

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئيين بالصمود لدى الذكور الصُم

أ / محمد عبدالعظيم خلف<sup>٢</sup>

د / أحمد محمود موسى<sup>١</sup>

### ملخص:

استهدفت الدراسة الحالية الكشف عن دور الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئيين بالصمود لدى عينة من الذكور الراشدين الصُم. تكونت العينة من (٨٠) من الطلاب والراشدين الصُم، بمتوسط عمري قدره (٢٦.٤٧) عاماً  $\pm$  (٨.٥٨). طُبِقَ عليهم ثلاثة مقاييس هي: الصمود إعداد "اوشو" وزملاؤه (2003)، ترجمة الباحث الأول ومقياس الضغوط إعداد: الباحث الأول (محمد عبدالعظيم، ٢٠١٦)، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط إعداد: لطفى عبدالباسط إبراهيم (١٩٩٤). وتوصلت الدراسة إلى أن لمتغيري الضغوط وأساليب مواجهتها دوراً جوهرياً في التنبؤ بمستوى الصمود. وتم مناقشة هذه النتائج وفقاً للتراث النفسي.

الكلمات المفتاحية: الصمود، الضغوط، أساليب المواجهة، الصُم، متغير منبئ.

<sup>١</sup> مدرس علم النفس - كلية الآداب - جامعة سوهاج  
<sup>٢</sup> مدرس مادة عليا - كلية الآداب - جامعة سوهاج

الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين

### بالصمود لدى الذكور الصم

د/ أحمد محمود موسى<sup>٢</sup>

أ/ محمد عبدالعظيم خلف<sup>٤</sup>

#### مدخل إلى مشكلة الدراسة:

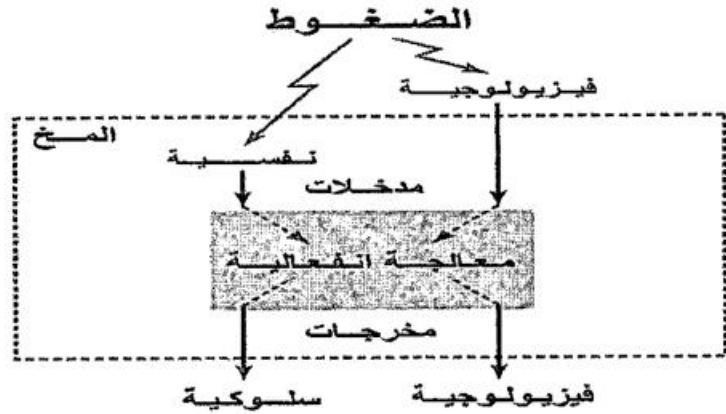
بوسع المخ البشري - على عكس أمخاخ بقية الحيوانات - النظر للوراء، والتعلم من الماضي، والنظر للأمام، والتخطيط للمستقبل، ولسوء الحظ، فإن ذلك يؤدي إلى اجترار الماضي، والقلق من المستقبل، لاسيما في حالة الضغوط<sup>٥</sup> المهمة كتلك المتعلقة بالصحة، والدخل، والعلاقات الاجتماعية، وهو ما ينعكس في التأثيرات الفيزيولوجية للضغوط (أحمد عبدالخالق، ٢٠١٦، ٧٢-٧٣)؛ حيث يتعرض مختلف الأفراد لمشكلات وصعوبات يومية، إلا أن حجم تلك المشكلات ونوعيتها يختلفان من فئة إلى أخرى. ويتدخل المخ في معالجة الضغوط سواء في توزيعه للمدخلات أو الوارد وتفسيرها، أم في توفير المخرجات الفيزيولوجية العصبية الهرمونية، أو السلوكية (شكل ١) (Toates, 2011, 352).

تحدث عملية الضغوط من خلال ثلاث مراحل رئيسية، وهي: الأحداث الخارجية؛ وهي الأحداث التي تحدث للفرد بدون إرادته، مثل الفيضانات، وفترة السجن، ووفاة شخص عزيز، ومرحلة التقييم: هي مرحلة تقدير الحدث الضاغط وتقييمه، هل يمثل تهديداً، هل يُعد شئ جيداً، أم سيئاً، ونتيجة لتقييم هذه المرحلة يصل الفرد إلى المرحلة الثالثة، ورد الفعل النفسي: وينتج الضغط من التفاعل بين الأحداث الخارجية، والاستجابات المعرفية، والانفعالية للفرد، وقد تكون نتائج الضغط سلبية كالتعاسة والكره أو قد يتجنب الفرد تأثيرها، ويستطيع إعادة توافقه النفسي بعد الحدث الضاغط فيشعر بالسعادة (نشوة كرم عمار، ٢٠١٠، ٥٣).

<sup>٢</sup> مدرس علم النفس - كلية الآداب - جامعة موهاج

<sup>٤</sup> مدرس مادة عليا - كلية الآداب - جامعة موهاج

<sup>٥</sup> Stress.



شكل (1)

دور المخ في معالجة الضغوط، سواءً في توزيعه للمدخلات وتفسيرها،

أم في توفير المخرجات الفيزيولوجية العصبية الهرمونية، أو السلوكية (Toates, 2011, 352).

ومهما اختلفت استعداداتنا الشخصية في الاستجابة للضغوط، فإننا جميعاً نحاول أن نحشد طاقاتنا للتغلب عليها، ومعالجتها بشكل ملائم. وفي محاولتنا للتغلب على صعوبات الحياة وضغوطها، تحدث تغيرات عضوية ونفسية داخلية. فنحن نتوتر وننشط، ومع هذا التوتر والنشاط تعمل الأجهزة العصبية والعضوية، بكامل طاقتها، لمواجهة التحديات المثارة، وتصبح هذه التوترات بدورها مصدراً لمزيد من الضغط والإجهاد اليومي. وعندما نعجز عن إيقاف هذه الضغوط بالتقليل منها، أو الإعداد الجيد لمواجهتها، يتحول الضغط إلى مصدر أوسع من مصادر الضغط النفسي والعضوي (عبدالستار إبراهيم، ٢٠١٠، ٣٨-٣٩). هذا، وتعد الأحداث الخارجية بما فيها ظروف العمل، والسفر، والصراعات الأسرية، وتوتر العلاقات الاجتماعية جميعها تمثل ضغوطاً، مثلها في ذلك مثل الأحداث الداخلية أو التغيرات العضوية كالإصابة بالمرض، أو الإرق، أو الإجهاد، أو التغيرات الهرمونية الدورية، أو النشاط العقلي أو الجسمي الزائد (عبدالستار إبراهيم، ٢٠٠٢، ٥٠-٥١).

تعد فئة المعاقين - بشكل عام - من الفئات التي تعاني من مشكلات متعددة، وضغوط متراكمة؛ فالإصابة بالإعاقة تعد بداية لسلسلة من الضغوط النفسية، وما يصاحبها من انفعالات سلبية، كالشعور بالذنب، والخجل، والحزن، ولوم الذات، وغيرها (بغيجة لياس، ٢٠٠٦، ١٣-١٤). كما يُعد الصمم وضعف السمع من أكبر العوامل المعوقة للأفراد من ذوي الذكاء العادي في الخروج من عالم العزلة الاجتماعية، وكسر الحاجز الذي يحول بينهم وبين عمليات التوافق

الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم  
(رمضان محمد القذافي، ١٩٩٣، ١٣٥).

يأتي الصمود كعملية دينامية يُظهر فيها الأفراد تكيفاً إيجابياً حين يواجهون المصائب، والصدمات، والمآسي، والتهديدات، أو أي مصادر آخر من الضغوط (Rizzo, Buckwalter, John, Newman, Parsons, Kenny, & Williams, 2012, 282). فالصمود يعمل على زيادة قدرة الفرد على التكيف بنجاح تجاه الأزمات الحادة والضغوط المزمنة (Martin-Breen & Anderies, 2011, 2). كما أنه يؤدي دوراً مهماً وقائياً لحماية الأفراد؛ ليكونوا أكثر إيجابية عند مواجهة المواقف الصعبة (Lian & Tam, 2014, 46). ولاشك أن أساليب المواجهة، وإدارة الضغوط تكون مهمة جداً في الأوقات التي يتعرض فيها الفرد لأحداث الحياة السلبية والضاغطة؛ لأنها تقلل من التأثيرات السلبية الناجمة عن الضغوط، من خلال تغيير التقييم المعرفي لدى الفرد حيال تعرضه للأحداث الضاغطة. وقد أكدت بعض الدراسات على أهمية أساليب المواجهة في إدراك الضغوط بشكل إيجابي أو سلبي (Jones, Ouellette & Kang, 2006; Greenfield & Nelson, 2011).

على الرغم من الإقرار بأن الصمود والمواجهة بني أو مفاهيم ذات صلة؛ فإن المواجهة تشير إلى مجموعة الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية التي يستخدمها الفرد لإدارة متطلبات المواقف الضاغطة، في حين يشير الصمود إلى نتائج التكيف في مواجهة الشدائد؛ فأساليب المواجهة تُسهم في بناء الصمود (Campbell-Silis, et al., 2006, 588). وللصمود علاقة رئيسة بأساليب المواجهة الفعالة، فيما لا توجد مثل هذه العلاقة بأساليب المواجهة غير الفعالة (Doumit, 2012)، كما أن الباحثين يؤكدون على الأثر الإيجابي للمواجهة بالطرق الفعالة، والأثر السلبي للمواجهة بالطرق غير الفعالة على نتائج التكيف (Campbell-Silis, et al., 2006, 588).

أشارت عدد من نتائج الدراسات الكلاسيكية والحديثة التي استهدفت الكشف عن الضغوط لدى الأفراد الصم أو المرضى فاقد السمع المفاجئ إلى ارتفاع الضغوط فيما بينهم (e.g.: Bernal-Sprekelse, Hormann & Lamparter, 1990). وكذلك الحال انتهت الدراسات التي

---

\* يود الباحثان الإشارة إلى أن مصطلح "الصمود" Resilience استخدم في بعض الدراسات العربية بمعاني متعددة؛ كالمرونة النفسية والمرونة الإيجابية، ومرونة الأنا، والصلابة (موشي زيندر وجيرالد ماثيوس، ٢٠١٦، ٢٧).  
Coping style<sup>١</sup>.

استهدفت الكُشف عن خصائص الطلاب الصُم وعلاقتها بالصُمود، وكيف يمكن للطلاب الصُم التغلب على عديد من العقبات وتحقيق النجاح في المدارس الثانوية إلى أن الصُمود السائد والخصال الشخصية التي كانت شائعة في معظم الأفراد الصُم تمثلت في: الاستقلال، وتأكيد الذات، والقدرة على حل المشكلات بشكل جيد، كما انتهت إلى أنه على الرغم من الاختلاف الثقافي والاجتماعي واللغوي والتعليمي، فإن ارتفاع الصُمود مكن الطلاب الصُم من التغلب على الصعوبات وتحقيق النجاح (Charlson, Bird & Strong, 1999). الأمر الذي انتهت إليه دراسات حديثة أيضاً من حيث تمتع طلاب الجامعة الصُم بمهارات المواجهة بالصُمود (Lukomski, 2011). كما أمكن التنبؤ باستراتيجيات المواجهة الإقداامية من خلال أبعاد الصُمود النفسي (منال عبدالنعم محمد، ٢٠١٣)، في حين أشارت بعض النتائج إلى أن أساليب مواجهة الضغوط في الغالب تتنبأ بالتباين في الصُمود، وتتجاوز إسهام السمات الشخصية (Walker, 2012). كما توصلت دراسات أخر إلى أن أساليب المواجهة الفعالة تتنبأ بشكل كبير بالصُمود (Terzi, 2013).

جاءت فكرة الدراسة الحالية لمأ وجد الباحثان من تراث إميريقي يشير بقوة إلى وجود علاقة إيجابية بين الصُمود وأساليب مواجهة الضغوط (Campbell-Sills, et al., 2006; Doumit, 2012)، وإشارته إلى وجود علاقة إيجابية بين أساليب المواجهة المركزة على المشكلة والصُمود النفسي كذلك، في حين أن استخدام الأفراد لأساليب المواجهة غير الفعالة يرتبط بزيادة أعراض الاكتئاب وانخفاض الصُمود النفسي (Walker, 2012)، كذلك توصلت إلى وجود فروق بين مجموعة المرتفعين ومجموعة المنخفضين في أبعاد الصُمود النفسي في استراتيجيات المواجهة الإقداامية؛ حيث ارتفع متوسط مجموعة المرتفعين في الدرجة الكلية من أبعاد الصُمود النفسي، في حين لم توجد فروق بين مجموعة المرتفعين ومجموعة المنخفضين في أبعاد الصُمود النفسي في استراتيجيات المواجهة الإحجامية (منال عبد النعم محمد، ٢٠١٣).

بناءً على ما سبق جاءت هذه الدراسة بمثابة محاولة علمية للكشف عن دور الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرات منبئة بالصُمود لدى عينة من المعاقين سمعياً في السياق الثقافي المصري؛ ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في صورة سؤال رئيس، مفاده: إلى أي مدى تسهم الضغوط وأساليب مواجهتها في التنبؤ بالصُمود لدى عينة الدراسة الصُم؟

### أهمية الدراسة:

يمكن الإشارة إلى أهمية الدراسة الحالية وفقاً لمبررات نظرية، وأخر تطبيقية، وذلك على النحو

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

التالى:

### (أ) الأهمية النظرية:

- موضوعها وتناولها لبعض المتغيرات التي قد يترتب على دراستها أن تساعد المعاقين سمعياً من معرفة قدراتهم والتي تمكنهم من مواجهة تلك الضغوط والمشكلات التي قد تواجههم في حياتهم اليومية.

- الفئة التي تتناولها الدراسة هي الراشدين ذوى الفئات الخاصة من الصم، كما أن دراسة فئة من ذوى الاحتياجات الخاصة (الصم) فى مرحلة الرشد بالتحديد لم تحظ بالإهتمام الكافى فى الدراسات من النواحي النفسية والوقائية.

- إثراء المكتبة العربية، بإطار نظرى حول الصمود لحدائثة المفهوم نسبياً، وقلة البيانات المتوفرة حوله فى التراث النفسى العربى.

### (ب) الأهمية التطبيقية:

- الاستفادة من نتائج الدراسة فى توفير بعض المعلومات للقائمين برعاية ذوى الاحتياجات الخاصة من المعاقين بشكلٍ عام وفئة الصم بشكلٍ خاص، والاستفادة منها فى وضع البرامج الإرشادية والعلاجية التى تسهم فى تنمية أو تعزيز "الصمود" لدى هذه الفئات. فالصمود عملية وليس سمة، ويمكن تعلمها وتتميتها لدى الجميع (موشي زيندر وجيرالد ماثيوس، ٢٠١٦، ٢٧).

### هدف الدراسة:

استهدفت الدراسة الحالية الكشف عن درجة إسهام متغيري الضغوط، وأساليب مواجهتها فى التنبؤ بالصمود لدى عينة الدراسة من الذكور الصم.

مفاهيم الدراسة: تناولت الدراسة المفاهيم والمصطلحات التالية:

(١) **الصمود\***: تجمع التعريفات التى تصدت لمفهوم الصمود على أنه يمثل القدرة على استعادة التوازن بعد التعرض للمحن، وتحقيق التكيف الإيجابي، ولعل أبرز هذه التعريفات، ما ورد فى قاموس علم النفس الصادر عن الجمعية الأمريكية لعلم النفس بخصوص الصمود بوصفه: "عملية

\* الصمود لغة مشتق من الفعل صَمَدًا، وصَمُودًا بمعنى تَبَّتْ واستمرَّ، وصَمَدًا الشئ بمعنى قَصْدَة، وصِمَادًا بمعنى غَالِبَة فى الصمود والثبات (مجمع اللغة العربية، ٢٠٠٤، ٥٢٢-٥٢٣).

ومحصلة التكيف الناجح لخبرات الحياة الصعبة أو التي تتسم بالتحدي، لاسيما عبر المرونة العقلية، والانفعالية، والسلوكية، والتواؤم مع المتطلبات الداخلية، والخارجية" (VandenBos, 2015, 910). ويقترب من هذا التعريف عدد من التعريفات منها أنه: "قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع ضغوط الحياة وإدراك الأحداث للضرر الكامن؛ فالصمود يدل على نجاح الفرد في التغلب على المواقف والتغيرات الصعبة (Sheridan, 2011, 230)، وكذلك التعريف التالي بأنه: "القدرة على استعادة التوازن والخروج من الصعاب، وإدارة مواقف الضغوط أو المشقة بكفاءة، وتحمل الضغوط المادية والنفسية دون التعرض لخلل في الوظائف أو عجز في الأداء" (جوديث جوردان، ٢٠١١، ١٤١).

رأت بعض التعريفات في الصمود أنه عملية ومن هذه التعريفات ذلك التعريف الذي يحدد الصمود في أنه: "عملية تعكس التكيف الإيجابي رغم خبرات المحنة والشدة التي يتعرض لها الفرد، ويوجد في هذا السياق متغيران أساسيان، هما: التعرض للمحنة، أو التهديد الشديد، وتحقيق التكيف الإيجابي رغم المحنة، أو التهديد الشديد" (Snape & Miller, 2008, 224)، وكذلك تعريف الصمود بأنه: "عملية المثابرة بالرغم من خبرات المحنة والشدة، حيث يرجع الفرد مرة أخرى إلى حالة من التوازن النفسى التي كان عليها قبل مروره بالمحنة" (أشرف محمد عطية، ٢٠١١، ٥٧٤).

إذن، يشتمل الصمود على طرفين حاسمين، هما: التعرض للشدائد وتحقيق التكيف الإيجابي الناجح؛ فالصمود لايعنى امتلاك الفرد للمناعة ضد الشدائد، وإنما يعنى امتلاكه القدرة على التعافى منها (Listman, Rogers & Hauser, 2011, 280). ومن خلال ما سبق عرضه يمكن للباحثين أن يقدموا التعريف الإجرائي التالي للصمود، والذي يتفق مع التعريف الذى تبناه كل من "أوشو" Oshio وزملاؤه (2003) بكونه: "عملية أو قدرة الفرد على أن يتكيف بنجاح ويستعيد توازنه مع مختلف المحن، والضغوط التي يتعرض لها في حياته اليومية، والتي تنعكس في درجته على مقياس الصمود" (Oshio, Kaneko, Nagamine & Nakaya, 2003, 1217).

(٢) الضغوط: تمثل الضغوط في تراث علم النفس بشكل عام "حالة من الإجهاد الجسمي والنفسى، والمشقة التي تُلقى على الفرد بمطالب وأعباء عليه أن يتوافق معها وقد يكون الضغط داخلياً أو بيئياً، قصيراً أو طويلاً" (جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاي، ١٩٩٥، ٣٧٥).

\* "ضغوط في المعجم الوسيط" جمع ضَغَطٌ، ويقال ضَغَطَهُ ضَغْطاً أى غمزَه إلى شئ كحائط أو غيره، وضَغَطَهُ أى قَهَرَهُ أو أَكْرَمَهُ (مَجْمَعُ اللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ، ٢٠٠٤، ٥٤٠).

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

كذلك عرف "ريتشارد لازاروس" Richard Lazarus الضغوط بوصفها "رد فعل للمثيرات الضاغطة أو المجهدة والتي تسبب اضطراباً في حياة الفرد كالشعور بالانزعاج، والأسى، والاكتئاب، والغضب، والقلق، والحزن" (Lazarus, 1999, 52)، وهو ما يقترب من التعريف التالي للضغوط بأنها "رد فعل طبيعي للخطر أو القلق الذي يواجهه الكائن الحي، كما أنه يعد الكائن الحي لمواجهة الخطر أو المتاعب المحتملة سواء كانت هذه الاستجابة "بالمواجهة أو الهروب" (Forshaw, 2003, 101). أيضاً عرّف "ريتشارد لازاروس" وتميذته "سوزان فولكمان" Susan Folkman (1984) الضغوط بأنها: "لا هي بالمثير ولا الاستجابة، وإنما تقييم للأحداث وتوقعات نتائجها" (Lazarus & Folkman, 1984, 1).

من خلال ما سبق عرضه يمكن للباحثان أن يستخلاصا التعريف الإجرائي التالي للضغوط لدى الراشدين الصم: "إدراك المعاق بالصم لتلك الظروف والمشقات (الأسرية، والأكاديمية، والاقتصادية، والخاصة بالإعاقة) التي قد تكون عالية الشدة أو تستمر لفترة طويلة، وتعرض عليه متطلبات معينه قد تفوق قدراته على نحو قد يعجز عن التوافق معها، وكلما ازدادت شدة تلك الظروف، أو استمرت فترة طويلة كلما ازدادت درجة خطورتها" والتي يعبر عنها بدرجة الفرد على مقياس الضغوط".

(٣) أساليب المواجهة: بدأ الاهتمام بدراسة موضوع أساليب المواجهة منذ ستينيات القرن العشرين، واستخدمت الدراسات مجموعة من المصطلحات للتعبير عن أساليب المواجهة أبرزها: سلوكيات المواجهة، وجهود المواجهة، وميكانيزمات المواجهة، ومهارات المواجهة، واستراتيجيات المواجهة (عبدالله حميد السهلي، ٢٠٠٩، ٣١؛ أمل سليمان العنزي، ٢٠٠٤، ٥٨). بالإضافة إلى ترجمة لفظة Coping ذاتها بالتعامل، والتعايش، في بعض الترجمات العربية (أحمد عبدالخالق، ٢٠١٦، ٢٩٢).

ورد في معجم علم النفس والطب النفسي أن "Coping" تعني التصدي والتدبير والمعالجة المباشرة؛ وهي أسلوب لمواجهة المشكلات الشخصية والتغلب على المصاعب (جابر عبدالحميد جابر، وعلاء الدين كفاي، ١٩٨٩، ٧٦٣). وهو ما يقترب من تعريفها بكونها: "الجهود التي يبذلها الفرد للتعامل مع المواقف المهددة والمؤذية، لاستبعاد التهديد، أو التقليل من الجوانب التي يمكن أن يكون لها تأثير في الفرد (أحمد عبدالخالق، ٢٠١٦، ٢٩٣).

كذلك اتفق البعض على أساليب المواجهة تمثل طرقاً للمواجهة من قبيل التعريفات التالية: "الطرق التي تساعد الفرد على أن تجعله قادراً على مواجهة المواقف الضاغطة في حياته التي



د / أحمد محمود موسى & / محمد عبد العظيم خلف

يعيشها والتعامل معها بطرق سليمة وجيدة" (مصطفى رشاد مصطفى، ٢٠١٠، ٦٥)، أيضاً من عرّفها بأنها "الطرق والأساليب المعرفية والسلوكية المتنوعة التي يستخدمها الفرد لإدارة الضغوط التي يواجهها في حياته اليومية للتخفيف من أثارها عليهم" (Litman, 2006, 274)، وكذلك التعريف التالي بأنها "الطريقة أو الوسيلة التي يستخدمها الأفراد في تعاملهم مع الضغوط الواقعة عليهم" (محمد محمد عودة، ٢٠١٠، ٦٤)، وامتداداً لهذا المنحى في التعريفات، جرى تعريف أساليب مواجهة الضغوط بأنها "ذلك التعبير المستمر في المجهودات المعرفية والسلوكية والانفعالية من أجل إدارة المطالب الداخلية أو الخارجية التي يقيّمها الفرد بأنها ترهق أو تفوق إمكانياته" (Lazarus & Folkman, 1984, 141).

نظراً لاعتماد الدراسة على مقياس "لطفى عبدالباسط إبراهيم" (١٩٩٤) يتبنى الباحثان إجرائياً تعريفه لأساليب مواجهة الضغوط والتي يُطلق عليها اسم "عمليات تحمل الضغوط" وينظر إليها على أنها "مجموعة من النشاطات أو الاستراتيجيات السلوكية أو المعرفية، يسعى من خلالها الفرد الأصم لتطويع الموقف الضاغط وحل المشكلة أو تخفيف التوتر الانفعالي المترتب عليه" (لطفى عبدالباسط إبراهيم، ١٩٩٤، ٥).

(٤) الصَّمَمُ أو الإعاقة السمعية<sup>٧</sup>: تلك المشكلة التي تحول دون أن يقوم الجهاز السمعي عند الفرد بوظائفه، أو تقلل من قدرة الفرد على سماع الأصوات المختلفة، وتتراوح الإعاقة في شدتها من الدرجات البسيطة والمتوسطة التي ينتج عنها ضعف سمعي لا يعيق استخدامات الأذن في فهم الحديث وتعلم الكلام، إلى الدرجات الشديدة جداً، والتي ينتج عنها صَمَمٌ يعيق عملية تعلم الكلام واللغة (غزلان شمسي محمد، ٢٠٠٩، ١٣).

ورد الصَّمَمُ في "معجم علم النفس والطب النفسي" بأنه: "الغياب الكلي أو فقدان الكامل لحاسة السمع" (جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاي، ١٩٩٠، ٨٦١)، بينما يُعرّفه المعجم الموسوعي في علم النفس بأنه "فقدان السمع أو الحرمان منه؛ فهو فقدان السمع الذي يتعدى ٨٠ ديسبل "وحده قياس التفاوت بين شدتي صوتين" أما ضعيف السمع أو ذوى "الأذن الثقيلة" فهو الفرد الذى يعانى نقصاً فى السمع يتراوح من ٣٠ إلى ٤٠ ديسبل (نوربير سيلامى، ٢٠٠١، ١٤٧٤). فالصَّمَمُ يمثل "فقدان السمع الذى يتعدى ٨٠ ديسبل عادة، أو عدم القدرة على التعرف على الأصوات فى حالة استخدام الأجهزة السمعية المعينة، وبدون اللجوء الى استخدام الحواس الأخرى للاتصال بالآخرين" (رمضان محمد القذافي، ١٩٩٣، ١٣٦)؛ أما من الناحية التربوية فيمكن الإشارة

<sup>٧</sup> Hearing impairment

الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين متبنيين بالصمود لدى الذكور الصم **إلى الفرد الأصم بكونه: "الفرد الذى لا يستطيع اكتساب اللغة سواء استخدم المعينات الصوتية أم لم يستخدمها لأن حاسته السمعية لا تؤدى وظيفتها" ( قحطان أحمد الظاهر، ٢٠١٢، ١٧٥).**

من خلال ما تم عرضه يمكن أن يقدم الباحثان التعريف الإجرائي التالي للصَّم ، بكونه: 'عدم القدرة على سماع الأصوات نهائياً منذ الولادة حتى مع استخدام المعينات السمعية، فيقوم الفرد باستخدام لغة الإشارة، أو لغة الشفاه، أو غيرها من الوسائل التى تساعده على التواصل مع الآخرين'.

### **الإطار النظري للدراسة:**

#### **[١] مكونات الصُّمود:**

يتميز الأفراد الصامدون بمجموعة من الخصائص منها: الشعور بالتقدير؛ وامتلاك الأهداف الواقعية، وتوقعات الذات، واعتقاد الفرد فى قدرته على حل المشاكل، واتخاذ القرارات، وإدراك وتمتع الفرد بالقوة، والكفاءة الاجتماعية، والاعتماد على الاستراتيجيات الفعالة للمواجهة (Sheridan, 2011, 232-233). انتهت بعض الدراسات لوجود مكونات أساسية للصُّمود، هي: **التعاطف:** ويمثل قدرة الفرد على التفاعل مع مشاعر وتجاهات وأفكار الآخرين، مما يسهل التواصل والتعاون والاحترام بين الأفراد، والتواصل: يُمكن الفرد من التعبير بوضوح عن أفكاره ومشاعره، وأن يحدد أهدافه وقيمه الأساسية، ويحل المشكلات التي تواجهه، والتقبل: ويتمثل فى تقبل الفرد لذاته وللآخرين وذلك عن طريق تحديد افتراضات وأهداف واقعية، وفهم الفرد لمشاعره، وتعبيره عنها بصورة سليمة، وتحديد جوانب القوة والفعالية في شخصيته مما يساعد على استخدامها الاستخدام الأمثل (Brooks & Goldstien, 2004, 74).

في حين حدد بعض الباحثين مكونات الصُّمود على الوجه التالي: **الكفاءة الشخصية:** والتي تتمثل فى القدرة على التخطيط السليم، والإبداع فى حل المشكلات واتخاذ القرار والضبط الانفعالي ومواجهة الضُّغوط، والتكيف مع التغير؛ والشعور بالجدارة والاستحقاق، وإدارة الوقت والتوجه المستقبلي الإيجابي، **والكفاءة الاجتماعية والأسرية:** التي تعبر عن النجاح فى تكوين واستمرار علاقات دائمة مع الآخرين تتسم بروح التعاون، والتعاطف، والإيثار، والتوافق الأسرى، وروح الدعابة، **والمساعدة الاجتماعية:** وهي الدرجة التي تصف الدعم، والمساعدة المتبادلة بين الفرد والآخر، ومدى الإحساس به، والتي تساعد فى مواجهة الضُّغوط، **والبنية القيمية والدينية:** التي تشمل: الإحساس بالمعنى، والغرض فى الحياة، والتسامح، والتفاؤل، والأمل، والامتنان، والتدين، والالتزام الأخلاقي والقيمي (محمد سعد حامد، ٢٠١٠، ١٤).

## [٢] النظريات والنماذج المفسرة للصُّمود والضُّغوط:

أ- نظرية الوعي بالصُّمود: يكمن الفرض الأساسي لهذه النظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي؛ وهو الذي يسمح لنا بالتكيف (الجسم والعقل والروح) مع ظروف الحياة الحالية؛ حيث تؤثر الضُّغوط النفسية، والأحداث البيغضة، وأحداث الحياة الأخر المتوقعة وغير المتوقعة، أو متطلبات الحياة العاجلة في قدرتنا على التكيف، ومواجهة مثل هذه الأحداث التي تتأثر بصفات الصُّمود، وإعادة التكامل مع الصُّمود السابق، والتفاعل بين الضُّغوط النفسية اليومية والعوامل الوقائية، وتؤدي عملية إعادة التكامل إلى واحدة من أربع نتائج: إعادة تكامل الصُّمود؛ حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن، أو إعادة الجهد المبذول لتجاوز المشقة، أو المواجهة بشكل سلبي مما يرسخ مستوى أدنى للتوازن، أو الوصول لحالة مختلة وظيفياً؛ نتيجة تبني الاستراتيجيات سيئة التكيف (أنماط السلوك المدمرة للذات) في مواجهة الضُّغوط النفسية. ومن ثم يمكن اعتبار أن الصُّمود يتجه نحو قدرات المواجهة الناجحة (Richardson, 2002, 310-311).

ب- النظرية التوافقية الثقافية<sup>٩</sup>: تفيد الفكرة الأساسية لهذه النظرية أن كل النمو النفسي يتم من خلال علاقات، وأن الخروج من العلاقات (عدم الاتصال المزمّن)، والعزلة تمثل مصدر كثير من المعاناة النفسية؛ فالصُّمود لا يكمن داخل الفرد، وإنما في القدرة على التواصل والارتباط، كما أن التفهم المتبادل، والتمكين والشجاعة تعد بمثابة اللبنات الأساسية في بناء الصُّمود، كما أن الترابط الذي يدعم النمو يمثل المصدر الأساسي للصُّمود، وتُعد القدرة المتنامية على التواصل والارتباط القوي بالآخرين بمثابة المؤشر الرئيسي للنمو النفسي؛ فالعلاقات بالآخرين تعد جوهر النمو، والمقاومة للصحة، والصُّمود (جوديث جوردان، ٢٠١١، ١٤١-١٤٣).

ج- نظرية العجز والضُّغوط<sup>١٠</sup>: تشير إلى أن الضُّغوط تؤدي إلى شعور الفرد بالعجز وقلة الحيلة، وأنها تحدث عندما تتجاوز مطالب البيئة إمكانيات الفرد، وحقيقة أن الأحداث الغير قابلة للسيطرة تؤدي إلى ضُّغوط أكثر من الأحداث التي يمكن السيطرة عليها وتتضمن هذه الفكرة أن السيطرة أو فقدانها لهما أهمية في خبرة الضُّغوط. وقد حدد مارتن سيلجمان<sup>١١</sup> Martin Seligman (١٩٧٥) بوضوح نظريته عن العجز المتعلم<sup>١٢</sup>، والتي تفيد أن الفرد حين تفشل جهوده في السيطرة على حدث معين بشكل متكرر، فإنه يتوقف عن المحاولة، بسبب العجز، وقد يفشل في السيطرة على بعض المواقف الجديدة؛ بمعنى أن الناس يمكن أن يتعلموا العجز من خلال مرورهم بخبرات

<sup>٩</sup> Relational-cultural theory

<sup>١٠</sup> Helplessness and Stress

<sup>١١</sup> Learned helplessness

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

متكررة من عدم السيطرة على الأحداث. حدد "سيلجمان" ثلاثة وجوه من القصور تميز العجز المتعلم وهى أن يكون دافعيًا؛ ويتمثل فى ألا يحاول الشخص القيام بأى مجهود لتغيير نتيجة الضغط، ومعرفيًا؛ ويتمثل فى فشل الشخص تمامًا فى تعلم استجابات جديدة تمكنه من تجنب آثار الضغط السيئ، وانفعاليًا؛ ويتمثل فى الانسحاب والانعزال وإدراك العالم الخارجى كمصدر للتهديد (في: عابدة شكرى حسن، ٢٠٠١، ١٦-١٧).

وعموماً، لا توجد نظرية يمكنها بمفردها أن تفسر كل النتائج السلبية للضغوط فكل نظرية يمكنها أن تفسر جزءاً من استجابة الضغوط، ولاشك أن هناك نظرية جديدة ستمو، ولعل فائدة هذه النظريات تكمن فى قدرتها على التركيز على مظاهر معينة من استجابة الضغوط، وافتراض طرق جديدة لبحث الضغوط وتأثيراتها واقتراح طرق للتعامل معها والتغلب عليها (ابنسام محمود على، ٢٠٠٨، ٢٩-٣٠؛ هالة عطية محمود، ٢٠٠٨، ٣٩-٤٠).

### [٣] تصنيف أساليب المواجهة:

صنف الباحثون أساليب المواجهة مع الضغوط إلى أساليب مواجهة مركزة على المشكلة وأساليب مواجهة مركزة على الانفعال، وذلك على النحو التالى:

أ- أساليب المواجهة المركزة على المشكلة<sup>١١</sup>: تلك الأساليب التى تهدف إلى التخلص من المواقف الضاغطة وآثارها السلبية، من خلال التركيز المباشر على المشكلة مصدر الضغط، ويتطلب ذلك محاولات التعديل المعرفي السلوكي؛ أى أن الفرد يحاول تغيير سلوكه الشخصي من خلال البحث عن معلومات أكثر عن الموقف لكى ينتقل إلى تغييره؛ حيث إن هذه الأساليب تهدف إلى البحث عن معلومات أكثر حول الموقف أو المشكلة أو طلب النصيحة من الآخرين، وإدارة المشكلة، والقيام بأفعال لخفض الضغوط عن طريق تغيير الموقف مباشرة.

ب- أساليب المواجهة المركزة على الانفعال<sup>١٢</sup>: ويطلق عليها أيضاً أساليب المواجهة النفسية، وفيها لا يركز الفرد انتباهه على المشكلة مصدر الضغط بقدر ما يركز على الاستجابة الانفعالية تجاه هذه المشكلة، وتستهدف هذه الأساليب تخفيف الآثار الانفعالية المترتبة على الضغوط التى لا يمكن تعديلها أو تغييرها، أو التخلص منها وذلك من خلال: الانتباه الانتقائي أو التجنب أو المقارنة الإيجابية أو النظرة للأحداث السلبية. أو من خلال: الهروب أو الانسحاب أو الإنكار؛ أى أن

<sup>١١</sup> Problem-focused coping styles  
<sup>١٢</sup> Emotion-focused coping styles

أساليب التعامل المركزة على الانفعال لا تسعى إلى تعديل المواقف الضاغطة بقدر ما تسعى إلى تعديل الاستجابة الانفعالية المترتبة على تلك الموقف- (Lazarus & Folkman, 1984, 150). (153).

كما يمكن تقسيم أساليب مواجهة الضغوط إلى مجموعتين، الأولى: أساليب المواجهة الإيجابية مثل التركيز على المشكلة، والمساندة العاطفية والاجتماعية والأسرية، والأخرى: أساليب المواجهة السلبية مثل التجنب، والإنكار، والسلبية، والغضب، والاستغراق في أنشطة أحر بعيداً عن المشكلة (نعمة جمال الرفاعي، ٢٠٠٤، ٣٦١).

#### [٤] الخصائص النفسية والخصال الشخصية للأفراد الصُم:

أشارت عديد من الدراسات إلى انخفاض قدرة الأفراد الصُم على التواصل الاجتماعي مع الآخرين، بالإضافة إلى انخفاض مفهوم الذات بينهم، وتجاهلهم لمشاعر الآخرين وإساعتهم فهم تصرفاتهم، وعدم تمكنهم من التفاعل مع الآخرين بشكل بناء بسبب الإعاقة (أحمد عربيات، ومحمد الزيودي، ٢٠٠٨، ٢٠٠٨). ويشير البعض إلى شيوع الانسحاب الاجتماعي، والانطواء، والحساسية الزائدة، والشعور بالتعاسة، والغيرة من الآخرين، وعدم مشاركة الآخرين، والشك بالآخرين بين المعوقين سمعياً (علاء الدين محمد خليل، ٢٠٠٢، ٤٠). اتفقت نتائج بعض الدراسات كذلك على أن من خصائص الصُم ميلهم إلى الأتانية، والعذوانية، وحب التملك، والعناد، والعذوانية، والإشباع المباشر لحاجاتهم؛ بمعنى أن مطالبهم يجب أن تشبع بسرعة (أحلام حسن محمود، وسحر الشروبي، ٢٠١٢، ٢٤).

لعل أخطر ما يترتب على الإصابة بالصمم أو الضعف الحاد للسمع هو فقدان الفرد لقدرته على النطق والكلام، فالأصم لا ينطق الكلمات لأنه لا يسمعها، ولا يستطيع تصحيح الأصوات التي لاتصل إليه لأنه لا يسمع أصوات الآخرين، ومن ثم لا يستفيد منها في تصحيح أخطائه، فالدائرة غير مكتملة بينه وبين الآخرين، وينتج عن ذلك نقص في تفاعله مع المثيرات الحسية الموجودة في البيئة الذي يترتب عليه قصور في مدركاته، ومحدوده في مجاله المعرفي، وتأخر في نموه العقلي، مما يترتب عليه العزلة، والانسحاب من المجتمع، وانخفاض قدرتهم على التعاون مع الآخرين (عبد الرحمن سليمان الطريرى، ٢٠٠١، ١١٩).

#### الدراسات السابقة:

استهدفت دراسة "شميت" وزملاؤه (Schmitt, Patak & Kroner-Herwig, 2000) الكشف عن الضغوط كعامل خطر ومهين لتطور فقدان السمع المفاجئ وطنين الأذن. أجريت الدراسة على

الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين متبنيين بالصمود لدي الذكور الصم

مجموعتين: اشتملت الأولى على المرضى فاقدى السمع المفاجئ وبلغ عددها (٤٠) مريضاً من المقيمين فى المستشفى بقسم الأنف والأذن والحنجرة، ومثل المجموعة الأخرى الضابطة بعض الأفراد العاديين، وبلغ عددها (٢٨) فرد. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المرضى فاقدى السمع المفاجئ كانوا أكثر تعرضاً لأحداث الحياة الضاغطة ومتاعب الحياة اليومية والقلق والدعم الاجتماعي وأكثر محاولة للتأقلم من المجموعة الضابطة. كما انتهت الدراسة إلى أن كثرة التعرض للضغوط تمثل أحد عوامل الخطر فى مجموعة المرضى فاقدى السمع المفاجئ.

بينما استهدفت دراسة (أحمد سيد عبد الرازق، ٢٠٠٢) الكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب التعامل مع الضغوط والمعاملة الوالدية لدى عينتين من الفئات الخاصة (الصم، المكفوفين). وكذلك إيجاد الفروق بينهما فى التعامل مع الضغوط، وفى إدراك المعاملة الوالدية. كما أجريت هذه الدراسة بهدف معرفة الفروق بين كل من (الذكور الصم، الإناث الصم، الذكور المكفوفين، الإناث المكفوفات) فى مختلف متغيرات الدراسة. أجريت الدراسة على عينة بلغ عددها (٦٠) فرد من الصم والمكفوفين مقسمين إلى عينتين فرعيتين: العينة الأولى من الصم وبلغ عددها (٣٠) أصم، منهم (١٧) ذكور، و(١٣) إناث؛ والعينة الأخرى من المكفوفين وبلغ عددها (٣٠) مكفوف، منهم (١٧) ذكور، و(١٣) إناث؛ تراوحت أعمارهم ما بين (١٥-١٩) سنة. طبق عليهم مقياس أساليب التعامل مع الضغوط إعداد: لطفى عبدالباسط إبراهيم (١٩٩٤) ومقياس المعاملة الوالدية. توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الصم والمكفوفين فى استخدام أساليب التعامل مع الضغوط فى اتجاه الصم، وذلك فى استخدامهم لأسلوب إعادة للتفسير، وأسلوب التنفيس الانفعالي، كما كانت هناك فروق دالة إحصائياً فى اتجاه المكفوفين، وذلك فى استخدامهم لأسلوب السلبية ولوم الذات، وأسلوب التحول إلى الدين (أى الإكثار من الدعاء، وممارسة العبادات، وحضور الندوات الدينية، وما شابه). كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين (الذكور الصم، والإناث الصم، والذكور المكفوفين، والإناث المكفوفات) فيما بينهم فى استخدام أساليب (إعادة التفسير، والتفكير الرغبي، والتنقيس الانفعالي، والتحول إلى الدين، والترتيب الوجه) أثناء التعامل مع الضغوط.

أما دراسة "هاسون" وزملاؤه (Hasson, Theorell, Wallen, Leineweber & Canlon, 2011) فاستهدفت الكشف عن العلاقة بين الضغوط ومشكلات السمع. أجريت الدراسة على (١٨٧٣٤) فرد من العاملين فى السويد، وتم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات؛ المجموعة الأولى لا تعاني من أي طنين أو مشكلات فى السمع، والمجموعة الثانية تعاني من طنين أو مشكلات فى السمع، والمجموعة الثالثة تعاني من الاثنى (الطنين ومشكلات السمع) تراوحت أعمارهم ما بين

(١٦-٦٤) عاماً. طُبِّقَ عليهم استبيان ضغوط بيئة العمل النفسية والجسدية وأسلوب الحياة والصحة البدنية والعقلية، والاحترق النفسي، وتقدير الذات، والضغوط طويلة الأمد، أيضاً تم تقييم مشكلات السمع وطنين الأذن على أساس وجود أو عدم وجود أي طنين أو شكاوى في السمع أو كليهما. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة واضحة ومعظمها خطية بين ارتفاع حالات الإصابة بمشكلات السمع (طنين الأذن أو فقدان السمع أو كليهما) والضغوط المختلفة مثل الضغوط المهنية والصحية، والأعلى في درجات الاحتراق النفسي.

فيما استهدفت دراسة 'لوكومسكي' (Lukomski, 2011) الكشف عن الصمود لدى الراشدين الصم. أجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (١٤٠) من طلاب الجامعات الكبرى الصم الناشئة، وكان متوسط العمر (١٨) سنة، بلغ فيها عدد الذكور (٧١) وعدد الإناث (٦٩). وقد جمعت البيانات من خلال استجابات الطلاب الجامعيين على مقياس للتوافق النفسي الاجتماعي، ومقياس صعوبات الحياة (كالضغوط الأسرية والضغوط المدرسية) الذي تضمن سبعة بنود للصمود تشكل العوامل الوقائية (الكفاءة الشخصية، والدعم الاجتماعي، والكفاءة الاجتماعية)، ومقياس مهارات المواجهة من قبيل (الدعم الاجتماعي والكفاءة الشخصية). وتوصلت الدراسة إلى أن طلاب الجامعة الصم استطاعوا مواجهة مختلف تحديات الحياة ومواجهة الظروف الصعبة، والمخاطر لأنهم اعتبروها جزءاً طبيعياً من الحياة؛ مما أبرز صمودهم أمام تلك الصعوبات. كما أن عوامل الخطر أو التحديات أو الصعوبات في الواقع تعزز الحماية وأن استجابة الفرد لعامل الخطر يخلق حماية الصمود. أيضاً يتوقع أن يكون طلاب الجامعة الصم (من لديهم مهارات المواجهة والتأقلم أو التكيف بشكل أفضل) أن يكونوا أكثر صموداً.

استهدفت دراسة 'ولكر' (Walker, 2012) فحص العلاقة بين الأعراض الاكتئابية وإستراتيجيات المواجهة، والصمود. وقامت على ١٣٧ من المشاركين، وطبق الباحث عليهم اختبارات لمتغيرات الأعراض الاكتئابية وإستراتيجيات المواجهة، والصمود. وانتهت الدراسة من بين ما انتهت إليه إلى توسط الصمود في العلاقة بين إستراتيجيات المواجهة المستندة إلى المشكلة والاكتئاب، فضلاً عن توسطه العلاقة بين إستراتيجيات المواجهة الأقل فائدة والاكتئاب. وتخلص هذه النتائج بشكل عام إلى وجود دور وسيط للصمود بين أساليب أو إستراتيجيات المواجهة والاكتئاب؛ على نحو يسمح بفحص إسهام كل من الضغوط وأساليب مواجهتها في التنبؤ بالصمود.

قامت دراسة (منال عبدالنعم محمد، ٢٠١٣) على فحص علاقة الصمود النفسي بإستراتيجيات المواجهة ودرجة التعرض للضغوط لدى طلاب الجامعة وذلك على ١٥٩ مبحوثاً

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

ومبحوثة من طلاب جامعة حائل بالسعودية، وانتهت إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لأبعاد الصمود الداخلية والخارجية ودرجة التعرض للضغوط، وإلى عدم وجود فروق بين المرتفعين والمنخفضين في أبعاد الصمود في درجة التعرض للضغوط. كما انتهت إلى أنه يمكن التنبؤ باستراتيجيات المواجهة الإقلامية من خلال أبعاد الصمود النفسى. فيما استهدفت دراسة تيرزي (Terzi, 2013) دراسة العلاقة بين نمط التعلق واستراتيجيات المواجهة وتفاعلاتها على الصمود لدى عينة قوامها ٢٢٥ من طلاب الجامعة الأتراك. واستخدم مقاييس لقياس متغيرات الدراسة من إعداده. وانتهت الدراسة من بين ما انتهت إليه إلى إسهام أساليب المواجهة الفعالة في التنبؤ بالصمود.

استهدفت دراسة (محمد عبدالعظيم، ٢٠١٦)، من بين ما استهدفته، فحص العلاقة بين الصمود وكلٍ من الضغوط وأساليب مواجهتها لدى أفراد عينة الدراسة الصم. تكونت عينة الدراسة من (١١٠) من الطلاب والراشدين الصم، بمتوسط عمري قدره (٢٤.٨٨) عاماً  $\pm (٨.٥٠)$ ، وطبق عليهم ثلاثة مقاييس هي: الصمود إعداد "أوشو" وزملاؤه (2003)، ترجمة: محمد عبدالعظيم، ومقياس الضغوط إعداد: محمد عبدالعظيم، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط إعداد: لطفي عبدالباسط إبراهيم (١٩٩٤). توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط وأساليب مواجهتها، وإلى وجود علاقة بين الصمود والضغوط لم تصل لحد الدلالة، وإلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الصمود وأساليب مواجهة الضغوط لدى أفراد عينة الدراسة الصم.

### تعميم على الدراسات السابقة:

- اتفقت النتائج بعض الدراسات على أن ارتفاع الصمود لدى الأفراد الصم مكنهم من مواجهة مختلف تحديات الحياة ومخاطرها، وأن الأفراد فاقدى السمع لديهم مستوى مرتفع من الضغوط، وأن كثرة التعرض للضغوط يُعد أحد عوامل الخطر لديهم (Lukomski, 2011; Schmitte, 2000; Hasson, et al., 2011). كما انتهت بعض الدراسات إلى أن الأفراد الصم الذين يمتلكون مهارات مواجهة بشكل أفضل لديهم مستوى مرتفع من الصمود (Lukomski, 2011)، وكذلك وجود علاقة بين الضغوط ومشكلات السمع (Hasson, et al., 2011). بما يدعم من طرح فكرة التنبؤ القائمة بالدراسة الحالية.

- بعد هذا المسح يمكن للباحثين الإقرار بندرة الدراسات العربية التي عتبت بدراسة الصمود والعوامل ذات الصلة أو المنبئة به.

- لم يزل أمر الدور التنبؤي لبعض المتغيرات الوقائية كثير من الاهتمام، وذلك في حدود علم الباحثين؛ حيث استهدفت معظم الدراسات السابقة التي تناولت الصمود معرفة خصائص الطلاب



الصُّم وعلاقتها بالصُّمود (محمد عبد العظيم، ٢٠١٦)، والكشف عن العوامل التي تسهم في الصُّمود، حتى أن الدراسات الإمبريقية التنبؤية التي توصل إليها الباحثان لم تزد عن ثلاث دراسات (منال عبد النعيم محمد، ٢٠١٣؛ Walker, 2012; Terzi, 2013).

- تنوعت خصائص المشاركين في الدراسات السابقة، وإن كان التركيز الأكبر على طلاب الجامعة، شأن جل بحوث علم النفس في العالم كله. الأمر الذي يعطي الدراسة الحالية أهمية خاصة؛ لقلّة الدراسات التي تناولت سن الرشد لدى الصُّم، وذلك في حدود علم الباحثين.

- بالنسبة للأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة، لم تتفق معظمها في استخدام مقياس محدد للصُّمود وأساليب مواجهة الضُّغوط، كما أن أغلب مقاييس الضُّغوط التي استخدمت وضعت للتلاميذ وللمراهقين الصُّم؛ لذا فقد ضمَّ الباحث مقياساً للضُّغوط ليطمئى مع العينة المستهدفة للدراسة وهم الراشدين الصُّم.

استندت الدراسة الحالية إلى ما انتهى إليه التراث السابق، فانطلقت مما خُص إليه، كما سعت إلى محاولة رصد إسهام متغيري الضُّغوط وأساليب مواجهتها في التنبؤ بالصُّمود، من خلال الاستفادة بالأدوات، والإجراءات، وطرق القياس، بالإضافة للاستفادة من نتائج الدراسات في هذا السياق.

### فرضي الدراسة:

بناءً على العرض السابق لمشكلة الدراسة وتساؤلاتها والإطار النظري والدراسات السابقة أمكن صياغة فرض الدراسة على النحو التالي: يسهم كل من الضُّغوط وأساليب مواجهتها بين أفراد عينة الدراسة الصُّم في التنبؤ بالصُّمود.

### الإجراءات المنهجية للدراسة:

**أولاً: منهج الدراسة:** المنهج الوصفي المقارن؛ حيث أنه يتفق مع طبيعة الدراسة التي استهدفت وصف الوضع الراهن لعينة الدراسة، والتي سعت إلى اكتشاف كيف يمكن للضُّغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرات أن تتنبأ بالصُّمود من خلال درجات أفراد عينة الدراسة.

**ثانياً: عينة الدراسة:** بلغ العدد الإجمالي لها (٨٠) من الذكور الطلاب والراشدين الصُّم في أعمار تراوحت من (١٥-٣٥) عاماً، تم اختيارهم من مدارس الأمل للصُّم وضعاف السمع بمراكز محافظة سوهاج، وتم توسيع العينة لتشمل الراشدين الصُّم من مراكز محافظة سوهاج، لقلّة أعداد الطلاب الصُّم.

ثالثاً: أدوات الدراسة\*:

[١] مقياس الصمود:

قام "أوشو" وزملاؤه (2003)، بإعداد مقياس للصمود يتكون من (٢١) بند تقيس قدرة الفرد على أن يتوافق بنجاح، ويستعيد توازنه مع مختلف الصعاب التي يتعرض لها في حياته اليومية، وترجمه الباحث الأول في دراسة سابقة له (محمد عبدالعظيم، ٢٠١٦). وتوزعت هذه البنود على ثلاثة أبعاد، هي: بُعد مواجهة التحديات أو الخبرات الجديدة<sup>١٣</sup>، واشتمل على البنود من الأول إلى السابع، وبُعد التنظيم الانفعالي<sup>١٤</sup>، واشتمل على البنود من الثامن إلى السادس عشر، وبُعد التوجه الإيجابي نحو المستقبل<sup>١٥</sup>، واشتمل على البنود من السابع عشر إلى الحادي والعشرين. ويُجاب على بنود المقياس باختيار أحد بديلين للاستجابة (نعم/لا)، ووضعت الدرجة عن كل بند من بنود المقياس - كما ورد في صورته الأصلية - وفقاً لمستويين بحيث يُعطى الفرد خمس درجات في حالة الإجابة (نعم)، ودرجة واحدة في حالة الإجابة (بلا)، ما عدا البنود (٦، ٧، و١٢، و١٥، و١٦) فهي بنود معكوسة للصياغة يحصل فيها المفحوص على (درجة واحدة) إذا أجاب على أي منها "نعم"، و(خمس درجات) إذا أجاب على أي منها "بلا"، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٢١) درجة و(١٠٥) درجة.

حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس\*:

١- صدق المقياس: لحساب صدق المقياس في صورته المعربة قام الباحثان بحساب الصدق العاملي، فتم التحقق من البنية العاملية للمقياس على عينة التقنين التي بلغ عددها (١٦٥) من

\* تم تطبيق أدوات الدراسة بلغة الإشارة، وذلك بالاستعانة بأخصائي نفسي يجيد لغة الإشارة مع تولد الباحث الأول أثناء التطبيق وفي هذا الصدد يتقدم الباحثون بالشكر للأستاذ/ صلاح فؤاد السيد مدرس أول تربية فنية بمدرسة الأمل للصم وضعاف السمع بسوهاج، والأستاذ/ عبد اللطيف خميس محمد إحصائي اجتماعي بمدرسة الأمل للصم وضعاف السمع بجرجا لتفضلهما بترجمة المقياس بلغة الإشارة.

<sup>١٣</sup> Novelty seeking

<sup>١٤</sup> Emotional regulation

<sup>١٥</sup> Positive future orientation

\* في نسخة المقياس الأصلية قام "أوشو" وزملاؤه (2003) مُجدو المقياس باستخراج دلالات الصدق التمييزي للمقياس من خلال قدرته على التمييز بين الأفراد مرتفعي الصمود ومنخفضيه في مواجهة التحديات والظروف الصعبة والضاغطة، كما انتهوا إلى ثبات المقياس بصورة مطمئنة للاعتماد عليه في صورته الأصلية.

الطلاب والراشدين الصم بمحافظة سوهاج، عن طريق التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية "لهوتيلنج" بعد تدويرها تدويراً متعامداً بطريقة "الفاريمكس" Varimax وتم الإبقاء على البنود التي تشبعت على العامل عند مستوى (٠.٣) فأكثر، بالإضافة للإبقاء على العوامل التي بلغ جذرها الكامن  $\leq 1$ . ومن أجل مزيد من النقاء والوضوح السيكولوجي للعوامل المستخلصة، أخذ الباحثان بأكبر تشعب للمتغير على عامل واحد فقط، وأل يقل عدد المتغيرات المشبعة على العامل عن ثلاث متغيرات. وأظهرت النتائج تشعب بنود المقياس (٢١) بند على ثلاثة عوامل فقط تفسر (٤٠.٤٩٨%) من التباين الكلي، فبلغ الجذر الكامن للعامل الأول مواجهة التحديات أو الخبرات الجديدة (٣.٥١٧)، ويفسر (١٦.٧٤٩%) من التباين الكلي، أما العامل الثاني التنظيم الانفعالي فبلغ جذره الكامن (٢.٨٣٥)، ويفسر (١٣.٤٩٨%) من التباين الكلي، أما العامل الثالث التوجه الإيجابي نحو المستقبل فبلغ جذره الكامن (٢.١٥٣) ويفسر (١٠.٢٥١%) من التباين الكلي.

٢- ثبات المقياس: بهدف التأكد من ثبات المقياس قام الباحثان بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ على عينة التقنين التي بلغ عددها (١٦٥) من الصم؛ وبلغ مقداره ٠.٧٣٦ وهو ما يشير إلى تمتع المقياس بالاتساق الداخلي من ناحية، وإلى ثباته المرتفع من ناحية أخرى.

#### [٢] مقياس الضغوط لدى الراشدين الصم:

قام الباحث الأول في دراسة سابقة له (محمد عبد العظيم، ٢٠١٦) بإعداد مقياس للضغوط لدى الراشدين الصم تكوّن من (٤٠) بند، تقيس مختلف الصعوبات التي قد يتعرض لها الفرد الأصم في حياته اليومية، والتي تسبب له الضيق والتوتر وتمثل ضغطاً عليه، وتوزعت هذه البنود على أربعة أبعاد، اشتمل كل بُعد منها على عشر بنود هي: (الضغوط الأسرية، والأكاديمية، والاقتصادية، وضغوط الإعاقة). ويجاب عليها باختيار أحد بدائل الاستجابة (دائماً - أحياناً - أبداً)، ووضعت الدرجة عن كل بند وفقاً لثلاثة مستويات بحيث يحصل الفرد على ثلاث درجات في حالة الإجابة على البند (بدائماً)، ودرجتين في حالة الإجابة (أحياناً) ودرجة واحدة في حالة الإجابة (أبداً)، وبالتالي يأخذ كل بند درجة تتراوح ما بين (٣-١) (أبداً - أحياناً - دائماً) على التوالي، ما عدا البندين (٧ و ١٧) فكانا بندين معكوسَي الصياغة؛ يأخذ كل بند درجة تتراوح ما بين (٣-١) (أبداً - أحياناً - دائماً) على التوالي؛ وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٤٠-١٢٠) درجة، فيما تتراوح الدرجة الكلية لكل مقياس فرعي على حدة ما بين (١٠-٣٠) درجة.

حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس:

١- صدق المقياس: تم التحقق من البنية العاملية للمقياس على عينة التقنين التي بلغ عددها (١٦٥) من الطلاب والراشدين الصم بمحافظة سوهاج، عن طريق التحليل العاملي بطريقة المكونات

الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

الأساسية "هوتلينج" بعد تدويرها تدويراً متعامداً بطريقة "الغاريمكس"، وتم الإبقاء على البنود التي تشبعت على العامل عند مستوى (٠.٣) فأكثر، بالإضافة للإبقاء على العوامل التي بلغ جذرها الكامن  $\leq 1$ . ومن أجل مزيد من النقاء والوضوح السيكلوجي للعوامل المستخلصة، أخذ الباحثان بأكبر تشعب للمتغير على عامل واحد فقط، وألا يقل عدد المتغيرات المشبعة على العامل عن ثلاث متغيرات. وأظهرت النتائج تشعب بنود المقياس (٤٠) بنداً على (٤) عوامل فقط تفسر (٦٣.٤٨٦%) من التباين الكلي، فالعامل الأول الضغوط الأسرية بلغ جذره الكامن (١١.٠٥٦) ويفسر (٢٧.٦٣٩%) من التباين الكلي، والعامل الثاني الضغوط الأكاديمية بلغ جذره الكامن (٩.١٨٩) ويفسر (٢٢.٩٧٣%) من التباين الكلي، والعامل الثالث الضغوط الاقتصادية بلغ جذره الكامن (٢.٩٣٤) ويفسر (٧.٣٣٦%) من التباين الكلي، والعامل الرابع ضغوط الإعاقة بلغ جذره الكامن (٢.٢١٥) ويفسر (٥.٥٣٨%) من التباين الكلي.

٢- ثبات المقياس: بهدف التأكد من ثبات المقياس قام الباحثان بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ على عينة التقنين التي بلغ عددها (١٦٥) من الطلاب والراشدين الصم بمحاضرة سوهاج؛ وكان مقداره ٠.٨٧٦، وهو ما يشير إلى تمتع المقياس بالاتساق الداخلي من ناحية، وإلى ثباته المرتفع من ناحية أخرى.

### [٣] مقياس أساليب مواجهة الضغوط (لطفى عبد الباسط إبراهيم، ١٩٩٤):

يتكون المقياس من (٤٢) بنداً تقيس كلاً من الأساليب السلوكية والمعرفية المركزة على المشكلة والمركزة على الانفعال، وكذلك الأساليب المختلطة (سلوكية/ معرفية) التي يستخدمها الأفراد في مواجهة الضغوط، وينظر مُعد المقياس إلى عمليات المواجهة من منظورين: الأول: وجهة التعامل (التمركز)، حيث تتمركز عمليات المواجهة إما نحو مصدر المشكلة أو الانفعال المترتب عليها. والآخر: محتوى عملية المواجهة، ويشتمل على المحتوى السلوكي، والمعرفي، والمختلط. والتي تكون فيما بينها مقياس أساليب المواجهة للراشدين الصم، ويبين الجدول (١) أبعاد المقياس ونوعها وأرقام البنود الخاصة بكل بُعد على حده.

جدول (١)

أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط ونوعها وأرقام بنوده.

أبعاد المقياس	نوعها	عدد البنود	أرقام البنود
المواجهة النشطة	سلوكي مركز على المشكلة	٣	٣٣-٢٢-١١
التريث الموجه	سلوكي مركز على المشكلة	٤	٣٨-٣١-٢٠-٩
السلبية ولوم الذات	سلوكي مركز على الانفعال	٦	٤٢-٣٩-٣٤-٢٣-١٢-١
للتفيس الانفعالي	سلوكي مركز على الانفعال	٣	٢٩-١٨-٧
إعادة التفسير	معرفي مركز على المشكلة	٥	٤١-٣٦-٢٦-١٥-٤
الإنكار	معرفي مركز على المشكلة	٣	٣٢-٢١-١٠
القبول	معرفي مركز على الانفعال	٣	٣٠-١٩-٨
الانسحاب المعرفي	معرفي مركز على الانفعال	٥	٤٠-٣٥-٢٤-١٣-٢
التفكير الرغبي	معرفي مركز على الانفعال	٤	٣٧-٢٧-١٦-٥
البحث عن المعلومات والدعم	مختلط (سلوكي ومعرفي)	٣	٢٥-١٤-٣
التحول إلى الدين	مختلط (سلوكي ومعرفي)	٣	٢٨-١٧-٦

يتضمن المقياس - كما هو وارد بجدول (١) - (١١) بعداً، صيغ بصدها (٤٢) بنداً؛ يجاب عليها باختيار أحد بدائل الاستجابة (موافق تماماً - موافق بصفة عامة - موافق إلى حد ما - غير موافق). ووضعت الدرجة عن كل بند وفقاً لأربعة مستويات بحيث يُعطى الفرد أربع درجات في حالة الإجابة على البند (بموافق تماماً)، وثلاث درجات في حالة الإجابة (بموافق بصفة عامة) ودرجتين في حالة الإجابة (بموافق إلى حد ما)، ودرجة واحدة في حالة الإجابة (بغير موافق)؛ وبالتالي يأخذ كل بند درجة تتراوح ما بين (١-٤)؛ وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (١٦٨-٤٢) درجة.

حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس\*:

١- صدق المقياس: تم التحقق من البنية العاملية للمقياس على عينة التقيين التي بلغ عددها (١٦٥) من الطلاب والراشدين الصم بمحافظة سوهاج، عن طريق التحليل العاملي، بطريقة المكونات الأساسية 'لهوتيلنج' بعد تدويرها تدويراً متعامداً بطريقة 'الفاريمكس'، وتم الإبقاء على جميع البنود لتشبعها على العامل عند مستوى (٠.٣) فأكثر، بالإضافة إلى الإبقاء على العوامل التي بلغ جذرها

\* قام مُعد المقياس (لطفى عبد الباسط إبراهيم، ١٩٩٤) بالتأكد من صدق المقياس وثباته بأكثر من طريقة وذلك على عينة تقنين من طلاب الجامعة.

الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

الكامن  $\leq 1$ . وأظهرت النتائج تشبع بنود المقياس (٤٢) بنداً على (٣) عوامل رئيسة فقط تفسر (٦٢.٤٢٢%) من التباين الكلي، فالعامل الأول الأساليب السلوكية المركزة على المشكلة والمركزة على الانفعال بلغ جذره الكامن (١٤.٤٤٩) ويفسر (٣٤.٤٠٢%) من التباين الكلي، والعامل الثاني الأساليب المعرفية المركزة على المشكلة والمركزة على الانفعال بلغ جذره الكامن (٧.٦١٣) ويفسر (١٨.١٢٢%) من التباين الكلي، والعامل الثالث الأساليب المختلطة (سلوكية/ معرفية) التي يستخدمها الأفراد في مواجهة الضغوط بلغ جذره الكامن (٤.١٥٥) ويفسر (٩.٨٩٣%) من التباين الكلي.

٢- ثبات المقياس: قام الباحثان بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ؛ على عينة التقيين التي بلغ عددها (١٦٥) من الطلاب والراشدين الصم بمحافظة سوهاج؛ بلغ  $0.908$ ؛ وهو ما يشير إلى تمتع المقياس بالاتساق الداخلي من ناحية، وإلى ثباته المرتفع من ناحية أخرى.

**عرض النتائج، ومناقشتها:**

لاختبار مدى إسهام كل من الضغوط وأساليب مواجهتها بين أفراد عينة الدراسة الصم في التنبؤ بالصمود قام الباحثان باستخدام أسلوب تحليل الانحدار التدريجي المتعدد<sup>١١</sup>؛ حيث أن هذا الأسلوب الإحصائي يُظهر فقط النتائج الدالة ولا يظهر النتائج غير الدالة، ويقوم بترتيب للمتغيرات المستقلة (المنبئة) حسب قيم كل متغير (R)، مع اشتراط عدم وجود ارتباط خطي بين المتغيرين المستقلين (المنبئين) (إشراق راصع، وصفوت فرج، وفيصل يونس، ومعتر عبدالله، ٢٠١٤)؛ حيث بلغ معامل الارتباط بين الضغوط وأساليب مواجهتها  $-0.25$  (محمد عبدالعظيم، ٢٠١٦)؛ وبالتالي تأكد الباحثان من تجاوز مشكلة الأزواج الخطي بين المتغيرين المنبئين. ويبين الجدول (٢) نتائج تحليل الانحدار التدريجي لمتغير الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرات مستقلة (منبئة) والصمود كمتغير تابع (متبنا به) كالتالي.

جدول (٢) نتائج الانحدار التدريجي المتعدد لإسهام الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى عينة الدراسة الذكور الصم (ن=٨٠).

المتغيرات المستقلة	(R) معامل الارتباط المتعدد	(R2) معامل التحديد	الثبات	(B) المعامل المبني	(Beta) بيتا	قيمة "ت" المحسوبة	مستوى الدلالة
الضغوط	٠.٢٩٦	٠.٠٨٨	٥٤.٣١	٠.٢٣٢	٠.٣٩١	٣.٦٠	٠.٠١
أساليب المواجهة	٠.٤٢٢	٠.١٧٨		٠.١٢٦	٠.٣١٥	٢.٩٠	٠.٠٥
المتغير التابع الصمود							

Stepwise regression analysis<sup>١١</sup>

تشير نتائج جدول (٢) إلى تحقق الفرض؛ حيث يتضح من قيمة معامل التحديد أن متغير الضغوط (كمتغير مستقل مُنبئ) يفسر نحو ٩% من التباين الحاصل في الصُّمود لدى أفراد عينة الدراسة الصُّم، في حين يفسر متغير أساليب المُواجهة (كمتغير مستقل مُنبئ) حوالي ١٨% من التباين الحاصل في الصُّمود لدى أفراد عينة الدراسة الصُّم.

أوضحت نتائج الدراسة الحالية أن أساليب المُواجهة متغير مُنبئ بالصُّمود لدى أفراد عينة الدراسة الصُّم؛ فهو أكثر إسهاماً في التنبؤ بالصُّمود من متغير الضغوط؛ حيث بلغت قيمة "المعامل البايي" B (٠.١٢٦) وقيمة "بيتا" Beta (٠.٣١٥)؛ أي أن التغير بمقدار وحدة واحدة في متغير أساليب المُواجهة زيادة أو نقصاً، يؤثر في الصُّمود بمقدار (٠.١٢٦) وحدة في نفس الاتجاه لدى أفراد عينة الدراسة الصُّم، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة المعادلة التنبؤية الآتية للعلاقة بين المتغير التابع أو المتنبأ به (الصُّمود) والمتغير المستقل أو المُنبئ (أساليب المُواجهة): الصمود = ٠.١٢٦ + ٥٤.٣١ أساليب المُواجهة.

يفسر الباحثان هذه النتيجة في ضوء ما أشارت إليه الدراسات السابقة بأن طلاب الجامعة الصُّم الذين يمتلكون مهارات المُواجهة بشكل أفضل كانوا أكثر صُّموداً (Lukomski, 2011)، وكذلك مع النتائج التي أكدت على وجود علاقة ارتباطية بين الصُّمود النفسي وأساليب مُواجهة الضُّغوط (Campbell-Sills, Cohan, & Stein, 2006)، وغيرها من الدراسات التي أشارت إلى أن مجموعة الأفراد الذين استخدموا أساليب المُواجهة المركزة نحو المشكلة زاد لديهم الصُّمود النفسي، في حين ارتبط استخدام الأفراد لأساليب المُواجهة الأقل فائدة بانخفاض الصُّمود النفسي، كما أوضحت أن أساليب مُواجهة الضُّغوط غالباً ما تتنبأ بالصُّمود (Walker, 2012)، وتلك النتائج التي خلصت إلى أن أساليب المُواجهة الفعالة تنبئ بشكل كبير بالصُّمود (Terzi, 2013)، والنتائج التي أكدت على إمكانية التنبؤ باستراتيجيات المُواجهة الإيجابية من خلال أبعاد الصُّمود (منال عبد النعيم محمد، ٢٠١٣).

كما يتضح من جدول (٢) أن الضغوط متغير مُنبئ بالصُّمود، وإن كان أقل إسهاماً في التنبؤ بالصُّمود من متغير أساليب المُواجهة؛ حيث بلغت قيمة "المعامل البايي" B (٠.٢٣٢) وقيمة "بيتا" Beta (٠.٣٩١)؛ أي أن التغير بمقدار وحدة واحدة في متغير الضغوط زيادة أو نقصاناً يؤثر في الصُّمود بمقدار (٠.٢٣٢) وحدة في نفس الاتجاه لدى الأفراد الصُّم، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة المعادلة التنبؤية الآتية للعلاقة بين المتغير التابع (الصُّمود) والمتغير المستقل أو المُنبئ (الضُّغوط): الصمود = ٠.٢٣٢ + ٥٤.٣١ الضُّغوط.

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين منبئين بالصمود لدى الذكور الصم

يفسر الباحثان هذه النتيجة في ضوء أن الأفراد الصامدين أقل إدراكاً لدرجة الضغوط، الذي يتفق مع ما أشارت إليه بعض الدراسات السابقة (e.g.: Abolghasemi & Taklavi, 2010; Natalia, Jolanta & Jorg, 2013) التي توصلت إلى وجود علاقة سلبية بين الصمود وإدراك الضغوط، وتلك النتائج التي أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين الصمود وضغوط ما بعد الصدمة (Ming Lei, et al., 2012)، والنتائج التي خلصت إلى أن الصمود النفسي العام والفردية يتبأ بشكل سلبى بأعراض الضغوط، كما يتبأ بشكل إيجابي بالتغلب على أعراض الضغوط ما بعد الصدمة (Kimhi, Hantman, Goroshit, Eshel & Zysberg, 2012). في حين تختلف نتائج هذه الدراسة مع النتائج التي تخلص إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية لأبعاد الصمود الداخلية والخارجية وبين درجة التعرض للضغوط، كما أشارت أيضاً إلى عدم وجود فروق بين المرتفعين والمنخفضين في أبعاد الصمود النفسى في درجة التعرض للضغوط (منال عبد النعيم محمد، ٢٠١٣).

### مناقشة عامة لنتائج البحث:

من خلال العرض السابق لما انتهى إليه البحث الراهن، من حيث تتبؤ الضغوط، وأساليب المواجهة بالصمود، يمكن للباحثان القول بأن النتيجة جاءت متوقعة، ومتسقة مع التراث النفسي النظري، والإمبريقي، فالمتغيرين المرتبطين ببعضهما، وهو الأمر الذي يتعلق بالنموذج التفاعلي<sup>١٧</sup> الذي وضعت "لازاروس" و"فولكمان"، والذي لا تقع فيه الضغوط على جانب المثير أو الاستجابة، وإنما على العلاقة التي تربط الفرد والموقف في تفاعلها معاً؛ أي يمكن الحديث عن الضغوط من خلال طبيعة التفاعل بين الفرد والموقف، وذلك عندما يظهر عدم التوازن بين متطلبات الموقف من ناحية، وقدرة الفرد المدركة على أن يحقق هذه المتطلبات من ناحية أخرى؛ أي عندما تزيد متطلبات الموقف عن قدرات الفرد (أمال عبد الحميد السيد، ٢٠٠٦، ٢٠). ومن منظور أكثر شمولاً، نجد أن مرتفعي الصلابة (وثيقة الصلة بالصمود) يميلون إلى إعادة تقدير الظروف السلبية بوصفها ظروفاً إيجابية، بما يسمح لهم بالسيطرة على الضغوط التي تواجههم، بدلاً من الشعور بأنها تتحكم فيهم (أحمد عبدالخالق، ٢٠١٦، ٣٣٤).

بناءً على ما سبق يشير الباحثان إلى أن الأفراد مرتفعي الصمود يمتلكون القدرة على مواجهة الضغوط بشكل ملائم، وتكون لديهم القدرة على النجاح وتحقيق نتائج أفضل في العمل،

<sup>١٧</sup> Transactional model



كما يستطيعون التكيف بشكل أفضل مع مختلف المواقف التي يتعرضون لها، فخبيرات الضغوط تستدعي الصمود، وهو ما يتسق مع اعتبار الصمود بمثابة القدرة على التعافي من الضغوط وتعتمد درجة الصمود على درجة تعرض الفرد للضغوط" (Hicks & Miller, 2008, 89)، والنتائج التي تؤكد أن تعرض الفرد لعوامل الخطر والتحديات والصعوبات تعزز عوامل الحماية والوقاية، وأن استجابة الفرد لعامل الخطر يخلق الصمود ويعززه (Lukomski, 2011). كما يتميز الأفراد مرتفعي الصمود بمجموعة من الخصائص منها: الشعور بالتقدير، واعتقاد الفرد في قدرته على حل المشكلات، واتخاذ القرارات، والكفاءة الاجتماعية، والاعتماد على الاستراتيجيات الفعالة للمواجهة (Sheridan, 2011, 232-233)، والقدرة على تقبل المشاعر السلبية والتعامل معها، والقدرة على مواجهة الضغوط، والمرونة (أشرف محمد عطية، ٢٠١١، ٥٨٤).

أخيراً، تتسق نتائج الدراسة الحالية مع ارتباط الصمود بعدد من المكونات المهمة التي تشمل تقبل الذات، والكفاءة الاجتماعية، وفاعلية الذات، والمثابرة، والمواجهة، والتأقلم (Ryan & Caltabiano, 2009, 41) التي تساعده على مقاومة الصعوبات والأحداث الضاغطة في الحياة والنظر إليها بشكل أكثر تفاؤلاً في المستقبل. ليس الصمود فقط الذي يعمل على الحد من التأثيرات الضاغطة حيث تُعد المساندة الاجتماعية أحد المتغيرات الوقائية التي لها دور هائل في التخفيف من الضغوط التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم اليومية؛ حتى أن البعض يُعد الصلابة النفسية والدعم الاجتماعي (كمُتغيرين وقائين) بمثابة عاملين ملطفين لأثر ضغوط الحياة خلال تفاعلها معاً، كما أن الأمل يزود الفرد بفوائد وقائية عن طريق خفض مُعدّل المشاعر السلبية، كما يسهم في التخفيف من الآثار السلبية للضغوط، كما أن الأفراد الذين يمتلكون انفعالات واتجاهات إيجابية وقت الأزمات الصادمة يتمتعون أيضاً بمعدلات مرتفعة من الصمود، كما وجد ارتباط موجب بين المشاعر الإيجابية والصمود، وكذا تلك النتائج التي توصلت إلى أن التفاؤل كأحد العوامل الوقائية يُعدّل - بشكل إيجابي العلاقة بين الأمراض المزمنة والاستجابات التي تتسم بالصمود (محمد عبدالعظيم، ٢٠١٦).

### قائمة المراجع:

إيتسام محمود على (٢٠٠٨). العلاقة بين إدارة الوقت وأساليب مواجهة الضغوط ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه غير منشورة. معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

أحلام حسن محمود، وسحر الشروبجي (٢٠١٢). الإيثار لدى الأطفال الصم والمكفوفين في مسقط والإسكندرية: دراسة عبر ثقافية. مجلة أمارا باك. ٣. (٦): ٩٢-١٩.

أحمد سيد عبدالرازق (٢٠٠٢). أساليب التعامل مع الضغوط وعلاقتها بالمعاملة الوالدية: دراسة نفسية مقارنة لدى عينتين من الفئات الخاصة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الآداب، جامعة المنيا.

أحمد عبدالخالق (٢٠١٦). الضغوط والأمراض - مدخل في علم نفس الصحة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

أحمد عربيات، ومحمد الزبودي (٢٠٠٨). فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط لدى أسر الأطفال ضعاف السمع وأثره في تكيف أطفالهم. مجلة جامعة دمشق. ٢٤. (١): ٢٣٦-٢٠١.

إشراق راصع، وصفوت فرج، وفيصل يونس، ومعز عبدالله (٢٠١٤). الضغوط والاكنتاب كمتغيرين منبئين بالتفكير الانتحاري لدى طلبة جامعة صنعاء. دراسات عربية في علم النفس. ١٣. (١): ٩٩-١٣٢.

أشرف محمد عطية (٢٠١١). الصمود الأكاديمي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب التعليم المفتوح. دراسات نفسية. ٢١. (٤): ٥٧١-٦٢١.

أمال عبدالحليم سيد (٢٠٠٦). دراسة مقارنة في علاقة الصلحة النفسية للذكاء بأساليب مواجهة الضغوط بين الأطباء وضباط الشرطة. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية الآداب، جامعة عين شمس.

أمل سليمان العنزى (٢٠٠٤). أساليب مواجهة الضغوط عند الصغيرات والمصابات بالاضطرابات النفسجسمية "السيكوسوماتية": دراسة مقارنة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة الملك سعود.

بغيجة لياس (٢٠٠٦). استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية "الكوبين" وعلاقتها بمستوى القلق والاكتئاب لدى المعاقين حركياً. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر.

جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاقي (١٩٨٩). معجم علم النفس والطب النفسي. الجزء الثاني. القاهرة: دار النهضة العربية.

جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاقي (١٩٩٠). معجم علم النفس والطب النفسي. الجزء الثالث. القاهرة: دار النهضة العربية.

جابر عبد الحميد جابر، وعلاء الدين كفاقي (١٩٩٥). معجم علم النفس والطب النفسي. الجزء السابع. القاهرة: دار النهضة العربية.

جوديث جوردان (٢٠١١). الصمود التواصلي لدى الفتيات. في: سام جولدشتين وروبرت ب. بروكس (محرران). الصمود لدى الأطفال. (١٤١-١٦٢). ترجمة: صفاء الأعرس. القاهرة: المركز القومي للترجمة.

رمضان محمد القذافي (١٩٩٣). سيكولوجية الإعاقة. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

عابدة شكري حسن (٢٠٠١). ضغوط الحياة والتوافق الزوجي والشخصية لدى المصابات بالاضطرابات السيكوسوماتية والسويات: دراسة مقارنة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الآداب، جامعة عين شمس.

عبدالرحمن سليمان الطيرري (١٩٩٤). الضغط النفسي: مفهومه - تشخيصه - طرق علاجه ومقاومته. الرياض: دون ناشر.

عبدالستار إبراهيم (٢٠٠٢، أبريل). الحكمة الضائعة: الإبداع والاضطراب النفسي والمجتمع. سلسلة عالم المعرفة. العدد (٢٨٠). الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

عبدالستار إبراهيم (٢٠١٠). السعادة الشخصية - في عالم مشحون بالتوتر وضغوط الحياة. ط٢. القاهرة: دار العلوم للنشر.

عبدالله حميد السهلي (٢٠٠٩). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي بالمدينة المنورة وغير المرضى. رسالة

## الضغوط وأساليب مواجهتها كمتغيرين متبنيين بالصمود لدى الذكور الصم

دكتوراه غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى.

علاء الدين محمد خليل (٢٠٠٢). الخدمات المقدمة للأطفال الصم وعلاقتها بسماتهم الشخصية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية. غزة.

غزلان شمسى محمد (٢٠٠٩). الضغوط النفسية والتوافق الأسرى والزواجى لدى عينة من أباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى بمكة المكرمة.

قحطان أحمد الظاهر (٢٠١٢). الفروق في الذكاء الانفعالى بين الصم والمكفوفين. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. ١٠. (١): ١٧١-٢٠١.

لطفي عبدالباسط إبراهيم (١٩٩٤). مقياس عمليات تحمل الضغوط. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

مَجْمَع اللغة العربية (٢٠٠٤). المعجم الوسيط. ط٤. القاهرة: مكتبة دار الشروق الدولية.

محمد سعد حامد (٢٠١٠). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية المرونة الإيجابية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية، جامعة عين شمس.

محمد عبدالعظيم خلف الله (٢٠١٦). الصمود كمتغير مُعدّل في العلاقة بين الضغوط وأساليب مواجهتها لدى الراشدين الصم. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الآداب، جامعة سوهاج.

محمد محمد عودة (٢٠١٠). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية. غزة.

مصطفى رشاد مصطفى (٢٠١٠). الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة كليات التربية بجامعات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، الجامعة الإسلامية. غزة.

منال عبدالنعيم محمد (٢٠١٣، مايو). الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة ودرجة التعرض للضغوط لدى طلاب الجامعة : دراسة تنبؤية. حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية. كلية الآداب، جامعة القاهرة. الحولية الخامسة.

موشي زيدنر، وجيرالد ماثيوس (٢٠١٦، يونيو). القلق. ترجمة: معتز سيد عبدالله، والحسين محمد عبدالمنعم. سلسلة عالم المعرفة. العدد (٤٣٧). الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

نشوة كرم عمار (٢٠١٠). فاعلية برنامج إرشادي عقلاي انفعالي في تنمية أساليب مواجهة مشورة. منشورة. معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

نعيمة جمال الرفاعي (٢٠٠٤). مستوى تحقيق الذات في علاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية. مجلة البحوث النفسية والتربوية. كلية التربية، جامعة المنوفية. ٣: ٣٤٧-٣٧٩.

نوربير سيلامي (٢٠٠١). المعجم الموسوعي في علم النفس. ج ٣. ترجمة : وجيه أسعد. دمشق: وزارة الثقافة.

هالة عطية محمود (٢٠٠٨). الحاجات النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (المكفوفين والصم والعادين). رسالة دكتوراه غير منشورة. معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

Abolghasemi, A. & Taklavi, V. (2010). Resilience and perceived stress: predictors of life satisfaction in the students of success and failure. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 748-752.

Bernal-Sprekelsen, M.; Hormann, K. & Lamparter, U. (1990). Sudden deafness and stress: a retrospective analysis. *Acta Otorrinolaringologica Espanola*, 41(2), 5-93.

Brooks, R. & Goldstein, S. (2004). *The Power of resilience: Achieving balance, confidence, and personal strength in your life*. NY: Mc Graw-Hill.

- Campbell-Sills, L.; Cohan, S. & Stein, M. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585-599.
- Charlson, E. ; Bird, R. & Strong, M. (1999). Resilience and success among deaf high school students: Three case studies. *American Annual of the Deaf*, 144(3), 226-235.
- Doumit, R. (2012). *Coping Mechanisms Among Lebanese First-Time College Students*. Unpublished Doctorale thesis. University of Chicago, Illinois.
- Forshaw, M. (2003). *Advanced Psychology: Health Psychology*. NY: Hodder & Stoughton Educational.
- Greenfield, R. & Nelson, C. (2011). Research Update: Stress and Children who are Deaf-Blind. *California Deaf-blind Services*, 16(1), 1-3.
- Hasson, D.; Theorell, T.; Wallen, M.; Leineweber, C. & Canlon, B. (2011). Stress and prevalence of hearing problems in the swedish working population. *BMC Public Health*, 11(130), 1-12.
- Jones, J.; Ouellette, S. & Kang, Y. (2006). Perceived stress among deaf adults. *American Annals of the Deaf*, 151(1), 25-31.
- kimhi, S.; Hantman, S.; Goroshit, M.; Eshel, Y. & Zysberg, L. (2012). Elderly people coping with the aftermath of war: Resilience versus vulnerability. *the American Journal of Geriatric psychiatry*, 20(5), 391- 401.
- Lazarus, R. (1999). *Stress and Emotion*. NY: Springer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY: Springer.
- Lian, S. & Tam, C. (2014). Work stress, coping strategies and resilience: A study among working females. *Asian Social Science*, 10(12), 41-52.
- Listman, J.; Rogers, K. & Hauser, P. (2011). Community cultural wealth and

- deaf adolescents' resilience. In: Zand, D. and Pierce, K. (Eds.). *Resilience in Deaf Children: Adaptation Through Emerging Adulthood*. (279-297). NY: Library of Congress.
- Litman, J. (2006). The cope inventory: Dimensionality and relationships with approach- and avoidance-motives and positive and negative traits. *Personality and Individual Differences*, 14(2), 273-284.
- Lukomski, J. (2011). Resiliency and the emerging deaf adult. In: Zand, D. and Pierce, K. (Eds.). *Resilience in deaf children: Adaptation through emerging adulthood*. (375-390). NY: Library of Congress.
- Martin-Breen, P. & Anderies, J. (2011). *Resilience: A literature review*. NY: Arizona University.
- Oshio, A.; Kaneko, H.; Nagamine, S., & Nakaya, M. (2003). Construct validity of the adolescent resilience scale. *Psychological Reports*, 93(3), 1217-1222.
- Ryan, L. & Caltabiano, M. (2009). Development of a new resilience Scale: The resilience in midlife scale (RIM scale). *Asian Social Science*, 5(11), 39-51.
- Richardson, G. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(7), 307-321.
- Rizzo, A.; Buckwalter, J.; John, B.; Newman, B.; Parsons, T.; Kenny, P., & Williams, J. (2012). STRIVE: Stress Resilience In Virtual Environments: a pre-deployment VR system for training emotional coping skills and assessing chronic and acute stress responses. *Studies in health technology and informatics*, 173, 379- 385.
- Schmitt C. ; Patak, M., & Kroner-Herwig, B. (2000). Stress and the onset of sudden hearing loss and tinnitus. *International Tinnitus Journal*, 6(1), 9-41.
- Sheridan, M. (2011). Whose literacy is it, Anyway? strengths-Based guidelines for transforming the developmental environments of

deaf children and adolescents. In: Zand, D. and Pierce, K. (Eds.). *Resilience in Deaf Children: Adaptation Through Emerging Adulthood*. (229-249). NY: Library of Congress.

Snape, J. & Miller, D. (2008). A challenge of living? Understanding the psycho-social processes of the child during primary-secondary transition through resilience and self-esteem theories. *Educational Psychology Review*, **20**(3), 217- 236.

Terzi, S. (2013). Secure attachment style, coping with stress and resilience among university Students. *The Journal of Happiness & Well-Being*, **1**(2),97-109.

Toates, F. (2011). *Biological psychology*. 3<sup>rd</sup> ed. NY: Pearson.

VandenBos, G. (2015). *APA Dictionary of Psychology*. 2<sup>nd</sup> ed. NY: APA.

Walker, J. (2012). *An examination of the relationships between depression symptoms, coping strategies, and resilience: Understanding these variables in the context of a general sample*. Unpublished Master thesis. University of Woman's, Texas.



**Stress and coping styles as a predictive variables  
for resilience among deaf males**

**Ahmed M. Mousa, Ph.D<sup>18</sup>.**

**Mohamed Abd-Elazeem Khalaf-Allah, M.A<sup>19</sup>.**

**Abstract:**

The current study investigated whether or not there is a predictive role to Stress and coping styles as a predictive variables for resilience among (80) deaf males ( $M= 26.47$ ,  $S.D.= 8.58$ ). Three scales were applied to the subjects: Resilience scale which prepared by Osho and colleagues (2003), and translated by the first researcher; Stress scale which prepared by the first researcher; and coping styles' scale which prepared by "Lotfi A. Ibrahim" (1994). The results showed a significance predicting role of the two variables: stress, and coping styles, for resilience. These results were discussed in light of the psychological literature.

**Key words:** Resilience, Stress, Coping styles, Predictive variable, Dea

<sup>18</sup> Lecturer of Psychology, Faculty of Arts, Sohag University

<sup>19</sup> Instructor in Psychology Department- Faculty of Arts- Sohag University