

## ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الاسرة اليمنية في ضوء الأحداث الراهنة - دراسة ميدانية

رغد زين العابدين محمد يوسف<sup>(١)</sup> - أحمد مصطفى العتيق<sup>(٢)</sup>  
مصطفى إبراهيم عوض<sup>(١)</sup>

(١) طالبة دراسات عليا، كلية الدراسات العليا والبحوث البيئية، جامعة عين شمس (٢) قسم العلوم الإنسانية البيئية، كلية الدراسات العليا والبحوث البيئية، جامعة عين شمس

### المستخلص

بناء برامج عديدة ومتنوعة لمواجهة الظروف الصعبة التي هدفت الدراسة لتحديد ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الاسرة اليمنية في ضوء الأحداث الراهنة واعتمدت الدراسة علي نظرية التكيف النفسي Psychological adaptation كعملية دينامية مستمرة، تم إجراء هذه الدراسة على مجموعة مكونة من (140) اسرة يمنية كما استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي وكانت أهم نتائج الدراسة ما يلي:

توجد فروق جزئية عند مسنوى معنوية (٠,٠٥) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تبعاً لمكان الإقامة لصالح سكان اليمن. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في ابعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف تبعاً للنوع. توجد فروق جزئية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تبعاً للنوع لصالح الإناث. توجد فروق جزئية في العلاقة بين ميكانزمات المواجهة والتكيف تبعاً لمتغير مكان الإقامة لصالح يمنيون خارج اليمن في عينة الدراسة.

### التوصيات:

أوضحت هذه الدراسة ضرورة التركيز علي استراتيجيات الوقاية من الاضطرابات النفسية وخاصة اضطرابات كرب مابعد الصدمة التي تهدد كافة فئات المجتمع اليمني وخاصة الفئات المهمشة ( اطفال - نساء - شيوخ - معاقين ) وذلك من خلال عاصروها. الاهتمام بالنمو النفسى للأطفال بعد صدمة الحرب .

- ١- تخصيص برامج إرشادية للأفراد بعد الصدمة خاصة التوافق النفسي والاجتماعي.
- ٢- الاهتمام بدراسة الخبرات الصادمة واضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لجميع فئات المجتمع.
- ٣- الاهتمام بالأوضاع الاقتصادية والسعي للتواصل مع المنظمات الدولية للحصول على مساعدات إنسانية .
- ٤- ضرورة إنشاء مركز بحثي خاص بالأيتام والتركيز على الإرشاد الجماعي والفردى والتربوي والنفسي عند التعامل مع الأيتام وأمهاتهم.
- ٥- ضرورة تحديد احتياجات المرأة بشكل أساسى في كل دولة حسب امكانياتها سواء صحية أو تعليمية أو ثقافية أو دينية مع التركيز على المجتمعات التي تعرضت للحروب.
- ٦- اختيار أخصائيين اجتماعيين ونفسيين مدربين مهنيًا على ممارسة العمل مع الناجين من الحروب.
- ٧- ضرورة التنسيق بين المنظمات الدولية ومساندة المجتمعات التي تعرضت أو مازالت تواجه الحروب.
- ٨- حث المجتمع الدولى للضغط على اطراف الصراع للضرورة الملحة لوقف الحرب بشكل نهائى في اليمن.
- ٩- ضرورة التعاون الدولي لاعادة البنى التحتية للمجتمعات التي تعرضت لدمار الحروب.
- ١٠- ضرورة السعي لتأهيل ابناء المجتمع اليمني للتكيف مع الواقع بعد الصدمة والتعامل مع جميع الاسر والافراد المتضررين.

## مقدمة

الحروب والصراعات المسلحة ليست وليدة اليوم، فقد عرفت المجتمعات البشرية منذ نشأتها حروب ونزاعات خلفت معاناة ومآسى في حق الانسانية وهذا عائدا إلى غريزة الإنسان في السيطرة والتملك واستخدام القوة دون الاستناد إلى أية قواعد وضوابط تحكمه سواء كانت قانونية أو أخلاقية إلا أنه منذ الحرب العالمية الثانية انخفض العدد الفعلي للنزاعات وعدد المدنيين المتأثرين بالنزاع إلى حد كبير، ومع ذلك فإن الإدراك العام هو أن

العالم يعيش وسط نزاعات وأزمات مدمرة وغير مسبوقه، وأصبحت هذه النزاعات في أنحاء  
متعدده من العالم أكثر طولاً تدمر الحياة المدنية

وتأتي اليمن كإحدى دول المنطقة التي طال فيها أمد الحرب، فقد دخلت حرب اليمن المدمرة عامها السابع محدثة الكثير من الانعكاسات والآثار السلبية في المجتمع اليمني، حيث أشارت دراسة علمية أجراها المرصد اليمني لحقوق الانسان عام (2017م) إلى ان الحرب في اليمن خلفت خسائر مروعة فقد أطاحت بمنجزات خمسة عقود من التنمية لتنتقل اليمن إلى الوراء خمسين عاما، وأصبحت اليمن غارقة في أزمة إنسانية، فالمدنيون في حاجة إلى مساعدة عاجلة لحماية حياتهم وحقوقهم الأساسية، فهناك (2,21) مليون شخص في حاجة إلى شكل من أشكال المساعدات الإنسانية منهم (4,14) مليون شخص غير قادرين على تلبية احتياجاتهم الغذائية، ويعاني (6,7) ملايين من الأشخاص من انعدام الأمن الغذائي الشديد، أي أنه أربعة من أصل خمسة يمنيون بحاجة إلى مساعدة إنسانية ، أما على مستوى التعليم فقد أشارت دراسة أجراها مركز الدراسات التربوي في بداية الحرب إن الحرب أدت إلى اغلاق (3700) مدرسة في عموم الجمهورية. وكشف تقرير منظمة الأمم المتحدة للطفولة "يونيسيف" 2019 بشأن التعليم في اليمن أن نحو (500) ألف طفل يمني انقطعوا عن الدراسة منذ تصاعد الصراع مؤخرا، ليضافوا إلى مليون طفل يمني أصبحوا خارج المنظومة التعليمية منذ بدء الحرب بالبلاد عام 2015م، وأن المنظومة التعليمية في اليمن تأثرت بشكل كبير بسبب عددة عوامل منها التوقف عن صرف رواتب الكوادر التعليمية العاملة في ثلاث أرباع المدارس الحكومية، وأن للتجنيد دور في تسرب الأطفال من مدارسهم، إضافة إلى الفقر الذي جعل عمالة الأطفال الذكور في الشوارع أمرا عاديا، أما الفتيات فقد كشف التقرير أن مسح أجري عام 2016م في ست محافظات وأظهر أن ما يقارب من ثلاث أرباع النساء تزوجن قبل سن 18 سنة في حين تزوج نصفهن تقريبا قبل بلوغهن سن 15 سنة، وأن النزاع المتواصل تسبب في حرمان ملايين الأطفال في اليمن من

حقهم في التعليم، والصحة وأن العنف والنزوح والهجمات التي تتعرض لها المدارس يحول دون وصول العديد من الأطفال إلى المدارس.

### مشكلة الدراسة

وأشار مركز صنعاء للدراسات الاستراتيجية (٢٠١٧) الي أن الحرب في اليمن تركت آثارها السلبية على مختلف جوانب الحياة وفي مقدمتها الاسرة التي تدفع الثمن من المتوقع أن تظل البيئة التشغيلية صعبة حيث لا يزال اليمن يعاني من اقتصاد مدمر وانهيار في المؤسسات والخدمات العامة، والتي تفاقمت بسبب المخاوف الأمنية وعدم الاستقرار السياسي. مع ظهور جبهات للقتال عبر عدة محافظات، يستمر النزوح المتكرر والمتواصل والمتعلق بالنزاع إلى جانب انتهاكات القانون الإنساني الدولي وحقوق الإنسان. كما اشار تقرير اليونسيف عن الاسرة اليمنية ٢٧ مارس ٢٠١٧: الا أن ترك النزاع المستمر والهجمات وانتهاكات حقوق الإنسان على مدى السنوات الخمس الماضية أثر لا يمحي أجبر ما يقارب من 5.30 مليون على مغادرة منازلهم بسبب النزاع، بعد أن تعرضت منازلهم للتدمير وفقدوا سبل كسب عيشهم، وتضاعف حجم معاناة النساء والأطفال والمسنين والأشخاص ذوي الإعاقة بسبب استمرار القتال وتدهور الاقتصاد وتوقف الخدمات العامة مثل النظام القضائي ومراكز التسجيل والمستشفيات والمدارس وغيرها.

### أسئلة الدراسة

السؤال الرئيسي للدراسة:

- ما ميكانيزمات المواجهة والتكيف لدى الاسرة اليمنية في ضوء الأحداث الراهنة؟

### الأسئلة الفرعية:

١. ما ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى يمنيون خارج اليمن؟
٢. ما ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى سكان اليمن؟
٣. ما هي أكثر ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى عينة الدراسة؟
٤. ما هي أكثر ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الذكور؟
٥. ما هي أكثر ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الإناث؟
٦. ما أكثر عوامل الشخصية الخمسة شيوعا لدى اليمنيون خارج اليمن؟
٧. ما أكثر عوامل الشخصية الخمسة شيوعا لدى سكان اليمن؟
٨. ما أكثر عوامل الشخصية الخمسة شيوعا لدى عينة الدراسة ككل؟
٩. ما أكثر عوامل الشخصية الخمسة شيوعا لدى الذكور؟

### فروض البحث

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في أبعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف بين الذكور والإناث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين الذكور والإناث.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في أبعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن.

## أهداف الدراسة

تتبلور أهداف الدراسة فيما يلي:

- تحديد ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الاسرة اليمنية في ضوء الأحداث الراهنة.
- تحديد الفروق في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تبعاً لمتغير مكان الإقامة في عينة الدراسة.
- تحديد الفروق في ميكانزمات المواجهة والتكيف تبعاً لمتغير النوع في عينة الدراسة.
- تحديد الفروق في العوامل الخمسة الكبرى تبعاً لمتغير النوع في عينة الدراسة.
- تحديد الفروق في ميكانزمات المواجهة والتكيف تبعاً لمتغير مكان الإقامة في عينة الدراسة.

## أهمية الدراسة

- تبرز أهمية الدراسة من أهمية موضوعها ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الاسرة اليمنية في ضوء الأحداث الراهنة.
- يتناول موضوعاً جديداً حيث طالت فترة الحرب التي تعيشها اليمن مما تولد عنها انعكاسات وآثار سلبية في العديد من فئات المجتمع الحين ومستقبلاً.
- موضوع الدراسة يشمل جميع فئات المجتمع واتسعت دائرتها فما زالت مدن وقرى اليمن تسقط في هاوية الصراع واتساع دائرة المتضررين وتشمل الاطفال والنساء والشباب والمسنين.
  - تقليص سبل التكيف بشكل حاد علي المجتمع اليمني حيث يعيش الناس أكبر ازمة إنسانية معاصرة وذلك أوضحه تقرير اليونسيف عن الاسرة اليمنية - صنعاء ٢٧ مارس ٢٠١٧.

- التركيز علي اهمية وفاعلية وتأثير الامن النفسي في بناء شخصية الفرد وتأثير الخبرات الطفولية في حياة الافراد ودوافع السلوك مدى الحياة المتعرضين للخبرات الصادمة من الاسر والافراد في اليمن. (londerville & main:198)
- تحديد وحصر إحتياجات الاسر والافراد الذين عاشوا الخبرة الصادمة للحرب في اليمن ومحاولة التركيز علي كيفية إشباع الإحتياجات والتخفيف من حدة الضرر وتقديم المساعدات الازمة النفسية والاجتماعية والمادية. ( بلقيس محمد جبارى ٢٠١٨ )  
النظريات المرتبطة بمتغيرات الدراسة: واقع اليمن وميكائزمات المواجهة والتكيف في زمن الحرب:

وقد كشف تقرير مدير مؤسسة تمكين المرأة اليمنية د/ زعفران زايد ان معاناة النساء في الحرب اليمنية لا تقتصر على ظروف النزوح ومشاعر الخوف من عمليات القصف، بل تزداد قساوة في ظل انقطاع الخدمات العامة، مما يدعوهم للقيام بمهام شاقة في ظل انشغال الرجال بالحرب وبالبحث عن فرص لإعالة أسرهن.

كثير من النساء اليمنيات خصوصا الحوامل منهن يرفضن الذهاب الى المستشفيات بسبب الغارات الجوية المباغته ويفضلن استقدام طبيبة أو قابلة إلى المنزل، غير أن هناك أيضا مخاطر كثيرة، كما حدث للسيدة "بشرى العريفي" التي تخوفت من حدوث غارات ولم تذهب للولادة بالمستشفى. وتقول " بشرى" الموت في منزلي أهون من الموت في الطريق. لكنني دفعت ثمن خوفي مقابل حياة طفلي" فقد توفي طفلها بعد ولادته لعدم القدرة على التنفس ، حيث لم يكن بالبيت جهاز اكسجين، كما في المستشفى

- نظرية التكيف: مصطفى فهمي ( ١٩٩٥ :ص ٢٣ ) يعني فيما يعنيه قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ويسلك سلوكاً مقبولاً يدل على الاتزان في مختلف المجالات، وتحت تأثير جميع الظروف وهو عملية ديناميكية مستمرة تشمل

اكتساب وتبني اساليب من السلوك تكون ملائمة للبيئة وتغيراتها، وان مفهوم التكيف أصلا هو مفهوم بيولوجي، كان حجر الزاوية في نظرية داروين عن الانتخاب الطبيعي وبقاء الأصلح فالحيوانات التي استطاعت التلاؤم مع بيئتها الطبيعية أستمرت في البقاء كالحرباء التي تغير لونها ليتناسب مع البيئة الطبيعية، وهجرة أسماك السلمون والإنسان يعمل باستمرار على التكيف مع بيئته الطبيعية عن طريق ارتداء اللباس المناسب وشكل البناء ونوع الطعام وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح تلاؤم أو توافق اذ أن الإنسان يتلاءم مع بيئته النفسية والاجتماعية مثلما يتلاءم مع بيئته الطبيعية ويمكن تقسيم التكيف بشكل عام إلى:

• التكيف بالمعنى اللفظي: ونقصد به قابلية الفرد للتعود على فعل شي معين ( . Cottraux, 1990, p 204).

• التكيف بالمعنى البيولوجي: وهو التغير الآلي الذي يطرأ على جسم الكائن الحي على غير علم او ارادة منه مثل دفاع الجسم اذا اقتحمه جسم غريب (ميكروب) او زرع احد الاعضاء في جسم الانسان أو استئصال احد الكليتين .

١. التكيف بالمعنى النفسي: الذي يرتبط بوجود دوافع معينة تدفع الفرد للقيام بمحاولات للوصول الى هدفه وتعرضه عدة عقبات ويقوم بعدة محاولات أو يلجأ احيانا الى الانسحاب او الهروب من الموقف، وفي هذه الحالة تبقى الصعوبة قائمة فهو عملية يمارسها الفرد شعوريا أو لا شعوريا تهدف إلى تغيير سلوكه ليصبح أكثر توافقا مع بيئته ومع متطلبات دوافعه. أما أبعاد التكيف فهي كما يلي:

٢. التكيف الشخصي ( الانفعالي ): ويشمل السعادة مع النفس والرضا عنها ، وإشباع الدوافع الأولية ( الجوع والعطش والجنس والراحة والأمومة ) والثانوية المكتسبة ( الأمن والحب والتقدير) وانسجامها وحل صراعاتها ، وتناسب قدرات الفرد وامكانياته مع مستوى طموحه

- وأهدافه والتكيف الاجتماعي : يشمل السعادة مع الآخرين والالتزام بقوانين المجتمع وقيمه والتفاعل الاجتماعي السوي ، والعمل للخير والسعادة الزوجية ، والراحة المهنية.
٣. والتكيف النفسي Adjustment ( شيريت وحلاوة ٢٠٠٢:١٢٣) نوعان اما ان يكون تكيفا حسنا او تكيفا سيئا ،
٤. فالتكيف الحسن: هو قدرة الفرد على اشباع حاجاته بطريقة مقبولة ، بحيث لا يصطدم بتقاليد ونظم المجتمع السائدة وان كانت تلك الحاجات ملحة ... وهناك عوامل تساعد الفرد على التكيف الحسن منها:
- اشباع الحاجات الضرورية.
  - اكتساب الفرد العادات والمهارات السليمة التي تساعده على اشباع حاجاته.
  - تقبل الانسان لذاته.
  - معرفة الانسان لنفسه.
  - المسالمة .
  - المرونة .
  - الصحة النفسية الجيدة
- أما التكيف السيء: فهو عجز الفرد عن اشباع حاجاته بطريقة مرضية له وللاخرين وسبب هذا العجز اما وراثي ...او بيئي كإصابته بالعاهاات والأمراض او بسبب صدمة انفعالية شديدة، وعندما يعجز عن اشباع حاجاته يصيبه الشعور بالإحباط والفشل وهذا بدوره يسبب له القلق والتوتر لكن بطريقة غير شعورية وسوف يواجه هذا العجز بوسائل لا شعورية او ما يسمى:

**الحيل الدفاعية Defense Mechanisms:** ( طه ١٩٩٩:١١٧ ) ليتخلص من خلالها من الاحباطات والصراعات التي لم تحل والتي تهدد أمنه النفسي مثل: الكبت والتبرير والتعويض والكذب والعدوانية والاسقاط واحلام اليقظة والنكوص والتقمص والتكوين العكسي، كما ان من أسباب سوء التكيف ترجع الى الانحراف عن المستوى العادي للسلوك والتصرف ازاء الموقف، وإذا تجمعت مجموعة من المواقف والظروف الخطرة على الفرد وطال عليها الزمن بحيث وجد نفسه في مأزق يصعب الخلاص منه فحينئذ يهتز بناء شخصيته وتزداد فيها مشاعر القلق والتوتر وتظهر فيها مواطن الضعف وقتئذ سينتهي الامر بانهيار نفسيته ويتوقف ذلك على طبيعته الشخصية Personality ومقدرتها على التحمل وفيما لو كانت هذه الشخصية :

أ- شخصية مريضة وليست شخصية سوية

ب- شخصية قلقة وخائفة

ج- شخصية غير مستقرة

د- شخصية مختلفة للأعداء للتهرب من المسؤولية

إذ ان شخصية الفرد هي جملة من الصفات الجسمية والعقلية والمزاجية والاجتماعية والخلقية التي يتسم بها شخصاً ما عن غيره .. يتأثر هذا النظام الى درجة كبيرة بسلامة الجهازين العصبي والغدي وخلوه من الصراعات النفسية الموصولة العنيفة الشعورية واللاشعورية ، كالصراع بين غرائز الفرد وضميره وبين نزواته وعاطفة احترامه لنفسه، وبين قدراته وطموحاته فضلا عن خلوه شخصيته من العقد النفسية المتركمة من مرحلة الطفولة (P37,2003,Sillamy Norbert)..وهنا يتطلب ان ننمي الاتجاهات الاتية:

- اتجاه نحو زيادة الثقة بالنفس وتدعيم وتعزيز العلاقات الشخصية والابتعاد عن الخوف وضياح الشخصية او ضعفها .
- الاتجاه نحو الصراحة والانفتاح مع الاخرين والابتعاد عن الانعزالية.

- الاتجاه نحو الاعتماد على النفس وانه قادر علي فعل اي شيء .
- الاتجاه نحو معرفة الذات .

نستخلص من السابق التعريف الاجرائي للتكيف هو :- هو عملية دينامية مستمرة نتناول السلوك والبيئة والطبيعة الاجتماعية بالتغير والتعديل حتى يحدث التوازن بين الفرد والبيئة.

### مفهوم المواجهة:

المواجهة : ظهر هذا المصطلح في أواخر الستينات من القرن التاسع عشر عرفها لازاروس وفوكمان ١٩٨٤ ، هي مجموعة المجهودات المعرفية والسلوكية التي تعمل على خفض معدل التهديدات الداخلية والخارجية التي تتجاوز قدره الفرد للتكيف مع المواقف المختلفة ( لطفى الشربيني، ٢٠٠٣ ، ص٣٥ ).

لغويًا - اصلها انجليزية ( Coping ) وهي التسوية أو التعامل أي استجابات تكيفية للتغيرات التي تحدث في البيئة المحيطة للفرد.

التعريف الاجرائي للمواجهة: هي ذلك التعبير المستمر في المجهودات المعرفية والسلوكية والانفعالية من أجل ادارة المطالب الداخلية والخارجية التي يقيمها الفرد بأنها ترهق أو تفوق إمكانياته.

وجميع التعريفات إتفقت أن اساليب المواجهة ، أنها تعبر عن مجهودات يقوم بها الفرد بهدف التحكم في المشقة وتخفيض الضيق وتعديل الموقف الى الافضل وصولا الى المحافظة قدر الامكان على توازن الفرد الانفعالي وتكيفه النفسي والاجتماعي.

## الدراسات السابقة

١. دراسة (Hart & Gillath، 2010) بعنوان آثار الأمن النفسي وانعدام الأمن على المواقف السياسية وتفضيلات القيادة، وأشارت الدراسة إلى أن التهديدات السياسية

عن الأمن، تسبب الشعور بعدم الأمن، وتحفز الفرد لتبني قيم سياسية معينة والحد من القلق، وجاءت النتائج لتدعم أن من آثار انعدام الأمن والتهديدات في المواقف السياسية وتفضيلات القيادة، إظهار المشاركون قبول لمرشح سياسي قوي، كما أوضحت الدراسة أن الإدراك الاجتماعي يؤثر على الأمن وانعدام الأمن على المواقف والسلوكيات.

٢. دراسة **Kuma , & Kadhiravan 2012** والتي أشارت إلى أن الضغوط تزداد نتيجة عوامل متنوعة منها زيادة الضغط، والتنافس، وقلة المصادر، والدعم العائلي غير الكافي وكذلك العنف الذي يتم بثه عبر وسائل العلم، ومخاطر التحول من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الرشد، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن: التدريب على استخدام مهارات المواجهة الفعالة يؤثر في كل من كفاءة الذات ومواجهة الضغوط بصورة فعالة.

٣. دراسة **Krageloh & Christian، 2012** وهدفت إلى الكشف عن المستوي الديني والروحاني في علاقته بأساليب المواجهة الدينية، وأشارت النتائج إلى ما يأتي: أن الأفراد ذوي المستوي الديني والروحاني المنخفض يميلون إلى استخدام إستراتيجيات التجنب بالمقارنة بالأفراد ذوي المستوي الديني المرتفع، وأن الأفراد ذوي المستوي الديني المرتفع يميلون إلى استخدام إستراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المشكلة.

٤. دراسة **Macneil & Laura، 2012** والتي توصلت إلى أن الطلاب الذين يستخدمون أساليب التجنب لديهم ضغوط يومية مرتفعة كما أن لديهم اضطرابات في الأكل واضطرابات سلوكية بالمقارنة بمن لديهم ضغوط أقل، وأن كفاءة الذات لها تأثير دال في مواجهة الضغوط وأن من لديهم ثقة أقل بالنفس تزداد لديهم اضطرابات الأكل والاضطرابات السلوكية.

٥. دراسة **Zelviene & Paulina، 2012** التي هدفت إلى الكشف عن الرابطة بين القلق الاجتماعي وأساليب مواجهة الضغوط، وكشفت النتائج عن أن القلق الاجتماعي وإستراتيجيات المواجهة تظل ثابتة خلال القياس الثاني بعد مرور سنة وأن القلق الاجتماعي له علاقة دالة مع العوامل المعرفية وإستراتيجيات المواجهة.
٦. دراسة **Swanepoel & Phile، 2012** والتي هدفت إلى تحديد دور أساليب مواجهة الضغوط في العلاقة بين الصحة النفسية والاكنتاب، وأشارت النتائج إلى أنه: لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة المتمركزة حول الانفعال والاكنتاب- تلعب أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة دورا بين الصحة النفسية والاكنتاب - تلعب أساليب المواجهة المتمركزة حول الانفعال دورا في العلاقة بين الصحة النفسية والاكنتاب- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الصحة النفسية والاكنتاب - توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين أساليب المواجهة والاكنتاب.
٧. دراسة **محمد (٢٠١٧)** هدفت الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي عقلائي إنفعالي سلوكي لخفض الضغوط النفسية وتنمية فعالية الذات لدي الطلاب المكفوفين، واستعانت الباحثة بأدوات تمثلت في: مقياس فعالية الذات للطلاب المراهقين ، مقياس الضغوط النفسية للطلاب المراهقين المكفوفين ، وقامت بتصميم البرنامج الإرشادي لخفض الضغوط النفسية وتنمية فعالية الذات لدي الطلاب المراهقين المكفوفين ، أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة علي مقياسي الضغوط النفسية وفعالية الذات في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فعالية البرنامج الإرشادي العقلائي الإنفعالي السلوكي في خفض الضغوط النفسية وتنمية فعالية الذات لدي الطلاب المكفوفين.

٨. دراسة على (٢٠٢٠) تناولت أبعاد الضغوط النفسية وقد أسفرت النتائج عن أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ممارسي المرحلة الإعدادية والمرحلة الثانوية في كل من الضغوط المرتبطة بالمنافسات الرياضية والضغوط الذاتية لصالح ممارسي الأنشطة الخارجية من كل طلاب المرحلة الثانوية، كما أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق بين ممارسي الأنشطة الرياضية الخارجية بالمعاهد الأزهرية وفقاً للمرحلة الدراسية والضغوط الأسرية والضغوط المرتبطة بالمنافسات الرياضية والضغوط المرتبطة بإدارة المعهد وتنظيم الوقت والضغوط الذاتية الشخصية.
٩. بينما تناولت دراسة الجندي (٢٠٢١) البحث عن مدى فاعلية برنامج قائم على أساليب مواجهة الضغوط النفسية لرفع الكفاءة المهنية لمعلمات في مرحلة الطفولة المبكرة في خفض الضغوط النفسية لديهن عن طريق تنمية أساليب مواجهة الضغوط النفسية والمساهمة من خلالها في رفع الكفاءة المهنية لديهن ويهدف البرنامج الحالي الي التعرف على اساليب مواجهة الضغوط النفسية شيوعا وانتشارا لديهن.
١٠. دراسة شاكر (٢٠٢١) سعت الى الكشف عن العلاقة الارتباطية ، بين الذكاء الانفعالي واستراتيجيات التكيف الإيجابية مع الضغوط النفسية ، لدى طلاب الجامعة. ، وكذلك كشفت عن الفروق في الذكاء الانفعالي خاصة في ضوء متغيرات كالنوع، التخصص مع وجود مجموعة من الفروق في استراتيجيات التكيف الإيجابية مع الضغوط النفسية.

### منهج وإجراءات الدراسة

**منهج الدراسة:** في سبيل تحقيق هدف الدراسة واختبار فروضها، اعتمد الباحثون في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي وأسلوب الدراسة الميدانية لجمع المعلومات والبيانات اللازمة لإتمام الدراسة.

أما مصدر البيانات فقد تم الحصول عليها من مصدرين هما:

أ - **المصادر الثانوية:** حيث اتجه الباحثون في معالجة الإطار النظري للدراسة إلى مصادر البيانات الثانوية والتي تتمثل في الكتب والمراجع العربية والأجنبية ذات العلاقة، والدوريات والمقالات والتقارير، والأبحاث والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة، والبحث والمطالعة في مواقع الإنترنت المختلفة.

ب - **المصادر الأولية:** تتمثل في جمع البيانات الأولية ميدانياً، وذلك من خلال استخدام استبيان تم تصميمه خصيصاً لهذا الغرض، ووزع على أفراد العينة لجمع البيانات المطلوبة.

### أهداف الدراسة:

- تحديد ميكانزمات المواجهة والتكيف لدى الاسرة اليمنية في ضوء الأحداث الراهنة.
- تحديد الفروق في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تبعاً لمتغير مكان الإقامة في عينة الدراسة.
- تحديد الفروق في ميكانزمات المواجهة والتكيف تبعاً لمتغير النوع في عينة الدراسة.
- تحديد الفروق في العوامل الخمسة الكبرى تبعاً لمتغير النوع في عينة الدراسة.
- تحديد الفروق في ميكانزمات المواجهة والتكيف تبعاً لمتغير مكان الإقامة في عينة الدراسة.

**ميدان الدراسة:** تم إجراء هذه الدراسة على مجموعة مكون من (140) فرد 70 شخص من سكان اليمن، ومجموعة مكونة من 70 شخص من يمنيون خارج اليمن في الفترة الزمنية ما بين ٢٠١٨ الي ٢٠٢١ .

وقد تألفت عينة الدراسة من:

أ - العينة الاستطلاعية: أجريت هذه الدراسة الاستطلاعية على عينة مكونة من (40) فرد من أجل الإجابة على استبيان تم إرجاعه كاملاً، للتأكد من صدق وثبات المقاييس المستخدمة في البحث.

ب - أداة القياس: اعتمد الباحثون في الدراسة الحالية على مقياس ميكانزمات المواجهة والتكيف وهو من إعداد الباحثون، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

ج - الخصائص السيكومترية لأداة القياس: للتأكد من أداة الدراسة المستخدمة تستطيع أن تقيس ما وضعت من أجله لتقيسه، ويجب قياس الخصائص السيكومترية لهذه الأداة وهذه الخصائص تتمثل في الصدق والثبات وسنتطرق إلى كيفية حساب كل خاصية من هاتين الخاصيتين.

هـ - العينة الفعلية: بعد التحقق من صدق أداة القياس وثباتها، وزعت الاستمارات على أفراد عينة الدراسة، حيث تكونت عينة الدراسة من مجموعتين، مجموعة سكان اليمن وعددها 70 شخص، ومجموعة سكان يمنيون خارج اليمن وعددها 70 شخص.

وقد قام الباحثون قبل إجراء البحث بعمل استطلاع رأي لسكان اليمن ويمنيون خارج اليمن للتعرف على أهم المشكلات التي تواجههم.

أدوات الدراسة: قام الباحثون باستخدام أداتين للدراسة:

1 - مقياس ميكانزمات المواجهة والتكيف ، وهو من إعداد الباحثة.

2 - قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد (john & kentle) تعريب بشري إسماعيل أحمد.

الأداة الأولى: مقياس ميكانزمات المواجهة والتكيف: قامت الباحثة بصياغة أولية لعبارة لمقياس ميكانزمات المواجهة والتكيف انطلاقاً من موضوع الدراسة وأهدافها وتساولاتها

وذلك بعد القراءة المتأنية والاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة وخبرة الباحثة العملية.

١. وصف قياس مكيانزمات المواجهة والتكيف: قام الباحثون بتحديد الابعاد التي تشمل عليها المقاس والتي تمثلت في أربعة أبعاد وهي:

- أسلوب التعايش مع الضغوط الحياتية المتمركزة علي حل المشكلة.
- أسلوب التعايش مع الضغوط الحياتية المتمركزة علي التنفيس الانفعالي.
- أسلوب التعايش مع الضغوط الحياتية المتمركزة علي المساندة الاجتماعية.
- أسلوب التعايش مع الضغوط الحياتية التجنبية.

ثم صياغة كل بعد ويشمل ١٠ عبارات لكل بعد.

اعتمد المقياس علي التدرج الثلاثي ( نعم، الي حد ما، لا ) طبقا لمقياس ليكرت الثلاثي. ولقد تم احتساب مستوي الاهمية وفقا للمعادلة التالية:

مستوي الاهمية = ( الحد الاعلى للاجابة - الحد الادنى للاجابة ) ÷ الحد الاعلى للاجابة.

أولاً: صدق مقياس مكيانزمات المواجهة والتكيف:

١. صدق الاتساق الداخلي: معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات مقياس مكيانزمات

المواجهة والتكيف مع الدرجة الكلية ، ( ن = ٤٠ ) دلالة عند مستوى معنوية ( ٠,٠١ ).

٢. الصدق البنائي: أوضحت النتائج أن جميع الابعاد ترتبط ببعضها البعض بالدرجة الكلية

وهي ذات دلالة إحصائية عن مستوية دلالة ( ٠,٠١ ) وهذا يؤكد ان أبعاد الاستبيان تتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ثانياً: ثبات مقياس مكيانزمات المواجهة والتكيف:

١. طريقة التجزئة النصفية: أثبتت النتائج أن معامل الثبات الكلي مقياس مكيانزمات المواجهة

والتكيف ( ٦٩٧ % ) أي انها تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢. معامل ألفا كرنباخ: وهي طريقة تعتمد على حساب تباينات الفقرات وتباين الاختبار وعلى الرغم من أن قواعد القياس في القيمة الواجب الحصول عليها غير محددة إلا أن الحصول على ( $ALPHA \geq 0,60$ ) يعتبر مقبول.

#### الأداة الثانية: مقياس العوامل الشخصية الكبرى

**وصف المقياس:** يتكون مقياس العوامل الشخصية الكبرى للشخصية في صورتها النهائية من (٣٢) فقرة موزعة على خمسة عوامل هي: الانبساطية وتتكون من ٨ فقرات، و المقبولية ويتكون من ٦ فقرات، ويقظة الضمير ويتكون من ٥ فقرات، والعصابية ويتكون من ٥ فقرات، والانتفح ويتكون من ٨ فقرات، وقد وزعت درجات الاجابة على المقياس ليكرات الخماسي والجدول التالي يوضح التصحيح.

أولاً: تصحيح العبارات الايجابية

غير موافق بشدة	غير موافق	غير متأكد	غير موافق	موافق بشدة
١	٢	٣	٤	٥

ثانياً: تصحيح العبارات السلبية

غير موافق بشدة	غير موافق	غير متأكد	غير موافق	موافق بشدة
٥	٤	٣	٢	١

أولاً: صدق مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

١. معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المقياس كالتالي:
    - جميع فقرات بعد الانبساطية وعددها ٨.
    - وبعد المقبولية وعددها ٦.
    - والعصبية وعددها ٥.
    - والانتفح وعددها ٨
- الفقرات حققت دلالة إحصائية عند مستوى معنوي (٠,٠١).

٢. الصدق البنائي: أوضحت النتائج أن جميع الأبعاد ترتبط ببعضها البعض بالدرجة الكلية وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذا يؤكد درجة صدق المقياس.

ثانياً: ثبات مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

١. طريقة التجزئة النصفية: أوضحت النتائج أن معامل الثبات الكلي لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (٥٦٨ %) وذلك دلالة على أن أبعاد المقياس تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢. طريقة ألفا كرونباخ: أظهرت النتائج أن قيم ثبات أبعاد المقياس والتي تراوحت بين (٠,٩٢٢) لحد أعلى لبعد الانبساطية (٠,٦٩٢) لبعد العصابية كحد أدنى كما بلغ معامل ثبات إجمالي المقياس (٠,٨٨٩) تدل هذه المؤشرات على تمتع أبعاد المقياس بمعامل ثبات عال وبمقدرتها على تحقيق أهداف الدراسة.

المعالجات الإحصائية المستخدمة في الدراسة: فيما يلي مجموعة من الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات:

2 - تم حساب التكرارات والنسبة المئوية للتعرف على مفردات عينة الدراسة، وتحديد استجابات أفرادها تجاه عبارات أبعاد الدراسة.

3 - تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية للتأكد من صدق وثبات أداة الدراسة:

- معامل ارتباط بيرسون: التأكد من صدق الاتساق الداخلي للاستبيان وذلك بإيجاد معامل "ارتباط بيرسون" بين كل بُعد من الأبعاد والدرجة الكلية للأبعاد الذي ينتمي له البعد، وكل عبارة من العبارات مع البعد الذي تنتمي إليه العبارة.
- معادلة ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية المتساوية، ومعادلة جثمان للتجزئة النصفية غير المتساوية، ومعامل ألفا كرونباخ: للتأكد من ثبات أداة الدراسة.

4 - المتوسط الحسابي Mean وذلك لمعرفة مدي ارتفاع أو انخفاض استجابات أفراد الدراسة عن كل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة الأساسية.

5 - استخدام الانحراف المعياري (Standard Deviation) للتعرف على مدي انحراف استجابات أفراد الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة ولكل بُعد من أبعادها الرئيسية عن متوسطها الحسابي، ويلاحظ أن الانحراف المعياري يوضح التشتت في استجابات أفراد الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة إلى جانب أبعاد الدراسة، فكلما اقتربت قيمته من الصفر كلما تركزت الاستجابات وانخفض تشتتها.

6 - تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية لتحليل نتائج الدراسة الميدانية.

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط المئوي المرجح في نتائج التحليل الوصفي للمتغيرات.

- اختبار t لمتوسط عينة واحدة (One sample T test).

- تم استخدام (Independent Samples T-test) للعينتين المستقلتين.

### نتائج إختبار الفروض:

**الفرض الأول:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في أبعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف بين يمينون خارج اليمن وسكان اليمن. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

جدول رقم (٢): يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق في بين متوسطات درجات يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن

اتجاه الفروق	مستوى دلالة T	قيمة t	سكان اليمن ن = 70		يمنيون خارج اليمن ن = 70		أبعاد ميكانيزمات المواجهة والتكيف
			ع	م	ع	م	
لصالح حي يمنيون خارج اليمن	0.00 0	5.84 0	4.72 4	22.0 6	3.85 8	26.31	حل المشكلات
لصالح حي يمنيون خارج اليمن	0.00 0	5.22 9	5.28 7	22.0 7	2.76 4	25.80	التنفيس الانفعالي
لصالح حي يمنيون خارج اليمن	0.00 0	3.72 5	3.40 9	24.0 6	3.88 2	26.36	المساندة الاجتماعية
لصالح حي يمنيون خارج اليمن	0.034	2.136	6.501	16.10	3.620	18.00	الضغوط الحياتية التجنبية

لقد أظهرت نتائج الجدول السابق أن:

أولاً: حل المشكلات: لقد أظهرت النتائج وجود فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد حل المشكلات حيث كان متوسط حي يمنيون خارج اليمن (26.31) ومتوسط اليمن

(25.48)، وقيمة "ت" (5.840) عند مستوي معنوية (0.05)، وهي بذلك تكون دالة إحصائياً، ومن هنا نستطيع القول بأنه توجد فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد حل المشكلات لصالح يمنيون خارج اليمن، حيث أن متوسط يمنيون خارج اليمن قد جاء أكبر من متوسط سكان اليمن.

**ثانياً: التنفيس الانفعالي:** لقد أظهرت النتائج وجود فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد التنفيس الانفعالي حيث كان متوسط حي يمنيون خارج اليمن (25.80) ومتوسط اليمن (22.07)، وقيمة "ت" (5.229) عند مستوي معنوية (0.05)، وهي بذلك تكون دالة إحصائياً، ومن هنا نستطيع القول بأنه توجد فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد التنفيس الانفعالي لصالح يمنيون خارج اليمن، حيث أن متوسط يمنيون خارج اليمن قد جاء أكبر من متوسط سكان اليمن.

**ثالثاً: المساندة الاجتماعية:** لقد أظهرت النتائج وجود فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد المساندة الاجتماعية حيث كان متوسط حي يمنيون خارج اليمن (26.36) ومتوسط اليمن (24.06)، وقيمة "ت" (3.725) عند مستوي معنوية (0.05)، وهي بذلك تكون دالة إحصائياً، ومن هنا نستطيع القول بأنه توجد فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد المساندة الاجتماعية لصالح يمنيون خارج اليمن، حيث أن متوسط يمنيون خارج اليمن قد جاء أكبر من متوسط سكان اليمن.

**رابعاً: الضغوط الحياتية التجنبية:** لقد أظهرت النتائج وجود فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في بُعد الضغوط الحياتية التجنبية حيث كان متوسط حي يمنيون خارج اليمن (18.00) ومتوسط اليمن (16.10)، وقيمة "ت" (2.136) عند مستوي معنوية (0.05)، وهي بذلك تكون دالة إحصائياً، ومن هنا نستطيع القول بأنه توجد فروق بين يمنيون خارج

اليمن وسكان اليمن في بُعد الضغوط الحياتية التجنبية لصالح يمنيون خارج اليمن، حيث أن متوسط يمنيون خارج اليمن قد جاء أكبر من متوسط سكان اليمن. وبذلك نقبل الفرض الذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في أبعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن. لصالح يمنيون خارج اليمن

تفسير نتائج الفرض الاول: أظهرت النتائج العامة الدراسات وجود فروق ذات دلالة احصائيا عند مستوى معنوية (0,05) بين ميكانزمات المواجهة والتكيف بين المنيون خارج اليمن وسكان اليمن لصالح يمنيون خارج اليمن وذلك تتفق مع الدراسات السابقة التي تناولت ابعاد وميكانزمات المواجهة والتكيف.

إلا أن هذه النتيجة اختلفت مع بعض الدراسات السابقة للاخضري والتي تشير الى ان الاحداث والخبرات الصادمة بشكل مستمر تؤثر سلبيا على عملية التوافق النفسي والاجتماعي مما يؤدي الى حدوث صدمات نفسية واضطرابات سلوكية وانفعالات عقلية.

الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في أبعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف بين الذكور والإناث. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

جدول رقم (٢): يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق في بين متوسطات درجات الذكور والاناث

اتجاه الفروق	مستوى دلالة T	قيمة t	إناث ن = 62		ذكور ن = 78		أبعاد ميكانيزمات المواجهة والتكيف
			ع	م	ع	م	
لا توجد فروق	0.427	0.797	4.568	23.82	4.985	24.47	حل المشكلات
لا توجد فروق	0.883	0.148	4.833	23.87	4.439	23.99	التنفس الانفعالي
لا توجد فروق	0.251	1.153	4.053	24.79	3.613	25.54	المساندة الاجتماعية
لا توجد فروق	0.467	0.730	5.658	17.42	5.069	16.76	الضغوط الحياتية التجنبية

لقد أظهرت نتائج الجدول السابق أن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في أبعاد مقياس ميكانيزمات المواجهة والتكيف ، وبالتالي عدم تحقق الفرض القائل بأن: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في أبعاد ميكانيزمات المواجهة والتكيف بين الذكور والإناث.

تفسير نتائج الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ابعاد ميكانيزمات المواجهة والتكيف بين الذكور والاناث:

أظهرت النتائج الدراسية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين الذكور والاناث. في ابعاد مقياس مكنزمات المواجهة والتكيف بين الذكور

والإناث وبالتالي عدم تحقق الفرد القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0,05) في أبعاد ميكانزمات المواجهة والتكيف بين الذكور والإناث. واتفقت هذه النتيجة مع الدراسات السابقة لأن وقع الخبرات الصادمة علي جميع افراد المجتمع نتيجة الحروب بوصول لنفس المعاناة والاضرار ويأتي باعراض علي درجة كبيرة من التقارب بين الجنسين.

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين. جدول رقم (3): يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق بين متوسطات درجات يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن

أبعاد المقياس	يمنيون خارج اليمن ن = 70		سكان اليمن ن = 70		قيمة t	مستوى دلالة T	اتجاه الفروق
	ع	م	ع	م			
الانيساطية	5.650	33.60	5.072	33.31	0.315	0.753	لا توجد فروق
المقبولية	4.024	25.43	4.163	25.13	0.434	0.665	لا توجد فروق
يقظة الضمير	3.478	21.24	3.073	20.21	1.854	0.066	لا توجد فروق
العصابية	3.426	19.87	2.881	21.86	3.712	0.000	لصالح اليمن
التفتح	4.399	30.49	5.161	33.13	3.261	0.001	لصالح اليمن

من ملاحظة الجدول السابق نجد أن الفرض قد تحقق بشكل جزئي، حيث كانت هناك فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن لصالح سكان اليمن في بُعد العصابية وُعد التفتح، في حين لم تكن هناك فروق بين يمنيون خارج اليمن وسكان اليمن في باقي أبعاد مقياس في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

### تفسير نتائج الفرض الثالث:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين اليمينيون خارج اليمن وسكان اليمن. أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية (0,05) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين اليمينيون خارج اليمن وسكان اليمن. كما اظهرت الدراسات ان هذا الغرض قد تتحقق بشكل جزئي حيث كانت هناك فروق بين اليمينيون خارج اليمن وسكان اليمن لصالح سكان اليمن في بعد العصابية وبعد التفتح في حين لم تكن هناك فروق بين يمينيون خارج اليمن وسكان اليمن في باقي ابعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

**الفرض الرابع:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بين الذكور والاناث.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين. جدول رقم (4): يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة للتعرف إلى الفروق بين متوسطات درجات الذكور والاناث

أبعاد المقياس	ذكور ن = 78		إناث ن = 62		قيمة t	مستوي دلالة T	اتجاه الفروق
	ع	م	ع	م			
الانبساطية	6.028	31.95	3.581	35.35	3.930	0.000	لصالح الاناث
المقبولية	4.189	24.74	3.873	25.95	1.752	0.082	لا توجد فروق
يقظة الضمير	3.349	20.49	3.263	21.03	0.967	0.335	لا توجد فروق
العصابية	3.443	20.94	3.154	20.77	0.286	0.775	لا توجد فروق
الافتح	5.194	31.51	4.661	32.18	0.787	0.443	لا توجد فروق

من ملاحظة الجدول السابق نجد أن الفرض قد تحقق بشكل جزئي، حيث كانت هناك فروق بين الذكور والاناث لصالح الاناث في بُعد الانبساطية، في حين لم تكن هناك فروق بين الذكور والاناث في باقي أبعاد مقياس في العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

وقد توصلت نتائج العديد من الدراسات إلى أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها، تعد عاملا هاما في صحته النفسية، ومن ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل غياب المساندة أو انخفاضها يمكن أن تنشط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد، بما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه. وفي هذا السياق، يذهب Coyne وآخرون (1991) نقلا عن عثمان يخلف (2001) إلى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تخفض أو تستبعد عواقب أحداث الحياة على الصحة.

ومن منظور سوسولوجي، ينظر إلى المساندة الاجتماعية في ضوء عدد وقوة علاقات الفرد بالآخرين في بيئته الاجتماعية، بمعنى درجة التوافق الاجتماعي للفرد وحجم وتركيب الشبكة الاجتماعية مما قد ترفع من مستوى الصحة لديه. ويضيف Cutrona و Russell (1990) نقلا عن عثمان يخلف (2001) إلى أن المساندة الاجتماعية وإتاحة علاقات اجتماعية مرضية تتميز بالحب، والود، والثقة تعمل كحواجز ضد التأثير السلبي لأحداث الحياة على الصحة الجسمية والنفسية.

وعلى غرار ما تقدم ينصح أن المساندة الاجتماعية والإمداد بالعلاقات الاجتماعية تعد متغيرا هاما في الوقاية وتنمية الصحة بجوانبها الجسمية والنفسية، حيث أثبتت دراسات علمية وطبية وبيئية حديثة الفوائد الصحية للمساندة الاجتماعية على صحة وسلامة العقل والجسم. وتشير أحدث التقارير الطبية في هذا الشأن إلى أن الأشخاص الذين لا يقيمون علاقات اجتماعية طيبة مع الآخرين ولا يتلقون مساندة اجتماعية هم عرضة أكثر من غيرهم للمشكلات الصحية، حيث يظهر دور الروابط الاجتماعية والمساندة العاطفية في الحفاظ على الصحة

والوقاية من المرض. وتفسير ذلك حسب "Cobb (1976)" أن الروابط الاجتماعية والمساندة العاطفية تعمل على تعميق التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد وتتمى روح الانتماء لديهم، حيث يشعرون بأنهم جزء من شبكة اجتماعية قوية و متماسكة يمكن أن توفر لهم الحماية اللازمة عند الحاجة، وأنهم كذلك موضع حب وعناية واحترام وتقدير من طرف الذين يحيطون بهم.

وفي السياق نفسه، أشار كل من Brownwell و Shumaker (1984) إلى أن وظائف المساندة الاجتماعية تختلف حسب نوعيتها ومكانتها عند المتلقي أي كيفية إدراكها ، لهذا يقسمها إلى قسمين رئيسيين هما: وظائف مساندة الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية ووظائف تخفيف أو الوقاية من الآثار النفسية السلبية لأحداث الحياة الضاغطة. تعمل المساندة الاجتماعية على الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية والعقلية للوصول إلى تعزيز ودعم إحساس المتلقي بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته والشعور بالسعادة، وذلك من خلال إشباع حاجات الانتماء، فالمساندة تنمي أنماط التفاعل الاجتماعي الايجابي من الأصدقاء وتزيل أي نوعية من الخلافات يمكن أن تقع عليهم، وتتمى مشاعر المشاركة الفعالة وبالتالي يمكن أن تشبع حاجات الانتماء مع البيئة المحيطة بالفرد. كما تعمل على المحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها من خلال الحفاظ على ذاتية الفرد وإحساسه بهويته الذاتية في إطار دعم العلاقات الشخصية بالمحيطين به ومن خلال تنمية مصادر التغذية الرجعية المرتبطة بمظاهر الذات للوصول إلى اتفاق في الآراء ووجهات النظر. كما تعمل أيضا على تقوية مفهوم احترام الذات من خلال تعزيز مفهوم احترام الذات لدى الفرد داخل الجماعة التي ينتمي إليها، وتتمى إحساسه بالكفاءة الشخصية. أما فيما يخص وظيفة المساندة في تخفيف أو الوقاية من الآثار النفسية التي تتسبب فيها الأحداث الضاغطة فيتم ذلك من خلال التنمية الواقعية لدى الفرد على مواجهتها بأساليب

إيجابية. حيث يقوم الفرد بتفسير عوامل الأحداث الضاغطة وتتدخل المساندة الاجتماعية في تعميق هذا التفسير. وتحسن مهمته بصورة إيجابية حتى يستطيع أن يواجهها بتفاعلات إيجابية. كما تقوم المساندة بتوسيع دائرة الخيارات لموارد المواجهة، وتوفر استراتيجيات فعالة لمواجهة نموذجية انفعالية وسلوكية وتقوم أيضا بتوفير المعلومات اللازمة لهذه المواجهة والأساليب المختلفة لحل المشكلات التي يعبر عنها.

من خلال ما سبق نرى أن وظائف المساندة تختلف حسب المواقف الحياتية للفرد سواء كانت ضاغطة أو لا، وهي تعمل على المشاركة الفعالة مع الآخرين، وتشكيل شبكات العلاقات والاتصالات النوعية التي تساهم في تخفيف الضغوط والوقاية من الآثار السلبية لأحداث الحياة وكذلك للحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية.

وهناك أدلة على أن المساندة الاجتماعية سواء في العمل أو المنزل أو الصداقات يمكن أن تزودنا بعازل فعال ومخفف للصدمات ضد آثار الضغوط النفسية وتساهم في التوافق النفسي الاجتماعي الفعال في البيئة المحيطة بالفرد. (هارون توفيق الرشيدي، 1999). ومن جهته يؤكد كل من أحرشوا والزاهر (2001) أن البطالة حدث حياتي ضاغط له انعكاس سلبي مباشر على الحياة النفسية والاجتماعية للشخص، ويرجع ذلك أساسا إلى أهمية ومكانة العمل الذي يضمن للفرد الاستقرار النفسي والاندماج الاجتماعي، ويجعل منه عنصرا إيجابيا وفعالا في المجتمع، وبهذا يصل الفرد إلى تحقيق ذاته والانتقال من حالة الإنسان التواكلي والتابع إلى حالة الإنسان المسئول والمستقل والمساهم في بناء مجتمعه وتنميته، وحرمانه من العمل يؤدي إلى اختلال استقراره النفسي والاجتماعي. ولهذا اهتدى محمد عبد الله بكر (2004) إلى أن أهمية العمل تكمن في تحقيق الاكتفاء المادي والمكانة الاجتماعية، فهو يساهم بدرجة كبيرة في الحفاظ على التوازن والاستقرار النفسي للفرد من خلال تنظيم وجدولة وقته واستغلاله في تحقيق أهداف ومقاصد عامة وممارسة أنشطة تجنب الفرد التأثير السلبي

لوقت الفراغ الذي يخلق حالة من اللامبالاة عند الفرد ويعمق من شعوره بعدم جدوى وجوده ومدى فائدته في الحياة. وعليه فإن حالة البطالة تؤثر سلبا على الصحة النفسية للفرد من خلال عنصر الفراغ وعدم الفعالية مما يؤدي إلى ظهور مختلف مظاهر سوء التوافق النفسي والاجتماعي للفرد.

إن عدم التوافق النفسي والاضطرابات الشخصية التي يتعرض لها الفرد نتيجة البطالة قد لا يقتصر تأثيرها السلبي على الفرد ، بل كثيرا ما تؤثر على أسرته أيضا. وتبرز المشكلة الأسرية بصورة خاصة، إذا كان الفرد متزوجا أو عائلا، عندها تعيش الأسرة في أجواء يشوبها فترات من التوترات النفسية وسوء التوافق النفسي والاجتماعي، وقد ينجر عن ذلك غياب التكافل والمساندة الاجتماعية والأسرية.

وفي هذا الصدد، يرى الزواوي خالد محمد (2004) أن العلاقات الإنسانية الايجابية مع المواطن اليمني عن العمل والوقوف بجانبه ومساندته من شأنها أن ترفع من معنوياته وتعزيز ثقته في نفسه وتساعده على تجاوز الوضعية الضاغطة التي تمثلها البطالة، وهو ما يساعد على تفادي الكثير من الانعكاسات السلبية للبطالة على الصحة النفسية والحياة الاجتماعية للعاطل.

## مقترحات الدراسة

تقترح الباحثة ما يلي:

- 1- إجراء دراسة للتعرف على أثر الحروب نفسيا واجتماعيا واقتصاديا لمواجهتها أو التخفيف منها.
- 2- التركيز على الخبرات الصادمة خاصة لدى الاطفال ، المرأة ، المسنين والشباب ومعالجتها.

- ٣- إجراء دراسة حول الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد المجتمع بعد الصدمة .
- ٤- إجراء دراسة الخبرات الصادمة وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المرأة لطبيعتها الخاصة.
- ٥- عمل برامج إرشادية للتخفيف من إضطراب ما بعد الصدمة.
- ٦- تقديم برامج إرشادية مقترحة لتعزيز الثقة بالنفس لدى الافراد بعد الصدمة.
- ٧- إجراء ابحاث دولية عن أثار الحروب على المجتمعات المجاورة لمجتمع الحرب
- أمثال: - الهجرة الغير شرعية نتيجة الحروب.
- انتشار الاوبئة.
- ما تتحمله المنظمات الدولية الانسانية نتيجة الحروب.
- للتأكيد علي عمق وانتشار أثار الحروب ليست علي المجتمع المتصارع وحده بل علي المجتمع الدولي كلة.

## المراجع

- ابراهيم العبدالستار (١٩٩٤) العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث: اساليبه وميادين تطبيقه، دار الفجر لنشر والتوزيع.
- أثر الحرب علي الصحة النفسية في اليمن: أزمة مهمله | مركز صنعاء للدراسات الاستراتيجية
- احمد الزهار والغالي احرشاو (٢٠٠١) : البحث عن العمل ومواجهة البطالة لدي خريج الجامعة - المجلة العربية للتربية ، مجلد ٢١ العدد الاول المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ص ٥٦-٨٢.
- احمد السيد محمود علي (٢٠٢٠) "استراتيجية مقترحة لمواجهة الضغوط النفسية لممارسي الأنشطة الرياضية الخارجية بالمعاهد الأزهرية، رسالة دكتوراه غير منشورة ،جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنات، قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية.

- اشرف محمد عبد الغني الشربيني ز محمد السيد حلاوة (٢٠٠٢) الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق المكتب الجامعي الحديث - الازاريطة - الاسكندرية.
- بلقيس محمد الجباري ( ٢٠١٨ ) دراسة تقدير انتشار الاضطرابات النفسية بين السكان المتضررين من الحر في اليمن، مؤسسة التنمية والارشاد الاسرى، وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل، صنعاء، جمهورية اليمن.
- بلقيس محمد الجباري وآخرون (٢٠٠٨) واقع الصحة النفسية في الجمهورية اليمنية، مجلة كلية الاداب، جامعة عدن.
- خالد محمد الزواوي (٢٠٠٤): البطالة في الوطن العربي ( المشكلة والحل ) - مجموعة النبل العربي للطباعة والنشر.
- راند عماد فتحي شاکر (٢٠٢١) : الذكاء الانفاعلي وعلاقته باستراتيجية التكيف الايجابي معا الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة- ماجستير كلية تربية، قسم علم النفس التربوي، جامعة بني سويف.
- شروق حسني محمد علي الجندي (٢٠٢١) : برنامج قائم علي اساليب مواجهة الضغوط النفسية لرفع الكفاءه المهنية لدي معلمات برنامج اللغة الانجليزية في مرحلة الطفولة المبركة - رسالة ماجستير، كلية التربية للطفولة المبكرة، قسم العلوم النفسية، جامعة بني سويف
- صالح الدهري وناظم العبيدي (١٩٩٩) الشخصية والصحة النفسية، دار الكندي للنشر الطبعة الاولى ، الاردن.
- عثمان يخلف (٢٠٠١) علم نفس الصحة الاسس الصحية والسلوكية للصحة - مكتبة نور .
- فرج عبدالقادر طه (١٩٩٩) اصول علم النفس الحديث - عيد الدراسه والبحوث الانسانية والاجتماعية - مجمع اللغة العربية.
- لطفى الشربيني، ٢٠٠٣، الطب النفسي ومشكلات الحياة - دار النهضة العربية للطباعة - بيروت ، لبنان.

- محمد شفيق محمود خطاب (٢٠١٧) الامن النفسى وتأثيره على الابناء ، المجلة العلمية - كلية رياض الاطفال - جامعة المنصورة، المجلد ٤ العدد ١.
- محمد عبد الله البكر (٢٠٠٤): "أثر البطالة فى البناء الاجتماعى، دراسة تحليلية للبطالة وأثرها فى المملكة السعودية"، مجلة علوم اجتماعية، المجلد ٣٢، العدد ٠٢، جامعة الكويت، صص ١-٢٠.
- مصطفى فهمى، الصحة النفسية: دراسات فى سيكولوجيا التكيف، القاهرة، مكتبة الخانجي، ١٩٩٥، ص ٢٣-٢٤.
- نوربرت سلامي (٢٠٠٣) المعجم الموسوعي علم النفس - وزارة الثقافة السورية.
- هارون توفيق الرشيدى (١٩٩٩) الضغوط النفسية طبيعتها نظرياتها - جامعة الزقازيق.

Brisbane, association sociological international, family to the bane or boon, migration, Vinita (2002) ISA, Australia.

Christian, J. & Krageloh, A.)2012(: How Religious coping is used relative to other coping strategies depends on the individual level of religiosity and spirituality, Journal Of Religion & Health, Dec., vol.51, issue 4, p 176-182

Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of social support and specific stress: Toward a theory of optimal matching. In B. R. Sara son, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), Social support: An interactional view (pp. 319-366). New York: John Wiley & sons.

Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. Psychosomatic Medicine, 38(5), 300-314.

E. Kazlauskas, P. Želvienė, Relationship between stressor exposure, subjective health, sociodemographic factors and

- psychological well-being, *Visuomenės sveikata* 4 (2012), 96-103. (in Lithuanian)
- Gillath, O. & Hart, J. )2010(. The effects of psychological security and insecurity on political attitudes and leadership preferences. *European Journal of Social Psychology*, Vol. 40 )1(, p122-134.
- J. Cottraux, *les thérapies comportementales et cognitives*, masson, Paris, 1990 , p 204 .
- Kadhiravan S., Kuma K., )2012(. Enhancing stress coping skills among college students, *Researchers World : Journal Of Arts, Science & Commerce* , Oct, vol 4, issue1, p54-62.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Londerville, S., & Main, M. (1981). Security of attachment, compliance, and maternal training methods in the second year of life. *Developmental Psychology*, 17(3), 289–299.
- Macneil, N. et al )2012(. The effects of avoidance coping and coping self –efficacy on eating disorder attitudes and behaviors, *Eating Behaviors*, vol.13, issue 4, p 143-149
- Shumaker, S. A., & Brownell, A. (1984). Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps. *Journal of Social Issues*, 40(4), 11–36
- Phile, J. & Swanepoel, P. )2012(: The role of coping in the relationship between spiritual wellbeing and depression among ministers, *Hervormde Teologiese Studies*, vol., 68, issue 1, p 1-9.

un security council, Letter dated 27 January 2017 from the Panel of Experts on Yemen addressed to the President of the Security Council (S/2017/81); human rights in Yemen, including violations and abuses since September 2014, U.N. doc A/HRC/36/33. ( Sep. 5. 2017)

## **THE COPING AND ADAPTATION MECHANISMS OF THE YEMENI FAMILY IN THE LIGHT OF CURRENT EVENTS**

**Raghd Z. M. Yousf<sup>(1)</sup>; Ahmed M. Alatiq<sup>(2)</sup>  
and Mostafa I. Awad<sup>(2)</sup>**

1) Post Grad. Student, Faculty of Graduate Studies and Environmental Research, Ain Shams University 2) Department of Environmental Humanities Sciences, Faculty of Graduate Studies and Environmental Research, Ain Shams University

### **ABSTRACT**

The study aims to determine the mechanisms of confrontation and adaptation in the Yemeni family in light of the current events. The study relied on the theory of psychological adaptation, psychological adaptation, a continuous dynamic process, by which the individual aims to change his behavior, in order to create a more compatible and balanced relationship with the environment, as the researchers used the scale of the five major dimensions of personality. (Neuroticism, extroversion, dedication, the factor of gentleness, and the factor of openness to experience) and the questionnaire of the mechanisms of confrontation and adaptation in the Yemeni family in light of the current events and the sample participating in the study was conducted

160

المجلد الخمسون، العدد العاشر الجزء الأول، أكتوبر ٢٠٢١

الترقيم الدولي ISSN 1110-0826

الترقيم الدولي الموحد الإلكتروني 2636-3178

this study on a group of (140) Yemeni families as the researchers used the method Descriptive and analytical, and to analyze the results, the researchers used the following statistical methods: frequencies and percentages, the arithmetic mean, standard deviation, alphakronbach coefficient, half segmentation coefficient, Pearson correlation coefficient, (T) test, variance analysis test, gradual regression analysis test. The most important results of the study were the following: There are statistically significant differences at the level of significance ( $\alpha = 0.05$ ) in the dimensions of confrontation and adaptation mechanisms between Yemenis outside the right and the Yemeni population. There are statistically significant differences at the level of ( $\alpha = 0.05$ ) in the dimensions of the coping and coping mechanisms between males and females. There are statistically significant differences at the level of ( $\alpha = 0.05$ ) in the big five factors of personality between males and females. There are statistically significant differences at the level of significance ( $\alpha = 0.05$ ) in the five major factors of personality between Yemenis outside the right and the population of Yemen. The researchers recommend social support as an important source of effective psychosocial support that a person needs, as the size of the support and the level of satisfaction with it affect how an individual perceives life events, methods of dealing with them, and their repercussions on his health.