أنواع المخاطرة موضع القياس. كما وجد الباحث انخفاض فاعلية الذات الأكاديمية لدي مرتفعي الميل إلي المخاطرة السلوكية مقارنة بمنخفضيه. وقد فسّر الباحث هذه النتائج بأن إقدام الطلاب علي القيام بأعمال محفوفة بالمخاطر وغامضة العواقب يؤثر علي أدائهم في المهام الأكاديمية، وثقتهم في التغلب علي الصعوبات الدراسية؛ مما يؤدي بدوره إلي انخفاض فاعلية الذات الأكاديمية لديهم.

وفي دراسة لمانزيني (2015) هدفت إلي بحث العلاقة بين تقدير الذات وسلوك المخاطرة لدي طلاب جامعة في جنوب أفريقيا. تم تطبيق مقياس تقدير الذات لروزنبرج، ومقياس تقييم سلوك المخاطرة Risk-taking Behavior Assessment Scale لفليشر Flisher وزملائه سنة ١٩٩٣، ويتضمن المخاطرة الجنسية، وتناول الكحوليات، والتدخين، وتناول المواد النفسية. تكونت عينة الدراسة من ١٨٨ طالباً منهم ٤٣ طالباً و١٤٥ طالبة، تراوح المدي العمري بين ١٨ و ٢٢ سنة. توصل الباحث إلي غياب الارتباط الدال بين تقدير الذات وسلوك المخاطرة موضع الدراسة.

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

وقد فسر الباحث هذه النتيجة بوجود متغيرات أخرى تقوم بتشكيل سلوك المخاطرة في هذه المرحلة العمرية فضلاً عن تقدير الذات، من بينها التكامل الأسري، والمستوي الاقتصادي الاجتماعي، بالإضافة إلي خصائص هذه المرحلة من حيث التغيرات الارتقائية، والتحديات والمتطلبات التي تشكل ضغطاً لدي الطالب الجامعي مما يجعله مستهدفاً لسلوك المخاطرة.

وفي دراسة حديثة لجيو Ju وزملائه (2020) عن العلاقة بين الأساليب الودية وفاعلية المواجهة Coping efficacy وسلوك المخاطرة لدي طلاب جامعة صينيين. عرفت فاعلية المواجهة بأنها الاعتقاد الكلي بأن الشخص يمكنه التعامل بكفاءة مع المتطلبات والانفعالات التي تثيرها المواقف الضاغطة. اشتملت عينة الدراسة علي ٧١٩ طالباً جامعياً، منهم ٣٢٠ طالباً و٣٩٩ طالبة، تراوح المدي العمري بين ١٨ و ٢١ سنة ، بلغ متوسط أعمارهم ١٩،٩٦ بانحراف معياري قدره ٠،٩٧ سنة. تم تطبيق مقياس (s-EMBU-C) للأساليب الودية لجيانغ Jiang وزملائه سنة ٢٠١٠ شمل أسلوب الدفاء العاطفي، والرفض، والحماية الزائدة. كما طُبق اختبار فاعلية المواجهة Coping Efficacy Questionnaire (CEQ-17) لتونج Tong سنة ٢٠٠٥ ضم بعدي الكفاءة والمعرفة. وتم تطبيق مقياس سلوك المخاطرة Risk-Behavior Scale (ARQ-RB) لزنج وزملائه سنة ٢٠١١ وشمل المقياس أبعاد البحث عن الإثارة (مثل التزلج علي الجليد)، والتمرد Rebellious (مثل التدخين)، والسلوك ضد الاجتماعي (مثل الغش). توصلت الدراسة إلي ارتباط المستوي المرتفع من فاعلية المواجهة بانخفاض بعدي السلوك ضد الاجتماعي والتمرد، في حين لم يرتبط بعد البحث عن الإثارة بفاعلية المواجهة. وبناءً علي نتيجة نمذجة المعادلة البنائية Structural equation modeling ارتبط أسلوبا الأم الدفاء العاطفي سلباً، والرفض إيجاباً بالمخاطرة من خلال توسط فاعلية المواجهة. بينما ارتبط أسلوب الرفض وأسلوب الحماية الزائدة للأب إيجاباً بالمخاطرة من خلال توسط فاعلية المواجهة. وقد فسر فريق الباحثين هذه النتيجة بدور الوالدين في تشكيل السلوك الاجتماعي للأطفال من خلال التأثير علي تنظيم الذات في المستقبل - أو فاعلية المواجهة - والذي يساعد في مواجهة المشقة بطريقة أكثر إيجابية مما يقلل من احتمال التورط في سلوك المخاطرة.

نعيب علي الدراسات السابقة:

- يرتبط التقييم الجوهري للذات سلباً بأحداث الحياة الضاغطة وبإدراك المشقة، كما يُضعف من التأثير السليبي لبعض المشقات.
- يتوسط التقييم الجوهري للذات العلاقة السالبة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب، كما يتوسط العلاقة السالبة بين المشقة ومستوي الأداء الرياضي، فضلا عن توسط إدراك

- المشقة في العلاقة الموجبة بين التقييم الجوهرى للذات والرضا عن الحياة.
- تتفق السمات الممثلة لمفهوم التقييم الجوهرى للذات مع النتائج السابقة؛ حيث ارتبطت الكفاءة الشخصية أحد مؤشرات الصمود، والصلابة بكل مكوناتها (التحكم، والتحدى، والالتزام) ارتباطاً سلباً بأحداث الحياة الضاغطة. بالإضافة إلى توسط فاعلية الذات العلاقة السالبة بين إدراك المشقة والرضا عن الحياة.
 - ترتبط سلوكيات المخاطرة سلباً بتقدير الذات، كما يرتبط الميل إلى المخاطرة سلباً بفاعلية الذات الأكاديمية.
 - يرتبط انخفاض أبعاد المخاطرة بالمستوى المرتفع من فاعلية المواجهة.
 - هناك متغيرات تتوسط العلاقة السالبة بين بعض سمات التقييم الجوهرى للذات (تقدير الذات، وفاعلية الذات الأكاديمية، وفاعلية المواجهة) والمخاطرة، وهي الهوية الأخلاقية للفرد، والأساليب الوالدية.

يشير الاتجاه العام للنتائج إلى العلاقة السالبة بين التقييم الجوهرى للذات وكل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية. ومن استقراء نتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو الآتى:

فروض الدراسة:

- ١- توجد علاقة سالبة بين كل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية والتقييم الجوهرى للذات لدى طلبة الجامعة.
- ٢- ينبئ كل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهرى للذات لدى طلبة الجامعة.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

المنهج :

أستخدم في الدراسة الراهنة المنهج الوصفي الارتباطي؛ وذلك للكشف عن علاقة كل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهرى للذات، وكذلك الكشف عن الدور الذي يقوم به كل منهما في التنبؤ بالتقييم الجوهرى للذات لدى طلبة الجامعة.

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من ٣٠٠ طالباً وطالبة من بعض أقسام كلية الآداب بجامعة القاهرة، منهم ١٥٠ من الذكور و ١٥٠ من الإناث. ويعرض جدول (١) الخصائص الأساسية لعينة الدراسة، التي

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
تشمل النوع، والعمر، والتخصص، والفرقة الدراسية.

جدول (١) الخصائص الأساسية لعينة الدراسة

عدد الطالبات (ن=١٥٠)	عدد الطلاب (ن=١٥٠)	العدد الكلي (ن=٣٠٠)	العينة	
			الخصائص	
٠,٨١±٢٠,٤٧	٠,٩٣±٢٠,٦١	٠,٨٧±٢٠,٥٤	العمر	
			الفرقة الدراسية	التخصص
٤٩	٥	٥٤	الثانية	علم النفس
٣٧	٣	٤٠	الثالثة	
١١	٢	١٣	الرابعة	
٦	١٧	٢٣	الثالثة	جغرافيا
٢٢	١٤	٣٦	الرابعة	
--	٢٦	٢٦	الثانية	لغات شرقية
١١	٣٦	٤٧	الثالثة	
--	١٣	١٣	الرابعة	
--	١٤	١٤	الثانية	فلسفة
--	٦	٦	الثالثة	
--	٩	٩	الثانية	
--	٢	٢	الرابعة	تاريخ
--	٣	١٧	الثانية	
١٤	٣	١٧	الثانية	وثائق ومكتبات

أدوات الدراسة :

أولاً: مقياس التقييم الجوهري للذات:

تم استخدام مقياس التقييم الجوهري للذات لسعيد سنة ٢٠١٨، ويتكون المقياس من ٥٢ بنداً، تعكس هذه البنود المفاهيم الأربعة الممثلة له، وهي تقدير الذات، وفاعلية الذات العامة، ووجهة الضبط الداخلية، والاتزان الوجداني. ويمثل كل مفهوم بثلاثة عشر بنداً. ويتضمن المقياس ٣٢ بنداً في الاتجاه الإيجابي، و ٢٠ بنداً في الاتجاه العكسي. ويجاب عن كل بند باختيار أحد البدائل وهي لا ينطبق أبداً (الدرجة ١)، ولا ينطبق (الدرجة ٢)، وينطبق أحياناً (الدرجة ٣)، وينطبق بدرجة كبيرة (الدرجة ٤)، وينطبق بدرجة كبيرة جداً (الدرجة ٥). وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين ٥٢ و ٢٦٠ درجة. اتسم المقياس بثبات مرتفع؛ حيث بلغ معامل ألفا ٠,٩٣. وإعادة التطبيق بفواصل أسبوعين ٠,٩٥، وذلك على عينة من ٤٠ من أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكليات جامعة القاهرة. أما عن صدق المقياس فقد كشف عن صدقه الظاهري من خلال ارتفاع نسب الاتفاق بين مجموعة من المحكمين على بنود المقياس، كما اتسم بصدق التكوين من خلال ارتباط أعداد المقياس الأربعة (تقدير الذات، وفاعلية الذات العامة، ووجهة الضبط الداخلي، والاتزان الانفعالي) بالدرجة الكلية للمقياس، والتي تراوحت بين ٠,٧٧ و ٠,٨٨ (سعيد، ٢٠١٨، ٨١، ٧٤-٨٦). وفي

== (٣٥٢)؛ السجلة المصرية لدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

الدراسة الحالية، قامت الباحثة بحساب معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية للمقياس بدرجته الكلية وذلك علي مجموعة الطلاب (ن=150)، ومجموعة الطالبات (ن=150) الممثلة لعينة الدراسة الأساسية. ويعرض جدول (2) معاملات الارتباط المستخلصة.

جدول (2) معاملات الصدق من خلال ارتباط الأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية لمقياس

التقييم الجوهري للذات

م	ابعاد مقياس التقييم الجوهري للذات	مجموعة الطلاب (ن=150)	مجموعة الطالبات (ن=150)
1	تقدير الذات	0,83	0,72
2	فاعلية الذات العامة	0,83	0,82
3	وحدة الضبط الداخلية	0,60	0,62
4	الاتزان الوجداني	0,73	0,70

يتبين من الجدول السابق، أن معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية للمقياس بالدرجة الكلية مقبولة؛ مما يدعم صدق المقياس في التعبير عن مفهوم واحد هو التقييم الجوهري للذات.

ثانياً: مقياس مثيرات المشقة:

أستخدم في الدراسة مقياس مثيرات المشقة لجاب الله سنة 2005 كمؤشر علي أحداث الحياة الضاغطة، وقد تم اختيار هذا المقياس للمبررين الآتيين:

1- يشمل المقياس المجالات الأساسية لأحداث الحياة الضاغطة التي يتبناها عديد من الباحثين في مقاييسهم، ومن أمثلة هذه المقاييس قائمة أحداث الحياة (LEC) لجونسون Johnson وماكتشيون McCutcheon سنة 1980 (Ng et al., 2018)، وقائمة فحص أحداث الحياة Life Events Checklist (LEC-5) لجراي Gray وزملائه سنة 2004 (Schroder, Yalch, Dawood, Callahan, Donnellan & Moser, 2017)، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة للنواب والظالمي (2013).

2- توفر مؤشرين للدرجة علي المقياس هما تكرار مثير المشقة أو الحدث الضاغط، وشدة تأثيره علي الشخص. وحديثاً توصل زوي Zou وزملاؤه إلي ارتباط كلا المؤشران إيجاباً بمعدل المشكلات النفسية لدي طلبة الجامعة (Zou et al., 2018)، مما يدعم قيمة تناول هذين المؤشرين.

وينكون المقياس من 45 بدأً تغطي عشرة مجالات للأحداث الضاغطة هي: المرض، والحوادث، والحالة المادية، والوفاة، والزواج، والعمل، والعلاقات الاجتماعية، والسفر، والعلاقات الودية والأسرية، والمسكن. وتُصاغ بنود المقياس في عبارات تقريرية، ويتم تقدير درجتين لكل مبحث

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

علي المقياس هما درجة التكرار ودرجة الشدة؛ حيث يجاب عن كل بند بإجابتين الأولى عن عدد مرات تكرار الحدث الضاغط في الستة أشهر الأخيرة وهو مؤشر التكرار، والثانية عن درجة تأثير الحدث الضاغط علي الفرد علي متصل يمتد من الدرجة ١ (ليس له تأثير)، والدرجة ٢ (له تأثير بسيط)، والدرجة ٣ (له تأثير متوسط)، والدرجة ٤ (له تأثير كبير)، والدرجة ٥ (له تأثير كبير جداً) وهو مؤشر الشدة. وتكشف هذه النسخة عن معاملات ثبات وصدق مرتفعة؛ حيث بلغ معامل ألفا ٠،٩١، ٠،٩٣ لمؤشر التكرار والشدة في حين بلغ ثبات القسمة النصفية ٠،٨٦، ٠،٨٣، ٠،٨٣ لهما وذلك علي عينة من ٢٠٠ من الذكور الموظفين. وبلغ معامل ألفا ٠،٩١، ٠،٩٤ لمؤشر التكرار والشدة، في حين بلغ ثبات القسمة النصفية ٠،٨٤، ٠،٨٥ لهما علي عينة من ٢٠٠ موظفة. أما عن صدق المقياس، فقد ارتبطت الدرجة عليه إيجاباً بكل من أعراض الاكتئاب، ومظاهر التعب النفسي والجسدي (جاب الله، ٢٠٠٥).

ومن خلال التواصل الشخصي مع الباحث الذي صمم المقياس^٥، قام بإجراء تعديلات علي المقياس ليتناسب مع طلبة الجامعة، وكانت التعديلات في مجالين هما الزواج والعمل، حيث تم استبعاد ٣ بنود من مجال الزواج ليقتصر هذا المجال علي بند واحد يناسب طلبة الجامعة وهو بند "فشل العلاقة العاطفية". أما فيما يتصل بمجال العمل فقد تم استبعاد ٩ بنود والإبقاء علي ٣ بنود بعد تعديل صياغتها لتلائم طلاب المرحلة الجامعية، وأصبح عدد البنود ٣٣ بنوداً. ثم خضعت هذه التعديلات علي المقياس للتحكيم بعرضها علي عشرة من أعضاء هيئة التدريس بأقسام علم النفس^٦؛ للتحقق من مدي ملائمة البنود لطلبة الجامعة. ويعرض الجدول (٣) لنسب الاتفاق علي بنود المقياس.

جدول (٣) نسب الاتفاق علي بنود مقياس مثيرات المشقة

م	بنود المقياس	نسب الاتفاق
١	٣	٪٦٠
٢	٩	٪٨٠
٣	١٠	٪٩٠
٤	١١	٪١٠٠

^٥ الأستاذ الدكتور شعبان جاب الله، أستاذ علم النفس بكلية الآداب، جامعة القاهرة.

^٦ ضمت مجموعة المحكمين كل من: الأستاذ الدكتور هناء شويخ، الدكتورة أمال دسوقي، الدكتورة نصره منصور، الدكتور عماد محجوب، الدكتورة أميمة سعيد، الدكتورة منار عكاشة، الدكتور خالد زيادة، الدكتورة صفية فتح الباب، الدكتور محمد مرسى، الدكتورة هناء خليفة، من أعضاء هيئة التدريس بأقسام علم النفس بجامعة القاهرة، الفيوم، المنوفية، السويس، بنها، كفر الشيخ.

كما يوضح جدول (٣) هناك ثلاثة بنود انخفضت فيها نسب الاتفاق عن ٨٠٪ هي: ولادة طفل معوق أو مشوه في أسرتك، التورط في دين كبير، موقف تم التنازل فيه عن قيمة أو مبدأ في الحياة، تم حذف هذه البنود. وأصبح المقياس في هذه المرحلة مكوناً من ٣٠ بنوداً، توزعت علي مجالات: المرض (٣ بنود)، الحوادث (٤ بنود)، الحالة المادية (بندان)، الوفاة (بندان)، الزواج (بند واحد)، الدراسة (٣ بنود)، العلاقات الاجتماعية (٨ بنود)، السفر (بندان)، العلاقة الأسرية والوالدية (٣ بنود)، المسكن (بندان). ومن ثم يكشف المقياس عن صدق ظاهري مناسب من خلال ارتفاع نسب اتفاق المحكمين علي معظم بنود المقياس.

ثالثاً: مقياس الاتجاه نحو المخاطرة الصحية: (إعداد الباحثة)

من خلال استعراض الباحثة للمقاييس السابقة في دراسة المخاطرة الصحية، والتي شملت مسح مراقبة سلوك المخاطرة للشباب (YRBSS) لكان وزملائه سنة ١٩٨٩ (Hardy et al., 2013)، ومقياس الاتجاه نحو المخاطرة الصحية (صفوت، ١٩٩٢)، ومقياس تقييم سلوك المخاطرة لفلينشر وزملائه سنة ١٩٩٣ (Manzini, 2015)، ومقياس سلوك المخاطرة (ARQ-RB) لزنح وزملائه سنة ٢٠١١ (Ju et al., 2020)، ومقياس الميل إلي المخاطرة لمخيمر (٢٠١٤)، لم تتوصل الباحثة إلي بنود تقيس سلوكيات المخاطرة خاصة ما يتعلق بالتعامل مع الهاتف النقال، والعادات الغذائية الحديثة، فضلاً عن ممارسة الاستجابات غير الآمنة في الشارع.

وبناءً علي هذا، قامت الباحثة بوضع مجموعة من البنود التي تدور حول المعتقدات والانفعال والسلوك الذي يدعم المخاطرة الصحية في حياة الشباب الراهنة. وتكونت الصيغة الأولية للمقياس من ٣٢ بنوداً، تضمنت بنوداً عن التعامل مع الهاتف النقال (مثل استعماله في وضع الشحن، وإبقاءه علي مسافة قريبة من الشخص عند النوم)، وتناول الأطعمة سريعة التحضير والمشروبات الغازية، وسلوكيات مثل غياب الحذر عند المرور بجوار مباني تحت الإنشاء، وعبور الشارع أثناء الانشغال بالهاتف النقال. ولإعداد المقياس تم ما يلي:

تم تقديم بنود المقياس لعشرة محكمين^٧؛ للوقوف علي درجة ملائمة البنود للتعريف الذي وضعته الباحثة للاتجاه نحو المخاطرة الصحية. ويعرض الجدول التالي نسب الاتفاق علي بنود المقياس.

^٧ ضمت مجموعة المحكمين كل من: الأستاذ الدكتور شعبان جاب الله، الأستاذ الدكتور عزة عبد الكريم، الدكتورة عائشة شرف الدين، الدكتور خالد بدر، الدكتورة أمال دسوقي، الدكتورة نصره منصور، الدكتورة أميمة سعيد، الدكتورة رانده رضا من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بأداب القاهرة. والأستاذ الدكتور هناء شويخ من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بأداب الفيوم. والدكتورة هناء خليفة من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بأداب كفر الشيخ.

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

جدول (٤) نسب الاتفاق علي بنود مقياس الاتجاه نحو المخاطرة

م	بنود المقياس	نسب الاتفاق
١	٢	٥٠٪
٢	٢	٦٠٪
٣	٤	٨٠٪
٤	١٢	٩٠٪
٥	١٢	١٠٠٪

بناءً علي نسب الاتفاق السابقة الموضحة في جدول (٤) تم حذف أربعة بنود انخفضت نسب الاتفاق عليها عن ٨٠٪، ليصبح عدد بنود المقياس ٢٨ بنداً. وخضع المقياس للخطوات التالية:

أ- طُبِقَ المقياس المكون من ٢٨ بنداً علي عينة من ١٠ من الطلبة (٤ طلاب، ٦ طالبات) بالفرقة الثالثة بقسم علم النفس؛ للوقوف علي مدي ملائمة البنود لهذه المرحلة العمرية. وترتب علي مناقشة أفراد العينة دون التطبيق حذف بندين هما: "أنتظر الإشارة الحمراء حتي أعبّر الشارع"؛ لتكرارها وتداخلها مع مضمون البند "عند عبوري الشارع، أخذ في اعتباري سرعتي وسرعة السيارة القادمة"، وبند "أهتم بغلق أنبوبة الغاز قبل الخروج من المنزل"؛ نظراً لما أشار إليه معظم الطلبة من قيام أحد الوالدين بهذه المهمة. وبعد حذف البندين السابقين أصبح المقياس مكوناً من ٢٦ بنداً.

ب- تم حساب الصدق التلازمي لمقياس الاتجاه نحو المخاطرة الصحية الراهن من خلال اختبار الارتباط بين الدرجة علي هذا المقياس ومقياس الاتجاه نحو المخاطرة الصحية لصفوت (١٩٩١). ويتكون مقياسه من ٥ مقاييس فرعية هي عدم الحذر، والميل للحوادث، وعدم الحرص، والقابلية للعدوي، والثقة الزائدة. ويتسم المقياس بمعاملات ثبات وصدق واضحة؛ حيث بلغ معامل ألفا للمقياس ٠،٧٢، والتجزئة النصفية بعد تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان- براون ٠،٧. كما كشف المقياس عن صدقه من خلال الارتباط الموجب بين الدرجة عليه والوقوع في حوادث السيارات لدي عينة من طلاب الجامعة السعوديين.

ت- تم تطبيق إجراء الصدق التلازمي علي مجموعتين من طلاب وطالبات كلية الآداب (من أقسام علم النفس، والجغرافيا، واللغة العربية، والتاريخ، والوثائق والمكتبات). تكونت المجموعة الأولى من ٤٥ طالباً بلغ متوسط أعمارهم ٢١،٥٣ بانحراف معياري ٠،٧٩ سنة. وتكونت المجموعة الثانية من ٥٠ طالبة بلغ متوسط أعمارهن ٢١،٠٨ بانحراف معياري ١،١ سنة. توصلت الباحثة إلي ارتباط مقداره ٠،٦ بين المقياسين في المجموعتين السابقتين. وهو ما يعني صلاحية المقياس للاستخدام في الدراسة الراهنة.

أصبح المقياس في صيغته النهائية مكوناً من ٢٦ بنداً، وقد صيغت بنود المقياس في عبارات تقريرية، يجب عن كل بند باختيار أحد بدائل الإجابة وهي لا أوافق (الدرجة ١)، أوافق بدرجة ضعيفة (الدرجة ٢)، أوافق بدرجة متوسطة (الدرجة ٣)، أوافق بدرجة كبيرة (الدرجة ٤)، أوافق بدرجة كبيرة جداً (الدرجة ٥). ويحتوي المقياس على ١٤ بنداً في اتجاه المخاطرة، و ١٢ بنداً في الاتجاه العكسي. وتتراوح الدرجة على المقياس بين ٢٦ و ١٣٠ درجة.

ثبات أدوات الدراسة:

تم حساب ثبات مقاييس الدراسة بمعامل ألفا للاتساق الداخلي، وبأسلوب إعادة التطبيق بفواصل أسبوعين. وتمت هذه الاجراءات على مجموعتين من الطلاب والطالبات، تكونت كل مجموعة من ٣٠ مجوئاً، بلغ متوسط العمر في مجموعة الطلاب ٥٣،٥٣±٢٠،٩٧ سنة، وفي مجموعة الطالبات ٥٧،٥٧±٢٠،٦٣ سنة. وكان الطلاب من الفرقة الثانية والثالثة والرابعة من أقسام لغات شرقية، وفلسفة، وتاريخ. أما الطالبات فكان جميعهن من طالبات الفرقة الثالثة بقسم علم النفس. ويعرض جدول (٥) معاملات الثبات المستخلصة.

جدول (٥) معاملات ثبات مقاييس الدراسة

مجموعة الطالبات (ن=٣٠)		مجموعة الطلاب (ن=٣٠)		مجموعتي الثبات مقاييس الدراسة
إعادة التطبيق	معامل ألفا	إعادة التطبيق	معامل ألفا	
٠,٨٣	٠,٨٢	٠,٨٤	٠,٨٤	التقييم الجوهري للذات مثيرات المشقة:
٠,٨٧	٠,٨٤	٠,٦٠	٠,٥٧	مؤشر تكرار الحدث الضاغط
٠,٨٤	٠,٧٣	٠,٧٥	٠,٨٠	مؤشر شدة الحدث الضاغط
٠,٩٠	٠,٨٣	٠,٧٢	٠,٦٠	الاتجاه نحو المخاطرة الصحية

يتبين من جدول (٥) تراوح معاملات ثبات المقاييس بين مقبولة ومرتفعة؛ مما يمكن من الاطمئنان إلى استخدامها في الدراسة الراهنة.

إجراءات التطبيق:

تم تطبيق استمارة مقاييس الدراسة بطريقة جمعية، وتراوحت مجموعات التطبيق بين ١٠ و ٣٠ طالباً وطالبة. ويقف خلف التباين في الأعداد عبر جلسات التطبيق، الفروق في أعداد الجنسين في

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==
مختلف أقسام كلية الآداب. استغرق التطبيق ٢٠ دقيقة تقريباً. وتضمنت الاستمارة بيانات أساسية هي العمر، والتخصص، والسنة الدراسية، ثم مقياس الدراسة والتي كان ترتيب تقديمها مقياس الاتجاه نحو المخاطرة الصحية، ثم مقياس مثيرات المشقة، ثم مقياس التقييم الجوهري للذات. وتم التأكيد علي سرية البيانات وأنها لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

نتائج الدراسة :

أولاً: دلالة الفروق بين الطلاب والطالبات في متغيرات الدراسة.

تمت المقارنة بين الطلاب والطالبات في كل من العمر، والاتجاه نحو المخاطرة الصحية، ومثيرات المشقة، والتقييم الجوهري للذات؛ لتحديد إجراء التحليلات الإحصائية الأساسية علي عينة الدراسة الكلية، أو إجرائها لكل جنس علي حدة. ويعرض جدول (٦) للمتوسط والانحراف المعياري ودلالة الفروق في هذه المتغيرات بين مجموعة الطلاب ومجموعة الطالبات.

جدول (٦) المتوسط والانحراف المعياري ودلالة الفروق في كل من العمر ومثيرات المشقة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية والتقييم الجوهري للذات بين مجموعة الطلاب ومجموعة

الطالبات

مستوي الدلالة	قيمة (ت)	مجموعة الطالبات (ن=١٥٠)		مجموعة الطلاب (ن=١٥٠)		مجموعتي المقارنة
		ع	م	ع	م	
						متغيرات الدراسة
						العمر
٠,١٥ غير دال	١,٤٦	٠,٨١	٢٠,٤٧	٠,٩٣	٢٠,٦١	
٠,٠٤	٢,٠٤	١٧,٤١	١٧٦,٧١	١٩,٩٤	١٨١,١١	التقييم الجوهري للذات
						مثيرات المشقة:
						مؤشر تكرار الحدث الضاغط
٠,٩٨ غير دال	٠,٠٣-	١٨,٩٢	٢٥,٣٣	٢٠,٢٥	٢٥,٢٧	
٠,٩٤ غير دال	٠,٠٧	١٩,٩٤	٣٩,٣٤	١٩,١٢	٣٩,٥١	مؤشر شدة الحدث الضاغط
٠,٥٨ غير دال	٠,٥٦	١٢,٠٧	٦٥,٨١	١١,٩٩	٦٦,٥٩	الاتجاه نحو المخاطرة الصحية

يتبين من جدول (٦) أنه لا توجد فروق دالة بين الجنسين في العمر، والاتجاه نحو المخاطرة الصحية وكل من تكرار الحدث الضاغط وشده في مقياس مثيرات المشقة، وتتسق هذه النتيجة مع دراسات سابقة أكدت غياب الفروق بين الذكور والإناث في المشقة، وعلي سبيل المثال، توصل حسين والخضور سنة ٢٠١٦ إلي غياب الفروق بين طلاب وطالبات الجامعة في الضغوط المرتبطة بالإدارة الجامعية، والأسرة، والعلاقات الاجتماعية. وهو ما دعمته دراسة تالية كشفت

عن تكافؤ مستويات المشقة بين الجنسين (Wenjuan et al., 2020). من ناحية أخرى، كانت الفروق دالة بينهما في التقييم الجوهري للذات؛ حيث حصل الطلاب علي متوسط أعلى مقارنة بالطلبات. وتتسق هذه النتيجة مع ما توصل إليه زنجر Zenger وزملاؤه (2015)، ولوبيز Lopez وزملاؤه (2019) من تفوق الذكور علي الإناث في التقييم الجوهري للذات. وبناء علي هذا الفارق بين المجموعتين في التقييم الجوهري للذات سوف تتم التحليلات الإحصائية التالية لكل جنس علي حدة.

ثانياً: معاملات ارتباط التقييم الجوهري للذات بمؤشري مثيرات المشقة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في مجموعتي الطلاب والطلبات.

يعرض جدول (٧) معاملات الارتباط بين متغير التقييم الجوهري للذات، وكل من مؤشري مقياس مثيرات المشقة (تكرار الحدث الضاغط وشدته) والاتجاه نحو المخاطرة الصحية لدي مجموعتي الطلاب والطلبات.

جدول (٧) معاملات ارتباط التقييم الجوهري للذات بكل من مؤشري مثيرات المشقة والاتجاه

نحو المخاطرة الصحية لدي مجموعتي الطلاب والطلبات

مجموعة الطلاب (ن=١٥٠)	مجموعة الطلاب (ن=١٥٠)	متغيرات الدراسة مثيرات المشقة:
		مؤشر تكرار الحدث الضاغط
*٠,١٨-	**٠,٢٨-	مؤشر شدة الحدث الضاغط
٠,١٤-	**٠,٢٣-	الاتجاه نحو المخاطرة الصحية
**٠,٢٩-	**٠,٢٩-	

*دال عند ٠,٠٥ **دال عند ٠,٠١

يتبين من جدول (٧) أن هناك ارتباطاً سلباً دالاً بين التقييم الجوهري للذات والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في كلتا المجموعتين. كما ارتبط التقييم الجوهري للذات ارتباطاً سلباً دالاً بمؤشري مقياس مثيرات المشقة لدي مجموعة الطلاب. في حين ارتبط سلباً مع مؤشر تكرار الحدث الضاغط ولم يرتبط مع مؤشر شدته في مجموعة الطلاب. وقد ارتبط مؤشر تكرار الحدث الضاغط وشدته في مجموعتي الطلاب والطلبات بمقدار ٠,٦٥، و٠,٦٧ علي التوالي.

ثالثاً: نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ مؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات في مجموعتي الطلاب والطلبات.

تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدد للكشف عن إسهام تفاعل مؤشري مقياس مثيرات

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

المشقة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى الطلاب، وإسهام تفاعل مؤشر تكرار الحدث الضاغط والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى الطالبات. وفي الدراسة الراهنة يُعد التقييم الجوهري للذات هو المتغير التابع للمتنبئ به، ومؤشري مقياس مثيرات المشقة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية هي المتغيرات المستقلة المنبئة. وفيما يلي عرض نتائج تحليل الانحدار المتعدد في مجموعتي الطلاب والطالبات.

أ- نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ تفاعل مؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات في مجموعة الطلاب.

يوضح الجدول (٨) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ تفاعل مؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات لدى الطلاب.

جدول (٨) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتفاعل مؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات لدى الطلاب (ن = ١٥٠)

المتغيرات المنبئة (تكرار الحدث الضاغط وشدته والإتجاه نحو المخاطرة الصحية)	معامل الانحدار B	معامل الانحدار المعياري Beta	قيمة ت	الدلالة	نسبة التفسير ر ^٢
١- تكرار الحدث الضاغط	٠.١٨٦	٠.١٨٨	١.٨٦	٠.٠٦ غير دال	٠.٠٧٩
٢- شدة الحدث الضاغط	٠.٠٩٦	٠.١٠٥	٠.٩٢	٠.٣٥٨ غير دال	٠.٠٥٣
٣- الإتجاه نحو المخاطرة الصحية	٠.٤٣٥	٠.٢٦٢	٣.٤٠**	٠.٠٠١	٠.٠٨٥
القيمة الثابتة ٢١٨.٦					
قيمة ف ٨.٦٢					
دلالة ف ٠.٠٠٠١					
ر ^٢ للنموذج كاملاً ٠.١٥					

** دال عند ٠.٠٠١

يتبين من جدول (٨) قدرة النموذج المكون من الدرجة الكلية للاتجاه نحو المخاطرة الصحية على التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى الطلاب؛ حيث استطاعت هذه الدرجة الكلية تفسير ١٥٪ من التباين في التقييم الجوهري للذات، وقد احتلت الدرجة الكلية للاتجاه نحو المخاطرة الصحية الدور التنبؤي الأول والدال بالتقييم الجوهري للذات؛ إذ استحوذت على النسبة الأكبر من التباين على حين استبعد إسهام مؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته حيث لم يصل إلى حد الدلالة الإحصائية.

ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية كما يلي:

== (٣٦٠)؛ السجلة المصرية لدراسات النفس العدد ١٠٩ - المجلد الثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

التقييم الجوهري للذات = ٢١٨,٦ + (٠,٤٣٥) الدرجة الكلية للاتجاه نحو المخاطرة
الصحية + (٠,١٨٦) الدرجة الكلية لتكرار الحدث الضاغط + (٠,٠٩٦) الدرجة الكلية
لشدة الحدث الضاغط

ب- نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ تفاعل تكرار الحدث الضاغط والاتجاه نحو المخاطرة
الصحية بالتقييم الجوهري للذات في مجموعة الطالبات.

يوضح الجدول (٩) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ تفاعل تكرار الحدث الضاغط والاتجاه
نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات لدى الطالبات.

جدول (٩) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتفاعل تكرار الحدث الضاغط والاتجاه نحو
المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات لدى الطالبات (N=١٥٠)

المتغيرات المنبئة (تكرار الحدث الضاغط والاتجاه نحو المخاطرة الصحية)	معامل الانحدار B	معامل الانحدار المعياري Beta	قيمة ت	الدلالة	نسبة التفسير ر ^٢
١- تكرار الحدث الضاغط	٠,١٣٠	٠,١٤١	١,٧٨	٠,٠٧٩ غير دال	٠,٠٣٢
٢- الاتجاه نحو المخاطرة الصحية	٠,٣٣٨	٠,٢٦٩	٣,٤٠**	٠,٠٠١	٠,٠٨٣
القيمة الثابتة ٢٠٥,٥					
قيمة ف ٨,٣٩					
دلالة ف ٠,٠٠٠١					
ر ^٢ للنموذج كاملاً ٠,١٠					

** دال عند ٠,٠٠١

يتبين من جدول (٩) قدرة النموذج المكون من الدرجة الكلية للاتجاه نحو المخاطرة الصحية
على التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات لدى الطالبات؛ حيث استطاعت هذه الدرجة الكلية تفسير
١٠٪ من التباين في التقييم الجوهري للذات، وقد احتلت الدرجة الكلية للاتجاه نحو المخاطرة
الصحية الدور التنبؤي الأول والبالغ بالتقييم الجوهري للذات، إذ استحوذت على النسبة الأكبر
من التباين على حين استبعد إسهام مؤشر تكرار الحدث الضاغط حيث لم يصل إلى حد الدلالة
الإحصائية.

ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية كما يلي:

التقييم الجوهري للذات = ٢٠٥,٥ + (٠,٣٣٨) الدرجة الكلية للاتجاه نحو المخاطرة الصحية
+ (٠,١٣٠) الدرجة الكلية لتكرار الحدث الضاغط

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

يمكن تلخيص نتائج الدراسة فيما يلي:

- ١- ارتبط تكرار الحدث الضاغط وشدته سلباً بالتقييم الجوهري للذات في مجموعة الطلاب. وفي مجموعة الطالبات، ارتبط تكرار الحدث الضاغط سلباً بالتقييم الجوهري للذات، في حين لم يرتبط مؤشر شدة الحدث الضاغط به.
- ٢- ارتبط الاتجاه نحو المخاطرة الصحية ارتباطاً سلباً دالاً بالتقييم الجوهري للذات في مجموعتي الطلاب والطالبات.
- ٣- بناء على نتائج تحليل الانحدار المتعدد، توصلت الدراسة إلى النتيجةين التاليين:
أ- لم يتنبأ تكرار الحدث الضاغط وشدته بالتقييم الجوهري للذات لدي الطلاب، كما لم يتنبأ تكرار الحدث الضاغط بالتقييم الجوهري للذات لدي الطالبات.
ب- استطاع الاتجاه نحو المخاطرة الصحية التنبؤ بمقدار ١٥٪، و ١٠٪ من درجة التقييم الجوهري للذات في مجموعتي الطلاب والطالبات علي التوالي.

مناقشة النتائج:

أولاً: مناقشة ارتباط التقييم الجوهري للذات وكل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية لدي طلاب وطالبات الجامعة.

دعمت نتائج الدراسة الفرض المطروح؛ حيث ارتبط التقييم الجوهري للذات ارتباطاً سلباً دالاً بكل من تكرار الحدث الضاغط وشدته في مجموعة الطلاب، كما ارتبط سلباً بتكرار الحدث الضاغط في مجموعة الطالبات، ولم يرتبط بشدته لديهن. كما توصلت الدراسة إلى العلاقة السالبة الدالة بين التقييم الجوهري للذات والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في مجموعتي الطلاب والطالبات. وتتفق العلاقة السالبة بين التقييم الجوهري للذات وأحداث الحياة الضاغطة مع الدراسات السابقة سواء التي أكدت العلاقة السالبة المباشرة بين المتغيرين (Zuo et al., 2020)، أو التي توصلت إلي ما يدعم هذه العلاقة، مثل الارتباط السالب بين التقييم الجوهري للذات وإدراك المشقة (Rey & Extremera, 2015)، ودور التقييم الجوهري للذات في تقليل التأثير السلبي للمشقة (Lopez et al., 2019)، فضلاً عن ارتباط الكفاءة الشخصية سلباً بمختلف أنواع الضغوط (إبراهيم، ٢٠١٤)، وارتباط الصلابة النفسية سلباً بالضغوط المرتبطة بالمستقبل، وضغوط السياق الاجتماعي والسياسي (سرار، ٢٠١٩). من ناحية أخرى، تتسق العلاقة السالبة بين التقييم الجوهري للذات والاتجاه نحو المخاطرة الصحية مع ما أورده بعض الباحثين عن العلاقة السالبة بين سلوكيات المخاطرة وتقدير الذات (Kavas, 2009; Hardy et al., 2013)، والعلاقة السالبة بين الميل إلي المخاطرة وفاعلية الذات الأكاديمية (مخيمر، ٢٠١٤)، وارتباط أبعاد المخاطرة سلباً

وقد كشف الارتباط السالب بين أحداث الحياة الضاغطة والتقييم الجوهري للذات عن فروق بين الجنسين. كما تبين من النتائج الراهنة، ارتبط كلا المؤشران سلباً بالتقييم الجوهري للذات لدى الطلاب، واقتصر الارتباط السالب بالتقييم الجوهري للذات علي مؤشر تكرار الحدث الضاغط لدي الطالبات، في حين غاب الارتباط الدال بين التقييم الجوهري للذات وشدة الحدث الضاغط لديهن. من ناحية أخرى، توصلت الدراسة إلي ارتباط هذين المؤشرين بمقدار ٠،٦٧، ٠،٦٥، في مجموعتي الطلاب والطالبات علي التوالي. وتشير هذه القيمة إلي درجة متوسطة من التباين المشترك بين المؤشرين، وهو ما يعني أن هناك قدراً واضحاً من الاختلاف بينهما، ويبدو أن هذا الاختلاف أكثر وضوحاً لدي الإناث كما توضح نتائج الدراسة الراهنة، ودراسات سابقة من بينها دراسة جاب الله (٢٠٠٥) التي من بين أهدافها بحث اختلاف المنبئات بمظاهر التعب النفسي والجسدي بين الذكور والإناث. حيث وجد الباحث أن مؤشر تكرار الحدث الضاغط وأسلوب الحياة الانسحابي هي المتغيرات المنبئة بالتعب النفسي والجسدي للذكور. في حين اختلفت النتائج عند الإناث؛ حيث تنبأ تكرار الحدث الضاغط وكل من أسلوب الحياة الشاق والانسحابي بالتعب النفسي، وتنبأت شدة الحدث الضاغط وأسلوب الحياة الشاق والانسحابي بالتعب الجسدي لديهن. وقد فسر الباحث هذا الاختلاف في ضوء التتميطات الاجتماعية والفروق البيولوجية بين الجنسين. أكدت هذه الدراسة اتساق مؤشري الحدث الضاغط لدي الذكور بصفة خاصة. وحيناً توصل زوي وزملاؤه (2018) في دراستهم عن العلاقة بين أحداث الحياة السلبية وكل من الاكتئاب، والقلق، والمشقة وذلك علي عينة من الطلاب الجامعيين إلي ارتباط كل من عدد وشدة الأحداث السلبية سلباً بهذه المتغيرات. ويمكن القول بأن الفروق بين مؤشري تكرار الأحداث الضاغطة وشدتها لدي الإناث بحاجة لمزيد من اختبار دلالاته.

ثانياً: مناقشة تنبؤ كل من أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات لدي طلاب وطالبات الجامعة.

وفقاً لنتائج الدراسة، لم تنبأ أحداث الحياة الضاغطة بدرجة التقييم الجوهري للذات سواء من خلال مؤشري تكرار الحدث الضاغط وشدته لدي الطلاب، أو من خلال مؤشر تكرار الحدث الضاغط لدي الطالبات، وذلك رغم الارتباط السالب بين المتغيرين في كلتا المجموعتين، في حين استطاع الاتجاه نحو المخاطرة الصحية التنبؤ بمقدار ١٥٪ و ١٠٪ من الدرجة علي التقييم الجوهري للذات لدي الطلاب والطالبات علي التوالي.

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

وربما يقف خلف عدم قدرة أحداث الحياة الضاغطة علي التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات جانبيين هما نوعية أحداث الحياة موضع الدراسة، وأساليب المواجهة. فيما يتصل بنوعية الأحداث الضاغطة موضع الدراسة، تضمن المقياس الراهن أحداثاً مثل وفاة قريب، وفشل علاقة عاطفية، وتغير المسكن (جاب الله، ٢٠٠٥)، وهي أحداث يمكن النظر إليها كأحداث حتمية يصعب تجنبها (عليوي، ٢٠١٣؛ Beiter, Nash, McCrady, Rhoades, Linscomb, Clarahan & Sammut, 2015)، في حين تتوقع الباحثة نوعية من الضغوط أكثر ارتباطاً بالشباب المصري، من أبرزها إمكانية التوظيف بعد التخرج، وغياب التوقع الزمني لبناء أسرة. ويُفترض أن تُمثل هذه الأحداث ضغطاً أعمق وأكثر تهديداً لحياتهم؛ نظراً لمترببات هذه الأحداث من غياب الأمان المادي والاستقرار الشخصي للجنسين علي حد سواء. ويتسق هذا مع ما أشارت إليه الفقي والهوساوي (٢٠١٥) من أن الرؤية المستقبلية لكل شيء تعتم عليها الضبابية. وتُعد الدراسات حول قلق المستقبل لدي الشباب المصري دليلاً واضحاً علي قيمة هذه الضغوط في حياتهم (فراج، ٢٠٠٦؛ عزب وعبيد ومرسي، ٢٠١٤؛ عباس، ٢٠١٩). وبالتالي يمكن التنبؤ بأنه في بيئة يشيع فيها هذه النوعية من الضغوط ضعف أحداث الحياة الضاغطة موضع القياس في أن تشكل تحدياً كافياً ينبئ بالتقييم الجوهري للذات لدي طلاب الجامعة وإن ارتبط سلباً به.

فضلا عن هذا، قد تعكس النتيجة الحالية أهمية دراسة متغير من شأنه أن يبلور دور الأحداث الضاغطة في التنبؤ بدقة أعلى، وهو أساليب المواجهة. بناءً علي منظور فريق كامير- ميلر (2009) يُعد أسلوب حل المشكلات مميزاً لمرتفعي التقييم الجوهري للذات، كما أكد لنت في نموذج أهمية أسلوب المواجهة في الحفاظ علي الصحة النفسية عند التعرض للمواقف الضاغطة (Ng et al., 2018). ويضيف ونجن وزملاؤه (2020) أهمية أخرى لهذا المتغير؛ حيث يفترضون إمكان أن يمثل أحد مصادر الضغوط. وبناءً علي ما سبق، تتوقع الباحثة أن يؤدي تضمين أساليب المواجهة في بحث العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والتقييم الجوهري للذات إلي تحديد أكثر صدقاً لدلالة تكرار وشدة التأثير بالحدث الضاغط، مما يسمح برصد أدق لدور أحداث الحياة الضاغطة في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات. ويمكن افتراض أن يفسر أحد هذين الجانبين أو كلاهما غياب دور أحداث الحياة الضاغطة في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات في الدراسة الراهنة.

في المقابل استطاع الاتجاه نحو المخاطرة الصحية التنبؤ بدرجة من التقييم الجوهري للذات بلغت ١٥٪، و ١٠٪ للطلاب والطالبات علي التوالي. وتُعد هذه النتيجة تدعياً واضحاً لأحد افتراضات

النموذج البيولوجي النفسي الاجتماعي للمخاطرة الذي قدمه اروين ومليستين سنة ١٩٨٦، وهو إدراك الذات كأحد الجوانب الرئيسة التي تخضع لتأثير النضج البيولوجي، والذي افترضه الباحثان انخفاضه كأحد عوامل التهيؤ لسلوك المخاطرة لدي المراهقين (Sales&Irwin,2013,21). ويبدو أن تنبؤ الاتجاه نحو المخاطرة الصحية بالتقييم الجوهري للذات متسقاً مع اشتراكهما في مفهوم واحد وهو الذات؛ حيث يعكس التقييم الجوهري للذات قيمة الذات وفعاليتها (Judge&Kammeyer-Mueller,2011)، بينما يشير الاتجاه نحو المخاطرة الصحية إلي الاستهانة بها.

وبناءً علي النتيجة السابقة ينتظم انخفاض التقييم الجوهري للذات ضمن العوامل التي تهيب الطالب لسلوكيات المخاطرة ومنها ضعف الرقابة الأبوية، والفوضى الأسرية (Lauharatanahirun et al., 2018)، وافتقاد الحب، والفقر (Li, Xu, Fang & Smith, 2020)، وشيوع ممارسة هذه السلوكيات بين الأقران والوالدين (Omori&Ingersoll,2005). وعلي الرغم من غموض عواقب هذه السلوكيات كما أشار مخيمر (٢٠١٤)، فضلاً عن الاحتمال الأكبر للإصابة التي يمكن أن تُفضي إلي الموت (مثل التحدث في الهاتف النقال أثناء عبور الشارع أو القيادة)، يبدو أن هناك سيطرة لعدد من عوامل التهيؤ السابقة في استمرار ممارسة الطلبة لهذه السلوكيات.

وتكشف النتيجة الراهنة الخاصة بتنبؤ الاتجاه نحو المخاطرة الصحية بانخفاض التقييم الجوهري للذات عن خطورة كبرى قد تضر أهم فئات المجتمع وهي الشباب، حيث تشير هذه النتيجة إلي أننا بصدد اتجاه نحو الأخطار يصاحبه استهانة بقيمة الذات وليس استجابات اندفاعية وليدة اللحظة. وفي ظل جائحة كورونا (Covid-19) الراهنة، تبدو الخسائر الفادحة من تزايد الاتجاه نحو المخاطرة الصحية. ووفقاً لما حدده الباحثون هناك عدة عوامل تقف خلف المعدلات المرتفعة من انتشار هذا المرض عبر العالم ومنها عدوي الفيروس، وتنتقل الأشخاص، والبيئة الاجتماعية، وعدم الوعي بطبيعة الفيروس، والتأخير في وضع سياسة لإدارة هذه الأزمة، وانخفاض كفاءة الأجهزة الكاشفة له (Zha, Li, Liu, Zhu, Ma & Wang, 2020)، وغياب اللقاح Vaccine حالياً، وتوقع مدة زمنية قد تكون طويلة قبل تحديد علاج له (Bahlol & Dewey, 2020). ومن أكثر العوامل السابقة دعماً لارتفاع الإصابة بمرض كورونا طرق العدوي التي تعتمد كلياً علي سلوك الأفراد الذي يعكس تقديرهم لخطورة هذا الوضع. وفي هذا السياق، تبدو أهمية تعزيز التقييم الجوهري للذات لدي الشباب لخفض اتجاههم نحو المخاطرة الصحية الذي يتجاوز أضراره الشخص إلي المحيطين به. وربما يتحقق هذا جزئياً من خلال تقوية شبكة العلاقات الاجتماعية الإيجابية المحيطة بالشباب، وإتاحة معالم واضحة للمستقبل بعد التخرج.

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

تساؤلات لدراسات مستقبلية:

- هل تختلف النتائج الراهنة عند بحث العلاقة بين الضغوط المتعلقة بالمستقبل والتقييم الجوهري للذات؟
- ما مدي اختلاف النتائج عند تضمين أساليب المواجهة في العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والتقييم الجوهري للذات؟
- هل يستمر دور الاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري للذات عند تناول عينة أكبر عمراً؟

المراجع

- إبراهيم، تامر (٢٠١٤). الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدي عينة من طلاب الجامعة. الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٤(٨٥)، ١٣٧-٢٠٠.
 - تمساح، عادة (٢٠٠٦). العلاقة بين خصائص البيئة الأسرية والمخاطرة. مجلة كلية التربية، ٦٧(٦)، ١٤٨-١٦١.
 - جاب الله، شعبان (٢٠٠٥). مظاهر التعب النفسي والبدني وعلاقتها بمثيرات المشقة وأسلوب الحياة. مجلة بحوث كلية الآداب، ٦٢، ٢١١-٢٦٠.
 - حسن، نادية (٢٠٠٧). تقنين اختبار الاتجاه نحو المخاطرة. مجلة كلية التربية، ٩، ١٩٦-٢٣٩.
 - حسين، محمود والخضور، علي (٢٠١٦). الضغوط النفسية وعلاقتها بالضعف الجامعي واستراتيجيات التعامل لدى طلبة جامعة البترا. مجلة التربية، ١(١٦٩)، ٢٩٢-٣٢٣.
 - حمزة، جمال (١٩٩٩). سلوك المخاطرة وعلاقته بالشخصية في مواقف متباينة. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، ٧، ١٩٥-٢١٣.
 - درويش، عبد الفتاح (٢٠٠٥). بعض محددات الميل إلي الحوادث المرورية: سلوك المخاطرة والمسؤولية الاجتماعية والتوجه القيمي التقليدي. دراسات نفسية، ٥١(٣)، ٤٢١-٤٥٦.
 - سرار، محمد (٢٠١٩). الأحداث الضاغطة وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية فرع القصيبة جامعة الزيتونة. مجلة جامعة الزيتونة، ٣٢، ١-٢٥.
 - سعيد، شيرين (٢٠١٨). التقييم الجوهري للذات كمعدل للعلاقة بين ضغوط العمل المدركة
- == (٣٦٦)؛ السجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثلاثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

- والرضا الوظيفي. رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة القاهرة، كلية الآداب، قسم علم النفس.
- الشافعي، إبراهيم وهلال، أحمد (٢٠١٣). سلوك المخاطرة والانفاعلية لدى عينة من المراهقين في بيئات تعليمية مختلفة. *مجلة كلية التربية*، ٤٩، ٥٩٤-٦٣١.
- الشرنوبلي، نادية (٢٠٠٥). بعض المتغيرات النفسية المسهمة في الميل إلى سلوك المخاطر لدى الشباب من الجنسين. *مجلة التربية*، ٢(١٢٨)، ١٧٦-٢٧٦.
- صفوت، عبد الحميد (١٩٩١). العلاقة بين الاتجاه نحو المخاطرة وحوادث المرور. *دراسات نفسية*، ١(٤)، ٦٠٥-٦٣٥.
- صفوت، عبد الحميد (١٩٩٢). العلاقة بين الاتجاه نحو المخاطرة وسلوك التدخين. *الهيئة المصرية العامة للكتاب*، ٦(٢٢)، ٥٢-٧٣.
- عباس، إيمان (٢٠١٩). الذكاء الثقافي وعلاقته بقلق المستقبل ومستوي الطموح لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ١٢(٢٠)، ١٦٤-٢٢٤.
- عرنكي، رعدة (٢٠١٧). الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها ببعض المتغيرات. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي*، ٣٧(٣)، ٩١-١٠٩.
- عزب، حسام وعبيد، معتز، ومرسي، علي (٢٠١٤). دراسة تنبؤية للجوانب النفسية والاجتماعية ذات العلاقة بقلق المستقبل لدى عينة من الشباب الجامعي. *مجلة كلية التربية*، ٣(٣٨)، ٨٤٧ - ٨٦٢.
- عليوي، نوال (٢٠١٣). الضغوط النفسية وعلاقتها بالادفاعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة. *عالم التربية*، ١٤(٤٢)، ٣٠٣-٣٢٥.
- فراج، محمد (٢٠٠٦). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية (دراسة وصفية - تنبؤية). *أطفال الخليج نوي الاحتياجات الخاصة*، www.gulfkide.com
- الفقي، آمال والهوساوي، سلوي (٢٠١٥). النرجسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الدراسات العليا دراسة مقارنة على عينة مصرية وسعودية. *دراسات تربوية ونفسية*، ٨٦، ٣٣-١٠٠.
- محمد، در (٢٠١٧). أهم مناهج وعينات وأدوات البحث العلمي. *مجلة الحكمة للدراسات*

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

التربوية والنفسية، ٩، ٣٠٩ - ٣٢٥.

- محمود، نهاد (٢٠١٩). سلوك المخاطرة وعلاقته بكل من التلوث الكئيب للشخصية والصلابة العقلية لدى الأحداث الجانحين وغير الجانحين من الجنسين. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والارشادي*، ٧(١)، ٣١-٩٢.
- مخيمر، هشام (٢٠١٤). الميل للمخاطرة السلوكية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٤(٨٣)، ٤١٣-٤٦٢.
- مصطفى، مروة (٢٠١٨). سلوك المخاطرة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى المراهقين. *مجلة كلية التربية*، ٧٠(٢)، ٤١٤-٤٦٤.
- النواب، ناجي والظالمي، عماد (٢٠١٣). أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بقدرة الذات علي مواجهة لدي طلبة الجامعة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٩٦، ١٢٦ - ١٦٧.

Ahern, N. R., & Norris, A. E. (2011). Examining factors that increase and decrease stress in adolescent community college students. *Journal of Pediatric Nursing*, 26, 530-540.

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.

Arnekrans, A. K. (2014). *Tinto's student integration model & diathesis stress model: Adverse childhood events, resilience, & retention in a first year university population*. (UMI Number; 3631390). [Doctoral dissertation, University of Toledo]. ProQuest LLC.

Bahlola, M., & Dewey, R.S.(2020). Pandemic preparedness of community pharmacies for COVID-19. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2020.05.009>

Bamber, M. D., & Schneider, J. K. (2016). Mindfulness based meditation to decrease stress and anxiety in college students: A narrative synthesis of the research. *Educational Research Review*, 18, 1-32.

Barac, I., Prlic, N., Pluzaric, J., Farcic, N., & Kovacevic, S. (2018). The mediating role of nurses' professional commitment in the relationship between core self-evaluation and job satisfaction. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 31(5), 649-658.

Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college

- students. *Journal of Affective Disorders*,173,90-96.
- Brainerd, C. J., & Reyna, V. F. (2004). Fuzzy-trace theory and memory development. *Developmental Review*,24,396-439.
- Buccheri, T., Musaad, S., Bost, K. K., Fiese, B. H., & The STRONG kids research team. (2018). Development and assessment of stressful life events subscales - A preliminary analysis. *Journal of Affective Disorders*,226,178-187.
- Campos, R. C., Holden, R. R., Caçador, B., Fragata, A. S., & Baleizão, C. (2018). Self-criticism, intensity of perceived negative life events, and distress: Results from a two-wave study. *Personality and Individual Differences*,124,145-149.
- Corbin, J. C., Reyna, V. F., Weldon, R. B. & Brainerd, C. J. (2015). How reasoning, judgment, and decision making are colored by gist-based intuition: A fuzzy-trace theory approach. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*,4,344-355.
- Dahne, J., Lim, A. C., Borges, A. M., & MacPherson, L. (2017). Risk-taking propensity in older adolescents: Internalizing symptoms, gender, and negative reinforcement. *Psychiatry*, 80,252-264.
- Debicki, B. J., Kellermanns, F. W., Barnett, T., Pearson, A. W., & Pearson, R. A. (2016). Beyond the Big five: The mediating role of goal orientation in the relationship between core self-evaluations and academic performance. *The International Journal of Management Education*,14,273-285.
- Diep, N. A., Cocquyt, C., Zhu, C., Vanwing, T., & de Greef, M. (2017). Effects of core self-evaluation and online interaction quality on adults' learning performance and bonding and bridging social capital. *The Internet and Higher Education*,34,41-55.
- Do, K. T., Moreira, J. F. G., & Telzer, E. H. (2017). But is helping you worth the risk? Defining prosocial risk-taking in adolescence. *Developmental Cognitive Neuroscience*,25,260-271.
- Dol, K. S. (2019). Effects of a yoga nidra on the life stress and self-esteem in university students. *Complementary Therapies in Clinical Practice*,35,232-236.
- Felsten, G. (2004). Stress reactivity and vulnerability to depressed mood in college students. *Personality and Individual Differences*, 36,789-800.
- Godin, G., & Kok, G. (1996). The theory of planned behavior: A review of its applications to health-related behaviors. *Am J Health Promol*,11(2),87-98.
- Graff, L. A. (1993). *Postpartum depressive symptoms: Testing a diathesis-*

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

stress model the role of cognitive style, infant-related stress, and marital adjustment and support. [Doctoral dissertation, University of Manitoba], National Library of Canada.

Greenberger, J. R. (1999). *A diathesis-stress model of posttraumatic stress disorder, panic disorder, and agoraphobia: Literature review and illustrative case studies.* (Publication No: 9940443).[Doctoral dissertation, University of Hartford]. UMI company.

Griggs, S. (2017). The relationship between hope, core self-evaluations, emotional well-being, sexual risk-taking, substance use, and academic performance in freshman university students. *Graduate School of Nursing Dissertations*, Paper 49. https://escholarship.umassmed.edu/gsn_diss/49

Griggs, S., & Crawford, S. L. (2019). Differences in hope, core self-evaluations, emotional well-being, and health risk behaviors in freshman university students. *Nurs Forum*, 54, 505-512.

Gurung, U. N., Sampath, H., Soohinda, G., & Dutta, S. (2019). Self-esteem as a protective factor against adolescent psychopathology in the face of stressful. *J. Indian Assoc. Child Adolesc. Ment. Health*, 15(2), 34-54.

Harden, R. P., Kretsch, N., Mann, F. D., Herzhoff, K., Tackett, J. L., Steinberg, L., & Tucker-Drob, E. M. (2017). Beyond dual systems: A genetically-informed, latent factor model of behavioral and self-report measures related to adolescent risk-taking. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 25, 221-234.

Hardy, S. A., Francis, S. W., Zamboanga, B. L., Kim, S. Y., Anderson, S. G., & Forthun, L. F. (2013). The roles of identity formation and moral identity in college student mental health, health-risk behaviors, and psychological well-being. *Journal of Clinical Psychology*, 69(4), 364-382.

Hasel, M., Abdolhoseini, A., & Ganji, P. (2011). Hardiness training and perceived stress among college students. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 1354-1358.

Horn, W. P., Ventura, J., Nuechterlein, K. H., Subotnik, K. L., Hwang, S. S., & Mintz, J. (2005). Stressful life events in recent-onset schizophrenia: Reduced frequencies and subjective appraisals. *Schizophrenia Research*, 75, 363-374.

Howarth, E. J., O'Connor, D. B., Panagioti, M., Hodkinson, A., Wilding, S.,

== (٣٧٠)؛ الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثالثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

- & Johnson, J. (2020). Are stressful life events prospectively associated with increased suicidal ideation and behavior ? A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 266,731-742.
- Jahangard, L., Behmanesh, H., Ahmadpanah, M., Poormoosavi, S. M., Solitani, A., & Highighi, M. (2019). Risky Behaviors and Health-Promoting Behaviors in Young Adults: An Epidemiological Study. *Iran J Psychiatry*, 14(4), 302-308.
- Jiang, Z., & Jiang, X. (2015). Core self-evaluation and life satisfaction: The person-environment fit perspective. *Personality and Individual Differences*, 75,68-73.
- John-Henderson, N. A., Palmer, C. A., & Thomas, A. (2019). Life stress, sense of belonging and sleep in American Indian. *Journal of National Sleep Foundation*, 5,352-358.
- Jovanović, V. (2019). Adolescent life satisfaction: The role of negative life events and the Big Five personality traits. *Personality and Individual Differences*, 151,109548.
- Ju, C., Wu, R., Zhang, B., You, X., & Luo, Y. (2020). Parenting style, coping efficacy, and risk-taking behavior in Chinese young adults. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 14(3), <https://doi.org/10.1017/prp.2019.24>
- Judge, T. A., & Kammeyer-Mueller, J. D. (2011). Implications of core self-evaluations for a changing organizational context. *Human Resource Management Review*, 21,331-341.
- Judge, T. A., Bono, J. E., Erez, A., & Locke, E. A. (2005). Core self-evaluations and job and life satisfaction: The role of self-concordance and goal attainment. *Journal of Applied Psychology*, 90(2), 257-268.
- Judge, T. A., Ilies, R., & Zhang, Z. (2012). Genetic influences on core self-evaluations, job satisfaction, and work stress: A behavioral genetics mediated model. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 117,208-220.
- Kammeyer-Mueller, J. D., Judge, T. A., & Scott, B. A. (2009). The role of core self-evaluations in the coping process. *Journal of Applied Psychology*, 94(1),177-195.
- Kavas, A. B. (2009). Self esteem and health-risk behaviors among Turkish late adolescents. *Adolescence*, 44(173),187-198.
- Khanjani, N., Tavakkoli, L., & Bazargan-Hejazi, S. (2019). Factors related to cell phone use while driving based on the Theory of Planned Behavior among university students in Kerman, Iran. *J Inj Violence Res*, 11(2), 203-212.

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

- Kim-Spoon, J., Holmes, C., & Deater-Deckard, K. (2015). Attention regulates anger and fear to predict changes in adolescent risk-taking behaviors. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(7), 756-765.
- Kruy, S. (2018). *An investigation of mobile phone use while driving: An application of the theory of planned behavior*. [Master dissertation, Edith Cowan University]. Research online, <https://ro.ecu.edu.au/theses/2050>
- Lauharatanahirun, N., Maciejewski, D., Holmes, C., Deater-Deckard, K., Kim-Spoon, J., & King-Casas, B. (2018). Neural correlates of risk processing among adolescents: Influences of parental monitoring and household chaos. *Child Development*, 89(3), 784-796.
- Lee, J., Kim, E. Y., & Wachholtz, A. (2016). The effect of perceived stress on life satisfaction : The mediating effect of self-efficacy. *Chongsyonyhak Yongu*, 23(10), 29-47. <https://doi:10.21509/KJYS.2016.10.23.10.29>
- Li, X., Xu, S., Fang, Z., & Smith, A. (2020). Individual intelligence and brain neural correlates associated with outcome expectancies for risk behaviors in adults. *Neuroscience Letters*, 725, 134720.
- Lin, J., Su, Y., Lv, X., Liu, Q., Wang, G., Wei, J., Zhu, G., Chen, Q., Tian, H., Zhang, K., Wang, X., Zhang, N., Wang, Y., Yu, X., & Si, T. (2020). Perceived stressfulness mediates the effects of subjective social support and negative coping style on suicide risk in Chinese patients with major depressive disorder. *Journal of Affective Disorders*, 265, 32-38.
- Liu, W. J., Zhou, L., Wang, X. Q., Yang, B. X., Wang, Y., & Jiang, J. F. (2019). Mediating role of resilience in relationship between negative life events and depression among Chinese adolescents. *Archives of Psychiatric Nursing*, 33, 116-122.
- Lopez, Y. P., Dohrn, S., & Posig, M. (2019). The effect of abusive leadership by coaches on division I student-athletes' performance: The moderating role of core self-evaluations. *Sport Management Review*. <https://doi.org/10.1016/j.smr.07.001>
- Manzini, T. T. (2015). An investigation of the relationship between self-esteem and risk-taking behaviour among adolescent students studying at the University of KwaZulu-Natal, Pietermaritzburg campus. [Master dissertation, University of KwaZulu-Natal, Pietermaritzburg campus].

- Maquet, Y. G., Angel, J. D., Canizares, C., Lattig, M. C., Agudelo, D. M., Avenas, A., & Ferro, E. (2020). The role of stressful life events appraisal in major depressive disorder. *Revista Colombiana of Psiquiatria*,49,67-74.
- Morin, D., Valois, P., Crocker, A. G., & Robitaille, C. (2019). Development and psychometric properties of the attitudes toward intellectual disability questionnaire - short form *Journal of Intellectual Disability Research* ,63(6),539-547. <https://doi:10.1111/jir.12591>
- Ng, Z. J., Huebner, E. S., Hills, K. J., & Valois, R. F. (2018). Mediating effects of emotion regulation strategies in the relations between stressful life events and life satisfaction in a longitudinal sample of early adolescents. *Journal of School Psychology*,70,16-26.
- Omori, M. & Ingersoll, G. M. (2005). Health-endangering behaviours among Japanese college students. A test of psychosocial model of risk-taking behaviours. *Journal of Adolescence*,28,17-33.
- Pinel, J. P. J., & Barnes, S. J. (2018). *Biopsychology* (10th ed.). Pearson Education Limited.
- Poltavski, D., & Ferraro, F. R. (2003). Stress and illness in American and Russian college students. *Personality and Individual Differences*,34,971-982.
- Ravert, R. D., Murphy, L. M., & Donnellan, M. B. (2019). Valuing risk: endorsed risk activities and motives across adulthood. *Journal of Adult Development*,26,11-21.
- Rey, L., & Extremera, N. (2015). Core self-evaluations, perceived stress and life satisfaction in Spanish young and middle-aged adults: An examination of mediation and moderation effects. *Soc Indic Res*,120, 515–524.
- Rith-Najarian, L. R., Boustani, M. M., & Chorpita, B. F. (2019). A systematic review of prevention programs targeting depression, anxiety, and stress in university students. *Journal of Affective Disorders*,257,568-584.
- Rivers, S. E., Reyna, V. F., & Mills, B. (2008). Risk-taking under the influence: A fuzzy-trace theory of emotion in adolescence. *Developmental Review*,28,107-144.
- Rosopa, P. J., McIntyre, A. L., Fairbanks, I. N., & D'Souza, K. B. (2019). Benuto (Eds.), *Handbook of adolescent health psychology* (pp.13-30).Springer science.
- Shroder, H. S., Yalch, M. W., Dawood, S., Callahan, C. P., Donnellan, M. B., & Moser, J. S. (2017). Growth mindset of anxiety buffers

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

- the link between stressful life events and psychological distress and coping strategies. *Personality and Individual Differences*,110,23-26.
- Srivastava, A., Locke, E. A., Judge, T. A., & Adams, J. W. (2010). Core self-evaluations as causes of satisfaction: The mediating role of seeking task complexity. *Journal of Vocational Behavior*,77,255-265.
- Steinberg, L. (2008). A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. *Dev Rev*, 28(1), 78-106. <https://doi:10.1016/j.dr.2007.08.002>
- Steinberg, L. (2010). A dual systems model of adolescent risk-taking. *Developmental Psychobiology*,216-224. <https://doi:10.1002/dev.20445>
- Sun, J., Xue, J., Bai, H., Zhang, H., Lin, P., & Cao, F. (2016). The association between negative life events, neuroticism, and aggression in early adulthood. *Personality and Individual Differences*, 102,139-144.
- Tsaousis, I., Nikolaou, I., Serdaris, N., & Judge, T. A. (2007). Do the core self-evaluations moderate the relationship between subjective well-being and physical and psychological health?. *Personality and Individual Differences*, 42,1441-1452.
- Wang, C., Cunningham-Erdogdu, P., Steers, M. N., Weinstein, A. P., Neighbors, C. (2020). Stressful life events and gambling: The roles of coping and impulsivity among college students. *Addictive Behaviors*, 107,106386.
- Wenjuan, G., Siqing, P., & Xinqiao, I. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 263,292-300.
- Wilkerson, K. (2004). *Burnout among school counselors: An investigation of its correlates informed by stress-strain-coping*. (UMI Number: 3132720).[Doctoral dissertation, University of Vermont]. ProQuest of information and learning company.
- Yan, L., Ning, Z., Guangyi, B., Yubei, H., Bingyuan, J., Yili, W., Chuanxin, L., & Gongying, L. (2019). Predictors of depressive symptoms in college students: A systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Journal of Affective Disorders*,244,196-208.
- Zenger, M., Korner, A., Maier, G. W., Hinz, A., Stobel-Richter, Y., Brahler, E., & Hilbert, A. (2015). The core self-evaluation scale:

== (٣٧٤)؛ السجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٩ - المجلد الثالثون - أكتوبر ٢٠٢٠ ==

- Psychometric properties of the German version in a representative sample. *Journal of Personality Assessment*, 97(3),310-318.
- Zhang, R. (2017). The stress-buffering effect of self-disclosure on Facebook: An examination of stressful life events, social support, and mental health among college students. *Computers in Human Behavior*,75,527-537.
- Zhang, X., Wang, H., Xia, Y., Liu, X., & Jung, E. (2012). Stress, coping and suicide ideation in Chinese college students. *Journal of Adolescence*, 35,683-690.
- Zhang, Y., Huang, Y., Wang, Y., & Casey, T. W. (2020). Who uses a mobile phone while driving for food delivery? The role of personality, risk perception and driving self-efficacy. *Journal of Safety Research*,73,69-80.
- Zhao, J., Song, F., Chen, Q., Li, M., Wang, Y., & Kong, F. (2018). Linking shyness to loneliness in Chinese adolescents: The mediating role of core self-evaluation and social support. *Personality and Individual Differences*,125,140-144.
- Zhao, Z., Li, X., Liu, F., Zhu, G., Ma, C., Wang, L. (2020). Prediction of the COVID-19 spread in African countries and implications for prevention and control: A case study in south Africa, Egypt, Algeria, Nigeria, Senegal and Kenya. *Science of the Total Environment*,729,
<https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138959>
- Zou, P., Sun, L., Yang, W., Zeng, Y., Chen, Q., Yang, H., Zhou, N., Zhang, G., Liu, J., Li, Y., Ao, L., & Cao, J. (2018). Associations between negative life events and anxiety, depressive, and stress symptoms: A cross-sectional study among Chinese male senior college students. *Psychiatry Research*,270,26-33.
- Zuo, B., Zhang, X., Wen, F., & Zhao. Y., (2020). The influence of stressful life events on depression among Chinese university students: Multiple mediating roles of fatalism and core self-evaluations. *Journal of Affective Disorders*, 260,84-90.
- Core self-evaluations, job complexity, and net worth: An examination of mediating and moderating factors. *Personality and Individual Differences*, 150,109518.
- Sales, J. M., & Irwin, C. E. (2013). A biopsychosocial perspective of adolescent health and disease. In W. T. O Donohue & L. T.

== دور أحداث الحياة الضاغطة والاتجاه نحو المخاطرة الصحية في التنبؤ بالتقييم الجوهري ==

The Role of Stressful Life Events and Health Risk-Taking Attitude in Predicting Core Self-Evaluation in University Students

Dr. Mai Edris

Lecturer of Biopsychology
Faculty of Arts - Cairo University

Abstract:

The current study aimed to explore the role of stressful life events and health risk-taking attitude in predicting core self-evaluation in a sample of university students of both sexes. The researcher applied Stressores Scale prepared by Jaballah (2005), Health Risk-Taking Attitude Scale prepared by researcher, and Core Self-Evaluation Scale prepared by Saeed (2018). The study sample consisted of 300 university students (150 male and 150 female) from departments of Faculty of Arts, Cairo University. Their average age was 20.54 ± 0.87 years. In the preliminary statistical analyzes, the researcher found significant differences between male and female students in the core self-evaluation, and based on this difference, basic statistical analyzes were made for each sex separately. The study found negative relationship between core self-evaluation and health risk-taking attitude in both sex. Beside, core self-evaluation correlated negatively with both frequency and intensity of stressful events in male students. In female students, core self-evaluation correlated negatively with frequency of stressful events, but did not correlate with intensity of stressful events. Multi regression analysis revealed the ability of the health risk-taking attitude to predict 15%, 10% of core self-evaluation in the male and female students, respectively. On the other hand, both frequency and intensity of stressful events did not predict of core self-evaluation in male students, plus the frequency of stressful events did not predict of core self-evaluation in female students.

Key words: Stressful Life Events, Health Risk-Taking Attitude, Core Self-Evaluation