



جامعة المنصورة  
كلية التربية



## سمات الشخصية الابتكارية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة

إعداد

إبراهيم إسماعيل إبراهيم السيد البسيوني  
لنيل درجة الماجستير في التربية  
تخصص (صحة نفسية)

إشراف

أ. د / سيد محمد خير الله (رحمه الله) أ. د / إسعاد عبد العظيم البنا (رحمها الله)

أستاذ الصحة النفسية المتفرغ

أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ

كلية التربية - جامعة المنصورة

كلية التربية - جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية - جامعة المنصورة

العدد ١١٢ - أكتوبر ٢٠٢٠

---

## سمات الشخصية الابتكارية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة

إبراهيم إسماعيل إبراهيم السيد البسيوني

الملخص :

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة طبيعة العلاقة بين سمات الشخصية الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٠) طالبًا وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنصورة بواقع (٩٤) من الذكور، (١٦٦) من الإناث، وتمثلت أدوات الدراسة في قائمة سمات الشخصية الابتكارية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وجميع الأدوات من إعداد الباحث، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية لها، واستخدم الباحث اختبار (ت) ومعامل ارتباط بيرسون للتحقق من فروض الدراسة، وكان من أهم نتائج الدراسة: وجود فروق بين طلاب وطالبات الجامعة في بعض سمات الشخصية الابتكارية، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين سمات الشخصية الابتكارية ودرجتها الكلية وبين الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية، ووجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين سمات الشخصية الابتكارية ودرجتها الكلية وبين الأساليب السلبية لمواجهة الضغوط النفسية. الكلمات المفتاحية : سمات الشخصية الابتكارية، أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

### Abstract

The present study aimed to know the nature of relationship between creative personality traits by psychological stress coping styles of university students, the sample consisted of (260) A student from the Faculty of Education Mansoura University (94) male, (166) female and The tools of the study were a list of creativity traits, psychological stress coping styles scale, All the tools were prepared by the researcher and their psychometric properties were checked, one of the most important results is the existence of A statistically significant positive relationship between creativity traits and their overall degree and positive styles of stress coping, and there is statistically significant negative relationship between creativity traits and their overall degree and some negative styles of stress coping, There are differences between males and females university students in the creative personality traits.

**Keywords:** Creative personality traits, Psychological and social stress coping styles.

مقدمة:

---

الضغوط النفسية ظاهرة حتمية الوجود في حياة أفراد هذا العصر صغاراً أو كباراً، وتتنوع مصادر الضغوط في الحياة، كما يستمر وجودها باستمرار حياة الفرد، مما دفع العلماء والباحثين إلى الاهتمام بدراسة الضغوط بمختلف أنواعها، وتأثيرها على الفرد، والأساليب والإجراءات التي يتخذها بعض الأفراد للتحكم والسيطرة في ما يواجهونه من ضغوط، والحد من تأثيراتها السلبية، وتقليل أثارها حيث أنها تؤدي إلى اضطرابات نفسية إن لم يتم التعامل معها بأسلوب يخفف من أثارها السلبية.

ويعاني طلاب الجامعة من مجموعة من العوامل التي تُشكل ضغطاً لديهم مثل: الخوف من الفشل الدراسي، والتكيف مع الحياة الجامعية، وقلق الانفصال، والشعور بالوحدة ونقص التحكم، والمشكلات الأكاديمية، والمستقبل الوظيفي، والمشكلات الأسرية، ونقد الآخرين، والمشكلات الصحية، وضغط الاختبارات، ومحاولة إثبات الذات والبحث عن الهوية، والمشكلات العاطفية، والعلاقة مع الجنس الآخر، وصعوبة اختيار الشريك، والعلاقات مع أفراد الأسرة والعلاقات مع الآخرين، والتفكير في المستقبل والخوف منه، والإحساس بالوحدة (Allen, Santrok, 1993; Woodall, 2005; Murray & Sykes, Willig, Fisher, 1994; Marks, Murray, Evans, Chamberlain, 2015; Tao, Dong, Pancer & Hunsberger, Partt, 2000).

وتشير مراجعة الأبحاث التي قام بها يو ومون (Moon & Yoo) إلى أنه من المحتمل أن يواجه الطلاب الموهوبون والمتفوقون مستويات عليا من الضغط النفسي المرتبط بتوقعاتهم عن أنفسهم وتوقعات الآخرين عنهم، إضافة إلى الضغوط المرتبطة بالعبء الدراسي، والاشتراك في النشاطات، والقرارات المتعلقة بالتعليم والخطط المهنية المستقبلية (Peterson, 2006).

ويشير رشاد موسى (2001، 1) أن ماكينون (Mackinion, 1970) قد حدد طرق دراسة الابتكارية إما كإنتاج أو عملية، أو شخص مبتكر له سمات معينة، والإنتاج الابتكاري لا يتوقف فقط على نوع معين من التفكير، بل يحتاج إلى أسلوب معين من الإدراك وإلى عمل شاق ومستمر، وإلى طريقة معينة في التعبير، وعليه فإن هذه الابتكارات لا يستطيع أن يقوم بها فرد دون أن تتوافر في شخصيته سمات معينة. ويشير ممدوح الكنانى (2007) إلى أن السمات تعكس صورة التفكير والتباين في درجات القدرات العقلية، وكثير من سمات الشخصية يمكن النظر إليها بصفتها دوافع السلوك لأنها تخلق لدى الفرد حاجة معينة للتصرف بطريقة محددة في اتجاه معين لفترة طويلة، ومعظم السمات لها قدرتها على الدفع الدينامي للسلوك في اتجاه معين.

---

ومن الموضوعات التي نالت اهتمام الباحثين مسألة أثر الموهبة والتفوق على الصحة النفسية للموهوبين والمتفوقين. ولقد تم فحص هذا الأثر من خلال تساؤل ثنائي القطب وهو: هل الطلبة الموهوبون والمتفوقون أقل أم أكثر احتمالاً لمواجهة الضغوط والمشكلات النفسية وسوء التوافق النفسي مقارنة بأقرانهم العاديين ؟ (Feldhusen & Kelly & Moon, 1997) ) وهنا وجدت وجهات نظر متناقضة: تشير بعض وجهات النظر تلك إلى أن الموهبة والتفوق تنعكس إيجابياً على الفرد انفعالياً واجتماعياً، ومن بين الدراسات التي وجدت ارتباطاً بين التفوق العقلي والقدرة على التوافق والتعامل مع الضغوط دراسة كل من بيكر وبريدجر وايفانس (Bridger, Baker & Evans, 1998) وشولوينسك وريبولدر (Reynolds & Schilwinski, 1985) التي توصلت إلى أن الذكاء المرتفع عامل من عوامل سهولة التوافق، ذلك أن المتفوقين لديهم فهم أفضل لذواتهم والآخرين، بسبب قدراتهم العقلية المرتفعة، ولذلك فهم يتوافقون مع الضغوط بشكل أفضل وبطرق ملائمة مقارنة بأقرانهم، كما لاحظ (Neihart, 2002) أن من السمات أو الخصائص المرتبطة بالموهبة والتفوق القدرة على حل المشكلات، والتقليل من تأثيرات الضغوط والشدائد على النفس (سعاد منصور، سهيلة محمود، حنان محمود، 2009، 250).

ويرى جيلفورد (Guilford, 1986) أن القدرات التي تكون مميزة للأشخاص المبدعين تحدد ما إذا كان الفرد يمتلك القدرة على إظهار السلوك الابتكاري إلى درجة ملحوظة، ويتوقف إظهار الفرد المالك لهذه القدرات بالفعل على صفاته وسماته الشخصية والطبيعية (سالم محمد، 1999، 22).

ويشير نيكول (Nicol, 1993) أن التفكير الابتكاري يرتبط سلبياً بمستوى الضغط، فالمستويات المنخفضة من الضغوط ترتبط بالمستويات المرتفعة من التفكير الابتكاري، كما يشير فالات (Falat, 2000) أن مرتفعى التفكير الابتكاري يستخدمون أساليب أكثر فاعلية مع المواقف المحبطة واستجاباتهم تتميز بالأصالة والمرونة. مشكلة الدراسة:

طلاب الجامعة فئة تحتاج إلي الاهتمام، حيث أنهم يتعرضون للكثير من الضغوط النفسية والتي تؤثر علي توافقهم وصحتهم النفسية، ويختلف الأفراد في طرق وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية إما بطريقة إيجابية أو سلبية، ويتناول الباحث في الدراسة الحالية سمات الشخصية الابتكارية التي قد يكون لها أثر إيجابي في مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية.

اختلفت الدراسات التي تناولت علاقة ابتكارية الأفراد بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، فبعض هذه الدراسات توصل لعلاقة بين الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط كدراسة فالات (Falat, 2000)، ودراسة وليد أبو المعاطي (2010)، بينما بعض الدراسات تشير إلى عدم وجود علاقة بين ابتكارية الأفراد وأساليب مواجهتهم للضغوط النفسية كدراسة مسلان المالكي (2013) ودراسة (Burton, 1991) ودراسة فابيو وبيزاي (Buzzai & Fabio, 2020).

ويرى وليد أبو المعاطي (2010، 486) أن الابتكارية هي عملية حل للمشكلات بطريقة مختلفة، والضغوط ما هي إلا مشكلات تفرض على الفرد التعامل معها بطريقة ما، وهنا يظهر السؤال: هل يتعامل المبتكر مع الضغوط بطريقة تختلف عن الطريقة التي يتعامل بها الشخص العادي؟.

هذا ويتعرض طلاب الجامعة للكثير من الضغوط التي تؤثر على صحتهم النفسية وخاصة الموهوبون أو المبتكرون منهم، حيث يتعرض المبتكرون لضغوط المسابرة وعدم الخروج عن المؤلف وإتهام أفكارهم الشذوذ والانعزال عن الأقران نظرًا لارتفاع نسبة ذكائهم، وتتطرق الدراسة الحالية إلى دراسة علاقة السمات الابتكارية التي يتميز بها الشخص المبتكر بأساليب مواجهة الضغوط النفسية. وتحدد مشكلة الدراسة في الأسئلة الآتية:

- هل توجد فروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في سمات الشخصية الابتكارية؟
- هل توجد علاقة بين سمات الشخصية الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة؟

أهداف الدراسة:

- التعرف على الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في سمات الشخصية الابتكارية.
- التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة أهميتها من طبيعة العينة التي تتناولها وهي المرحلة الجامعية حيث يعاني طلاب الجامعة العديد من الضغوط النفسية التي قد تنتج عنها اضطرابات نفسية وسلوكية، والاهتمام بأساليب مواجهتهم لهذه الضغوط ومساعدتهم على مواجهتها بأساليب إيجابية لتحقيق النجاح في الحياة والقدرة على مواجهة تحديات الحاضر والمستقبل.

---

كونها تتناول أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية لدى طلاب الجامعة، والتنبؤ بكيفية مواجهتهم للضغوط المستقبلية كالمهنية والأسرية، ومن ثم توجيههم مهنيًا وإرشادهم للنجاح في الحياة.

تتضح أهمية الدراسة في أنها تتناول أساليب مواجهة الضغوط لدى المبتكر، حيث أن كل مجتمع أحوج إلى اكتشاف مبتكريه والبحث عنهم وتوفير البيئات التي تحتضنهم ورعايتهم وتنمية طاقاتهم للانتفاع بها، وحل مشكلاتهم ومساعدتهم على مواجهة ضغوطهم النفسية والاجتماعية التي قد تؤدي إلى وأد روح الابتكار لديهم، والإنتاجات الأصلية التي ينتجها المبتكر تساعد على حل مشكلاتنا المعاصرة والرفع من شأن بلادنا في كافة الميادين والتنمية والتقدم.

إمكانية الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في وضع الخطط وتصميم البرامج الإرشادية والعلاجية والتدريبية وبرامج التوعية وتقديم الخدمات التربوية والنفسية التي يمكن أن تساعد القائمين على العملية التعليمية بالجامعات لتحسين أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدي طلاب الجامعة وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لديهم.

تساعد نتائج هذه الدراسة القائمين على العملية التعليمية في الكشف على المبتكرين في الجامعات وأصحاب المواهب المختلفة من خلال سماتهم الابتكارية، ونوعية أساليب مواجهتهم للضغوط النفسية.

**المفاهيم الإجرائية للدراسة:**

**أولاً: السمة الابتكارية: Creativity Trait**

يعرف الباحث السمة الابتكارية إجرائيًا: بأنها صفة أو خاصية ذات ثبات نسبي يتميز بها الأفراد المبتكرون بدرجة تفوق الأفراد العاديين، ومن هذه الصفات أو الخصائص: النشاط والحيوية، والاستقلال، وحب المغامرة والمخاطرة، والمرونة، والميل للخيال والغموض والتعقيد، والتفكير الحدسي، والطلاقة، والأصالة وحب التجديد، والميل الفني، والميل للعزلة.

وتقاس سمات الشخصية الابتكارية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي من خلال الإجابة على أبعاد قائمة السمات الابتكارية المستخدمة في الدراسة.

**وتتكون قائمة السمات الابتكارية من عشرة أبعاد وهي:**

- **النشاط والحيوية:** وهي سمة أساسية من سمات الشخص المبتكر، وتظهر في حماسه، والرغبة في الاستمرار في العمل، والاهتمام المرتفع، والرغبة في عدم الاستسلام، كما تبدو في مثابرتة، والرغبة في الإنجاز والتقدير، دافعية ذاتية عالية، يبحث عن أهداف مثيرة.

- **الاستقلالية:** تبدو هذه السمة في الثقة بالنفس، والتفرد وعدم الخوف من الاختلاف، يضع قواعد خاصة به وغير راض عن الوضع الراهن، وتوجهاته نابعة من داخله (وجهة الضبط الداخلية). وتتداخل الاستقلالية مع المخاطرة وذلك لأن أصحابها رغبة في المخاطرة الابتكارية وأن يكون الفرد قادراً على أن يكون مختلفاً، وأن يغير وأن يتحدى التقاليد.
- **حب المخاطرة:** وتبدو في الشجاعة، وأنه لا يخاف من عواقب اختلافه عن الآخرين، ولا يخشى تجريب شيء جديد، ويرفض الحدود التي يضعها الآخرون.
- **الميل الفني:** غالباً ما تكون الاهتمامات الفنية والجمالية مرتفعة، فالأفراد المبتكرون عادة ما يهتمون بالموسيقى والمسرح والرسم أو الصناعات الحرفية. وهذه السمة تمتد لتشمل الأفراد المبتكرين في مجال العلوم والأعمال التقليدية الأخرى وتبدو هذه السمة في التمتع بالدراما الابتكارية والفن والموسيقى ويشعر بالجمال وهو مصمم جيد.
- **الطلاقة:** يستطيع الشخص المبتكر توليد عدد كبير من البدائل أو المترادفات أو الأفكار أو المشكلات أو الاستعمالات عند الاستجابة لمثير معين والسرعة والسهولة في توليدها.
- **المرونة:** تعنى أن الشخص المبدع يستطيع إنتاج عدد متنوع ومختلف من الأفكار أو الاستجابات والتحول من نوع معين من الفكر إلى نوع آخر، أي إمكانية تغيير استراتيجياته في النظر لمثير واحد.
- **الميل للخيال والتعقيد والغموض (التفكير الخيالي):** انجذاب الفرد المبتكر إلى الخيال والتعقيد يعكس تعقيد الشخص نفسه، ويخلط الحقيقة بالخيال، ويفضل الغموض والتعقيد كما يبدو في الرسوم التشكيلية وغير المتناسقة وذلك بدرجة أكبر من الرسوم البسيطة.
- **الأصالة:** الشخص المبتكر لا يكرر أفكار المحيطين به، فتكون الأفكار التي يولدها جديدة مقارنة بأفكار الأشخاص الآخرين. والأصالة تعنى القدرة على التفكير بطريقة جديدة أو القدرة على التعبيرات الفردية والقدرة على إنتاج الأفكار الماهرة أكثر من الأفكار الشائعة والواضحة (الاستجابة جديدة أو على الأقل غير شائعة).
- **الحاجة لوقت للعزلة:** تتطلب الحاجة للابتكار وقتاً للتفكير وحل المشكلات والتأمل والابتكار ولذلك يفضل المبتكرين التفكير ملياً في استقلالهم الابتكاري وتظهر الحاجة لوقت الوحدة في الانطواء أو تفضيل العمل وحده والتأمل، ومنشغل البال، متحصر لأفكاره الذاتية.

- 
- **التفكير الحدسي:** الشخص المبتكر لديه نزعة للتفكير الحدسي ولذلك واسع الإدراك، ملاحظ جيد، يستخدم كل حواسه في الملاحظة، سريع البديهة، يرى العلاقات والتضمينات، قادر على إيجاد حلول للمشكلات، لديه حساسية عالية في إدراك التفاصيل والأنماط، ولديه تصورات.

#### ثانياً: أساليب مواجهة الضغوط:

يعرف الباحث أساليب مواجهة الضغوط إجرائياً هي الطرق المعرفية والانفعالية والسلوكية، التي يسعى الفرد من خلالها إلى التصدي للمواقف الضاغطة للتخلص منها، أو تجنب آثارها السلبية (مادية أو معنوية)، أو التقليل منها بهدف المحافظة قدر الإمكان على توازنه الانفعالي وتوافقه النفسي والاجتماعي.

وتقاس أساليب مواجهة الضغوط بالدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال الإجابة على أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية المستخدم في هذه الدراسة. ويتكون مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية من ثمانية أبعاد وهي: أولاً: الأساليب الإيجابية أو الإقدامية:

- **التحليل المنطقي:** هو أنماط التفكير العقلانية والمنطقية التي يقوم بها الفرد حيال الموقف الضاغط بحثاً عن مصادره وأسبابه، ووضع خطة للتخلص من الموقف الضاغط مع الاستفادة من المواقف السابقة المشابهة له.
- **التقييم أو التفسير الإيجابي:** يتضمن المحاولات المعرفية التي يبذلها الفرد للتخلص من التفكير السلبي في الموقف الضاغط، والتفكير إيجابياً وواقعية تجاه مصدر الضغط ومكوناته، وإعادة النظر للمشكلة أو الموقف الضاغط من زوايا أكثر إيجابية وموضوعية.
- **البحث عن المعلومات والمساعدة:** ويتضمن المحاولات السلوكية والمعرفية التي يبذلها الشخص لفهم وإعادة بناء المشكلة من خلال جمع أكبر قدر من المعلومات عن المشكلة أو المواقف الضاغطة التي يتعرض لها مستعيناً بخبرات الآخرين كالأصدقاء وأهل الخبرة والاختصاص.
- **أسلوب حل المشكلة:** يقصد به تلك المحاولات السلوكية والمعرفية التي يقوم بها الشخص للتعامل مباشرة مع الموقف الضاغط باعتباره مشكلة يمكن تحديدها وجمع المعلومات وافتراس الحلول المتوقعة والمناسبة لها، ووضع العديد من البدائل للحل، واستنباط الأفكار والحلول الجديدة المبتكرة لمواجهة الضغوط.

#### ثانياً أساليب المواجهة السلبية أو الإحجامية:



- **الإحجام المعرفي:** يقصد به تلك المحاولات السلوكية والمعرفية التي يقوم بها الشخص لتجنب التفكير الواقعي في المشكلة والهروب منها.
- **التقبل والاستسلام:** يقصد به تلك المحاولات السلوكية والمعرفية التي يبذلها الشخص للتعامل مع المشكلة بتقبلها والاستسلام لها.
- **البحث عن إثبات بديلة:** يقصد به تلك المحاولات المعرفية والسلوكية التي يقوم بها الشخص للهروب من المشكلة عن طريق الاشتراك في أنشطة بديلة وخلق مصادر جديدة للإشباع أثناء تعرضه للمشكلات أو الأحداث الضاغطة.
- **التنفيس الانفعالي:** ويتضمن محاولات سلوكية يقوم بها الشخص لخفض توتره تعبيراً عن مشاعره السلبية تجاه مشكلته مثل البكاء والصراخ وإلحاق الأذى بالذات وبالآخرين.

محددات الدراسة:

تتمثل محددات الدراسة بالآتي:

- المحددات البشرية:** عينة من طلاب كلية التربية (الذكور . الإناث) من التخصصات العلمية (رياضيات، وبيولوجي وجيولوجي، وكيمياء، وفيزياء).
- المحددات المكانية:** كلية التربية جامعة المنصورة.
- المحددات الزمنية:** تطبيق أدوات الدراسة الحالية على طلاب المرحلة الجامعية خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٦ / ٢٠١٧ م
- كما تحدد بالأدوات المستخدمة وتتمثل في:**
- قائمة سمات الشخصية الابتكارية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية: من إعداد الباحث.

**منهج الدراسة:** استخدم الباحث في الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.

**الأساليب الإحصائية:** اختبار (ت)، ومعامل ارتباط بيرسون.

**الإطار النظري:**

**أولاً سمات الشخصية الابتكارية:**

**مفهوم الشخصية:**

يشير محمد شحاته (٢٠١٣، ٣٥) بأن جوردن ألبورت يعرف الشخصية بأنها التنظيم الدينامي الذي يكمن داخل الفرد، والذي ينظم كل الأجهزة النفسية والجسمية التي تملي على الفرد طابعه الخاص في السلوك والتفكير.

وتعرف الشخصية بأنها نمط سلوكي مركب، ثابت ودائم إلى حد كبير يميز الفرد عن غيره، ويشتمل على تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات العقلية والوجدانية والفيزيولوجية، التي تحدد سلوك الفرد وفكره (أحمد عبد الخالق، ٢٠١٥، ٥٣)، وتضم القدرات العقلية، والوجدان، والنزوع وتركيب الجسم، والوظائف الفسيولوجية، وتحدد طريقة الفرد الخاصة في الاستجابة، وأسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة (أحمد عبد الخالق، ٢٠١١، ٦٤).

وتشير نظرية السمات أن لكل فرد سمات شخصية ثابتة يمكن ملاحظتها كما يمكن التفرقة بين شخص وآخر أو التمييز بين الأشخاص بعضهم البعض على أساس هذه السمات (محمد عطا الله، ٢٠٠٧).

### مفهوم السمة الابتكارية:

يمكن تعريف السمة الابتكارية على أنها صفة أو خاصية ذات دوام نسبي يتميز بها الأفراد المبتكرون بدرجة تفوق الأفراد العاديين، ومن هذه الصفات أو الخصائص: الثقة بالنفس، حب التجديد، المرونة، العقل الناقد، الاستقلالية، عدم المسايرة، حب الاستطلاع (أحمد عبادة، ١٩٩٢، ٣١٥).

### أهم السمات التي تميز الشخصية الابتكارية:

يحدد ممدوح الكناني (٢٠٠٧، ٢٨-٢٧) مجموعة من السمات التي توصلت إليها الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت سمات الشخصية الابتكارية وهي: التوافق، الحماس، الجدية، الثقة بالنفس، درجة عالية من الذكاء، أصالة التفكير والاستبصار، التفكير الحدسي، حاضر البديهة، الاهتمام بالقيم الجمالية، حب الاستطلاع، الخيال الخصب، تنوع الاهتمامات والأنشطة العقلية، مسيطر ويصعب على الآخرين السيطرة عليه، قدرة عالية على ضبط انفعالاته، الإتيان بأفكار غريبة غير مألوفة ولكنها ذات قيمة، القدرة على التلاعب بالأفكار، ميل نسبي للتحرر من القيود الاجتماعية مع التقيد بالتقاليد الاجتماعية إلى حد ما، يتأثر بالمشكلة التي يعمل بها أكثر من اهتمامه بتقييم المحيطين به، الانفتاح على الخبرة، يتميز بعمليات التأديب الذاتي، بحاجة ماسة إلى الخلو، يتقبل الغموض ويتحمله، لديه قدرة على تقويم الناتج الداخلي لديه، يسهل عليه كسب صداقات الآخرين، كثير الكلام، قد يتصف بالانبساطية، صريح وسعيد بنفسه وحياته، سهل المعاشرة، إنساناً خيراً، سهل التكيف، متعاوناً يمكن الركون إليه والثقة فيه، يقضي وقت فراغه في كتبه أو معمله.

---

وتؤكد فاتن أبو ليلة (١٩٨٤، ٥٨) على بعض السمات الشخصية التي يتميز بها المبتكر دون غيره من الأشخاص فهو يتميز بالسيطرة، الحساسية، الانفعالية، الاكتفاء الذاتي، الإقدام، الثبات الانفعالي، كما يتميز بالتفكير الخيالي والتحرر، والثقة بالنفس، وحب العمل الجماعي بالإضافة إلى كونه شخص مستقل.

ويحدد جوف (Gough, ١٩٧٩) عدداً من سمات الشخصية الابتكارية هي: قادر، ماهر، جريء ومغامر، متمركز حول ذاته، مرح، متفرد، غير رسمي، مستبصر، ذكي، ذو اهتمامات واسعة، ملهم، باحث عن الجودة والأصالة، متأمل، مصدر أو مورد، الثقة بالنفس، غير متمسك بالعرف، غير محافظ (ممدوح الكنانى، ٢٠١١).

ويحدد مدحت أبو النصر (٢٠١٢، ٦٩-٦٨) أهم سمات الشخصية الابتكارية في الثقة في النفس، والطلاقة الفكرية، والطلاقة اللفظية، والاطلاع الواسع، والخيال الواسع الفني، والقدرة على تقييم (وزن) الأفكار، والمخاطرة، والأصالة، والمرونة، والمثابرة، والتفاني في العمل، والاستقلال وعدم التبعية، وحب القراءة والاطلاع على كل جديد، وحب الاستطلاع والتجربة.

ويذكر سيد خير الله (١٩٨١) أن المبتكر يعاني توترًا شديدًا للتوفيق بين المتعارضات الكامنة في طبيعته، مع محاولته تحمل ذلك التوتر والحد منه، ذلك التوتر الذى يعانیه، مع محاولته إلى حل ابتكاري لمشكلة لم توضع له بل وضعها بنفسه ولنفسه. ذلك التوتر الذى يعانیه أيضاً نتيجة لصراعه مع بيئته ومطالبها ومعاييرها وضغوطها عليه (رشاد موسى، ٢٠٠١، ٢).

#### ثانياً: أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

تشير بشرى إسماعيل (٢٠٠٤) أن الفرد يحاول التخفيف من شدة الضغوط النفسية ومواجهتها بواسطة التفكير والشعور، أو السلوك بطرق محددة. والمواجهة قد تكون ناجحة إيجابية فعالة أو سلبية غير فعالة، فهي تختلف من شخص لآخر، ومن موقف لغيره؛ إلا أنها تعد مهمة لحياة الفرد وصحته النفسية.

وتعرف زينب شقير (١٩٩٨، ٤) الضغوط بأنها مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التى يتعرض لها الفرد فى حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الإستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية وفسولوجية تؤثر على الجوانب الأخرى للشخصية.

ويعرف حسن عبد المعطى (١٩٠٢٠٠٦) الضغوط بأنها تعبر عن الحادث ذاته، أى وقوع الضغط بفاعلية الضواغط أى أن الفرد قد وقع تحت طائلة ضغط ما.

## مفهوم أساليب المواجهة: Coping Styles

يعرف لازاروس (Lazarus, 2000, 665) مفهوم المواجهة بأنه الجهود التي يبذلها الفرد في تعامله مع الأحداث سواءً أكانت هذه الجهود موجّهة نحو الانفعال، أو موجّهة نحو المشكلة. ويعرف عادل هريدي (١٩٩٦، ٢٨٣) أساليب المواجهة بأنها كافة جهود الفرد المعرفية والانفعالية والنفسكركية والبيئشخصية، التي يسعى الفرد من خلالها إلى التصدي للمواقف الضاغطة للتخلص منها، أو لتجنب آثارها السلبية (مادية ومعنوية)، أو التقليل منها بهدف المحافظة قدر الإمكان على توازنه الانفعالي وتكيفه النفسى والاجتماعى.

ويعرفها لطفي عبد الباسط (١٩٩٤، ٩٦) بأنها " مجموعة من النشاطات أو الاستراتيجيات الدينامية سواء كانت سلوكية أو معرفية يسعى من خلالها الفرد لمواجهة الموقف الضاغط، أو لحل المشكلة، أو تخفيف التوتر الانفعالي المترتب عليها"

ويوضح الطاهر المغيربي (٢٠١٠، ١٢) في تعريف المواجهة أن هناك منحنيين لتعريف المواجهة هما منحني السمات، ويصف المواجهة باعتبارها سمة لها قدر من الاستقرار النسبي عبر المواقف، ومنحني الحالة ويصف المواجهة بأنها استراتيجية تتغير بتغير المواقف.

ويرى عبدالرحمن الطيرى (١٩٩٤، ١٠٢-١٠٩) أن العمليات التي يواجه بها الفرد المواقف الضاغطة من الممكن أن تأخذ صورتين: الصورة الأولى هي عملية التكيف مع الوضع الضاغط (Adaptation) وهي عبارة عن عمليات وإجراءات روتينية أتوماتيكية، ومتكررة يلجأ الفرد إلى ممارستها، ويعد أسلوباً ثابتاً يزاوله الفرد خلال المواقف الضاغطة، أما الصورة الثانية فهي عملية المواجهة (Coping)) وهي عبارة عن إجراءات يتبعها الفرد من أجل حل المشكلات والمواقف الضاغطة التي تواجهه، ومن ثم العودة إلى الوضع الانفعالي الطبيعي، وعادة ما تكون هذه الإجراءات نتيجة عملية تقييم الفرد للموقف الذي يمر به أكثر من كونها صفة ثابتة أو إجراءات روتينية.

### أهداف أساليب مواجهة الضغط النفسى:

- يرى لازاروس وفولكمان (Folkman, 1984, 141-153 & Lazarus, Kristophers, ١٩٩٦, ٤٦) أن أساليب المواجهة تسعى إلى تحقيق هدفين أساسيين هما:
- تنظيم الانفعالات أو الأسى من خلال المواجهة المركز على الانفعال وهي ذات منحى تحايلى (Palliative)) أو تلطفى (Palliation)) لأنها تتضمن جهوداً لتنظيم الانفعالات

---

السلبية وخفض المشقة والضيق الانفعالي المترتب على الموقف الضاغط مثل الغضب، والقلق، والإكتئاب وتقليل أثارها النفسية والسيولوجية بدون تغيير العلاقة الفعلية مع البيئة.

- السيطرة على المشكلة التي تسبب الكرب أو المشقة من خلال المواجهة المركزة على المشكلة، ويتم ذلك من خلال الجهود التي يبذلها الفرد لضبط العلاقة المضطربة بينه وبين بيئته، عن طريق تغيير أنماط سلوكه، وتعديل الموقف ذاته، والبحث عن المعلومات التي تساعد في حل المشكلة واتخاذ القرارات، وهي ذات منحى وسيلي (Instrumental)) أو منحى حل المشكلات كونها تهدف إلى تغيير العلاقة بين الفرد وبيئته.

#### تصنيف أساليب مواجهة الضغوط:

تعددت تصنيفات أساليب مواجهة الضغوط، ولا يوجد تصنيف محدد يمكن تعميمه، فهناك من يصنفها إلى أساليب إقدامية وإحجامية، وهناك من صنفها إلى أساليب شعورية ولاشعورية، وهناك من صنفها إلى إيجابية وسلبية، كما صنفت حسب نوع الاستجابة لمواجهة الموقف الضاغط إلى أساليب سلوكية فعالة وأساليب سلوكية غير فعالة وغيرها من النماذج ومن هذه التصنيفات ما يلي:

يصنف لازاروس (Lazarus) أساليب المواجهة إلى عدد من الأنماط: نمط الهجوم والمجابهة، نمط التجنب والإنزواء، نمط اللا فعل والسلبية الذي يرافقه الشعور بالاكتئاب والميول إلى الانسحاب، نمط الخوف العام المتمثل في الشعور بالقلق، نمط الرفض والنكران، نمط استخدام الحيل الدفاعية، أسلوب النشاط الاجتماعي، والعمل الهادف إلى تغيير مصدر الضغط، والتخلص منه، أو التأثير فيه بشكل مباشر أو غير مباشر (محمد عودة، ٢٠١٠، ٢٩).

ويصنف لازاروس وفولكمان (Folkman & Lazarus، ١٩٨٤) أساليب مواجهة الضغوط

إلى قسمين:

- أساليب المواجهة التي تركز على المشكلة: وهي عبارة عن الجهود التي يبذلها الفرد لتعديل العلاقة الفعلية بينه وبين البيئة، فيقوم الفرد بتغيير أنماط سلوكه، ويعدل الموقف ذاته، وتهدف هذه الأساليب إلى البحث عن معلومات أكثر عن الموقف أو المشكلة، أو طلب النصيحة من الآخرين، وإدارة المشكلة، والقيام بأفعال لخفض الضغط؛ لكي ينتقل إلى تغيير الموقف.
- أساليب المواجهة التي تركز على الانفعال: وتشير إلى الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم الانفعالات وخفض المشقة والضيق الانفعالي الذي يسببه الموقف الضاغط، وتتضمن هذه الأساليب الإنكار وتجنب التفكير في الضغوط.

---

ويصنف موس (Moss, 1988) أساليب المواجهة إلى أساليب مواجهة إقدامية، وأساليب مواجهة إجمامية، وتتضمن الأساليب الإقدامية: التحليل المنطقي: وهو محاولات معرفية للفهم والتهيؤ الذهني للموقف الضاغط ومتربته، أى التعامل مع المشكلات معرفيًا، وإعادة التيقن الإيجابي: وهو محاولة معرفية لبناء، ولإعادة بناء المشكلات بطريقة إيجابية مع استمرارية تقبل الواقع في الموقف الضاغط، والبحث عن المساعدة والمعلومات: وهو محاولات سلوكية للبحث عن المساعدة والمعلومات، والإرشاد أو الدعم، واستخدام أسلوب حل المشكلة: وهو محاولات سلوكية للقيام بعمل ما للتعامل المباشر مع المشكلة لحلها، بينما تتضمن الأساليب الإجمامية: الإحجام المعرفي: وهو محاولات معرفية لتجنب التفكير الواقعي في المشكلة، والتقبل أو الاستسلام: وهو محاولات معرفية للتعامل مع المشكلة لتقبلها والاستسلام لها، والبحث عن الإثابة البديلة: وهو محاولات سلوكية للاشتراك والاندماج في أنشطة بديلة، وخلق مصادر جديدة للإشباع، والتنفيس الانفعالي: وهو محاولات سلوكية لخفض التوتر بالتعبير عنها بمشاعر سلبية (رجب شعبان، ١٩٩٥، ٣؛ أمل الأحمد، رجا محمود، ٢٠٠٩).

ويشير كارفر وزملائه (Carver, Weintraub & Scheier, ١٩٨٩) إلى أربع عشرة أسلوبًا للمواجهة وتشمل: المواجهة النشطة، والتخطيط، كبت الأنشطة المتشاركة، وضبط النفس، والتفسير الإيجابي البناء، واللجوء للدين، والدعم الاجتماعي الفعال، والدعم الاجتماعي العاطفي، والتفريغ العاطفي، الإنكار، والتقبل، والتحرر الذهني أو عدم المبالاة، والتحرر أو الإحجام السلوكي، واستخدام المخدرات والكحوليات.

ويذكر كاجان (Kagan, 1991) بعض أساليب ومهارات مواجهة الضغوط النفسية منها: تحويل الخوف إلى تحدى، جعل الموقف المهدد أقل تهديدًا من خلال تغيير الفرد لتقييمه للموقف، القيام ببعض التمرينات الرياضية التي تساعد الفرد على تغيير استجابته الفسيولوجية، الاستعداد للضغط قبل حدوثه، تغيير أهداف الفرد وتبنى الفرد أهدافًا جديدة تتلاءم مع الموقف الضاغط (سليمان عبد الواحد، ٢٠١٠، ٢٧٣؛ ولاء رجب، ٢٠١٦).

ويميز مارتن وآخرون (Johnson, 1992 & Fulks, Poon, Clayton, Lee, Martin) على نوعين من أساليب مواجهة الضغوط وهما: الأساليب الانفعالية في المواجهة وتتمثل في ردود الأفعال الانفعالية في مواجهة المواقف الضاغطة مثل التوتر والشك والغضب والانزعاج واليأس، والأساليب المعرفية في المواجهة وفيها يلجأ الفرد إلى إعادة التفسير الإيجابي، والتحليل المنطقي، وبعض أنماط التفكير والنشاط العقلي.

---

وقدم كوهين (Cohen, 1994) تصنيفاً اشتمل على ست أساليب لمواجهة الضغوط وهي: التفكير العقلاني أو المنطقي ، والتخيل ، والإنكار ، وحل المشكلة، والفكاهة (الدعابة)، والرجوع إلى الدين.

أما هيجنز وأندلر (Endler, 1995 & Higgins) فقد أشارا إلى ثلاثة أساليب وعمليات للتعامل مع الضغوط هي: أسلوب التوجه الانفعالي: ويقصد بها ردود الأفعال الانفعالية التي تنتاب الفرد، وتنعكس على أسلوبه في التعامل مع المشكلة، وتتضمن مشاعر الضيق والتوتر والقلق والانزعاج والأسى واليأس، وأسلوب التوجه نحو التجنب: ويقصد به محاولات الفرد لتجنب المواجهة المباشرة مع المواقف الضاغطة، وأن يكتفى بالانسحاب من الموقف، ويطلق على هذا الأسلوب أيضاً الأسلوب الإجمامي في التعامل مع المواقف الضاغطة، وأسلوب التوجه نحو الأداء: وهو المحاولات السلوكية النشطة التي يقوم بها الفرد للتعامل مباشرة مع المشكلة وبصورة واقعية وعقلانية، ويتضمن ذلك معرفة الأسباب الحقيقية للمشكلة، والاستفادة من الخبرة في المواقف السابقة ن واقتراح البدائل للتعامل مع المشكلة، واختيار أفضلها، ووضع خطة فورية لمواجهة المشكلة.

وصنف افرلى أساليب مواجهة الضغوط إلى نوعين: أساليب تحقق التوافق كالاسترخاء والتمرينات الرياضية، وأساليب تحقق سوء التوافق كتعاطي الكحوليات والتقبل والاستسلام (طه عبد العظيم ، سلامة عبد العظيم، ٢٠٠٦، ٩٩).

**الآثار التي تترتب على الضغوط النفسية:**

**أولاً: التأثيرات الجسمية أو العضوية:**

يشير كاريبي (Carpi, 1996) إلى أن الضغط النفسي يحدث خللاً في أجهزة الجسم كله بما فيها المخ، وهناك أعراض وعلامات عضوية تظهر نتيجة التعرض للضغوط النفسية أهمها: اضطراب الجهاز العصبي ويظهر في توتر العضلات في الرقبة والظهر خاصة، الارتجاف، الصداع التوترى، برودة الأطراف، وتوتر في الجهاز الهضمي يظهر في حموضة المعدة، وتقلصات المعدة، غثيان، غازات، ألم بطني تشنجي إمساك، فقدان الشهية، وإسهال، واضطرابات النوم كالأرق، أو استيقاظ مبكر، أو كوابيس وأحلام مزعجة، وآلام متعددة كآلام في الظهر وفي الكتفين، وجفاف الحلق، وحة الصوت، واضطراب في القلب يتمثل في صورة زيادة ضربات القلب، وضربات غير منتظمة، وحدوث تقلصات في الأوعية الدموية، وارتفاع ضغط الدم، واضطراب التنفس في صورة عسر أو سرعة التنفس، والألم الصدري، واضطرابات جنسية متنوعة (منى عبد الله، ٢٠٠٢، ١١٨؛ على إسماعيل ، ٢٠١٢، ٤٥).

## ثانياً: التأثيرات النفسية والانفعالية:

يعانى الفرد الذى يقع تحت الضغوط الحادة من مظاهر متعددة للاضطرابات النفسية والانفعالية منها زيادة التوتر وتقل القدرة على الاسترخاء العضلي، وزيادة معدل القلق، وزيادة معدل الوسواس القهري، والتغير في سمات الشخصية فيتحول الأفراد الذين يتسمون بالدقة والحرص إلى أناس مهملين وغير مباليين، ومتسلطين بعد أن كانوا متسامحين، وزيادة المشكلات الشخصية والحساسية المفرطة والعدوانية، واللجوء إلى العنف، وزيادة النوبات الانفعالية، وتقل القدرة على التحكم في السلوك، ويصبح الفرد أكثر جموداً، وظهور الاكتئاب والشعور بالعجز وتنخفض بشدة حيوية الفرد، ويشعر بعدم الكفاءة أو القيمة، وسرعة الانفعال أو الاستتارة، والشعور بالذنب والتشاؤمية المتزايدة، والشعور باليأس، وفقدان الأمل، وفقدان الثقة بالنفس، والحركات العصبية والارتعاش والتكشيرة البادية على الوجه، والخجل والخوف ونوبات الهلع والذعر، والأرق الليلي، وفقدان الشهية أو الإفراط فى تناول الطعام، والشعور بالإحباط، وتكرار السلوكيات النمطية؛ مما يؤدي إلى الإحساس بعدم التوافق وهزيمة الذات، واضطراب مفهوم الذات، وكراهية الذات، والشكوى من مشكلات جسمية غير واقعية، وتوهم المرض والإحساس بالتعب المتواصل (حسن عبد المعطى، ٢٠٠٦، ٨٣-٨٤؛ ولاء رجب؛ ٢٠١٦، ٤٤-٤٦).

## ثالثاً: التأثيرات العقلية المعرفية:

يرى ديفيد فونتانا (١٩٩٤، ٢٨) أن الاستجابة المعرفية للضغوط الحادة تتمثل فى مجموعة من الأعراض: نقص مدى الانتباه والتركيز، وضعف القدرة على الملاحظة، واضطراب فى القدرة على التفكير، وتدهور فى الذاكرة قصيرة المدى، وصعوبة التنبؤ بسرعة الاستجابة، وزيادة فى معدل الأخطاء، وتدهور قوى التنظيم والتخطيط طويل المدى، وتزداد الاضطرابات الفكرية والتوهم وغير منطقية وعقلانية التفكير.

## رابعاً: التأثيرات السلوكية:

تظهر تأثيرات سلوكية على الإنسان الذى يتعرض لضغوط حادة ومن هذه التأثيرات: تزايد مشكلات الكلام، وتغيرات شديدة في عادات الأكل، تشمل انخفاض أو زيادة استهلاك الطعام. ونقص الميول والحماس فيتوقف عن ممارسة هواياته ويتخلى عن أهدافه، ويزداد تغيب الفرد عن عمله بسبب ظهور مرض حقيقى أو وهمى، ويزداد سوء استخدام العقاقير والمنبهات والمهدئات، وزيادة التدخين، وعلامات تدل على شدة التوتر كهززة الأرجل وغيرها عند الجلوس في مقابلة ما، ويتجاهل المعلومات الجديدة فيرفض باستمرار التطورات الجديدة، وفي العمل يقوم بحل المشكلات



---

بشكل سطحي ولا يبحث في جذور المشكلة وأحيانا يستسلم لأي حلول، وقد تظهر أنماط سلوكية شاذة، وربما يهدد بالانتحار، هذه التأثيرات السلوكية تختلف من شخص لآخر وتعتمد في شدتها على شدة الضغوط وحدتها (ديفيد فونتانا، ١٩٩٤، ٢٩؛ ولاء وجب، ٢٠١٦، ٤٥).

#### العوامل المؤثرة في مواجهة الضغوط:

تذكر سناء زهران (٢٠١٨، ١٠٥) العديد من العوامل التي تؤثر في أساليب مواجهة الضغوط وهي: وجهة الضبط، والصلابة النفسية، وفاعلية الذات، وسمات الشخصية (الانبساطية والعصابية)، وقوة الأنا، ونسق القيم، وطبيعة المواقف الضاغطة، والبيئة، والمساندة الاجتماعية، والنوع، والسن.

#### الدراسات السابقة: دراسات تناولت الابتكار وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط:

أجرى براتون (Burton, 1991) دراسة هدفت إلى الكشف عن الابتكار والموهبة لدى الأفراد وعلاقته بتغيرات أحداث الحياة المدركة والسلوكيات أو الاستراتيجيات التي يستخدمها الأفراد عند مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٠) فرد، وتراوحت أعمارهم ما بين (١٥) ، (٧٣) عام، وأسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين ابتكارية وموهبة الأفراد والتغيرات المدركة لأحداث الحياة وسلوكيات المواجهة لأحداث الحياة الضاغطة.

وأجرى فالات (Falat, ٢٠٠٠) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير التفكير الابتكاري على استراتيجيات إدارة الضغوط، وأجريت الدراسة على عينة بلغت (٢١٤) طالبًا جامعيًا، وطُبق عليهم اختبار تورانس للتفكير الابتكاري، ومقياس المواقف المحبطة، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن مرتفعي التفكير الابتكاري يستخدمون استراتيجيات أكثر فاعلية مع المواقف المحبطة واستجاباتهم تتميز بالأصالة والمرونة، وكانت استجابات منخفضي التفكير الابتكاري تتسم بالعداء والانسحاب.

وأجرى تشان (Chan, 2005) دراسة على الطلاب الموهوبين والمتفوقين عند تعرضهم لضغوطات تتعلق بتشكيل الصداقات، والتوقعات العالية من الوالدين، وهدفت لدراسة بنية المواجهة الاجتماعية عبر مجموعتين عمريتين (٧١٦) من الأطفال والشباب الصينيين الموهوبين على أساس (٧) استراتيجيات المواجهة الاجتماعية، واستخدم مقياس المواجهة الاجتماعية الصينية، وباستخدام التحليل العاملي وجد أن استراتيجيات التكيف الاجتماعي السبعة ترتبط بدرجات متفاوتة ومختلفة مع بعضها البعض للفئتين العمريتين المختلفتين، وكانت استراتيجيات المواجهة بالتفاعل الاجتماعي والتقليل من الاختلافات بين الذات والأقران أهم استراتيجيات التوافق الاجتماعي المستخدمة.

---

وأجرى وليد أبو المعاطي (٢٠١٠) دراسة هدفت إلى تعرف الفروق في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى طلاب الجامعة وفقاً للنوع (ذكر، أنثى) والجنسية (مصري، وسعودي) وأسلوب الابتكار (مجدد، مجود) وتعرف العلاقة بين مهارات ما وراء المعرفة واستراتيجيات مواجهة الضغوط، وقد أجريت الدراسة على عينة بلغت (٤٣١) طالباً وطالبة من جامعتي المنصورة والطائف، وطُبق عليهم مقياس أسلوب الابتكار، ومهارات ما وراء المعرفة، واستراتيجيات مواجهة الضغوط، وأسفرت أهم نتائج الدراسة أن المجودين أكثر استخداماً لإستراتيجيتي التوجه الانفعالي/ الاجتماعي، والتجنب، بينما لم يختلف المجودين عن المجددين في إستراتيجية التوجه نحو الأداء/ المشكلة، كما أسهم أسلوب الابتكار بنسبة ١٥% من تباين درجات العينة على إستراتيجية التوجه الانفعالي/ الاجتماعي، كما أن الإناث أكثر استخداماً لإستراتيجية التوجه الانفعالي/ الاجتماعي، بينما الذكور أكثر استخداماً لإستراتيجية التوجه نحو الأداء/ المشكلة.

وأجرى مسلان المالكي (٢٠١٣) دراسة هدفت الدراسة إلى تعرف الفروق بين معلمي ومعلمات التعليم الثانوي العام في مهارات ما وراء المعرفة والتفكير الابتكاري واستراتيجيات مواجهة الضغوط، وتعرف الفروق في مهارات ما وراء المعرفة والتفكير الابتكاري واستراتيجيات مواجهة الضغوط وفقاً للمؤهل الدراسي والتخصص وسنوات الخبرة، وتعرف العلاقة بين مهارات ما وراء المعرفة والتفكير الابتكاري واستراتيجيات مواجهة الضغوط. وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من ٢٤٢ معلماً ومعلمة بالمرحلة الثانوية من محافظة الليث. وتمثلت أدوات الدراسة في اختبار التفكير الابتكاري، ومقياس مهارات ما وراء المعرفة، ومقياس استراتيجيات التعامل مع الضغوط الصفية. وللتحقق من فروض الدراسة استخدم اختبار (ت) للمجموعات المستقلة، واختبار تحليل التباين الثنائي، ومعامل ارتباط بيرسون. وخلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أهمها أنه لا يوجد ارتباط دال بين التفكير الابتكاري (المهارات الفرعية والدرجة الكلية) واستراتيجيات التعامل مع الضغوط الصفية.

وأجرى لا وكروبلای وجلیفس (Le, Gleaves & Cropley, ٢٠١٥) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصحة النفسية والتفكير الابتكاري والتعاؤل، على عينة قوامها (٦٦) من الشباب تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٣٠ عاماً، وتم إعداد مقياس للابتكارية (TCT-DP) ومقياس الميول التفاؤلية (LOT-R) ومقياس الصحة النفسية (مقياس الاكتئاب والقلق والضغط النفسي) (DASS-21). أشارت النتائج إلى وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التفكير الابتكاري والصحة النفسية والتعاؤل، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذي دلالة إحصائية بين الابتكارية

---

وكل من الاكتئاب والقلق والضغوط، كما أن الأفراد الأصحاء نفسياً لديهم أساليبهم الجوهرية للتعامل مع المواقف الضاغطة، والحفاظ على النظرة الإيجابية للحياة، كما أن إدارة الضغوط بفاعلية تتطلب أن يظل الفرد مرناً ومبتكراً في جميع الأوقات.

وأجرى فابيو وبيزاي (Buzzai & Fabio, 2020) دراسة هدفت للتعرف على الفروق بين البالغين الموهوبين وغير الموهوبين عقلياً في الابتكارية والذكاء الوجداني ومواجهة الضغوط، وتكونت عينة الدراسة من 23 فرداً موهوباً ذهنياً، 18 فرداً غير موهوب ذهنياً، وتم تطبيق مقياس مهام الاستخدامات البديلة لقياس التفكير التباعدى (AUT) (Guilford, 1967)، ومقياس المخزون الوجداني لبار- أون (EQI; Bar-On, 1997) ومقياس ميلر Miller لنمط أو أسلوب المواجهة (MBSS)، وأظهرت النتائج أن البالغين الموهوبين عقلياً حصلوا على درجات عالية في مهام الاستخدامات البديلة (التفكير التباعدى) ونمط المواجهة التجنبية أكثر من غير الموهوبين عقلياً، ومع ذلك كانت درجاتهم متشابهة أو متقاربة في الذكاء الوجداني ونمط المواجهة الاستكشافية الإبداعية، وأوصت الدراسة بالتطبيق على عينة أكبر وثقافات مختلفة.

#### تعقيب على الدراسات السابقة:

على الرغم من قلة الدراسات التي تناولت الابتكار وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية إلا أن اختلفت نتائج الدراسات التي تناولت علاقة ابتكارية الأفراد بأساليب مواجهة الضغوط النفسية، فبعض هذه الدراسات توصل لعلاقة بين الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط كدراسة فالات (Falat, 2000)، ودراسة وليد أبو المعاطي (2010)، بينما بعض الدراسات تشير إلى عدم وجود علاقة بين ابتكارية الأفراد وأساليب مواجهتهم للضغوط النفسية كدراسة مسلان المالكي (2013) ودراسة (Burton, 1991) ودراسة فابيو وبيزاي (Buzzai & Fabio, 2020).

فروض الدراسة:

في ضوء العرض السابق للإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب وطالبات الجامعة في سمات الشخصية الابتكارية.
- توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات طلاب الجامعة على سمات الشخصية الابتكارية ودرجاتهم على أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

**عينة الدراسة:** تكونت عينة الدراسة من (٢٦٠) طالبًا وطالبة بواقع (٩٤) ذكور، (١٦٦) من الإناث من طلاب كلية التربية جامعة المنصورة، وبمتوسط عمري (٢٠) عام. أدوات الدراسة:

**أولاً: مقياس سمات الشخصية الابتكارية :**

**الهدف من المقياس:** يهدف إلى قياس مدى تمتع الفرد بالسمات التي تميز المبتكرين من طلاب الجامعة.

**خطوات إعداد المقياس:** قام الباحث بإعداد مقياس سمات الشخصية الابتكارية في ضوء ما توفر له من إطار نظري وما اطلع عليه من المقاييس من خلال استعراض البحوث والدراسات السابقة والمتمثلة في: مقياس السمات الابتكارية من إعداد سيد خيرالله (١٩٨١)، ومقياس السمات الابتكارية إعداد أحمد عبادة (١٩٩٣)، ومقياس السمات الابتكارية إعداد كارتر (Carter,2005).

**وصف المقياس:** يتكون المقياس من (٦٠) مفردة، ويشتمل على (١٠) أبعاد تمثل في مجملها مقياس سمات الشخصية الابتكارية، أما طريقة الاستجابة على المفردات فتتمثل في اختيار المفحوص لأحد البدائل الخمسة وهي: انطباق بدرجة كبيرة جداً = (٥) خمس درجات، انطباق بدرجة كبيرة = (٤) أربع درجات، انطباق بدرجة متوسطة = (٣) ثلاث درجات، انطباق بدرجة ضعيفة = (٢) درجتان، لا تنطبق = (١) درجة واحدة على الترتيب، وعكس هذا الترتيب مع المفردات السلبية.

**وفيما يلي عرضاً للخصائص السيكومترية لمقياس سمات الشخصية الابتكارية:**

**أولاً: الاتساق الداخلي لمقياس سمات الشخصية الابتكارية:** قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي للمقياس من خلال:

- حساب معامل الارتباط بين درجات كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكانت قيم معاملات الارتباط جميعها دالة، والجدول (١) يوضح أعلى قيمة للارتباط وأقل قيمة.

#### جدول (١)

قيم معاملات ارتباط (أقل قيمة وأعلى قيمة) لارتباط الفقرات بكل سمة من السمات (ن=١٠٠)

م	السمات الابتكارية	أقل قيمة ارتباط	أعلى قيمة ارتباط
١	النشاط والحيوية	*٠,٢٤٦	**٠,٥٨٧
٢	الاستقلالية	**٠,٤٥٣	**٠,٦٥٣
٣	حب المخاطرة	*٠,٢٤٧	**٠,٦٦٧

** ٠,٧٢٢	** ٠,٤٧٠	الميل الفني	٤
** ٠,٦٩٣	** ٠,٥٣٤	الطلاقة	٥
** ٠,٦٨٦	** ٠,٤٥٠	المرونة	٦
** ٠,٦٤٢	** ٠,٤٤٨	الميل للخيال والتعقيد	٧
** ٠,٧٤٥	** ٠,٢٩٢	الأصالة	٨
** ٠,٦٢٤	** ٠,٤٦٣	الحاجة لوقت العزلة	٩
** ٠,٦٧٨	** ٠,٥١٩	النزعة للحدس	١٠

\*\* دال عند ٠,٠١ \* دال عند ٠,٠٥

- حساب معامل الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، كما يوضحها جدول (٢):

#### جدول (٢)

قيم معاملات ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس سمات الشخصية الابتكارية (ن=١٠٠)

م	السمات الابتكارية	معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس
١	النشاط والحيوية	** ٠,٧٠٨
٢	الاستقلالية	** ٠,٥١٣
٣	حب المغامرة والمخاطرة	** ٠,٤٣٣
٤	الميل الفني	** ٠,٥٨٤
٥	الطلاقة	** ٠,٨٠٠
٦	المرونة	** ٠,٧٣٣
٧	الميل للخيال والتعقيد	** ٠,٦٤٧
٨	الأصالة	** ٠,٧٠٥
٩	الحاجة لوقت العزلة	** ٠,٦٤٩
١٠	النزعة للحدس	** ٠,٧٥٩

\*\* دال عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين ٠,٤٣٣ ، ٠,٨٠٠ ، جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١).  
ثانياً : صدق المقياس: تم حساب صدق مقياس السمات الابتكارية بالطرق الآتية:

- **الصدق الظاهري (صدق المحكمين):** قام الباحث بعرض مفردات مقياس سمات الشخصية الابتكارية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية، ثم قام الباحث بتفريغ ملاحظات ومقترحات السادة المحكمين (ن = ٢٠) حول المفردات المختلفة مع قبول المفردات التي تمثل نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر، وكان توزيع المفردات على أبعاد المقياس كما هو موضح بجدول (٣):

### جدول (٣)

أبعاد مقياس سمات الشخصية الابتكارية وأرقام المفردات المنتمية لكل بعد

م	أبعاد السمات الابتكارية	عدد المفردات	أرقام المفردات الممثلة لكل بعد									
١	النشاط والحيوية	١٠	١	١١	٢١	٣١	٤١	٥٠	٥١	٥٥	٥٦	٥٩
٢	الاستقلالية	٦	٢	١٢	٢٢	٣٢	٤٢	٥٢				
٣	حب المغامرة والمخاطرة	٥	٣	١٣	٢٣	٣٣	٤٣					
٤	الميل الفني	٦	٤	١٤	٢٤	٣٤	٤٤	٥٧				
٥	الطلاقة	٥	٦	١٦	٢٧	٤٥	٥٣					
٦	المرونة	٦	٧	١٧	٢٨	٣٧	٤٦	٦٠				
٧	الميل للخيال والتعقيد	٦	٥	١٥	٢٥	٢٦	٣٥	٥٨				
٨	الأصالة	٥	٨	١٨	٣٦	٣٨	٤٧					
٩	تفضيل العزلة	٥	٩	١٩	٢٩	٣٩	٤٨					
١٠	النزعة للحدس	٦	١٠	٢٠	٣٠	٤٠	٤٩	٥٤				

- **صدق المحك (الصدق التلازمي):**

قام الباحث بحساب الصدق التلازمي عن طريق حساب الارتباط بين درجات (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنصورة على المقياس الحالي ودرجاتهم على قائمة سمات الشخصية المبتكرة إعداد سيد خيرالله (١٩٨١)، وكانت قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياسين = ٠,٨٢٧، وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠٠١، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق المرتبط بالمحك.

### ثالثاً: ثبات المقياس: ثبات إعادة التطبيق:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين بفاصل زمني قدره (١٥) يوماً على عينة مكونة من (١٠٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية جامعة المنصورة، وبلغ معامل الارتباط ٠,٧٢٤ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠,٠٠١، وتدل على درجة مناسبة من الثبات.

### ثانياً: مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

**الهدف من المقياس:** يهدف إلى قياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، والتعرف على نوعية الأساليب التي يستخدمونها لمواجهة الضغوط النفسية.

**خطوات إعداد المقياس:** قام الباحث بإعداد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية في ضوء ما توفر له من إطار نظري وما اطلع عليه من المقاييس من خلال استعراض البحوث والدراسات السابقة مثل دراسات (منى عبد الله، ٢٠٠٢؛ مصطفى الأسطل، ٢٠١٠؛ نشوة كرم، ٢٠١٠؛ نبيلة أبو حبيب، ٢٠١٠؛ خالد العبدلي، ٢٠١٢؛ أسراء نظمي، ٢٠١٢؛ منير العزازي، ٢٠١٤).

**وصف المقياس:** يتكون المقياس من (٦٤ مفردة و ١٠ مواقف تصنيفية)، ويشتمل المقياس على ثمان أبعاد تمثل في مجملها مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، أما طريقة الاستجابة على المفردات فتتمثل في اختيار المفحوص لأحد البدائل الأربعة على طريقة "ليكرت" Likert وهي: دائماً = (٤) أربع درجات، أحياناً = (٣) ثلاث درجات، قليلاً = (٢) درجتان، نادراً = (١) درجة واحدة على الترتيب. أما عن طريقة الاستجابة للمواقف التصنيفية فتتمثل في اختيار أحد البدائل التي تمثل أحد أساليب مواجهة الضغوط النفسية الأكثر استخداماً في هذا الموقف من جانب المفحوص.

**وفيما يلي عرضاً للخصائص السيكومترية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية:**

**أولاً: الاتساق الداخلي لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية:**

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات كل مفردة من مفردات المقياس ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس، ويوضح جدول (٢١) أقل قيمة وأعلى قيمة لمعاملات الارتباط، والتي أسفر عنها الاتساق الداخلي.

جدول (٤)

قيم معاملات ارتباط (أقل قيمة وأعلى قيمة) لارتباط المفردات بكل بعد من أبعاد مقياس أساليب

مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية (ن=١٠٠)

م	أبعاد أساليب مواجهة الضغوط	أقل قيمة ارتباط	أعلى قيمة ارتباط
١	التحليل المنطقي	**٠,٣٩٥	**٠,٧١١
٢	التقييم الإيجابي	**٠,٤٣٥	**٠,٦٨٢
٣	البحث عن معلومات ومساعدة	*٠,٢١٠	**٠,٦٠١
٤	حل المشكلة	**٠,٤١٣	**٠,٦٧٨
٥	الإحجام المعرفي	**٠,٤٧٨	**٠,٦٨٤

**٠,٧٤٦	**٠,٤٠٦	التقبل والاستسلام	٦
**٠,٧١٠	**٠,٣٣٠	إثابات بديلة	٧
**٠,٧٢١	**٠,٥٤٦	تنفيس انفعالي	٨

\* دال عند ٠,٠٥

\*\* دال عند ٠,٠١

ثانياً: صدق المقياس: تم حساب صدق مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية بالطرق الآتية:

- صدق المحكمين: قام الباحث بعرض مفردات المقياس على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية (ن=٢٠)، وقام الباحث بتفريغ ملاحظات ومقترحات السادة المحكمين حول المفردات المختلفة مع قبول المفردات التي تمثل نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر، كما هو موضح بجدول (٥):

#### جدول (٥)

أبعاد مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية وأرقام المفردات المنتمئة لكل بعد

م	الأبعاد	عدد المفردات	أرقام المفردات الممثلة لكل بعد							
١	التحليل المنطقي	٨	١	٩	١٨	٢٧	٣٣	٤١	٤٩	٥٠
٢	التقييم الإيجابي	٨	٥	١٠	١٧	٣٢	٣٤	٦٣	٥٥	٥٧
٣	البحث عن معلومات ومساعدة	٨	٢	١١	١٩	٢٨	٣٥	٤٤	٥٣	٦١
٤	حل المشكلة	٨	٣	١٢	٢٠	٢٥	٣٦	٤٢	٥٢	٥٨
٥	الإحجام المعرفي	٨	٤	١٣	٢١	٢٦	٣٧	٤٣	٤٨	٥٩
٦	التقبل والاستسلام	٨	٧	١٤	٢٢	٢٩	٣٨	٤٧	٦٢	٦٤
٧	إثابات بديلة	٨	٦	١٥	٢٣	٣٠	٣٩	٤٥	٥٤	٦٠
٨	تنفيس انفعالي	٨	٨	١٦	٢٤	٣١	٤٠	٤٦	٥١	٥٦

#### • الصدق التلازمي :

قام الباحث بحساب الصدق التلازمي عن طريق حساب الارتباط بين درجات (١٠٠) من طلاب كلية التربية جامعة المنصورة على المقياس الحالي ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني



إعداد فاروق السيد عثمان ، محمد عبد السميع رزق (٢٠٠١)، وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٦):

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجات الطلاب على المقياس الحالي ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني إعداد فاروق السيد عثمان ، محمد عبد السميع رزق(٢٠٠١) (ن=١٠٠)

أبعاد المقياس الحالي	معامل الارتباط بمقياس الذكاء الوجداني إعداد (فاروق السيد عثمان ، محمد عبد السميع رزق:٢٠٠١)
التحليل المنطقي	**٠,٤٧٧
التقييم الإيجابي	**٠,٣٩٢
البحث عن معلومات ومساعدة	**٠,٣٠٤
حل المشكلة	**٠,٥٠٩
الإحجام المعرفي	**٠,٢٩٦
التقبل والاستسلام	**٠,٣٥٧
إثابات بديلة	**٠,٣٥٧
تنفيس انفعالي	**٠,٢٧٣

\*\* دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق المرتبط بالمحك.

ثالثاً: الثبات: الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ:

جدول (٧)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية (ن=١٠٠)

الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ
التحليل المنطقي	٠,٧٣٢
التقييم الإيجابي	٠,٧٣١
البحث عن معلومات ومساعدة	٠,٦٩٢
حل المشكلة	٠,٧٤٤
الإحجام المعرفي	٠,٧٤٥
التقبل والاستسلام	٠,٧٤٥
إثابات بديلة	٠,٧٣٦
تنفيس انفعالي	٠,٧٥٣

يتضح من جدول (٧) أن معامل ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد تراوح بين (٠,٧٥٣, ٠,٦٩٢)، وجميعها أكبر من (٠,٥)، وهذا يدل على معامل ثبات مناسب للمقياس باستخدام ألفا كرونباخ. (Wrightsmann & Robinson, Shaver, ١٩٩١)

نتائج الدراسة: أسفر تطبيق أدوات الدراسة عن النتائج التالية:

أولاً: نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب وطالبات الجامعة في سمات الشخصية الابتكارية.

وللتحقق من نتائج هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة، كما يوضحه جدول (٨).

#### جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين الذكور والإناث في سمات الشخصية الابتكارية

الدالة	قيمة (ت)	إناث (ن=١٦٦)		ذكور (ن=٩٤)		سمات الشخصية الابتكارية
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
غير دال	٠,٥٨٤	٣,٩٩٣٨١	٣٦,٢٣٤٩	٤,٩٥٢٥٩	٣٦,٥٦٣٨	الحيوية والنشاط
غير دال	٠,٢٢٣	٣,٣٤٩٦١	٢٣,١٦٨٧	٣,١١٥١٤	٢٣,٠٧٤٥	الاستقلالية
٠,٠١	٣,٠٧٢	٢,٤٩٢٧٥	١٥,٨٣١٣	٢,٦٥٥٧٤	١٤,٨١٩١	حب المخاطرة والمغامرة
غير دال	٠,٤٩٤	٣,٨٠٩٩٦	١٩,٦٦٢٧	٤,٨٦٤٢٢	١٩,٣٩٣٦	الميل الفني
٠,٠٥	٢,٠٩٦	٢,٧٤٨٣٨	١٨,٨٧٣٥	٢,٩٦١٥٩	١٩,٦٣٨٣	الطلاقة
غير دال	٠,٧٧٤	٣,١٨٠٣٨	٢٢,٦٩٨٨	٣,٥٩٦٤٥	٢٣,٠٣١٩	المرونة
غير دال	٠,٥٦٠	٣,٤٣٧١١	٢٢,١٠٢٤	٣,٨٣٢١٠	٢٢,٣٦١٧	الميل للخيال والتعقيد
غير دال	١,٥٤٣	٢,٥٧٦٨١	١٧,١٢٠٥	٣,٣١٨٣٣	١٧,٦٩١٥	الأصالة

الميل للعزلة	١٩,٤٢٥٥	٣,٠٦٣٨٠	١٨,٥٦٠٢	٢,٨٥٤٩٨	٢,٢٨٦	٠,٠٥
النزعة للحدس	٢٣,٧٦٦٠	٣,٣٥٨٢٧	٢٢,٨٨٥٥	٣,٣٢١٩٤	٢,٠٤٥	٠,٠٥
المجموع الكلي للسمات الابتكارية	E2.1977٢	٢٣,٧٩٥٩٢	E2.1714٢	١٩,٦٦٦٢٨	٠,٩٥٨	غير دال

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في بعض سمات الشخصية الابتكارية، وجاءت جميع الفروق غير دالة إحصائياً بين الذكور والإناث ما عدا أبعاد حب الميل للعزلة، والطلاقة، والنزعة للحدس وجدت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ لصالح الذكور، كما وجدت فروق دالة إحصائياً لصالح الإناث في بعد حب المغامرة والمخاطرة عند مستوى دلالة ٠,٠١.

مناقشة نتائج الفرض الأول:

تشير نتائج الفرض الأول إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب كلية التربية في بعض سمات الشخصية الابتكارية (حب الميل للعزلة، والطلاقة، والنزعة للحدس، حب المغامرة).

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء أن سمات الشخصية الابتكارية هي صفات وخصائص تميز الأفراد المبتكرين، تتوزع بين الذكور والإناث، في حين دلت بعض الدراسات علي وجود فروق لصالح الذكور في السمات والقدرات الابتكارية، وأن الذكور أكثر ميلاً لإظهار قدراتهم الابتكارية، في حين أن النساء يكرن موهبتهم الابتكارية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة رشاد موسي وسهام الحطاب (٢٠٠٣)، ودراسة إيمان حسن (١٩٩٢) إلى وجود أثر دال لمتغير الجنس في الخصائص الابتكارية، ودلت النتائج أن الذكور يتصفون بخصائص ابتكارية مرتفعة عن الإناث.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه كل من صفاء الجمعان ودعاء مطر (٢٠١٥)، وراوية خليل (٢٠١٨) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في السمات الابتكارية، كما توصل سالم محمد (١٩٩٩) إلى عدم وجود فروق بين المعلمين والمعلمات في السمات الابتكارية.

**ثالثاً: نتائج الفرض الثاني:**

ينص الفرض الثاني على أنه توجد علاقة دالة إحصائياً بين درجات طلاب الجامعة على سمات الشخصية الابتكارية ودرجاتهم على أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

وللتحقق من نتائج الفرض قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين سمات الشخصية الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الذكور والإناث، حيث وجدت بعض الفروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في السمات الابتكارية.

• العلاقة بين السمات الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط لدى الذكور:

#### جدول (٩)

معاملات ارتباط ( بيرسون ) بين سمات الشخصية الابتكارية ودرجتها الكلية وأبعاد أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية للذكور ( ن = ٩٤ )

أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية								أبعاد السمات الابتكارية
التفيس الانفعالي	الإثبات البديلة	التقبل والاستسلام	الإحجام المعرفي	حل المشكلة	طلب العون والمساعدة	التقييم الإيجابي	التحليل المنطقي	
-	٠,١١٦-	-	٠,١٧٥-	**٠,٣٧٥	٠,٠٨٢	**٠,٣٢٦	**٠,٣٩٠	النشاط والحيوية
**٠,٢٨٥	٠,١١٦-	**٠,٢٩٢	٠,١٧٥-	**٠,٣٧٥	٠,٠٨٢	**٠,٣٢٦	**٠,٣٩٠	النشاط والحيوية
*٠,٢٠٥-	٠,٠٦٣-	*٠,٢١٠-	٠,١٢٠-	*٠,٢٠٦	٠,١٧٨	٠,١٤٣	**٠,٢٧٨	الاستقلالية
٠,١٧٦-	٠,١١١-	٠,١١٥-	٠,١١٤-	*٠,٢٠٧	٠,٠٨٣-	٠,٠٥٢	٠,٠٧٨	حب المغامرة والمخاطرة
٠,١٣٨	*٠,٢٣٢	٠,١١٠	٠,٢٠٢	٠,٣٢	*٠,٢١١	٠,١٣٨	٠,١٤٤	الميل الفني
-	٠,٠٦٧-	٠,١٧٠-	٠,١٤٦-	**٠,٤٤٤	*٠,٢٦٤	**٠,٢١٤	**٠,٤٠٠	الطلاقة

**٠,٢٧٩								
-	٠,٠٩٢-	*٠,٢٤٢-	-	**٠,٣٧٤	٠,١٧٢	*٠,٢٢٥	**٠,٤٢٧	المرونة
**٠,٣٢٦			*٠,٢١٤					
٠,٠٧٨	٠,١٩٤	٠,١٠٦	٠,١٤٧	*٠,٢٥١	**٠,٣٣١	٠,١٣٥	*٠,٢٠٦	الميل للخيال والتعقيد
*٠,٢٤٧-	٠,٠٢٥	٠,١٧٤-	٠,١١٧-	**٠,٣١٣	٠,٠٨٩	**٠,٣٠٤	**٠,٤٤٧	الأصالة
٠,٠٥٢	٠,٠٥٥-	٠,٠٢٨-	٠,٠٥٣	**٠,٣٠٩	**٠,٢٦٦	٠,٠٦٣	**٠,٣٥٢	الميل للعزلة
٠,١٥٠-	٠,٠١٩-	٠,٠٥٢-	٠,٠٦٩	**٠,٣٠٧	**٠,٢٨٩	٠,٠٩٣	**٠,٢٦٩	النزعة للحدس
*٠,٢١١-	٠,٠٠٤-	٠,١٥٤-	٠,٠٥٠-	**٠,٤٠٩	**٠,٢٧٤	**٠,٢٦٧	**٠,٤٤٩	الدرجة الكلية للسمات الابتكارية

\* دال عند ٠,٠١      \* دال عند ٠,٠٥

يتضح من جدول (٩) وجود معاملات ارتباط موجبة دالة إحصائياً بين معظم سمات الشخصية الابتكارية والأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية، كما يوجد معاملات ارتباط سالبة دالة إحصائياً بين بعض سمات الشخصية الابتكارية والأساليب السلبية لمواجهة الضغوط النفسية، كما توجد ارتباطات دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للسمات الابتكارية والأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط (التحليل المنطقي، والتقييم الإيجابي، وطلب العون والمساعدة، حل المشكلة).

• العلاقة بين السمات الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط لدى الإناث:

#### جدول (١٠)

معاملات ارتباط (بيرسون) بين سمات الشخصية الابتكارية ودرجتها الكلية وأبعاد أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية للإناث (ن = ١٦٦)

أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية								أبعاد السمات الابتكارية
التفيس الانفعالي	الإثبات البديلة	التقبل والاستسلام	الإحجام المعرفي	حل المشكلة	طلب العون والمساعدة	التقييم الإيجابي	التحليل المنطقي	
٠,١٥١-	*٠,١٧٨-	**٠,٢٠٥-	*٠,١٧٦-	**٠,٢٨٦	٠,٠٣٦	**٠,٢٥٥	**٠,٢٤٨	النشاط والحيوية
٠,١٢٥-	٠,٠٥١-	**٠,٢٠٨-	٠,١٣٠-	**٠,٢٧٢	٠,٠٥٩	*٠,١٦٩	**٠,٢٨٣	الاستقلالية
**٠,٢٤٠-	٠,٠٨٤-	**٠,٢٠٠-	*٠,١٦٦-	٠,٠٥٦	٠,٠١٠	٠,٠٤٤	*٠,١٥٧	حب المغامرة والمخاطرة
٠,٠٧٦	٠,٠٧٠	٠,٠٠٩	٠,١٥١	**٠,٢٦٨	**٠,٢٠٠	٠,٠٦٦	٠,١٠٩	الميل الفني
٠,٠٤٩-	٠,١٣١-	٠,٠٣٩-	٠,١٤٧-	**٠,٣٠٨	٠,٠٦١	*٠,١٦١	**٠,٣٤٦	الطلاقة
٠,٠٤٨-	٠,٠٢٠-	٠,٠٤٣-	٠,٠٢٥-	**٠,٢٠٢	٠,٠٣٤	**٠,٢٠٥	**٠,٢٤٨	المرونة
٠,١٦٠	٠,١١٦	٠,١٢٤	٠,١٢١	*٠,١٦٨	٠,٠١١	*٠,١٦٠	٠,١١٤	الميل للخيال والتعقيد

٠,٠٠٣-	٠,٠٢٩	٠,٠٠٨-	٠,٠٦٠	*٠,١٩٦	٠,٠١١	٠,٠٨٦	٠,٠٧٨	الأصالة
٠,٠٦١	٠,٠١٨-	٠,٠٢٦-	٠,٠٨٣-	**٠,٣٢٦	٠,١١١	*٠,١٥٩	**٠,٢٧٩	الحاجة لوقت العزلة
٠,٠١٧-	٠,٠٢٣-	٠,٠٨٨-	٠,٠٨٣-	**٠,٢٤١	٠,٠٧٢	٠,١٠٤	**٠,٢٩٠	النزعة للحدس
٠,٠٠٤٩-	٠,٠٤٦-	٠,١١١-	٠,٠٧١-	**٠,٣٨٢	٠,٠٢٢	**٠,٢٣٣	**٠,٣٤٦	الدرجة الكلية للسمات الابتكارية

\* دال عند ٠,٠٥

\*\* دال عند ٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) وجود معاملات ارتباط موجبة دالة إحصائياً بين معظم سمات الشخصية الابتكارية والأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية، كما يوجد معاملات ارتباط سالبة دالة إحصائياً بين بعض سمات الشخصية الابتكارية والأساليب السلبية لمواجهة الضغوط النفسية، كما توجد ارتباطات دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للسمات الابتكارية والأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط (التحليل المنطقي، والتقييم الإيجابي، حل المشكلة) ما عدا أسلوب طلب العون والمساعدة.

#### مناقشة نتائج الفرض الثاني:

جاءت معاملات الارتباط موجبة دالة إحصائياً بين معظم سمات الشخصية الابتكارية والأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط النفسية، كما يوجد معاملات ارتباط سالبة دالة إحصائياً بين بعض السمات الابتكارية والأساليب السلبية لمواجهة الضغوط النفسية، كما توجد ارتباطات دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للسمات الابتكارية والأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط ( التحليل المنطقي ، والتقييم الإيجابي ، وطلب العون والمساعدة ، حل المشكلة) ما عدا أسلوب طلب العون والمساعدة لدى الإناث، بينما لا توجد ارتباطات دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للسمات الابتكارية والأساليب السلبية لمواجهة الضغوط (الإحجام المعرفي ، التقبل والاستسلام ، والاثابات البديلة، والتنفيس الانفعالي) باستثناء أسلوب التنفيس الانفعالي لدى الذكور، ويستنتج الباحث أن الشخص الذي لديه سمات ابتكارية مرتفعة يميل إلى استخدام أساليب إيجابية لمواجهة الضغوط النفسية.

**ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء** أن سمات الشخصية الابتكارية لها آثار إيجابية وتُمكن الفرد من التفكير بأصالة وطلاقة ومرونة واستقلالية ويتمتع بالحيوية والنشاط والثقة بالنفس وسرعة البديهة، مما يساعده اختيار أفضل الحلول للمشكلات والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها، فالشخص المبتكر يميل إلى استخدام أساليب إيجابية والتفاعل المباشر مع المشكلات والمواقف الضاغطة، والشخص المبتكر يقل استخدامه لأسلوب طلب العون والمساعدة حيث أنه شخص

---

مستقل يعتمد علي نفسه وينغزل عن الآخرين من أجل التفكير المباشر في مشكلاته والضغط التي تواجهه من أجل اختيار أفضل وأنسب الحلول.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة فالات (Falat, 2000) بأن مرتفعى التفكير الابتكاري يستخدمون استراتيجيات أكثر فاعلية مع المواقف المحبطة واستجاباتهم تتميز بالأصالة والمرونة، وكانت استجابات منخفضة التفكير الابتكاري تتسم بالعداء والانسحاب. كما تتفق مع دراسة تشان (Chan, 2005) أن الطلاب الموهوبين والمتفوقين من الذكور والإناث يميلون إلى استخدام استراتيجيات تكيفية مثل حل المشكلة والمواجهة للتعامل مع الضغوط المختلفة.

ويشير نيكول (Nicol, 1993) أن التفكير الابتكاري يرتبط سلبياً بمستوى الضغط، فالمستويات المنخفضة من الضغوط ترتبط بالمستويات المرتفعة من التفكير الابتكاري، كما يوجد ثلاث منبئات ترتبط بمستوي الضغط وتفسر ١٩% من التباين في مستوي الضغط وهي التفكير الابتكاري والشخصية المبتكرة والسلوك الابتكاري.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة يحيى إبراهيم (1999) بأن سمات الابداع تسهم بنسبة ٦٤,٢٥% في حل المشكلات التي تواجه المديرين والمديرات في المدارس الثانوية. كما أشارت دراسة لي مينج هي (Ming, 2004) إلى أنه توجد فروق في المواجهة النشطة تعزي بشكل كبير للفروق بين مجموعات المرونة العالية والمرونة المنخفضة من طلاب الجامعة، وأن سمة المرونة هي منبىء قوي للمواجهة الفعالة في حالي الضغوط المرتفعة والمنخفضة، كما يشير وليد أبو المعاطي (2010) أن أسلوب الابتكار أسهم بنسبة ١٥% من تباين درجات العينة على إستراتيجية التوجه الانفعالي/ الاجتماعي.

واختلفت نتائج الدراسة مع دراسة مسلان المالكي (2013) ودراسة بيرتون (Burton, 1991) ودراسة فايو وبيزاي (Buzzai & Fabio, 2020) حيث توصلت نتائج هذه الدراسات إلى عدم وجود علاقة بين الابتكارية وأساليب مواجهة الضغوط.

سادساً: توصيات الدراسة:

بناءً على أسئلة الدراسة وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها وما أعقبها من مناقشات وتفسير يمكن اقتراح التوصيات التالية:

- ضرورة الاهتمام بدراسة الضغوط النفسية والاجتماعية لدي طلاب الجامعة، فالطالب الجامعي يعاني من الكثير من الضغوط المتنوعة والمتعددة ، ووضع برامج إرشادية لتساعدهم علي مواجهتها بإيجابية.

- إقامة برامج لتنمية ابتكارية الأفراد، ودراسة فعاليتها على أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية.
- الاهتمام بجميع جوانب شخصية الفرد، فالجانب العقلي والأكاديمي وحده لا يضمن سعادة الفرد، بل يجب الاهتمام بالجانب الوجداني والاجتماعي لتحقيق سعادة الطالب، وتوافقه مع الحياة الجامعية.
- سابعاً: بحوث مقترحة:  
يمكن للباحث اقتراح الدراسات البحثية التالية استكمالاً للدراسة الحالية:
- سمات الشخصية الابتكارية وعلاقتها بالذكاء المنطقي الرياضي والوجداني والاجتماعي لدى طلاب الجامعة.
- سمات الشخصية الابتكارية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية.
- التفكير الابتكاري وفاعلية الذات وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة.
- دور الذكاء المنطقي الرياضي والذكاء الوجداني والذكاء الاجتماعي فى التنبؤ بالسمات الابتكارية والتفكير الابتكاري لدى طلاب الجامعة.

المراجع:

أولاً المراجع العربية:

- أحمد عبد اللطيف عبادة (١٩٩٢): دافع حب الاستطلاع في علاقته بقدرات وسمات الابتكارية في ضوء بعض متغيرات البيئة الأسرية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الابتدائي بدولة البحرين، مجلة مركز البحوث التربوية، قطر، ١ (٢)، ٣٠٣-٣٥١.
- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١١) : الأبعاد الأساسية للشخصية. القاهرة، دار المعرفة.
- أحمد محمد عبد الخالق (٢٠١٥). علم نفس الشخصية، ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- إسراء نظمي نجيب العوضي(٢٠١٢). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بزملة التعب المزمن لدى معلمي المرحلة الابتدائية (دراسة إمبريقية - كينينية)، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- أمل الأحمد ، رجاء محمود مريم (٢٠٠٩). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي: دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٠(١)، ١٣-٣٨.



- 
- إيمان محمد حسن (١٩٩٢). مظاهر الابداع والموهبة لدى المتفوقين أكاديمياً في الجامعة الأردنية، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، عمان.
- بشرى إسماعيل أحمد (٢٠٠٤): ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية، القاهرة، مكتبة الأنجلوالمصرية.
- حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٦). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- خالد محمد العبدلي (٢٠١٢). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.
- ديفيد فونتانا (١٩٩٤). الضغوط النفسية: تغلب عليها وأبدأ الحياة، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- راوية خليل حسن الشبول (٢٠١٨). مساهمة السمات الابتكارية لدى القادة التربويين في مديريات التربية والتعليم اتجاه الابداع الاداري في الأردن، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٦(١)، ١٥١ - ١٦٩.
- رجب على شعبان (١٩٩٥). الفروق الجنسية والعمرية في أساليب التكيف مع المواقف الضاغطة، مجلة علم النفس، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ٩ (٣٤)، ١١٠ - ١٢٣.
- رشاد على عبد العزيز موسى (٢٠٠١): الخصائص الابتكارية وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة الإحساء بالسعودية، كلية التربية جامعة الأزهر، مصر، ٩٩، ١ - ٣٨.
- رشاد موسى وسهام الحطاب (٢٠٠٣): الفروق في بعض المتغيرات النفسية في ضوء متغيري الذكاء الوجداني والجنس لدى المراهق الأزهرى، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٢(٢٧)، ١٥٣ - ١٩١.
- زينب شقير (١٩٩٨). مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة العربية (مصرية - سعودية)، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.
-

---

سالم محمد عبد الله (١٩٩٩). أهم السمات الابتكارية لمعلمي ومعلمات التعليم العام وطبيعية اتجاهاتهم نحو التفكير الابتكاري، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

سعاد منصور غيث، وسهيلة محمود بنات، حنان محمود طقش (٢٠٠٩). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين واستراتيجيات التعامل معها. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٠(١)، ٢٤٥ - ٢٦٨.

سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٠) : المهارات الحياتية ضرورة حتمية فى عصر المعلوماتية رؤية سيكوتربوية. القاهرة: ايتراك للطباعة والنشر .

سناء حامد زهران (٢٠١٨): فاعلية برنامج إرشادى قائم على بعض أساليب مواجهة الضغوط لتنمية الطاقة النفسية والرضا الدراسي لدى طلبة الجامعة المجبرين على التخصص، مجلة الإرشاد النفسي، ١ (٥٣)، ٩٣ - ١٥٠.

سيد محمد خير الله (١٩٨١): بحوث نفسية تربوية، بيروت: دار النهضة العربية. صفاء الجمعان حميد ودعاء أحمد مطر (٢٠١٥). السمات الابتكارية لدى المرشدين من وجهة نظر مدراء المدارس، مجلة دراسات البصرة، ١٠(١٩)، ١٢١-١٥١.

الطاهر محمود المغيربي (٢٠١٠): نوعية الحياة وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة المشكلات لدى عينة من السيدات العاملات المتزوجات. مركز البحوث والدراسات النفسية، كلية الآداب، جامعة القاهرة، مصر .

عادل محمد هريدي (١٩٩٦). علاقة وجهة الضبط بأساليب مواجهة المشكلات دراسة في ضوء الفروق بين الجنسين، مجلة بحوث كلية الآداب، جامعة المنوفية، ٢٦، ٢٦٧-٣٢١. عبد الرحمن سليمان الطيرى (١٩٩٤): الضغوط النفسية، مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه، ومقاومته. السعودية - الرياض، مطابع شركة الصفحات الذهبية.

على إسماعيل عبد الرحمن (٢٠١٢): الضغوط النفسية القاتل الخفي ( الأسباب - الآثار - العلاج)، ط ٢ ، المنصورة، دار اليقين للنشر والتوزيع.

علي علي عبد السلام (٢٠٠٣). دليل تطبيق مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

فاتن أبو ليلة ( ١٩٨٤): الإبداع لدى الأحداث الجانحين، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.

- 
- فاروق السيد عثمان ، محمد عبد السميع(٢٠٠١). الذكاء الانفعالي مفهومه وقياسه، مجلة علم النفس، ١٥٨، ٣٢ - ٥٠.
- لطفي عبد الباسط إبراهيم (١٩٩٤): مقياس عمليات تحمل الضغوط، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد إبراهيم عطا الله (٢٠٠٧). دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية والتحصيل الدراسي لدى مستخدمي الانترنت من طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- محمد شحاته ربيع (٢٠١٣): علم نفس الشخصية، الأردن، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- محمد عودة (٢٠١٠). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط النفسية، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.
- مدحت محمد أبو النصر (٢٠١٢): التفكير الابتكاري والإبداعي طريقك إلى التميز والنجاح، ط١ ، القاهرة، المجموعة العربية للتدريب والنشر.
- مسلمان مسيلي المالكي (٢٠١٣): مهارات ما وراء المعرفة والتفكير الابتكاري وعلاقتهما باستراتيجيات مواجهة الضغوط الصفية لدى معلمي ومعلمات التعليم الثانوي العام بمحافظة الليث، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة أم القرى، مكة.
- مصطفى رشاد الأسطل (٢٠١٠): الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى كلية التربية بجامعة غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.
- ممدوح عبد المنعم الكنانى (٢٠٠٧). سيكولوجية الإبداع والتجديد لدى الأفراد والمنظمات، دار الفكر العربي.
- ممدوح عبد المنعم الكنانى (٢٠١١). سيكولوجية الطفل المبدع، الطبعة الأولى، الأردن، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- منى محمود محمد عبد الله (٢٠٠٢): أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية. دراسة مقارنة بين الريف والحضر، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات النفسية والتربوية، جامعة القاهرة.
- منير سمره السيد العزازى (٢٠١٣). برنامج معرفي سلوكي لتعديل أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الوافدين والمصريين المقيمين بالمدن الجامعية، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
-

---

نبيلة أحمد جبر أبو حبيب (٢٠١٠): الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في محافظة غزة. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة.

نشوة كرم عمار دردير (٢٠١٠). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تنمية أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة. رسالة دكتوراة غير منشورة، تخصص الإرشاد النفسي، جامعة القاهرة.

ولاء رجب عبد الرحيم (٢٠١٦): الضغوط النفسية للمتفوقين وكيفية مواجهتها، القاهرة، دار العلوم للنشر والتوزيع.

وليد محمد أبو المعاطي (٢٠١٠). أساليب الابتكار ومهارات ما وراء المعرفة وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى عينة من طلاب جامعتي المنصورة والطائف: دراسة مقارنة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٠ (٦٧)، ٤٨٣ - ٥٣٩.

يحيى إبراهيم يحيى (١٩٩٩). مدى توافر سمات الإبداع الإداري في حل المشكلات لدى مديري ومديرات المدارس الثانوية بمدينة الطائف، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

ثانيًا المراجع الأجنبية:

Allen, L & ., Santrock, J. W. (1993). Psychology: The contexts of behavior. Madison, WI: Brown & Benchmark.

Burton, S. K. (1991). Relationships of creativity and talent with perceived life event changes and coping with stress, Mississippi State University ,United States.

Carter, P. (2005). The Complete Book of Intelligence Tests. West Sussex: Wiley. England.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. Journal of Personality and Social Psychology, 56, 267-283.

Chan, D.W. (2005). Emotional intelligence, social coping, and psychological distress among Chinese gifted students in Hon Kong. High Ability Studies, 16(2), 163-178.

Fabio, R. A., & Buzzai, C. (2020). Creativity, emotional intelligence and coping style in intellectually gifted adults. Current Psychology, 1-7.

- 
- Falat, M. (2000). Creativity as a predictor of "good" coping?. *Studia Psychologica*, 42(4), 317-324.
- Fisher, S. (1994). *Stress in academic life: The mental assembly line*. Open University Press, London.
- Higgins, J.E. & Endler, N.S. (1995). Coping life stress and psychological and somatic distress. *European of Personality*, 9(4), 253- 270.
- Kristophers, L. (1996). *The Pleasures of Psychological Hardiness*. New York: New American Library.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing company.
- Lazarus, R. S. (2000). Toward better research on stress and coping. *American Psychologist*, 55(6), 665-673.
- Le, D. H., Cropley, D. H., & Gleaves, D. H. (2015). Examining the relationship between mental health, creative thought, and optimism. *The International Journal of Creativity and Problem Solving*, 25(1), 5-21.
- Marks, D. F., Murray, M., Evans, B., Willig, C., Sykes, C. M., & Woodall, C. (2005). *Health psychology: Theory, research and practice*.UK: Sage Publications.
- Martin, P., Poon, L. W., Clayton, G. M., Lee, H. S., Fulks, J. S., & Johnson, M. A. (1992). Personality, life events and coping in the oldest-old. *The International Journal of Aging and Human Development*, 34(1), 19-30.
- Ming, H. L. (2004). *Stress, Traits of Resilience, secure attachment and self-efficacy as predictors of active Coping among Taiwanese college students, (China) (Doctoral dissertation, ProQuest Information & Learning)*.
- Murray, M., & Chamberlain, K. (Eds.). (2015). *New Directions in Health Psychology*.UK: Sage Publishing.
- Nicol, J. J. (1993). *The relationship between creativity and stress levels in female musicians (Doctoral dissertation, University of British Columbia)*.
- Peterson, J.S. (2006). Addressing counseling needs of gifted students. *Professional School Counseling*, 10(1), 86-102.
- Robinson, J. P., Shaver, P. R., & Wrightsman, L. S. (1991). Criteria for scale selection and evaluation. *Measures of personality and social psychological attitudes*, Academic Press, San Diego, 1(3), 1-16.
-

---

Tao, S., Dong, Q., Pratt, M. W., Hunsberger, B., & Pancer, S. M. (2000).  
Social support: Relations to coping and adjustment during the  
transition to university in the People's Republic of China. *Journal of  
Adolescent research*, 15(1), 123-144.