

أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى أعضاء هيئة
التدريس المغتربين وعلاقتها بكل من الجنسية والعوامل الخمسة
للشخصية

د. صلاح محمود هارون

مدرس علم النفس

كلية الآداب، جامعة بورسعيد

كلية العلوم والآداب بالقريات- جامعة الجوف

drsalahharoun@hotmail.com

أ.م.د. وليد حسن عاشور الخطيب

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

كلية التربية، جامعة عين شمس

كلية العلوم والآداب بالقريات- جامعة الجوف

waleed.psych@gmail.com

DOI: 10.21608/jfpsu.2021.75318.1091

أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين وعلاقتها بكل من الجنسية والعوامل الخمسة للشخصية

مستخلص

تهدف الدراسة الحالية إلى بحث العلاقة بين أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين من جنسيات متعددة (مصرية، تونسية، جزائرية، سودانية، موريتانية، والأردنية) والعوامل الخمسة للشخصية (الانفتاح على الخبرات، المقبولية، الانبساط، يقظة الضمير، والعصابية). وتكونت عينة الدراسة من (١٥٦) عضو هيئة تدريس من المغتربين (١٢٣ ذكور، ٣٣ إناث). وطبق عليهم الباحثان مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الغامضة هذا المقياس من إعداد ليونارد بون Poon, (1980) تعريب وإعداد على عبد السلام على (٢٠٠٨)، والقائمة المختصرة لنموذج العوامل الخمسة للشخصية إعداد Costa & McCrae ١٩٩٢ تعريب محمد أحمد هيبه ٢٠١١. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الذكور والإناث في التفاعل الإيجابي، والتصرفات السلوكية وذلك لصالح الإناث. وتوصلت أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية. وتوصلت الدراسة أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين مرتفعي ومنخفضي الانفتاح على الخبرات في التفاعل الإيجابي، والتصرفات السلوكية وذلك لصالح مرتفعي الانفتاح على الخبرات. وتوصلت الدراسة أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين مرتفعي ومنخفضي المقبولية في التفاعل الإيجابي، والتصرفات السلوكية وذلك لصالح مرتفعي المقبولية. وتوصلت الدراسة أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين

أعضاء هيئة التدريس المغتربين مرتفعي ومنخفضي الانبساط في التفاعل الإيجابي، والتصرفات السلوكية وذلك لصالح مرتفعي الانبساط. وتوصلت الدراسة أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين مرتفعي ومنخفضي يقظة الضمير في التفاعل الإيجابي، والتصرفات السلوكية وذلك لصالح مرتفعي يقظة الضمير. وتوصلت الدراسة أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين مرتفعي ومنخفضي العصابية في التفاعل الإيجابي، والتصرفات السلوكية وذلك لصالح منخفضي العصابية.

الكلمات المفتاحية: أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، العوامل الخمسة للشخصية، أعضاء هيئة التدريس.

Methods of Facing Stressful Daily Life Events of Expatriate Faculty Members and Their Relationship to both Nationality and the Five Factors of Personality

Dr. Walid Hassan A. El-Khateeb
Assistant Professor of
Educational Psychology
Faculty of Education, Ain Shams
University and Jouf University

Dr. Salah Mahmoud Harron
Lecturer of Psychology
Faculty of Arts,
Port Said University
And Jouf University

Abstract

The present study aims to examine the relationship between the methods of facing stress among expatriate faculty members of multiple nationalities (Egyptian, Tunisian, Algerian, Sudanese, Mauritanian, and Jordanian) and the five factors of personality (openness to experiences, agreeableness, extroversion, conscientiousness, and neuroticism). The sample of the study consisted of (156) expatriate faculty members (123 males and 33 females). The researchers applied to them the scale of methods of facing the mysterious daily life events, and the short list of the five factors model of personality. The results of the study found that

there are statistically significant differences at the level of 0.01 between male and female expatriate faculty members in positive interaction and behavioral behaviors in favor of females. It also found that there are statistically significant differences at the level of 0.01 between expatriate faculty members of different nationalities in positive interaction, negative interaction, and behavioral behaviors. The study also found that there are statistically significant differences at the level of 0.01 between expatriate faculty members, with high and low openness to experiences in positive interaction, and behavioral behaviors in favor of those with high openness to experiences. The study also found statistically significant differences at the level of 0.01 between expatriate faculty members, with high and low agreeableness in positive interaction, and behavioral behaviors in favor of high agreeableness. The study also found statistically significant differences at the level of 0.01 between expatriate faculty members, high and low extroversion in positive interaction, and behavioral behaviors in favor of high extroversion. The study also found that there are statistically significant differences at the level of 0.01 between expatriate faculty members, with high and low alertness of conscience in positive interaction, and behavioral behaviors in favor of those with higher awareness of conscience. The study also found statistically significant differences at the level of 0.01 between expatriate faculty members, high and low neuroticism in positive interaction, and behavioral behaviors in favor of low neuroticism.

Keywords: ways of coping with stressful daily life events, the five factors of personality, faculty members.

المقدمة :

يرتبط الإنسان دوماً بوطنه حيث الإستقرار والأمن، فإذا هاجر أو انتقل لموطن آخر فقد جزءاً كبيراً من استقراره وأمنه، إذ يواجه ضغوطاً نفسية ومهنية يومية تؤثر عليه تأثيراً واضحاً إن لم يتمكن من التكيف مع وضعه الجديد، وهذا التأقلم يظهر في مكونات شخصيته وأهمها: العصابية، والانبساط، والانفتاح على الخبرات أو التفتح على الخبرات، والمقبولية، وبقظة الضمير وهي ما تسمى بالعوامل الشخصية الكبرى والتي تمتد إلى الشخصية ككل حيث يسعى أعضاء هيئة التدريس المغتربين ذكوراً وإناثاً أو من جنسيات مختلفة في التغلب على الضغوط الحياتية باستخدام أساليب محددة متمثلة بالتفاعل الإيجابي الذي يجعله أكثر تماسكاً وأخف اضطراباً في الشخصية، وإذا استخدم التفاعل السلبي كأسلوب لمواجهة تلك الضغوط كان أكثر عرضة للإضطرابات النفسية التي تعوقه عن التأقلم والتكيف مع الوضع الجديد، وكلا الأمرين سواء أكان سلباً أم إيجاباً يظهر في تصرفاته السلوكية.

مشكلة الدراسة :

تعد مهنة التدريس من أهم المهن التي يقع عليها تنمية وتطور المجتمع ككل، إذ تُسهم في تخريج عناصر بناء الأمم والمجتمعات، لذا يتعرض عضو هيئة التدريس لضغوط حياتية قد تختلف عن أي مهنة أخرى، حيث يواجه ضغوطاً أسرية تتعلق بالحياة اليومية، وضغوطاً نفسية تتصل به إذ مطالب بتنمية قدراته البحثية والمهنية طوال الوقت، ناهيك عن الضغوط المهنية التي يتعرض لها، لذا وجب عليه أن يستخدم أساليب تعينه على مواجهة تلك الضغوط والتي ترتبط يقيناً بسمات شخصية متعددة ومتنوعة وأهمها العوامل الخمسة الكبرى، لذا تتضح مشكلة هذه الدراسة في تحديد هذه الأساليب في التعامل مع ضغوط جديدة تضاف لما يعانيه من ضغوط أخرى يتعرض لها عضو هيئة التدريس حيث الغربة وتبعاتها المعروفة لكل مغترب قرر الهجرة لموطن آخر لأجل المساهمة في تخفيف العديد من الضغوط الأخرى أهمها الضغوط الإقتصادية والتي تسهم لحد ما في تحسين ظروفه الحياتية لذلك قام (وائل حامد ، ٢٠١٨) بدراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود وقد تكونت عينة الدراسة من

(١٤٠) عضو هيئة تدريس من الكليات الإنسانية وخدمة المجتمع باستخدام المنهج الوصفي ، وبعد تطبيق مقياسى الضغوط النفسية وجودة الحياة توصل لنتائج عدة أهمها وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة ، وأكدت نتائج الدراسات العديدة على أن إدراك أعضاء هيئة التدريس السيئ لطبيعة عملهم، وظروفهم يصاحبه انخفاض شعورهم بجودة الحياة، ويزيد من رغبتهم فى تركه. ومن خلال الدراسة السابقة يتبين دور الضغوط فى التأثير على جودة الحياة لأعضاء هيئة التدريس فى جامعة الملك سعود ولكن لم يحدد (وائل حامد ، ٢٠١٨) جنسيات الأعضاء التى تسهم أيضاً فى نتائج الدراسة، ولذلك تهتم الدراسة الحالية بالمغتربين ومن جنسيات مختلفة إذ تؤثر الغربية على صحة المغترب الجسمية والنفسية ولذلك أشار (Patel, 2017) فى دراسته عن الصحة النفسية للمغتربين أنه بين عامى ٢٠١٤ و ٢٠١٦، زادت نسبة الإكتئاب والقلق لدى المغتربين فى أوروبا بنسبة (٣٣%) ، تليها منطقة الشرق الأوسط بنسبة (٢٨%) ، والأمريكتان بنسبة (٢٦%)، وجنوب شرق آسيا بنسبة (١٩%) وكانت النساء المغتربات اللواتى تراوحت أعمارهم بين ٣٠ و ٤٩ سنة أكثر طلباً للدعم النفسى وفسر الباحث زيادة هذه الإضطرابات بسبب غياب شبكة العائلة والأصدقاء خاصة فى الوطن العربى كما أكد على ضرورة اتباع مناهج أكثر وقائية، وتقديم حلول نفسية لمواجهة الضغوط الحياتية التى تواجه المغتربين. ولذلك قام الباحث بتطبيق استبيان تاورز واتسون Towers Watson's Global Benefits وتوصل إلى أن (٥٧%) من العمال يعانون من مستويات عالية من التوتر وتقدموا مراراً بطلبات استقالة، مع شعورهم بالإجهاد المستمر وذلك بسبب عدم قدرتهم على مواجهة الحياة المهنية الضاغطة، لذلك قاموا بتطبيق برنامج إرشادى عن طريق الهاتف يسمى (Employee Assistance Program (EAP)) لدعم هؤلاء العمال نفسياً وتم التأكيد على أن أرباب العمل لا يعلمون ابداً تلقيهم لهذا البرنامج. وبالرغم من أهمية دراسة (Patel, 2017) الا أنه لم يحدد جنسيات المغتربين التى يمكن أن تكون عاملاً مهماً فى التعرف على أساليب مواجهة هذه الضغوط ، خاصة وأن منطقة الشرق الأوسط أتت فى المرتبة الثانية (٢٨%) ومن هنا تأتى مشكلة الدراسة الحالية التى تحاول الإجابة عن دور الجنسية فى مواجهة هذه الضغوط المختلفة والمتنوعة، والتى يجب على المؤسسات النفسية والعلاجية أن تهتم بتقديم البرامج العلاجية المختلفة لتدريب العاملين

على كيفية تجاوز هذه الضغوط التي يمر بها أعضاء هيئة التدريس من جنسيات مختلفة ذكوراً كانوا أم إناثاً وقد قامت (عبير الصبان، أريج محمد، ودينا خالد، ٢٠١٩) بدراسة التحصين النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) عضو هيئة تدريس بواقع (٢٥) من الذكور، و(٩٥) من الإناث بجامعة الملك عبد العزيز بإختلاف الدرجات العلمية، وقد قامت الباحثات بتطبيق مقياس التحصين النفسي من إعدادهم، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط الحياتية من إعداد (العزى ٢٠١١) وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابة أفراد العينة حول التحصين النفسي والبعد النفسي والاجتماعي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة، ولم تجد الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير العمر بين متوسطات استجابة أفراد العينة حول أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وضبط النفس، والبحث عن الدعم، وتحمل المسؤولية وحل المشكلات، ولم تجد الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابة أفراد العينة لأساليب مواجهة الضغوط النفسية تبعاً لإختلاف متغير الجنس. ومن خلال الدراسة السابقة يتضح عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في أساليب مواجهة الضغوط الحياتية وهو ما تحاول الدراسة الحالية التأكد منه، ولم تتناول دراسة (عبير الصبان وآخرون، ٢٠١٩) متغير الجنسية والذي يسعى الباحثان لمعرفة تأثيره على اختيار أساليب مواجهة الضغوط الحياتية. كما قام (صالح بركات، عمار فريجات، وعبد الله العواملة، ٢٠١٠) بدراسة الأمن النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بمركز السيطرة وانعكاسها التربوية وتكونت عينة الدراسة من (٢١٦) عضو هيئة تدريس، وقد طبق الباحثون مقياس الأمن النفسي ومركز السيطرة، وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالأمن النفسي ومركز السيطرة بين الذكور والإناث وتبين أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالأمن النفسي ومركز السيطرة لدى أعضاء هيئة التدريس. ومن خلال دراسة (صالح بركات وآخرون، ٢٠١٠) تتضح أهمية الأمن النفسي الذي بالضرورة ينتج عن استقرار واضح في الظروف الحياتية لعضو هيئة التدريس والذي يحدث لزاماً بإتباع أساليب تمكنه من التعامل مع الضغوط الحياتية فتسهم في تحقيق الأمن النفسي والذي يعد المصطلح الجامع المانع لكل متطلبات الصحة النفسية

الجيدة. ولذلك قامت (نادية بومجان، ٢٠١٦) بدراسة الضغوط النفسية لدى عضوات هيئة التدريس المتزوجات وقامت بإستخدام برنامج إرشادى لتخفيف هذه الضغوط لديهن وقد بلغت عينة الدراسة (٧٤) استاذة جامعية متزوجة وتم اختيارهن من بين (١٠٨) استاذة جامعية حيث حصلن على درجات مرتفعة فى مقياسى مصادر الضغط النفسى واستجابة الضغط النفسى، وقد استخدمت المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين بإختبار قبلى وبعدى، ولمعرفة أثر المتغير التجريبي لهذه الدراسة (برنامج إرشادى معرفى سلوكى)، قامت الباحثة بضبط جميع المتغيرات الخارجية التى لا تريد دراسة أثرها غير المتغير المستقل وذلك بالمزاوجة بين الأفراد على المتغيرات المراد ضبطها وهى (السن، الخبرة المهنية، الدرجة العلمية، عدد الأبناء) وتعيينهم بشكل عشوائى أحدهما إلى مجموعة ضابطة والأخرى إلى مجموعة تجريبية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الأستاذة المتزوجة تعاني ضغطاً نفسياً وفقاً لمقياس مصادر الضغط النفسى، وقد احتلت المصادر المتعلقة بالدرجة العلمية والأبناء، والمصادر العائلية والإجتماعية أعلى المراتب، تليها المصادر المتعلقة بالطلبة وفى المرتبة الأخيرة المصادر المتعلقة بالزوج ، وتكون البرنامج الإرشادى من عدة محاور ثلاثة وهى: مرحلة التصور العقلى، ومرحلة اكتساب المهارات ومرحلة التطبيق وقد استغرق البرنامج مدة قدرها شهر ونصف بما يعادل ستة أسابيع بمعدل جلستين أسبوعياً واستغرقت الجلسة الواحدة مدة ساعة ونصف واستخدمت فنيات عديدة منها: المحاضرة، والحوار والمناقشة حول أهمية التفاعل الإيجابى وتعديل الأفكار الخاطئة، كما تم استخدام أسلوب الحوار والمناقشة الجماعية والتعزيز الإيجابى، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق قبل وبعد استخدام البرنامج الإرشادى على عينة الدراسة مما يؤكد على تأثير البرنامج الإرشادى فى تخفيف الضغط النفسى لدى الأستاذة الجامعية. وعامل الجنس يُعد من العوامل التى قد تحدث فارقاً فى التعرض للضغوط وأساليب مواجهتها فقد قام كلاً من (Heinrich, Maddock, 2007) بدراسة الفروق بين الجنسين فى مصادر التوتر واستراتيجيات المواجهة فى هاواى واعتبرا أن الأجهاد مشكلة صحية عامة تتأثر بالتعرض للضغوط، وافترض الباحثان أن النساء ستبلغ مستويات أعلى من التوتر مقارنة بالرجال كما أن ضغوط الرجال متعلقة بالماديات والأمور المتعلقة بالعمل، بينما ضغوط المرأة متعلقة بسبب الأسرة، وبينما تستخدم النساء استراتيجيات

التكيف بشكل مستمر تجد الرجال يستخدمون استراتيجيات سلبية ينتج عنها سوء التكيف وبشكل متكرر، وقد تم استخدام المسح الهاتفي لعينة قوامها (١٥١٨) خلال ربيع وصيف ٢٠٠٦ ، وأعمارهم فوق ١٨ عام ، وتنوعت الأجناس في هذه الدراسة (قوقازي، هاواي، صيني، ياباني). وكان وقت المقابلة عبر الهاتف ٢٣ دقيقة ، وتتكون الإستبانة من عدة محاور متعلقة بالدخل المادي للأسرة، والضغوط المهنية المرتبطة بالصراع مع الزملاء في العمل، والصراعات الأسرية والمشكلات الناجمة عن هذا الصراع من انفصال، ومخاوف عامة بشأن المستقبل وحركة المرور في الشارع. وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في التعرض للضغوط، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين لصالح الذكور في مستويات التوتر ومن غير الواضح ما إذا كان هذا الاختلاف يرجع بالفعل إلى الاختلافات القائمة أو الأعراف بين الجنسين حيث توجد دراسات تشير إلى أن المرأة قد تكون أكثر استعداداً لذلك يشعرون بالتوتر. كما لم يتم التوصل لدراسات سابقة تناولت متغير العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مع متغير أساليب مواجهة الضغوط الحياتية والجنسية ولكن قامت بعض الدراسات بدراسة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية. على عينة من العاملين في المجال الطبي، فقد اتبع كلا من (محمد طعبلی ، وسميرة عمامرة ، ٢٠١٤) المنهج الوصفي، وقد تم تطبيق مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد كوستا وماكري ومقياس استراتيجيات المواجهة والذي صممه فولكمان ولازاروس وتكونت عينة الدراسة من (١١٠) طبيياً وممرضاً منهم (٤٠) طبيياً و(٧٠) ممرضاً. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين العصابية وإستراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال، في حين لاتوجد علاقة ارتباطية بين العصابية وإستراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين الإنبساطية وإستراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل وعلى الإنفعال، فكل من الطبيب والممرض يعيش إزعاجاً يومياً ينجم عن الصعوبات البشرية والمادية والإدارية التي تعرقل المساعدة الفعالة الموجهة للمريض، فيعتريه الشعور بالعجز على مواجهة متطلبات عمله، مما يؤدي به إلى استعمال إستراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال للتقليل أو التعديل من الإنفعالات والمعاناة التي يسببها الحدث

الضاغط وذلك باستخدام إستراتيجية التهرب - التجنب. وتتمثل في الفرار من المهنة أو عدم الإستقرار المهني (تغيير المصلحة)، وفقدان الرغبة في العمل.

ومن خلال ماسبق يتضح أن هناك تباين بين بعض الدراسات في الفروق بين الذكور والإناث في مدى تحملهم للضغوط الحياتية واختلاف بين الأساليب المستخدمة لمواجهة هذه الضغوط ، هذا بالإضافة للإحساس بالمشكلة حيث أقام الباحثان في إحدى البلاد العربية حيث مرا الباحثان بكل هذه الضغوط التي لم تزل تؤثر عليهما بل وعلى كل من قرر الهجرة لإحداث تغييرات حياتية تسهم في تخفيف أعباء متطلبات الحياة اليومية والمهنية. بالإضافة لندرة الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية. ولذلك تحاول الدراسة الحالية أن تجيب عن الأسئلة التالية:

١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية)؟.

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية)؟.

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتقي الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية)؟.

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتقي المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية)؟.

٥- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتقي الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية)؟.

- ٦- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية)؟.
- ٧- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) ؟.

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة إلى ما يلي :

- ١- التوصل لأساليب مواجهة الضغوط الحياتية لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات العربية المختلفة ذكوراً أو إناثاً.
- ٢- الكشف عن العوامل الخمسة للشخصية لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين .
- ٣- دراسة العلاقة بين أساليب مواجهة الضغوط الحياتية والعوامل الخمسة للشخصية لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين .
- ٤- الكشف عن الفروق بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الذكور والإناث في أساليب مواجهة الضغوط الحياتية.
- ٥-الكشف عن الفروق بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من بعض الجنسيات في أساليب مواجهة الضغوط الحياتية.

أهمية الدراسة :

تتطلب أهمية هذه الدراسة في تحقيق محورين رئيسيين، أحدهما نظري، والآخر تطبيقي وذلك كما يلي :

أ- الأهمية النظرية:

- تتناول الدراسة بعض المفاهيم المهمة في مجال علم النفس الشخصية.
- إثراء الأدبيات بتصور نظري يوضح علاقة العوامل الخمسة للشخصية والجنسية بأساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة.

ب- الأهمية التطبيقية:

قد يكون لنتائج هذه الدراسة دور مهم في:

- إعداد وبناء برامج لمساعدة المغتربين من أعضاء هيئة التدريس في التعامل مع ضغوط الحياة اليومية والذي يؤثر على تعاملهم مع الطلاب ويؤثر على سير العملية التعليمية.
 - العمل على توجيه نظر واهتمام المسؤولين عن العملية التعليمية بتوضيح التشابه والاختلاف بين ثقافة أعضاء هيئة التدريس وثقافة المجتمع الذي انتقلوا للعمل فيه.
 - إمكانية تصميم برامج وقائية.
 - إمكانية تصميم برامج إرشادية.
 - إمكانية تصميم برامج علاجية.
 - إمكانية تصميم برامج تأهيلية.
 - إمكانية تصميم برامج تدريبية.
- مصطلحات الدراسة :**

اولا: أحداث الحياة اليومية الضاغطة Stressful life events

يرى (Seley, 1983) أن هناك عدة مصطلحات ينبغي تحديدها مثل Stress وتعنى الضغوط بكافة أشكالها، و eustress وهو التوتر الجيد الذى يحفز الإنسان على العمل والانتاج، وهناك hypostress ويعنى الإرهاق والتعب، وعلى الإنسان أن يواجه كل الضغوط الحياتية التى يتعرض لها ويسعى لتحقيق أهدافه (Selaye, 1983 , p20) ويؤكد (جمعه يوسف ، ٢٠٠٧) على أن هناك تطور لغوى لمصطلح الضغوط النفسية Distress شاعت ترجمته فى العربية باسم الكرب، وقد كان شائعاً بين الباحثين فى علم النفس ثم أسقط المقطع الأول منه Di وبقى المقطع الثانى وهو Stress وشاع استخدامه، غير أن المرجح أن هناك اختلافاً بين المصطلحين وهو أن Stress قد يكون سلبياً أو ايجابياً، ضاراً أو مفيداً ، أما مصطلح Distress فهو سلبى دائماً ويحدث نتيجة لأحداث غير سارة (جمعه يوسف ، ٢٠٠٧، ص٦).

ويعرف كارلسون (Carlson,2014) أحداث الحياة اليومية الضاغطة بأنها أحداث غير مرغوب فيها وغير متوقعة، ولا يمكن السيطرة عليها أو التحكم فيها، وينتج عنها اضطرابات نفسية وجسمية واضحة تظهر على الشخص (Carlson, 2014, p 362).

ويرى (Catteries, Arora, 2005) أن الأحداث الضاغطة تسبب اجهاذاً حقيقياً مما يؤثر على سلامة الفرد الفسيولوجية والنفسية تجعله يفقد القدرة على التكيف مع البيئة المحيطة به، وعدم قدرته على تحمل حالات الإجهاد وبالتالي ينبغي تدريب الفرد على تحديد هذه الأحداث وفهمها ليتجاوزها (Cattreries, Aror, 2005, p 44).

التعريف الإجرائي :

يُعرف مصطلح أساليب مواجهة الحياة الضاغطة بأنه الطريقة التي يستخدمها الأشخاص في التعامل مع كافة الضغوط الحياتية سواء أكانت نفسية أو أسرية أو مهنية ، وتتنوع هذه الطرق بين التعامل الإيجابي أو السلبي مع هذه الضغوط، ويتم تحديد هذه الأساليب من خلال مقياس أساليب مواجهة الحياة الضاغطة كأداة بحثية مستخدمة في هذه الدراسة.

ثانياً: **العوامل الخمسة للشخصية:** يعرفها تامر شوقي باعتبارها "مجموعة من السمات الشخصية التي يتميز بها الأشخاص، وتتمثل في ميولهم لأن يُظهروا أنماطاً متسقة من الأفكار والمشاعر والأفعال" وتتضمن العوامل الخمسة التالية: (تامر شوقي إبراهيم، ٢٠١٦، ٢٣٩، ٢٤٠)

١- **يقظة الضمير Conscientiousness :** وتشير إلى ميل الفرد إلى الجد والاجتهاد والمثابرة، وإلى الترتيب والتنظيم والتخطيط، والسلوك الموجه نحو تحقيق الهدف.

٢- **الانبساط Extraversion :** يشير إلى ميل الفرد للاندماج النشط في بيئته وبصفة خاصة البيئة الاجتماعية، والاستمتاع بصحبة الآخرين وتفضيل التجمعات، وأن يكون نشيطاً ومتحدثاً، ومحباً للإستشارة والمرح والإبتهاج والتقاؤل.

٣- **الانفتاح على الخبرات Openness to experience :** ويشير إلى ميل الفرد إلى حب الاستطلاع والتخيل والإبداع، وتفضيل التنوع، والسعي نحو الخبرات والأفكار الجديدة وتقديرها، وتفضيل المناقشات العلمية، وتقدير الفنون والجمال.

٤- **العصابية Neuroticism :** وتشير إلى ميل الفرد إلى إدراك العالم على أنه مليء بالمشكلات ومهدداً له، ومثيراً للضغوط، والشعور بالخوف والقلق والتشاؤم، وميله إلى الحيرة والإندفاع، وسرعة التأثر والقابلية للإنقياد.

٥- **المقبولية Agreeableness :** وتشير إلى ميل عام لدى الفرد لإمتلاك خصائص إيجابية مثل الإيثار والتعاطف مع الآخرين والآراء الإيجابية عنهم والرغبة في مساعدتهم.

ثالثاً: **المغترب Expatriate**: هو مهاجر طوعى لبلد آخر من أجل تحقيق غرض معين سواء أكان علمياً أو اقتصادياً ثم يعود لوطنه (Jung Huang, et al ,2005,p.1659).
التعريف الإجرائى: هو الذى هاجر طواعية من بلده إلى خارجها ليقوم بالتدريس فى إحدى الجامعات السعودية.

رابعاً: **عضو هيئة التدريس Faculty member**: هو الحاصل على درجة الدكتوراة ، ويقوم بالتدريس داخل الجامعات.

خامساً: **الجنسية Nationality**: هى تعريف قانونى لشخص فى القانون الدولى كمواطن فى دولة ذات سيادة فيمنح الولاية على الشخص ويوفر له متطلبات حياته (Boll ,2007, p.114).
التعريف الإجرائى: الجنسية هى التى تشير لمواطن عضو هيئة التدريس وميلاده.

الإطار النظرى :

أولاً: الضغوط النفسية والحياتية وأساليب مواجهتها:

لقد بدأت الأبحاث المتخصصة بدراسة الضغوط النفسية فى العشرينيات من القرن الماضى على يد العالم الفسيولوجى كانون Canon الذى فسر الضغط النفسى على أنه سبب محتمل من أسباب الإضطرابات الجسمية، ويرى (Selye,1996) أن لدى معظم الأفراد ردود فعل للعوامل الضاغطة تتمثل فى استجابات غير تكيفية، يمكن أن تؤدى بدورها إلى أعراض جسمية وانفعالية، كالألم والقلق والإحباط (وائل حامد ، ٢٠١٨ ، ص ٢٦). وأشار (Huang et al., 2015) إلى أن الوافدين فى كافة المجالات يضيفون ميزة تنافسية قوية للمؤسسات التى تتعاقد معهم حيث تتوقع تلك المؤسسات التى تقوم بتعيين الوافدين نجاحاً فى مناصبهم وفى المهام المكلفون بها كما تتوقع سرعة تكيفهم مع البيئة الجديدة ومحاولتهم الدائمة للتغلب على ما يواجهونه من ضغوط مختلفة ومتنوعة تمكنهم من الإستمرارية فى أداء مهامهم (Brown, 1994; Klaus, 1995; Solomon, 1994) وعندما يواجه الفرد الأحداث الضاغطة تحدث متلازمة التكيف على ثلاث مراحل كما بينها (Mitterere, 2013) وهى كالتالى:

- ١-مرحلة الإنذار: في هذه المرحلة تحدث عدة تغيرات فسيولوجية مختلفة مثل زيادة نسبة الإدرينالين، وزيادة توتر العضلات، وانخفاض الحساسية للألم وارتفاع ضغط الدم.
- ٢-مرحلة المقاومة: يتهياً الجسم لمواجهة الضغوط المحتملة باستخدام أساليب تمكنه من التوافق مع الضغوط.
- ٣-مرحلة الإرهاق أو الاستنزاف: يستنزف الجسم طاقته الجسمية والتي كان يعتمد عليها في مواجهة الإجهاد فتظهر عليه علامات القلق والتوتر، ثم يتجنب المسؤوليات والعلاقات المدمرة للذات وسوء الحكم، كما تظهر العديد من اضطرابات فسيولوجية واضحة مثل: اتساع حدقة العين، إفراز الأدرينالين، وانقباض الأوردة (Mitterer & Dennis, 2013 p.446) وكل هذه المراحل تتواجد مع التعرض لمصادر الضغط التي يواجهها عضو هيئة التدريس وقد حددتها (عائشة السوالمه، ٢٠١٦) في دراستها عن مصادر الضغط النفسي وإستراتيجيات التعامل معها لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢١٢) عضواً وعضوة من أعضاء هيئة التدريس، وقد قامت الباحثة بتطوير مقياسي الضغط النفسي ومقياس استراتيجيات التعامل مع الضغوط، وأشارت النتائج إلى أن أبرز مصدرين للضغط النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس هما: بيئة العمل والضغوط المالية والإقتصادية، وتوصلت أيضاً إلى أن أبرز استراتيجيات التعامل مع مصادر الضغط النفسي لديهم كانت المواجهة في حين أن استراتيجيات العادات السلوكية غير الملائمة هي الإستراتيجية الأقل ظهوراً.
- عندما يتعرض الفرد لهذا الكم الهائل من الضغوط الحياتية خاصة المهنية وهو مغترب في وطن آخر غير وطنه، فعليه أن يواجهها بأساليب تعينه على تخفيف حدتها حتى لا يصاب بالإحباط والذي يعد اللبنة الأولى للإضطراب النفسي. ولذلك يرى ليونارد بون Bon, 2008 أن الأساليب التي يستخدمها الفرد في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة تتوقف مقوماتها الإيجابية أو السلبية نحو الإقدام أو الإحجام طبقاً لقدرات الفرد، وإطاره المرجعي للسلوك، ومهاراته في تحمل أحداث الحياة اليومية الضاغطة، وطبقاً لاستجاباته التكيفية نحو مواجهة هذه الأحداث دون إحداث أية آثار سلبية جسمية أو نفسية وتلك الأساليب متمثلة في التفاعل الإيجابي، التفاعل السلبي والتصرف السلوكي (ليونارد بون، ٢٠٠٨، ص ١١).

وقد فطن لهذه الأهمية (Matud, 2004) حيث قام بدراسة الفروق بين الجنسين فى الضغوط الحياتية المختلفة والتأقلم معها على عينة قوامها (٢٨١٦) رجلاً و (١٥٦٦) سيدة تراوحت أعمارهم بين ١٨ و ٥٦ عاماً بإختلاف الخصائص الإجتماعية والديموغرافية، وتوصلت الدراسة إلى أن النساء سجلن درجات أعلى فى الضغوط من الرجال على الرغم من التشابه الكبير فى الظروف الحياتية المختلفة، كما أن الرجال أكثر إصابة بالأمراض الجسمية عن النساء. كما سجلت نتائج الدراسة وجود جمود عاطفى لدى الرجال أكثر من النساء وذلك بسبب ضغوط العمل التى يتعرضون لها ، والتى كان لها الأثر الكبير فى هذا الجمود. وقام (Kelly,2008).

بدراسة الفروق بين الجنسين فى استخدام أساليب واستراتيجيات المواجهة للضغوط الحياتية وعلاقتها بالإكتئاب والقلق، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٠٧) مقسمة على مجموعتين ذكورا وإناثا وتراوحت أعمارهم بين ١٨ إلى ٥٦ عاماً وتم تطبيق قائمة بك للإكتئاب ومقياس القلق لسيلبيرجر، وأظهرت النتائج أن النساء أكثر اكتئاباً من الرجال، كما توصلت الدراسة إلى أن النساء استخدمن المزيد من اللوم الذاتى مقارنة بالرجال كما أنهن استخدمن استراتيجيات المواجهة التى تهدف لتغيير استجابتهن العاطفية إلى المواقف العصبية. فى حين يستخدم الرجال أساليب أكثر تركيزاً على المشكلات أو أساليب مفيدة للتعامل مع التجارب المجعدة.

من خلال ماسبق يتضح أن ادارة الضغوط تتطلب مزيداً من استراتيجيات مواجهة حقيقية للتغلب عليها، وتعود جذور مفهوم المواجهة إلى ميدانيين نظريين هما: التجريب الحيوانى وسيكولوجية الأنا فى التحليل النفسى، ففى المقاربة التجريبية على الحيوانات، وسيراً على درب المنظور التطورى لداروين أوضح بعض الباحثين أمثال ميلر وأورسين أن غريزة البقاء لدى الحيوان ترتبط بقدرته على اكتشاف ما هو قابل للتنبؤ وما يمكن السيطرة عليه فى بيئته ليتقادى أو يتغلب على المخاطر التى تهدده، ووفقاً للارزوس وفولكمان فالمواجهة عند الحيوان عبارة عن ميكانيزم حيوى يقوم على الفعل لمراقبة الظروف البيئية القاهرة بهدف اختزال أى اضطرابات سيكوفسيولوجية محتملة وذلك بواسطة الهروب أو التجنب أساساً (فى: جلال العاطى ، ٢٠١٨، ص ١٠٧).

وأشار كل من (Parker & Wood, 2008) إلى أنه قد تم تحديد بعدين للتعامل مع الضغوط الحياتية على أختلاف اشكالها وتنوعها أحدهما يركز على المشاعر والأخر يركز على المشكلة التي تتضمن المواجهة المباشرة والمركزة مع المشكلة أو إعادة صورتها أو تقليل النتائج السيئة المترتبة عليها، أما استخدام المشاعر فهو ينصب بالضرورة على الانشغال الذاتي، والتخيل وقد تطورت الأبحاث في وقت لاحق حيث وجدت بعداً ثالثاً لمواجهة الضغوط الحياتية متمثلاً في التجنب وعدم المواجهة المباشرة مع المشكلات. وهذه الأساليب متعلقة بسمات الشخصية وأبعادها المختلفة ، حيث يوجد رصيد كاف من التحديات الداخلية التي لا تقطن إليها الشخصية إلا عند الشعور بالخطر خاصة على حياته وعلى حياة عائلته، وبالتالي تصبح هذه الزخيرة الأكثر فاعلية في مواجهة الضغوط المختلفة (Parker & Wood, 2008, p.504-506) كما توجد أساليب أخرى تشتمل على ثلاثة أبعاد رئيسية هي:

١- التفاعل الإيجابي في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة.

٢- التفاعل السلبي في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة.

٣- التصرفات السلوكية.

والتفاعل الإيجابي في التعامل مع الضغوط اليومية خاصة لدى أعضاء هيئة التدريس يقلل من التأثيرات الجسمية والنفسية السلبية الناتجة عن هذه الضغوط ولذلك ذكر (Galindo, et al, 2020) أن هذا التفاعل يقلل من مستويات الإرهاق وذلك باستخدام المرونة كوسيط بين الكفاءة الذاتية والإرهاق حيث وجد من خلال دراسته التي أجراها على (٣٨٤) معلماً علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين هذه المتغيرات الثلاثة .

ويمكن استخدام أساليب أو استراتيجيات مختلفة لمواجهة الضغوط منها ما يلي :-
(Moss , Schafer,1986:p 28)

أ- الاستراتيجيات الإيجابية:-

وهي تلك التي يوظفها الفرد في اقتحام الأزمة وتجاوز أثارها، وذلك من خلال الأساليب الإيجابية الآتية:

١- التحليل المنطقي للموقف الضاغط بغية فهمه والتهيؤ الذهني له ولآثاره .

٢- إعادة التقييم الإيجابي للموقف حيث يحاول الفرد معرفياً استجلاء الموقف وإعادة بنائه بطريقة إيجابية مع محاولة تقبل الواقع كما هو .

٣- البحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف الضاغط والمساعدة من الآخرين أو مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطهما بالموقف الضاغط .

٤- استخدام أسلوب حل المشكلة للتصدي للأزمة بصورة مباشرة .

ب- الاستراتيجيات السلبية:

وهي تلك التي يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير فيها وذلك من خلال الأساليب السلبية الآتية:-

١- الإحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي والممكن في الأزمة .

٢- التقبل الاستسلامي للأزمة وترويض النفس على تقبلها .

٣- البحث عن الإثبات أو المكافآت البديلة عن طريق الاشتراك في أنشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها بهدف توليد مصادر جديدة للإشباع والتكيف بعيداً عن مواجهة الأزمة .

٤- التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظياً عن المشاعر السلبية غير السارة، وفعالياً عن طريق المجهودات الفردية المباشرة لتخفيف التوتر .

ويرى الباحثان أن التفاعل السلبي مع هذه الضغوط يمثل عبئاً على عضو هيئة التدريس حيث يؤثر على حالته النفسية والجسدية بالطبع مما يؤثر ذلك على تصرفاته السلوكية المختلفة التي تنتهي بتقديم استقالته في بعض الأمور ويقرر العودة لموطنه كنوع من تخفيف تلك الضغوط .

ثانياً: العوامل الخمسة للشخصية:

مفهوم الشخصية :

لا يكاد علم النفس يُذكر إلا وُذُكرت معه كلمة الشخصية personality (والتي تنترجم بالقناع) وكأنها شريان الدم الذي يجعل من علم النفس روحاً وشأناً، ومن خلال هذا القناع اختلفت الكثير من النظريات في تفكيك رموزه وقد تعددت آراءهم ووجهات نظرهم في الكشف عن خبايا هذا القناع فتتوعدت هذه النظريات حيث الصراع الحميم بين الظاهر

والباطن ولا تخرج كل نظريات الشخصية عن هذين حيث أهتمت العديد من النظريات بالسلوك وهذا ما يعرف بالظاهر، والأخرى بالاشعور وهو ما يعرف بالباطن وما بين هذين انطلقت بينهما نظريات أخرى اعتمدت على الدمج بينهما أو ترجيح أحدهما على الأخرى . وقد تمت دراسة الشخصية لأكثر من ٢٠٠٠ عام ، بدءًا من أبقراط تم اقتراح نظريات شخصية أكثر حداثة ، بما في ذلك منظور فرويد الديناميكي النفسي، الذي يرى أن الشخصية تتشكل من خلال تجارب الطفولة المبكرة ثم ظهرت وجهات نظر أخرى كرد فعل للمنظور الديناميكي النفسي بما في ذلك وجهات النظر التعليمية والإنسانية والبيولوجية والسمات والثقافية.

التعريف اللغوي : أشار (ابن منظور ، ٢٠٠٠) إلى أن كلمة الشخصية مشتقة من الشَّخص وهو سواد الإنسان وغيره تراه من بعيد ، وكل شئ رأيت جسمانه فقد رأيت شخصه، وشَخَصَ الرجل بالضم فهو شخيص أى جسيم، وشَخَصَ بالفتح ارتفع، وشخص السهم يشخص شخوصاً فهو شاخص علا الهدف، وشخص الرجل بصره إذا سما وطمح (ابن منظور ، ٢٠٠٠، ص ٣٤٢٨).

من خلال التعريف اللغوي يتضح أن الكلمة تشير للمكون الخارجى الظاهرى بالإضافة للمكون العقلى المتمثل فى التفكير والطموح . ويرى جابر عبد الحميد ، ١٩٩٠ أن تعريفات الشخصية تنوعت واختلفت بإختلاف نظريات الشخصية، حيث توجد تعريفات بيولوجية وفيزيائية وتكاملية، حيث تخضع كل نظرية لأسس توضح بنية الشخصية ووظيفتها حيث انقسمت هذه النظريات فى تناول الشخصية لمحكات أربعة وهى:

١- التأمل الفلسفى:

هى التأمل الفلسفى، أى يلاحظ الباحث نفسه ويلاحظ الآخرين حيث يستخدم تحليله العقلى للتوصل إلى مجموعة متسقة ومترابطة من التعميمات التى تؤلف نظرية.

٢- الملاحظة الكلينيكية:

هى الملاحظة الكلينيكية ودراسة الحالة، وهنا نجد المعالجين النفسيين يفكرون ويتأملون فى ملاحظاتهم عن المرضى، ويطورون نظرياتهم بترشيد ممارساتهم.

٣- قياس الفروق الفردية :

وهذه الطريقة تقتضى أن الشخصية تتألف من عدد من السمات أو العناصر التي يمكن قياسها بالإختبارات النفسية، والمنظرون لهذه الطريقة يقضون أوقناً طويلة في بناء الإختبارت وفي تحليل نتائجها بأسلوب معاملات الإرتباط والتحليل العاملى.

٤- الطريقة التجريبية :

وتقتضى بتغيير شرط أو ظرف مع إبقاء جميع الشروط الأخرى ثم تبين ما إذا كان هذا التغيير يرثر فى النتيجة أم لا يؤثر فيها وهو ما يعرف بالمتغير المستقل والتابع (جابر عبد الحميد، ١٩٩٠، ص ١٥-١٧)

وبالرغم من أن اغلبنا لديه تصور بديهى لمعنى الشخصية إلا أن تعريف هذا المصطلح علميا فى مجال علم النفس من الصعوبة بمكان لأنه مصطلح متعدد الوجوه، فقد تلقى الضوء على الجوانب أو المظاهر الجسمية الخارجية للشخصية، أو الجانب الإجتماعى فمصطلح الشخصية Personality مشتق من الكلمة اللاتينية Persona والتي تعنى القناع. وتعريف الشخصية هكذا بأنها تشبه القناع الموضوع على وجه الممثل أثناء أداء الدور يعنى أنه من المقبول لنا أن نختار ما نظهره أو نكشفه للأخرين من شخصيتنا، هذا التعريف يعكس وبوضوح أن هناك بعض الصفات الشخصية تبقى لسبب أو لأخر طى الكتمان، ويويد هذا النوع من التعريفات أنصار المدرسة التحليلية ومن خلال هذا التباين بين وجهات النظر المختلفة يمكن تعريف الشخصية بأنها التفاعل المتكامل للخصائص الجسمية والعقلية والإنفعالية والإجتماعية التي تميز الشخص وتجعل منه نمط فريد فى سلوكه ومكوناته النفسية (محمد عبد الرحمن ، ١٩٩٧، ص ٢٥-٢٦).

ويعرف الباحثان الشخصية بأنها كل لا يتجزأ فهى محصلة هذا التفاعل بين جميع مكوناتها الجسمية والعقلية والإجتماعية والإنفعالية والسلوكية .

المكونات الخمسة للشخصية :

يعد نموذج العوامل الكبرى للشخصية لكوستا وماكرى من أهم النماذج والتصنيفات التي فسرت سمات الشخصية فى وقتنا الحاضر، فضلا عن أنه تصنيف شامل ودقيق لوصف الشخصية الإنسانية التي أثبتت صحته الأدلة العلمية للبحوث التجريبية كما يعد هذا النموذج من أكثر نماذج الشخصية انتشاراً، حيث تناولته العديد من الدراسات فى مجال

علم نفس الشخصية، و علم النفس الإجتماعي، و علم النفس الصناعي، و ترجع نشأة هذه العوامل إلى فيسك Fisk الذي استخرج خمسة عوامل للشخصية عن طريق التحليل العاملي لقائمة تم تطبيقها على عينات مختلفة باستخدام التقارير الذاتية و تقديرات الملاحظين والأقران، كما توصل كل من تيوبس Tupes و كريستال Christal عن طريق التحليل العاملي لقائمة كاتل إلى خمسة عوامل للشخصية أطلقا على العامل الأول الإنبساط أو الإستبشار، والثاني الطيبة والثالث الإتكالية والرابع الإتزان الإنفعالي والخامس التهذيب، وقاما كل من كوستا وماكري بتطوير العوامل الكبرى للشخصية حيث أضافا عام ١٩٨٥ بعداً جديداً أسماه الإنفتاح على الخبرة ثم تطور المقياس ليشتمل على العوامل الخمسة (في: ريم كاتبة، ٢٠١٩، ص ٤٨). و يقوم نموذج العوامل الخمسة على تصور مؤداه إنه يمكن وصف الشخصية وصفاً اقتصادياً كاملاً من خلال خمسة عوامل هي: العصابية، والانبساط، والانفتاح على الخبرات، والمقبولية، و يقظة الضمير. وهناك الكثير من المحاولات تستخدم التحليل العاملي للوصول إلى انبساط إطار وصفي Taxonomy للشخصية يعين العوامل الضرورية والكافية لأكثر الأوصاف اقتصادياً وملائمة (فيصل يونس، وإلهام خليل، ٢٠٠٧، ص ٥٥٤ - ٥٥٥). واستمد نموذج العوامل الخمسة للشخصية بنيته وأصوله النظرية من خلال المراجعة النظرية الأمبيريقية للتصورات النظرية التي تناولت عوامل الشخصية مثل تصور جيلفورد، حيث قدم كل من Costa & McCrea 1985 نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (هشام حبيب الحسيني، ٢٠٠٤، ١٤). ويمكن تحديد العوامل الخمسة للشخصية على النحو التالي:

(هشام حبيب الحسيني ٢٠٠٤، ٩-١٠؛ McCrae , Costa, 2006, 4)

١- يقظة الضمير Conscientiousness يقيس هذا العامل درجة الأفراد في النظام والواقعية في سلوك التوجه نحو الهدف، والمرتفع على هذا العامل: مثابر، ومنظم بشكل جيد، ودقيق، وطموح، ويعمل بجد، وواعي. بينما المنخفض: يتميز بعدم القدرة على المثابرة، وغير منظم، وكسول، وغير دقيق، ومهمل.

ويُعد يقظة الضمير من العوامل المهمة التي ترتبط بالأداء الأكاديمي بصفة عامة لدى الطلاب وأعضاء هيئة التدريس فقد أشار (Thompson, 2008) إلى أن يقظة الضمير أحد سمات الشخصية التي يتميز صاحبها بالقيام بأداء مهامه على أكمل وجه، كما

يتسمون دوماً بالإنضباط الذاتي والتصرف بإخلاص، مع الحذر الشديد عند مواجهة المشكلات والأزمات دون تسرع في اتخاذ القرار. وقد أشار كل من Zer & Martínez, (2006) إلى أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات منخفضة في يقطعة الضمير هم أقل تركيزاً على الهدف ، وأقل دافعاً للنجاح، ويميلون في تصرفاتهم نحو العدوانية.

٢- الانبساط Extraversion يقيس هذا العامل قوة التفاعلات الاجتماعية، ومستوى الأنشطة، والحاجة للإثارة، والقدرة على الابتهاج والمرح، والمرتعع على هذا العامل: يتميز بالرقه، واجتماعي، ولبق، ونشط، ومحب للمرح، ولديه توجه نحو الآخرين. بينما المنخفض: متحفظ، ومنعزل، ويتميز بالصمت، وخامل ، وغير مرح وخجول (هشام حبيب الحسينى ٢٠٠٤، ٩-١٠ ; McCrae , Costa, 2006, 4).

٣- الانفتاح على الخبرات Openness to experience يقيس هذا العامل البحث عن الخبرات الجديدة، وإدراك الخبرة من مصدرها، والرغبة في الاستكشاف، وتحمل الغموض. و المرتفع على هذا العامل لديه ميول واسعة (تحررى)، وحب استطلاع، ومبدع، ويتميز بالأصالة، والتخيل، ويفضل التنوع فى الأشياء. بينما المنخفض : لديه ميول ضيقة (محافظ)، ويتميز بعدم الميل إلى حب الاستطلاع، وغير إبداعي، ويتميز بالتقليدية أو التمسك بالعادات والتفكير المنغلق، ويفضل الروتين.

ويرى البعض أن عامل الانفتاح على الخبرة مرتبط بالحاجة للفهم خاصة عند موراى ولكن ترى إيمان ذيب، ٢٠١٢ أنه بمراجعة التراث السيكلوجي يلاحظ أن مفهوم الانفتاح على الخبرة يرتبط بمفهوم الدافع المعرفي بينما رأى آخرون أن الانفتاح على الخبرة مرتبط بمفهوم الحاجة الى المعرفة والمتأمل في العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة عوامل الشخصية الكبرى يجد أن الانفتاح على الخبرة يتضح في الخيال، الحساسية الجمالية، عمق المشاعر، المرونة السلوكية، والاتجاهات الحديثة غير التقليدية والأفكار الجديدة (إيمان ذيب، ٢٠١٢، ص ٤٩١).

٤ - العصابية Neuroticism يقيس هذا العامل التوافق فى مقابل عدم الثبات الانفعالى ويحدد الأفراد الذين لديهم أفكار غير واقعية، والاستجابات الاندفاعية وسوء تكيف. والمرتعع على هذا العامل قلق، ولديه لوم للذات، وانفعالى. بينما المنخفض هادئ، ولديه

رضا عن ذاته، ومعتدل المزاج، وغير منفعل، و جرى (هشام حبيب الحسينى ٢٠٠٤، ١٠ - ٩ ; McCrae , Costa, 2006, 4).

٥-المقبولية Agreeableness يقيس هذا العامل كفاءة الفرد الاجتماعية على مدى واسع يبدأ من الشفقة حتى الجفاء فى الأفكار والمشاعر والأداءات. والمرتفع على هذا العامل: ذو طبيعة جيدة، وواثق من ذاته، ورحيم بالآخرين، وكريم، ومتسامح، ومتساهل. بينما المنخفض: قابل للإثارة أو الغضب، نزاع للشك، وقاس، وبخيل، ومعاد للآخرين، وانتقادي، وغير متعاون (هشام حبيب الحسينى ٢٠٠٤، ٩ - ١٠ ; McCrae , Costa, 2006, 4).

يعد الإغتراب أحد اهم الضغوطات التى تواجه عضو هيئة التدريس بالإضافة للعديد من الضغوطات المهنية التى يمر بها والتى تؤثر بالضرورة على شخصيته، ففى دراسة (Huang et al., 2005) التى قام فيها بدراسة السمات الشخصية للمغتربين وعلاقتها بأداء وظائفهم المهنية وقد ركزوا على العوامل الخمسة الكبرى (يقظة الضمير، الانبساط، الانفتاح على الخبرات، العصابية والمقبولية) وقاموا بتطبيق مقياس العوامل الشخصية الكبرى على عينة قوامها (٨٣) امريكى مغترب مقيم بتايوان، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التكيف المعيشى والانفتاح على الخبرات ، كما أظهرت النتائج ايضا علاقة ارتباطية موجبة بين الانبساط والمقبولية مع العلاقات الاجتماعية مع السكان المحليين، علاوة على ارتباط عمل المغتربين بشكل إيجابى بالإنفتاح على الخبرات على عكس الدراسات السابقة التى أتت خلاف نتائج هذه الدراسة وأهمية هذه السمات الخمس وأثرها على أعضاء هيئة التدريس قام كلاً من (Zamani & Pouratashi, 2017) بدراسة العلاقة بين سمات الشخصية والأداء التعليمى والبحثى لأعضاء هيئة التدريس على عينة قوامها (٣٢١) من أعضاء هيئة التدريس فى جامعة طهران، وأظهرت النتائج أن العصابية لها تأثير سلبى على الأداء الأكاديمى والتربوى والبحث لعرض هيئة التدريس، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من أعضاء هيئة التدريس فى العصابية والانبساط ويقظة الضمير وذلك لصالح الذكور، ولم تكن هناك فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث فى الإنفتاح على الخبرات بين الذكور والإناث، وقد توصلت الدراسة إلى أن الإناث لديهن مستوى أعلى من العصابية من الذكور، وهذا

يعنى أن العصابية أظهرت ارتباطات سالبة مع الأداء البحثى والتربوى، وهذا يؤكد على أنه مع إنخفاض العصابية قد يكون الأداء البحث والتربوى أفضل، وأخيرا أظهر الانفتاح على الخبرات علاقات إيجابية مع أداء البحث.

ثالثاً: الجنسية :

يرى الباحثان أن الجنسية تؤثر على استخدام الأساليب التى يتم استخدامها لمواجهة الضغوط الحياتية لدى أعضاء هيئة التدريس، حيث معايشة الجنسيات العربية لثقافات متعددة أكسبتهم خبرات فى التعامل مع المواقف الضاغطة الجديدة، فحول شمال أفريقيا تعرضت لثقافات أجنبية متنوعة أثرت وبشكل واضح على طرق تفكير هذه البلاد، وهذا واضح فى استخدام لغات غير العربية فى دراساتهم، وفى تعاملاتهم داخل أوطانهم، خاصة اللغة الفرنسية التى تعتبر أحد اللغات الأم فى تلك البلاد، مما يشير إلى ارتباط هذه الثقافات العربية بثقافات أوروبية أخرى.

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، الدراسات الارتباطية والتي تقيد في دراسات التنبؤ والسبب والنتيجة (ديوبولد فان دالين، ١٩٦٩، ٣٦٠).

ثانياً: العينة:

أ- عينة الأدوات:

تكونت هذه العينة من (٣٠) عضو هيئة تدريس حيث تمتد أعمارهم من ٢٩ إلى ٥٧ سنة بمتوسط عمري قدره (٤٤,٦٣) سنة وانحراف معياري قدره (٦,٩٤). في العام الدراسي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١. عدد الإناث (١٠) وعدد الذكور (٢٠) ومن جنسيات متعددة تشمل الجنسية (المصرية، الأردنية، الجزائرية، التونسية، السودانية).

ب- العينة الأساسية:

تكونت هذه العينة من (١٥٦) عضو هيئة تدريس حيث تمتد أعمارهم من ٢٩ إلى ٥٧ سنة بمتوسط عمري قدره (٤٥,٨٣) سنة وانحراف معياري قدره (٦,٧٥). والجدول (١) يوضح أعداد عينة الدراسة الأساسية.

جدول (١) أعداد العينة الأساسية

م	الجنسية	ذكور	إناث	المجموع
١	مصري	٦١	١٩	٨٠
٢	جزائري	١٣	٢	١٥
٣	أردني	١٣	٢	١٥
٤	موريتاني	١٥	-	١٥
٥	سوداني	١٢	٧	١٩
٦	تونسي	٩	٣	١٢
	المجموع	١٢٣	٣٣	١٥٦

يتضح من الجدول (١) أن عدد الذكور ١٢٣ بنسبة ٧٩% وعدد الإناث ٣٣ بنسبة ٢١% من إجمالي عدد العينة.

ثانياً: أدوات الدراسة:

١- مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة :

هذا المقياس من تأليف ليونارد بون (Poon, 1980) تعريب وإعداد على عبد السلام

على (٢٠٠٨). ويشتمل المقياس على ثلاثة أبعاد رئيسية هي :

١- التفاعل الايجابي في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة .

٢- التفاعل السلبي في مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة .

٣- التصرفات السلوكية .

ويطبق المقياس بصورة فردية أو جماعية ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٠)

عبارة تقيس الأبعاد الثلاثة ويرمز لها (ت ج) ، (ت س) ، (ت ص) ويجيب

المفحوص على عبارات المقياس بتطبيق تماما وتأخذ ثلاث درجات وتطبق إلى حد ما ،

وتأخذ درجتان ، ولا تنطبق وتأخذ درجة واحدة .

ثبات المقياس :

تم حساب معامل ثبات المقياس على عينة قوامها (١٠٠) فرداً يمثلون شرائح مختلفة

من المجتمع المصري من طلاب وموظفين وعمال واتسم معامل الثبات بالارتفاع.

صدق المقياس :

ثم حساب الصدق الظاهري بعرض المقياس على مجموعة من المتخصصين من أعضاء هيئة التدريس فى علم النفس وأقر المحكمون بأن أبعاد المقياس تقيس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وكذلك تم حساب الصدق العاملى وتبين أن درجة صدق المقياس مرتفعة. وقام الباحثان الحاليين بحساب الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ للقائمة وذلك باستخدام عينة الأدوات وكانت النتائج كالتالي.

جدول (٢) : مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

العامل	معامل ألفا كرونباخ
التفاعل الايجابي	٠,٥٣
التفاعل السلبي	٠,٦٥
التصرفات السلوكية	٠,٥٣
المقياس ككل	٠,٦٦

يتضح من الجدول رقم (٢) أن معدلات ثبات مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وأبعاده الثلاثة مقبولة.

٢- القائمة المختصرة لنموذج العوامل الخمسة للشخصية NEO-FFI إعداد Costa & McCrae ١٩٩٢ تعريب محمد أحمد هيبه ٢٠١١ (محمد أحمد هيبه، ٢٠١١: ٨٧-٩٦).

تهدف هذه القائمة إلى قياس العوامل الخمسة للشخصية وهى : العصابية ، والانبساط، والانفتاح على الخبرات، والمقبولية، ويقظة الضمير، وتتكون القائمة كما فى صورتها الأصلية من ٦٠ مفردة بحيث يشتمل كل عامل على ١٢ مفردة ، وأمام كل مفردة مقياس ليكرت خماسى. ويأخذ المفحوص خمس درجات إذا اختار البديل " موافق بشدة " وأربع درجات إذا اختار البديل "موافق " وثلاث درجات إذا اختار البديل " محايد " ودرجتين إذا اختار البديل " معارض " ودرجة واحدة إذا اختار البديل " معارض بشدة " بالنسبة للمفردات الإيجابية والعكس بالنسبة للمفردات السلبية.

وقد قام معرب القائمة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للقائمة من صدق وثبات، فقد اعتمد في حساب الصدق على آراء المحكمين، والصدق العاملي، وتم حساب الاتساق الداخلي، ثم قام بحساب الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ للقائمة وكانت قيمه كالتالي:

جدول (٣) ثبات القائمة المختصرة للعوامل الخمسة للشخصية

العامل	معامل ألفا كرونباخ
يقظة الضمير	٠,٨٦
العصابية	٠,٨١
المقبولية	٠,٧٢
الانبساط	٠,٥٩
الانفتاح على الخبرات	٠,٥٤
المقياس ككل	٠,٦١

وأشار محمد أحمد هيبه إلى أن قائمة العوامل الخمسة المختصرة للشخصية في صورتها العربية تتميز بصدق البنية والذي يؤكد توافر شرط الصدق والثبات، ويمكن استخدامها علمياً داخل البيئة العربية. والقائمة في صورتها العربية النهائية أصبحت مكونة من (٥٥) مفردة، ويشمل عامل يقظة الضمير (١٥) مفردة، والعصابية (١٥) مفردة، والمقبولية (١٢) مفردة، والانبساط (٧) مفردات، والانفتاح على الخبرات (٦) مفردات. وقام الباحثان الحاليين بحساب الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ للقائمة وذلك باستخدام عينة الأدوات وكانت النتائج كالتالي.

جدول (٤) ثبات القائمة المختصرة للعوامل الخمسة للشخصية

العامل	معامل ألفا كرونباخ
يقظة الضمير	٠,٨٣
العصابية	٠,٨١
المقبولية	٠,٧٨
الانبساط	٠,٥٩
الانفتاح على الخبرات	٠,٥٥
المقياس ككل	٠,٦٠

يتضح من الجدول رقم (٤) أن معدلات ثبات قائمة العوامل الخمسة للشخصية مرتفع.

ثالثاً: إجراءات الدراسة:

- ١- تطبيق مقياس الدراسة على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات.
- ٢- تطبيق مقياس الدراسة على العينة الأساسية.
- ٣- تصحيح استجابات أعضاء هيئة التدريس على أدوات الدراسة.
- ٤- حساب الفروق بين الجنسين والجنسيات المختلفة وبين مرتفعي ومنخفضي العوامل الخمسة للشخصية (يقظة الضمير، والانبساط، الانفتاح على الخبرات، العصابية، والمقبولية) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS 22).
- ٥- مناقشة النتائج وتفسيرها.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة الذكور من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وعددهم (١٢٣) ومجموعة الإناث من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وعددهم (٣٣) وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري للذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥)

المتوسط والانحراف المعياري للذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الإناث		الذكور		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
٢,٩٩	٣٥,٢٤	٢,٩٦	٣٠,٩٩	التفاعل الإيجابي
٤,٤٣	١٤,٨٥	٣,١٨	١٣,٦٤	التفاعل السلبي
٤,٥٨	٢٣,٣٣	٢,٩٩	٢٠,١٣	التصرفات السلوكية

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" T-test لمجموعتين مستقلتين حيث تمت المقارنة بين الذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). ونظرًا لاختلاف العدد في المجموعتين تم حساب تجانس التباين بين الذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية

الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (٦) يوضح مدى تجانس التباين بين المجموعتين ونتيجة المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت".

جدول (٦)

نتائج اختبار "ت" بين الذكور والإناث (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الفروق بين متوسطي المجموعتين			تجانس المجموعتين		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
مستوى الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	النسبة المئوية	
٠,٠١	١٥٤	٧,٣٠٩	غير دالة	٠,٢٦٤	التفاعل الإيجابي
غير دالة	٤١,٣٠	١,٤٦٥	٠,٠٥	١٠,١٢٦	التفاعل السلبي
٠,٠١	٣٩,٦٤	٣,٨٠٥	٠,٠١	٢٠,٩٢	التصرفات السلوكية

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين الذكور والإناث من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة التفاعل الإيجابي والتصرفات السلوكية وذلك لصالح الإناث وعدم وجود فروق دالة إحصائية بينهما في التفاعل السلبي. وتشير تلك النتيجة إلى وجود فروق بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الذكور والإناث وذلك لصالح الإناث في التفاعل الإيجابي حيث أن متوسط الذكور في التفاعل الإيجابي ٣٠,٩٩ ومتوسط الإناث في التفاعل الإيجابي ٣٥,٢٤ ويتضح من ذلك إن أعضاء هيئة التدريس الإناث أكثر إيجابية من الذكور في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وتشير تلك النتيجة أيضاً إلى وجود فروق بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الذكور والإناث وذلك لصالح الإناث في التصرفات السلوكية حيث أن متوسط الذكور في التصرفات السلوكية ٢٠,١٣ ومتوسط الإناث في التصرفات السلوكية ٢٣,٢٣ وهذه النتيجة تشير إلى تبني الإناث تصرفات أكثر

إيجابية في التعامل مع ضغوط الحياة اليومية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين الذكور. ويشير الباحثان إلى أن المرأة تتقبل الوضع كما هو وهي إحدى عناصر الاستراتيجيات الإيجابية لمواجهة الضغوط الحياتية، خلافا للرجال حيث معظمهم لا يتقبل الوضع كما هو بل هو مضطر إليه، وهذا ما جعل درجات الإناث مرتفعة في التفاعل الإيجابي والتصرفات السلوكية أكثر من الرجال. أما عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفاعل السلبي، يشير الباحثان إلى أن الذكور والإناث من أعضاء هيئة التدريس المغتربين يتعرضان معاً لنفس الضغوط المهنية والحياتية، فيبررون ما هم فيه نتيجة لضغوط إقتصادية اضطررتهم للهجرة.

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (عبير الصبان وآخرون، ٢٠١٩) حيث لم يجدوا فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في أساليب مواجهة الحياة الضاغطة. وتتفق نتائج الدراسة الحالية ضمناً مع ما أشار إليه كل من (Col & McNulty, 2011) في دراستيهما لماذا المغتربات أفضل من الذكور في التكيف الاجتماعي والثقافي وذلك من خلال دراستها على عينة من الذكور والإناث عددها (٣٧) من الرجال و(٣١) من النساء من دول وجنسيات مختلفة من كندا وأستراليا وجنوب شرق آسيا (سنغافورة والفلبين) من خلال الإتصال بمجموعة متنوعة من المنظمات بما في ذلك جمعيات المغتربين والشركات متعددة الجنسيات، وتمت استجاباتهم على مقاييس متعددة منها مقياس تسوية المغتربين الذي أنشأه (Black , Stephens (1989) ومقياس التكيف الاجتماعي والتفاعل الأيجابي ومقياس النمو الذاتي وقد تم تطويره بواسطة (Schwartz (1992) وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في النمو الذاتي والتفاعل الإيجابي بين الذكور والإناث لصالح الإناث. كما أن قيم النمو الذاتي هي أكثر أهمية للإناث من الذكور.

ثانياً: -توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى ست مجموعات من أعضاء هيئة التدريس المغتربين حسب الجنسية وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري لأعضاء هيئة

التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (٨، ١٠، ١٢) توضح ذلك. وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام أسلوب تحليل التباين البسيط للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). والجدول رقم (٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣) توضح نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة.

جدول (٧)

نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل الإيجابي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٣٣٦,٦٨٩	٥	٦٧,٣٣٨	٦,٧٨٦	٠,٠١
داخل المجموعات	١٤٨٨,٤٥٩	١٥٠	٩,٩٢٣		
الكلية	١٨٢٥,١٤٧	١٥٥			

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل الإيجابي ولمعرفة لصالح من تكون هذه الفروق تم عمل مقارنات بعدية بين الجنسيات المختلفة (المصرية ن=٨٠، السودانية ن=١٩، الأردنية ن=١٥، التونسية ن=١٢، الجزائرية ن=١٥، الموريتانية ن=١٥) باستخدام طريقة شيفيه وكانت النتائج كالتالي:-

جدول (٨)

نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل الإيجابي

الفرق لصالح الجنسية	مستوى الدلالة الإحصائية	الفرق بين المتوسطين	الجنسيات موضوع المقارنة (التفاعل الإيجابي)			
			المتوسط	الجنسية	المتوسط	الجنسية
	غير دالة	٠,٠٤	٣٢,٣٧	السودانية	٣٢,٤١	المصرية
	غير دالة	٢,٢١	٣٠,٢	الأردنية	٣٢,٤١	المصرية
	غير دالة	٠,٨٤	٣٣,٢	التونسية	٣٢,٤١	المصرية
	غير دالة	٠,٥٩	٣٣	الجزائرية	٣٢,٤١	المصرية
المصرية	٠,٠١	٤,٤١	٢٨	الموريتانية	٣٢,٤١	المصرية
	غير دالة	٢,١٧	٣٠,٢	الأردنية	٣٢,٣٧	السودانية
	غير دالة	٠,٨٨	٣٣,٢	التونسية	٣٢,٣٧	السودانية
	غير دالة	٠,٦٣	٣٣	الجزائرية	٣٢,٣٧	السودانية
السودانية	٠,٠١	٤,٣٧	٢٨	الموريتانية	٣٢,٣٧	السودانية
	غير دالة	٣,٠٥	٣٣,٢	التونسية	٣٠,٢	الأردنية
	غير دالة	٢,٨٠	٣٣	الجزائرية	٣٠,٢	الأردنية
	غير دالة	٢,٢٠	٢٨	الموريتانية	٣٠,٢	الأردنية
	غير دالة	٠,٢٥	٣٣	الجزائرية	٣٣,٢	التونسية
التونسية	٠,٠٥	٥,٢٥	٢٨	الموريتانية	٣٣,٢	التونسية
الجزائرية	٠,٠٥	٥	٢٨	الموريتانية	٣٣	الجزائرية

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين المصريين والموريتانيين وذلك لصالح المصريين في التفاعل الإيجابي كأسلوب لمواجهة الأحداث اليومية الضالطة حيث أن متوسط المصريين في التفاعل الإيجابي ٣٢,٤١ ومتوسط الموريتانيين ٢٨ وبذلك يتضح أن المصريين يتفاعلون بشكل

إيجابي مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين. ويتضح أيضا وجود فروق وجود دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين السودانيين والموريتانيين وذلك لصالح السودانيين حيث أن متوسط السودانيين في التفاعل الإيجابي هو ٣٢,٣٧ ومتوسط الموريتانيين هو ٢٨ وبذلك يتضح أن السودانيين يتفاعلون بشكل إيجابي مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين التونسيين والموريتانيين وذلك لصالح التونسيين حيث أن متوسط التونسيين في التفاعل الإيجابي هو ٣٣,٢ ومتوسط الموريتانيين هو ٢٨ وبذلك يتضح أن التونسيين يتفاعلون بشكل إيجابي مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الجزائريين والموريتانيين وذلك لصالح الجزائريين حيث أن متوسط الجزائريين في التفاعل الإيجابي هو ٣٣ ومتوسط الموريتانيين هو ٢٨ وبذلك يتضح أن الجزائريين يتفاعلون بشكل إيجابي مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين.

ويفسر الباحثان هذه الفروق تبعاً لمدى لخبرات كل جنسية في التعامل مع الضغوط الحياتية المترتبة بالغربة وتبعاتها حيث يبلغ عدد الجاليات المصرية في خارج مصر طبقاً لجهاز التعبئة والإحصاء بلغ (٦,٢) مليون شخص في الدول العربية أي بنسبة (٦٥,٨ %) من إجمالي المصريين بالخارج في نهاية (٢٠١٦) والبالغ عددهم نحو (٩,٥) مليون شخص. وتحتل المملكة العربية السعودية المرتبة الأولى من حيث عدد المصريين العاملين بها إذ يبلغ عدد المصريين بالسعودية نحو (٢,٩) مليون شخص بنسبة (٤٦,٩ %) من المصريين المقيمين في الدول العربية (<https://alwafd.news>) وبالتالي اكتسبت الجاليات المصرية خبرات التعايش مع هذه التحديات . بينما عدد الجالية الموريتانية بالمملكة العربية السعودية قرابة (٣٠) ألف شخص نسبة ٦٥% منهم في المدينة المنورة و ٢٥% في مكة المكرمة والبقية موزعة على باقي مدن المملكة عامة (<http://echarah.info>) وهذه الأعداد الكبيرة بالطبع تنقل خبراتها السلبية والإيجابية للأخرين ليأخذوا حذرهم.

جدول (٩)

نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل السلبي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٣٧٦,١٣٨	٥	٧٥,٢٢٨	٧,٣٧٤	٠,٠١
داخل المجموعات	١٥٣٠,٢٢١	١٥٠	١٠,٢٠١		
الكلي	١٩٠٦,٣٥٩	١٥٥			

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل السلبي ولمعرفة لصالح من تكون هذه الفروق تم عمل مقارنات بعدية بين الجنسيات المختلفة (المصرية ن=٨٠، السودانية ن=١٩، الأردنية ن=١٥، التونسية ن=١٢، الجزائرية ن=١٥، الموريتانية ن=١٥) باستخدام طريقة شيفيه وكانت النتائج كالتالي:-

جدول (١٠)

نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التفاعل السلبي

الفرق لصالح الجنسية	مستوى الدلالة الإحصائية	الفرق بين المتوسطين	الجنسيات موضوع المقارنة (التفاعل السلبي)			
			المتوسط	الجنسية	المتوسط	الجنسية
	غير دالة	٠,٠٦	١٤,٣٧	السودانية	١٤,٤٣	المصرية
	غير دالة	١,٤٢	١٣	الأردنية	١٤,٤٣	المصرية
	غير دالة	٢,٣٢	١٦,٨	التونسية	١٤,٤٣	المصرية
	غير دالة	١,٤٢	١٣	الجزائرية	١٤,٤٣	المصرية
المصرية	٠,٠١	٤,٤٢	١٠	الموريتانية	١٤,٤٣	المصرية
	غير دالة	١,٣٧	١٣	الأردنية	١٤,٣٧	السودانية
	غير دالة	٢,٣٨	١٦,٨	التونسية	١٤,٣٧	السودانية
	غير دالة	١,٣٧	١٣	الجزائرية	١٤,٣٧	السودانية
السودانية	٠,٠٥	٤,٣٧	١٠	الموريتانية	١٤,٣٧	السودانية
	غير دالة	٣,٧٥	١٦,٨	التونسية	١٣	الأردنية
	غير دالة	٠	١٣	الجزائرية	١٣	الأردنية
	غير دالة	٣	١٠	الموريتانية	١٣	الأردنية
	غير دالة	٣,٧٥	١٣	الجزائرية	١٦,٨	التونسية
التونسية	٠,٠١	٦,٧٥	١٠	الموريتانية	١٦,٨	التونسية
	غير دالة	٣	١٠	الموريتانية	١٣	الجزائرية

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين المصريين والموريتانيين وذلك لصالح المصريين في التفاعل السلبي كأسلوب لمواجهة الأحداث اليومية الضاغطة حيث أن متوسط المصريين في التفاعل السلبي ١٤,٤٣ ومتوسط الموريتانيين ١٠ وبذلك يتضح ارتفاع مستوى التفاعل

السلبى للمصريين مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين الذين يتفاعلون بشكل أقل سلبية ويشير الباحثان إلى أن متوسط درجة المصريين في التفاعل السلبى بالنسبة لدرجة بعد التفاعل السلبى هي متوسطة وذلك لأن هذا البعد يتكون من (٧) مفردات وأعلى درجة على هذا البعد هي (٢١) وأقل درجة هي (٧). ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين السودانيين والموريتانيين وذلك لصالح السودانيين حيث أن متوسط السودانيين في التفاعل السلبى هو ١٤,٣٧ ومتوسط الموريتانيين هو ١٠ وبذلك يتضح أن السودانيين يتفاعلون بشكل أكثر سلبية مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين التونسيين والموريتانيين وذلك لصالح التونسيين حيث أن متوسط التونسيين في التفاعل السلبى هو ١٦,٨ ومتوسط الموريتانيين هو ١٠ وبذلك يتضح أن التونسيين يتفاعلون بشكل أكثر سلبية مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين.

ويرجع الباحثان تلك النتيجة لطبيعة المقياس حيث أن التفاعل الإيجابى يمثل بعدا مستقلا عن بعد التفاعل السلبى. ويرى (Lincoln, 2000) أن التفاعلات السلبية تشمل عدة أعراض مضطربة مثل تثبيط المشاعر، كما تشمل الفشل فى تقديم المساعدة للآخرين وقد تنوعت مصطلحات التفاعل السلبى بين الباحثين فمنهم من استخدم مصطلح الصراع الاجتماعى (Abbey et al. 1985) ومصطلح العائق الاجتماعى ، Ruehlman (Wolchik 1988) والتفاعلات الاجتماعية الإشكالية (Norvell ، Brenner ، and Limacher 1989 ؛ Davis and Rhodes 1994 ؛ Ebert ، Rhodes ، and Meyers 1994 ؛ Rhodes ، Davis ، Hamilton-Leaks 1997) ، والروابط الاجتماعية السلبية (Finch et al. 1989) والدعم الاجتماعى السلبى (Ray 1992) وتمثل كل هذه المصطلحات نوعاً من الضغوط النفسية التى يعانى منها الأفراد، وقد تباينت نتائج البحوث والدراسات المختلفة حول العلاقة بين التفاعل الإيجابى والسلبى فقد توصل (Finch et al. 1989) إلى عدم وجود علاقة بين التفاعل الإيجابى والسلبى وهو ما اتفق وتفسير الباحثين لهذا الفرض، فمن بين ٢٨ دراسة تمت مراجعتها توصلت ٢٠ دراسة بنسبة ٧١% إلى وجود علاقة ارتباطية بين التفاعل الإيجابى والسلبى فى حين لم

تتوصل بقية الدراسات لأى علاقة تجمع المتغيرين ومن الواضح أن العلاقة بين التفاعل الإيجابي والسلبي تتطلب مزيداً من البحث وذلك بالتركيز على العلاقات الأسرية والاجتماعية للشخص المغترب.

ومن خلال تجربة الباحثان فى الغربية اتضح أن التفاعل السلبي ظهر بإستخدام التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظياً عن المشاعر السلبية غير السارة، وفعالياً عن طريق الجهود الفردية المباشرة لتخفيف التوتر.

وقد قام (Colacion, et al. 2016) بدراسة مستوى التوتر والضغوطات التى تواجه أعضاء هيئة التدريس فى حرم جامعة ولاية جانواى وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٥) عضو هيئة التدريس. وتوصلت الدراسة إلى أن العمل الورقى والعمل البحثى والتحضير للمؤتمرات والاجتماعات بالإضافة للجلوس أمام الكمبيوتر بالساعات الطويلة والتي تعد من أهم الضغوط المهنية التى يعانى منها أعضاء هيئة التدريس، والتي تسببت فى الاصابة ببعض الإضطرابات السيكوسوماتية مثل إرتفاع الضغط، بالإضافة الى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث فى هذه الضغوط.

جدول (١١)

نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التصرفات السلوكية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٨٤٦,١٩٩	٥	١٦٩,٢٤٠	٢١,٣٦٨	٠,٠١
داخل المجموعات	١١٨٨,٠٣٢	١٥٠	٧,٩٢٠		
الكلية	٢٠٣٤,٢٣١	١٥٥			

يتضح من الجدول رقم (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التصرفات السلوكية ولمعرفة

لصالح من تكون هذه الفروق تم عمل مقارنات بعدية بين الجنسيات المختلفة (المصرية ن=٨٠، السودانية ن=١٩، الأردنية ن=١٥، التونسية ن=١٢، الجزائرية ن=١٥، الموريتانية ن=١٥) باستخدام طريقة شيفيه وكانت النتائج كالتالي:-

جدول (١٢)

نتيجة تحليل التباين للمقارنة بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين من الجنسيات المختلفة في التصرفات السلوكية

الفرق لصالح الجنسية	مستوى الدلالة الإحصائية	الفرق بين المتوسطين	الجنسيات موضوع المقارنة (التصرفات السلوكية)			
			المتوسط	الجنسية	المتوسط	الجنسية
	غير دالة	٢,٥٥	١٩,٦	السودانية	٢٢,١	المصرية
المصرية	٠,٠١	٤,٣٣	١٧,٨	الأردنية	٢٢,١	المصرية
	غير دالة	٢,٦٣	٢٤,٨	التونسية	٢٢,١	المصرية
	غير دالة	٢,١٣	٢٠	الجزائرية	٢٢,١	المصرية
المصرية	٠,٠١	٦,١٣	١٦	الموريتانية	٢٢,١	المصرية
	غير دالة	١,٧٨	١٧,٨	الأردنية	١٩,٦	السودانية
	٠,٠١	٥,١٧	٢٤,٨	التونسية	١٩,٦	السودانية
	غير دالة	٠,٤٢	٢٠	الجزائرية	١٩,٦	السودانية
السودانية	٠,٠٥	٣,٥٨	١٦	الموريتانية	١٩,٦	السودانية
	٠,٠١	٦,٩٥	٢٤,٨	التونسية	١٧,٨	الأردنية
	غير دالة	٢,٢٠	٢٠	الجزائرية	١٧,٨	الأردنية
	غير دالة	١,٨٠	١٦	الموريتانية	١٧,٨	الأردنية
	٠,٠٥	٤,٧٥	٢٠	الجزائرية	٢٤,٨	التونسية
	٠,٠١	٨,٧٥	١٦	الموريتانية	٢٤,٨	التونسية
الجزائرية	٠,٠٥	٤	١٦	الموريتانية	٢٠	الجزائرية

يتضح من الجدول رقم (١٢) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين المصريين والأردنيين وذلك لصالح المصريين في التصرفات السلوكية كأسلوب لمواجهة الأحداث اليومية الضاغطة حيث أن متوسط المصريين في التصرفات السلوكية ٢٢,١ ومتوسط الأردنيين في التصرفات السلوكية ١٧,٨ وبذلك يتضح أن المصريين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالأردنيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين المصريين والموريتانيين وذلك لصالح المصريين في التصرفات السلوكية كأسلوب لمواجهة الأحداث اليومية الضاغطة حيث أن متوسط المصريين في التصرفات السلوكية هو ٢٢,١ ومتوسط الموريتانيين هو ١٦ وبذلك يتضح أن المصريين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين السودانيين والتونسيين وذلك لصالح التونسيين في التصرفات السلوكية كأسلوب لمواجهة الأحداث اليومية الضاغطة حيث أن متوسط السودانيين في التصرفات السلوكية هو ١٩,٦ ومتوسط التونسيين هو ٢٤,٨ وبذلك يتضح أن التونسيين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالسودانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين السودانيين والموريتانيين وذلك لصالح السودانيين في التصرفات السلوكية كأسلوب لمواجهة الأحداث اليومية الضاغطة حيث أن متوسط السودانيين في التصرفات السلوكية هو ١٩,٦ ومتوسط الموريتانيين هو ١٦ وبذلك يتضح أن السودانيين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالسودانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الأردنيين والتونسيين وذلك لصالح التونسيين حيث أن متوسط الأردنيين في التصرفات السلوكية هو ١٧,٨ ومتوسط التونسيين هو ٢٤,٨ وبذلك يتضح أن التونسيين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالأردنيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين التونسيين والجزائريين وذلك لصالح التونسيين حيث أن متوسط

التونسيين في التصرفات السلوكية هو ٢٤,٨ ومتوسط الجزائريين هو ٢٠ وبذلك يتضح أن التونسيين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالجزائريين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين التونسيين والموريتانيين وذلك لصالح التونسيين حيث أن متوسط التونسيين في التصرفات السلوكية هو ٢٤,٨ ومتوسط الموريتانيين هو ١٦ وبذلك يتضح أن التونسيين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين. ويتضح أيضا وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين أعضاء هيئة التدريس المغتربين الجزائريين والموريتانيين وذلك لصالح الجزائريين حيث أن متوسط الجزائريين في التصرفات السلوكية هو ٢٠ ومتوسط الموريتانيين هو ١٦ وبذلك يتضح أن الجزائريين يلجأون إلى التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية مقارنة بالموريتانيين.

ويرى الباحثان أن التصرف السلوكي نتيجة حتمية للتفاعل الإيجابي والسلبي حيث وجد الفروق لصالح الجنسيات المصرية والجزائرية والتونسية ويفسران هذا الفرق نتيجة لما اكتسبوه من خبرات وثقافات مختلفة قد اكتسبوها أثناء تواجدهم في أوطانهم، وبالتالي حاولوا تطبيقها أثناء الغربة بقدر المستطاع.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية دراسة (Branin,2004) حيث بلغت عينة دراسته (٢٦٠) مشاركاً من جنسيات مختلفة، حيث توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسيات المختلفة في التعامل مع الضغوط الحياتية والمهنية (in: Platanitis,2017).
ثالثاً-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضالطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وذلك باستخدام الإرباعيات، حيث كانت قيمة الإرباعي الأول (٢٧) والإرباعي الثالث (٣١) وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث

الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣)

المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

مرتفعو الانفتاح على الخبرات ن=٥٠		منخفضو الانفتاح على الخبرات ن=٣٥		
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
١,٨٣	٣٥,٧٢	١,٣٧	٢٧,٣١	التفاعل الإيجابي
٤,٥٤	١٤,٢٨	٣,٥٥	١٢,٧١	التفاعل السلبي
٤,٣١	٢٢,٢٦	٢,٧٥	١٧,٦٣	التصرفات السلوكية

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" T-test لمجموعتين مستقلتين حيث تمت المقارنة بين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). ونظرًا لاختلاف العدد في المجموعتين تم حساب تجانس التباين بين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٤) يوضح مدى تجانس التباين بين المجموعتين ونتيجة المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت".

جدول (١٤)

نتائج اختبار "ت" بين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الفروق بين متوسطي المجموعتين			تجانس المجموعتين		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
مستوى الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	النسبة الفئوية	
٠,٠١	٨٢,٦٠٦	٢٤,٢٣	٠,٠٥	٦,٠٢	التفاعل الإيجابي
غير دالة	٨١,٨٨٣	١,٧٨	٠,٠٥	٦,٤٥	التفاعل السلبي
٠,٠١	٨٢,٣٦٦	٦,٠٤٣	٠,٠٥	٧,٨٦	التصرفات السلوكية

يتضح من الجدول رقم (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل الإيجابي كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة حيث أن متوسط مرتفعي الانفتاح على الخبرات في التفاعل الإيجابي هو ٣٥,٧٢ ومتوسط منخفضي الانفتاح على الخبرات في التفاعل الإيجابي هو ٢٧,٣١ وذلك لصالح مرتفعي الانفتاح على الخبرات حيث أن مرتفعي الانفتاح على الخبرات يتوجهون نحو التفاعل الإيجابي كأسلوب للتعامل مع ضغوط الحياة من منخفضي الانفتاح على الخبرات. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التصرفات السلوكية كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وذلك لصالح مجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات حيث أن متوسط مرتفعي الانفتاح على الخبرات في التصرفات السلوكية هو ٢٢,٢٦ ومتوسط منخفضي الانفتاح على الخبرات في التصرفات السلوكية هو ١٧,٦٣ وذلك لصالح مرتفعي الانفتاح على الخبرات حيث أن مرتفعي الانفتاح على

الخبرات يتوجهون نحو التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة من منخفضي الانفتاح على الخبرات. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة المنخفضين في الانفتاح على الخبرات ومجموعة المرتفعين في الانفتاح على الخبرات من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل السلبي.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (Bhatti, et al, 2018) والتي أشار فيها لدراسة (Hertel, 2007) حيث وجد أن الإنفتاح على الخبرات يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالرضا الوظيفي فالأفراد المنفتحون على الخبرات أكثر خبرة في التعامل مع المواقف الضاغطة الجديدة، ودوماً يحبون التحديات الجديدة. واجريت دراسة (Bhatti, et al, 2018) على (٢٥٨) من أعضاء هيئة التدريس العاملين في قطاع التعليم العالي في المملكة العربية السعودية؟ وذلك بفحص السمات الخمسة للشخصية، وتوصل الباحثون إلى أن البعد الأخير وهو الانفتاح على الخبرات هو الأكثر صعوبة في التصنيف والأكثر تعقيداً وذلك بناءً على تصنيف نورمات، لأنه يرتبط بالرضا المهني والوظيفي. وقد استخدم الباحثون مقياس العوامل الخمسة الكبرى ومقاييس الرضا الوظيفي وتم تطبيقه على أفراد العينة (٢٢١) ذكر و(٣٧) أنثى وكان لدى (٦١) منهم خبرة دولية سابقة وتألّف الوافدون من مواطنين من تسع دول منها الجزائر وبنغلاديش وكندا والسودان واليمن ومصر وباكستان والهند والأردن ويعملون بالمملكة أكثر من عامين. وتوصل الباحثون إلى أن الجنسيات التي تتفتح على الثقافات المتعددة أكثر رضا وظيفي من غيرها كالجنسية المصرية والجزائرية والهندية. كما اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة (Huang, 2005) والذي توصل إلى أن الانفتاح على الخبرات يرتبط ارتباطاً إيجابياً مع التكيف المعيشي وذلك في دراستهم على ٨٣ مغترب أمريكي مقيم بتايوان حيث أظهر الامريكان تكيفاً مع حياتهم الجديدة وذلك بسبب خبراتهم الحياتية في التعامل مع الضغوط. حيث لم تتناول هذه الدراسات متغيرات الدراسة بشكل مباشر.

رابعاً-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وذلك باستخدام الإرباعيات، حيث كانت قيمة الإرباعي الأول (٣٨) والإرباعي الثالث (٤٤) وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٥) يوضح ذلك.

جدول (١٥)

المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

مرتفعو المقبولية ن = ٤٤		منخفضو المقبولية ن = ٣٠		
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
١,٨٢	٣٥,٩٥	١,٤٤	٢٧,٢٠	التفاعل الإيجابي
٤,٦٩	١٤,٢٠	٣,٦٥	١٣,١٧	التفاعل السلبي
٤,٣٦	٢٢,٥٠	٢,٨٨	١٧,٩٠	التصرفات السلوكية

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" T-test لمجموعتين مستقلتين حيث تمت المقارنة بين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). ونظرًا لاختلاف العدد في

المجموعتين تم حساب تجانس التباين بين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٦) يوضح مدى تجانس التباين بين المجموعتين ونتيجة المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت".

جدول (١٦)

نتائج اختبار "ت" بين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الفروق بين متوسطي المجموعتين			تجانس المجموعتين		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
مستوى الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	النسبة الفئوية	
٠,٠١	٧٠,٣٠٩	٢٢,٩٢	٠,٠٥	٤,٢١	التفاعل الإيجابي
غير دالة	٧٠,٦٧٤	١,٠٧	٠,٠٥	٦,٣٦	التفاعل السلبي
٠,٠١	٧١,٩٥	٥,٤٦	٠,٠٥	٧,١١	التصرفات السلوكية

يتضح من الجدول رقم (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل الإيجابي كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة حيث أن متوسط مرتفعي المقبولية في التفاعل الإيجابي هو ٣٥,٩٥ ومتوسط منخفضي المقبولية في التفاعل الإيجابي هو ٢٧,٢٠ وذلك لصالح مرتفعي المقبولية حيث أن مرتفعي المقبولية يتوجهون نحو التفاعل الإيجابي كأسلوب للتعامل مع ضغوط الحياة من منخفضي المقبولية. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية من أعضاء هيئة

التدريس المغتربين في التصرفات السلوكية كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وذلك لصالح مجموعة المرتفعين في المقبولية حيث أن متوسط مرتفعي المقبولية في التصرفات السلوكية هو ٢٢,٥٠ ومتوسط منخفضي المقبولية في التصرفات السلوكية هو ١٧,٩٠ وذلك لصالح مرتفعي المقبولية حيث أن مرتفعي المقبولية يتوجهون نحو التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة من منخفضي المقبولية. ولم تجد الدراسة فروق دالة إحصائية بين مجموعة المنخفضين في المقبولية ومجموعة المرتفعين في المقبولية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل السلبي.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة (Huang, et al, 2005) بوجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين عمل المغتربين والإنتفاع على الخبرات والمقبولية. ويرى الباحثان أن منخفضي المقبولية ليس لديهم أى دافع للتعاون أو ابداء المساعدة مع الآخرين وذلك بسبب الإحباطات المتتالية الناتجة عن الإعتراب من ناحية والضغوطات المهنية والوظيفية من ناحية أخرى لذلك يتسم تفاعلهم دوماً بالسلبية وبالتالي يظهر ذلك فى تصرفاتهم السلوكية السلبية تجاه الضغوطات الحياتية المختلفة.

خامساً- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وذلك باستخدام الإرباعيات، حيث كانت قيمة الإرباعي الأول (٢٧) والإرباعي الثالث (٣١) وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٧) يوضح ذلك.

جدول (١٧)

المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

مرتفعو الانبساط ن = ٤٢		منخفضو الانبساط ن = ٢٤		
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
١,٨٢	٣٦,٠٥	١,٥٦	٢٧	التفاعل الإيجابي
٤,٧٨	١٤,١٧	٣,٧٦	١٣,٧٥	التفاعل السلبي
٤,٤٣	٢٢,٥٧	٢,٩٩	١٨,٣٣	التصرفات السلوكية

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" T-test لمجموعتين مستقلتين حيث تمت المقارنة بين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). ونظرًا لاختلاف العدد في المجموعتين تم حساب تجانس التباين بين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٨) يوضح مدى تجانس التباين بين المجموعتين ونتيجة المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت".

جدول (١٨)

نتائج اختبار "ت" بين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الفروق بين متوسطي المجموعتين			تجانس المجموعتين		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
مستوى الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة ت	النسبة المئوية	مستوى الدلالة	
٠,٠١	٦٤	٢٠,٤٢	غير دالة	٢,٣٢	التفاعل الإيجابي
غير دالة	٥٧,٦١٦	٠,٣٩	٠,٠٥	٦,٢٧	التفاعل السلبي
٠,٠١	٦٢,١٢٥	٤,٦٢	٠,٠٥	٦,٢٨	التصرفات السلوكية

يتضح من الجدول رقم (١٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل الإيجابي كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة حيث أن متوسط مرتفعي الانبساط في التفاعل الإيجابي هو ٣٥,٠٦ ومتوسط منخفضي الانبساط في التفاعل الإيجابي هو ٢٧ وذلك لصالح مرتفعي الانبساط حيث أن مرتفعي الانبساط يتوجهون نحو التفاعل الإيجابي كأسلوب للتعامل مع ضغوط الحياة عن منخفضي الانبساط. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التصرفات السلوكية كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وذلك لصالح مجموعة المرتفعين في الانبساط حيث أن متوسط مرتفعي الانبساط في التصرفات السلوكية هو ٢٢,٥٧ ومتوسط منخفضي الانبساط في التصرفات السلوكية هو ١٨,٣٣ وذلك لصالح مرتفعي الانبساط حيث أن مرتفعي الانبساط يتوجهون نحو التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة عن منخفضي الانبساط.

وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة المنخفضين في الانبساط ومجموعة المرتفعين في الانبساط من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل السلبي. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة (Bhatti, et al, 2018) والذي توصل إلى أن الانبساط يشير للأفراد النشطين والمتحمسين والحازمين، حيث يرون أن المواقف الصعبة فرص ويرون أنه يمكن حل كل المشكلات بالعمل الجاد والجهود المستمرة.

سادساً-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وذلك باستخدام الإرباعيات، حيث كانت قيمة الإرباعي الأول (٥٥) والإرباعي الثالث (٦٥) وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (١٩) يوضح ذلك.

جدول (١٩)

المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

مرتفعو يقظة الضمير ن= ٤٠		منخفضو يقظة الضمير ن= ٢١		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
١,٨٠	٣٦,١٥	١,٦٢	٢٦,٨٦	التفاعل الإيجابي
٤,٨٣	١٤,٠٣	٣,٨٢	١٤,٠٥	التفاعل السلبي
٤,٤٧	٢٢,٧٥	٢,٩٩	١٨,٦٢	التصرفات السلوكية

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" T-test لمجموعتين مستقلتين حيث تمت المقارنة بين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). ونظرًا لاختلاف العدد في المجموعتين تم حساب تجانس التباين بين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (٢٠) يوضح مدى تجانس التباين بين المجموعتين ونتيجة المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت".

جدول (٢٠)

نتائج اختبار "ت" بين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الفروق بين متوسطي المجموعتين		تجانس المجموعتين		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
مستوى الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة ت	النسبة المئوية	
٠,٠١	٥٩	١٩,٧٦	غير دالة	التفاعل الإيجابي
غير دالة	٤٩,٨٦٥	٠,٠٢	٠,٠٥	التفاعل السلبي
٠,٠١	٥٥,٣٦٧	٤,٢٩	٠,٠٥	التصرفات السلوكية

يتضح من الجدول رقم (٢٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل الإيجابي كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة حيث أن متوسط مرتفعي يقظة الضمير في التفاعل الإيجابي هو ٣٦,١٥

ومتوسط منخفضي يقظة الضمير في التفاعل الإيجابي هو ٢٦,٨٦ وذلك لصالح مرتفعي يقظة الضمير حيث أن مرتفعي يقظة الضمير يتوجهون نحو التفاعل الإيجابي كأسلوب للتعامل مع ضغوط الحياة عن منخفضي يقظة الضمير. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التصرفات السلوكية كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة وذلك لصالح مجموعة المرتفعين في يقظة الضمير حيث أن متوسط مرتفعي يقظة الضمير في التصرفات السلوكية هو ٢٢,٧٥ ومتوسط منخفضي يقظة الضمير في التصرفات السلوكية هو ١٨,٦٢ وذلك لصالح مرتفعي الانبساط حيث أن مرتفعي يقظة الضمير يتوجهون نحو التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة عن منخفضي يقظة الضمير. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة المنخفضين في يقظة الضمير ومجموعة المرتفعين في يقظة الضمير من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل السلبي.

ووفقاً لمتغير يقظة الضمير والذي يتمثل في التنظيم والبقاء والصمود والإلتقان والمثابرة والمواظبة والمسئولية والأخلاق والتوجه نحو الإنجاز والدافعية للسلوك الموجه نحو الهدف (السيد الفضالي، ميمى السيد ، ٢٠١٦ ، ١٤٩) وكل هذه السمات ترتبط بتصرفات ايجابية مع الضغوط الحياتية المتنوعة والتي تؤثر على الشخص نفسه، وبالتالي فإن مرتفعي يقظة الضمير يتوجهون نحو التصرفات الإيجابية خاصة وأن تفاعلاتهم إيجابية مع الواقع الذي يعيشون فيه، ومن الملاحظ أن المثابرة عنصر فعال في يقظة الضمير والذي بدوره يسهم في مواجهة كافة مصادر الإحباط سواءاً أكانت داخلية أو خارجية، بخلاف منخفضي يقظة الضمير الذين سرعان ما يرفعون راية الحصر والقلق مما يشير بإنهزامية نفسية داخلية قبل أن تظهر في سلوكياتهم السلبية، والمتمثلة في الرغبة الدائمة في ترك العمل والعودة للوطن سريعاً أو الإصابة ببعض الأمراض السيكوسوماتية كما أشارت العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة (Colacion, et al. 2016) حيث سرعان ما يستخدمون العديد من الميكانيزمات الدفاعية مثل الكبت والذي بدوره يسهم في الإصابة بهذه الأمراض. وقد أشارت (إيمان المطيرى ، ٢٠١٧) الى أن يقظة الضمير تقابل الأنا الأعلى في نظرية التحليل النفسى، ويتميز أصحاب هذا البعد بالنظام والكفاح من أجل

التفوق والقدرة العالية على ضبط الذات والشعور بالواجب ويتميزون بالدقة في سلوكهم والتمسك بالأخلاق والقيم، ولها مظاهر عدة منها: الكفاء، الترتيب، الكفاح من أجل الإنجاز، الانضباط الذاتي والتفكير المتأنى (إيمان المطيري ، ٢٠١٧ ، ٥٦٢). وهو ما يتفق وأسلوب التفاعل الإيجابي الذي يستخدمه أعضاء هيئة التدريس.

سابعاً-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية).

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بتقسيم العينة إلى مجموعتين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين وذلك باستخدام الإرباعيات، حيث كانت قيمة الإرباعي الأول (٣٤) والإرباعي الثالث (٤٦) وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (٢١) يوضح ذلك.

جدول (٢١)

المتوسط والانحراف المعياري لمنخفضي ومرتفعي العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

مرتفعو العصابية ن = ١٩		منخفضو العصابية ن = ٣٧		
الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
١,٦٦	٢٦,٧٤	١,٧٧	٣٦,٣٢	أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
٣,٧٧	١٤,٤٧	٥	١٣,٨٩	التفاعل الإيجابي
٣,٠٢	١٨,٨٩	٤,٥٦	٢٢,٩٥	التفاعل السلبي
				التصرفات السلوكية

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" T-test لمجموعتين مستقلتين حيث تمت المقارنة بين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية). ونظرًا لاختلاف العدد في المجموعتين تم حساب تجانس التباين بين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة (التفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي، والتصرفات السلوكية) والجدول (٢٢) يوضح مدى تجانس التباين بين المجموعتين ونتيجة المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت".

جدول (٢٢)

نتائج اختبار "ت" بين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية (من أعضاء هيئة التدريس المغتربين) في أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة

الفروق بين متوسطي المجموعتين		تجانس المجموعتين		أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة
مستوى الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة ت	النسبة المئوية	
٠,٠١	٥٤	١٩,٦٢	غير دالة	التفاعل الإيجابي
غير دالة	٤٦,٢٨٠	٠,٤٩	٠,٠٥	التفاعل السلبي
٠,٠١	٥٠,٣٨	٣,٩٧	٠,٠٥	التصرفات السلوكية

يتضح من الجدول رقم (٢٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل الإيجابي كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة حيث أن متوسط مرتفعي العصابية في التفاعل الإيجابي هو ٢٦,٧٤ ومتوسط

منخفضي العصابية في التفاعل الإيجابي هو ٣٦,٣٢ وذلك لصالح منخفضي العصابية حيث أن منخفضي العصابية يتوجهون نحو التفاعل الإيجابي كأسلوب للتعامل مع ضغوط الحياة من مرتفعي العصابية. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التصرفات السلوكية كأحد أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضالطة وذلك لصالح مجموعة المرتفعين في العصابية حيث أن متوسط مرتفعي العصابية في التصرفات السلوكية هو ١٨,٨٩ ومتوسط منخفضي العصابية في التصرفات السلوكية هو ٢٢,٩٥ وذلك لصالح منخفضي العصابية حيث أن منخفضي العصابية يتوجهون نحو التصرفات السلوكية الإيجابية للتعامل مع ضغوط الحياة من مرتفعي العصابية. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة المنخفضين في العصابية ومجموعة المرتفعين في العصابية من أعضاء هيئة التدريس المغتربين في التفاعل السلبي. واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Costa et al., 2001) والتي تشير إلى أنه مع انخفاض العصابية قد يكون الأداء أفضل. ومن خلال هذه النتائج يمكن القول بأن السمات الخمسة للشخصية تتحكم في استجابة عضو هيئة التدريس لما يواجهه من تحديات وضغوط.

توصيات الدراسة:

من خلال ما اطلع عليه الباحثان من أدبيات وما تم التوصل إليه من نتائج، يمكن التوصية بما يلي:

- زيادة وعي أعضاء هيئة التدريس بثقافة المجتمعات الجديدة التي سينتقلون للعمل فيها.
- زيادة وعي أعضاء هيئة التدريس المغتربين بالمشكلات التي يمكن أن يواجهوها وبيان كيفية التعامل معها.

البحوث المقترحة:

يقترح الباحثان إجراء البحوث التالية:

- ١- تأثير برنامج إرشادي في تخفيف حدة العصابية لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين.

٢- الرضا الوظيفي وعلاقته بأحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين.

٣- مستوى الطموح وعلاقته بالضغوط المهنية لدى أعضاء هيئة التدريس المغتربين.

المراجع

- ابن منظور (٢٠٠٣). *لسان العرب*، دار الحديث ، القاهرة.
- آمال جودة (٢٠٠٤). *أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى*. مجلة كلية التربية ، الجامعة الإسلامية فلسطين ، المؤتمر التربوي الأول - التربية فى فلسطين ومتغيرات العصر ، الجامعة الإسلامية - غزة - عمادة كلية التربية والبحث العلمي، ٢ ، ٦٦٧، - ٦٩٦.
- إيمان المطيرى (٢٠١٧). *فاعلية الذات والعوامل الخمسة الكبرى وعلاقتها فى إتخاذ القرار لدى مديرات المدارس بمدينة الرياض ، المجلة التربوية - جامعة سوهاج - كلية التربية، ٤٧. ٥٢٧-٦٤٤.*
- إيمان عبد الكريم ذيب(٢٠١٢). *التفكير الجانبي وعلاقته بسمات الشخصية على وفق نموذج قائمة العوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة. مجلة الاستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة بغداد ، ٢٠١. ٤٦٣-٥٤٠.*
- بومجان نادية (٢٠١٦). *بناء برنامج ارشادى معرفى سلوكى لتخفيف الضغط النفسى لدى الأساتذة الجامعية المتزوجة . رسالة دكتوراة . غير منشورة . جامعة محمد خيضر بسكرة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. قسم العلوم الاجتماعي*
- تامر شوقي إبراهيم (٢٠١٦). *النمذجة البنائية للتسامح النفسي في علاقته بكل من العرفان وعوامل الشخصية الخمس الكبرى، والهناء الذاتي لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٤٦، (٣) ، ٢٣١-٣١٠*
- جابر عبد الحميد (١٩٩٠). *نظريات الشخصية ، البناء ، الديناميات ، النمو ، طرق البحث ، التقويم . دار النهضة العربية . القاهرة .*

- جلال العاطى (٢٠١٨). *استراتيجيات الاحتراق النفسى لدى المدرس*. المجلة العربية لعلم النفس . دولة المغرب، ١١٨-١٠٥,6
- جمعة السيد يوسف (٢٠٠٧). *إدارة الضغوط* ، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث فى العلوم الهندسية - كلية الهندسة - جامعه القاهرة .
- ديوبولد فان دالين (ترجمة) محمد نبيل نوفل وسليمان الخضري الشيخ و طلعت منصور غبريال مراجعة سيد أحمد عثمان (١٩٦٩). *مناهج البحث فى التربية وعلم النفس*، الطبعة الثانية للترجمة (٢٠٠٧)، القاهرة : الأنجلو المصرية.
- ريم غالب كاتبة (٢٠١٩). *العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بدافع الإنجاز لدى المرشدين التربويين بمحافظة الخليل* ، رسالة ماجستير (غير منشورة). جامعة الخليل . فلسطين
- السيد الفضالى ، ميمى السيد (٢٠١٦). *البناء العاملي للعوامل الستة الكبرى للشخصية فى ضوء نموذج HEXACO وعلاقته بمعنى الحياة لدى طلبة جامعة الزقازيق*، *مجلة كلية التربية- جامعة بنها*، ٢٧ (١٠٨) . ١٣٩ - ١٨٢
- صالح بركات ، عمار فريحات ، عبد الله العوالمه (٢٠١٠). *الأمن النفسى لدى أعضاء هيئة التدريس فى جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بمركز السيطرة وانعكاساتها التربوية. حوليات جامعة قلمة للعلوم الاجتماعية*. الجزائر، ٥ . ١١٥-١٥٣
- عائشة السوالمه (٢٠١٦). *مصادر الضغط النفسى وإستراتيجيات التعامل معها لدى أعضاء هيئة التدريس فى جامعة اليرموك* ، رسالة ماجستير (غير منشورة). كلية التربية . جامعة اليرموك
- عبير الصبان ، أريج طلاوى ،دينا خالد (٢٠١٩). *التحصين النفسى وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز* ، الجمعية المصرية للدراسات المتخصصة ، القاهرة ، ٢٤ ، -184
- 196
- علي عبد السلام (٢٠٠٨). *دليل تطبيق مقياس أساليب مواجهة أحداث لحياة اليومية الضالطة*. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة

فيصل عبد القادر يونس، وإلهام عبد الرحمن خليل (٢٠٠٧). نموذج العوامل الخمسة للشخصية : التحقق من الصدق وإعادة الإنتاج عبر الحضاري. *مجلة دراسات نفسية*، ٣ (١٧)، ٥٥٣ - ٥٨٣.

محمد عبد الرحمن (١٩٩٧). *نظريات الشخصية* ، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع. القاهرة

نافذ أحمد عبد بقيعي (٢٠١٥) . *العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي وكالة الغوث الدولية في منطقة إربد التعليمية. المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، ١١ (٤) ، ٤٢٧-٤٤٧

نضال عبد اللطيف الشمالي (٢٠١٥). *العوامل الخمسة للشخصية وعلاقتها بالاكتئاب لدى المرضى المترددين على مركز غزة المجتمعي - برنامج غزة للصحة النفسية*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.

هشام حبيب الحسيني (٢٠٠٤). *نموذج العوامل الخمسة للشخصية: التحليل النظري والقياس*. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

وائل السيد حامد (٢٠١٨). *الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود. المجلة الدولية للدراسات النفسية والتربوية* ، مركز رفاة للدراسات والبحوث، ١ (٣) ، الأردن . ٢٥-٤٨.

Boll, M. (2007). *Multiple Nationality And International Law*. Leiden ; Boston: Martinus Nijhoff Publishers.

Carter, N., Guan, L., Maples, J., Williamson, R.& Miller, J. (2015). "The downsides of extreme conscientiousness for psychological wellbeing: The role of obsessive compulsive tendencies". *Journal of Personality*. Accepted Article, University of Georgia, 84: (4): 510–522.

Daniel, C. (2014). *stressful Life Events* , Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research , pringer, Dordrecht Switzerland . 6650 – 6635.

Haydee, Q. & Raymund B. (2016). Causes and Effects of Stress Among Faculty Members in a State University. *Asia Pacific Journal of Multidisciplinary Research*, 4 (1) , 18-37

- Héctor, G., Maitane, P. & Juan-de-D. (2020). Mediator and moderator effect of resilience between self-efficacy and burnout amongst social and legal sciences faculty members. *Journal of Psychodidactics* (English ed.) 25 (2), 127-135
- James, D. & Parker, Laura M. (2008). *Personality and the Coping Process* The SAGE handbook of personality theory and assessment London: SAGE Publications, (1), pp 506-519.
- Karen, D. (2000). Social Support, Negative Social Interactions, and Psychological Well-Being. *National Institutes of Health*, 74(2): 231–252.
- Katie, M. & Jay, E. (2007). Gender Differences in Stress and Coping among Adults living in Hawai'i. *Californian Journal of Health Promotion*. 5 (2), 89-102
- Mahtab, P. & Asghar, Z. (2017). How Faculty Members' personality traits Influence their Education-Research Performance. *The New Educational Review*. 50(4):70-82.
- McCrae, R., John, O. (1992). An introduction to the five factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60 (20), 175- 215.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2006). *Personality in Adulthood: A Five-Factor Theory Perspective*. (2nd Ed.). New York: The Guilford Press.
- Megan, M., Audrey, R., Lawrence, H., Price, L. & L. Carpenter, L. (2015) DIFFERENCES IN THE USE OF COPING STRATEGIES: PREDICTORS OF ANXIETY AND DEPRESSIVE SYMPTOMS, *Depress Anxiety*, 25(10): 839–846.
- Mitesh P, (2017). “ Expatriate Mental Health: Breaking The Silence And Ending The Stigma . *IPMI Magazine Health and Medical Insurance Assistance News Magazine HK* . 3,2-13
- Mitterer, J. & Dennis, C. (2013). *Introduction to Psychology*, Cengage learning, Boston, 14, pp 446 – 447 .
- Muhammad, B., Ahmad, Z. & Ariff, S. (2018). Do multicultural faculty members perform well in higher educational

- institutions? Examining the roles of psychological diversity climate, HRM practices and personality traits (Big Five), *European Journal of Training and Development*. 43,(1),166-187
- Panagiotis, P. (2017). *Expatriates Emotional Challenges and Coping Strategies: A qualitative Study*. Doctoral dissertation , The University of Manchester.
- Pilar, M.(2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences* ,37 (7) 1401–1415
- Radosław, W. , Adam, R.& Szromek, (2020). The Analysis of Stress and Negative Effects Connected with Scientific Work among Polish Researchers. *Sustainability, MDPI*, Open Access Journal, 12(12), 1-21,
- Rudolf, M. (1986): *Coping with Life Crises: An Integrated Approach*, springer Science, business Media New York.
- Selye, H. (1983) *The Stress Concept: Past, Present and Future. In: Cooper*, Stress Research Issues for the Eighties, John Wiley New York, 1-20.
- Thompson, E. (2008). Development and Validation of an International English Big-Five Mini-Markers. *Personality and Individual Differences*. 45 (6): 542–548.
- William, G. , Meara, H., Brad, E. & Renée, M. (2007). Agreeableness, empathy, and helping: a person x situation perspective Psycho. *J Pers Soc Psychol* 93(4):583-99.
- Yvonne, N. (2011). Cole Why do female expatriates “fit-in” better than males? An analysis of self-transcendence and socio-cultural adjustment. *Cross Cultural Management: An International Journal*, 18 (2), 144-164
- Zer, D. J.& Benet-Martínez, V. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*. 57: 401–421.