

psychological Stressors and Their Relationships to Defense Mechanisms and Somatoform Disorders among An- Najah and Birzeit Universities Students

Mohammad Rajeh Suleiman

An- Najah National University || Palestine

Abstract: This study aimed to identify the levels of psychological stress and the most common defense mechanisms. Revealing the level of somatoform disorders among An- Najah National University and Birzeit students. This study also sought to detect the relations among these three variables, and effects of some demographic variables of (gender, college, university, living place, academic year, economical level) have been examined at this study in the psychological stress, defense mechanisms, and somatoform disorders, To achieve these goals, the researcher built and developed three instruments tools are: psychological stress scale, defense mechanisms scale, somatoform disorders scale. Reliability and validity of these scales have been verified and results show that, They are valid to use, The research population consists of all students of An- Najah National University and Birzeit University in Palestine, the study sample consists of (300) students from both universities, the sample have been chosen with stratified random method, and the researcher used the correlative descriptive method, The researcher used Statistical Package for Social Sciences (SPSS), suitable statistical processors have been used to answer the study questions. The study comes out with many results, the assessment of psychological stress represented by life, family, social, academic, and economical stress was intermediate. The assessment of political stress was low. The assessment of extent of using defense mechanisms represented by inhibition, projection, regression, denial, and reaction formation was intermediate, also the assessment of the range of having a somatoform disorders was intermediate, there were a positive correlation relation and it was statistically significant among all of the study variables which represented by somatoform disorders and psychological stress with different sources (life, family, social, academic, economical, and political factors) on psychological defense mechanisms (inhibition, projection, regression, denial, and reaction formation). The results showed that the variable of gender has an effect in the extent of using reaction formation mechanisms at ($\alpha = 0.01$), while there were no effect in the rest of dependent variables represented by inhibition, projection, and denial mechanisms, and physical disorders, life, family social, academic, economical, political stresses. The results also indicated that males most likely to use the defense of reaction formation more than females, On the other have the variable of the college (natural sciences, and human sciences) has an effect in reaction formation mechanisms at the alpha level ($\alpha=0.05$), in favor of human sciences students. The effect of college variable on somatoform disorders at ($\alpha=0.01$) was in favor for natural sciences students, while it did not affect the other variables, Based by on these results; the researcher recommends to increase the awareness using brochures, TV channels, and the internet to make sure that students don't have to use defense mechanisms a lot as they are connected to have somatoform disorders. The students and those who have the responsibility to take care of them, have to find constructive outlets to reduce psychological stresses, have a good management and know how to deal with them as they are also connected to the somatoform disorders infection.

Keywords: psychological Stressors, Defense Mechanisms, Somatoform Disorders.

الضغوط النفسية وعلاقتها بحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت

محمد راجح سليمان

جامعة النجاح الوطنية || فلسطين

الملخص: هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الضغوط النفسية وأكثر حيل الدفاع النفسي انتشاراً بالإضافة إلى الكشف عن مستوى انتشار الاضطرابات جسدية الشكل بين طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت في فلسطين، كما سعت إلى الكشف عن العلاقات بين هذه المتغيرات الثلاثة، وفحص أثر بعض المتغيرات الديمغرافية (الجنس والكلية والجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي) في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل. ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بتطوير ثلاث أدوات هي مقياس الضغوط النفسية ومقياس حيل الدفاع النفسي ومقياس الاضطرابات جسدية الشكل، وتم التحقق من صدق وثبات هذه الأدوات وأشارت النتائج إلى صلاحيتها للاستخدام، وتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت في فلسطين، وتكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة من الجامعتين، تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدم الباحث برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وتم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للإجابة عن أسئلة الدراسة، وخرجت الدراسة بنتائج عديدة كان أهمها: جاء تقدير الضغوط النفسية والمتمثلة بضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية متوسطاً أما الضغوط السياسية فجاء تقديرها منخفضاً، وجاء تقدير مدى اللجوء لاستخدام حيل الدفاع النفسي المتمثلة بالكبت والإسقاط والنكوص والإنكار والتكوين العكسي متوسطاً، وجاء تقدير مستوى الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل متوسطاً أيضاً، وكان هناك علاقات ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين جميع متغيرات الدراسة المتمثلة بالاضطرابات جسدية الشكل والضغوط النفسية بمصادرها المختلفة (ضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية)، وحيل الدفاع النفسي (الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار والتكوين العكسي)، وأشارت النتائج أن لمتغير الجنس أثر في درجة ممارسة حيلة التكوين العكسي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)، بينما لم يؤثر في الباقي المتغيرات التابعة والمتمثلة بحيل الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار والاضطرابات جسدية الشكل وضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية، حيث أشارت النتائج إلى أن الذكور يميلون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي أكثر من الإناث، وكان لمتغير الكلية (العلوم الطبيعية، والعلوم الإنسانية) أثر في حيلة التكوين العكسي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، ولصالح طلبة كليات العلوم الإنسانية، وأثر متغير الكلية في مستوى الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) ولصالح طلبة كليات العلوم الطبيعية، بينما لم يؤثر متغير الكلية في باقي المتغيرات التابعة في حيل الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار وضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية. وفي ضوء نتائج الدراسة أوصى الباحث بالتأكيد على نشر التوعية عن طريق البروشورات وقنوات التلفزيون والانترنت للتأكيد على عدم اللجوء إلى استخدام الطلبة لحيل الدفاع النفسي بكثرة لارتباطها بالإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل، وأن يجد الطلبة والقائمون عليهم متنفسات بناءة لتخفيف الضغوط النفسية وحسن إدارتها والتعامل معها لارتباطها كذلك بالإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، حيل الدفاع النفسي، الاضطرابات جسدية الشكل.

المقدمة:

أصبحت الضغوط النفسية ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات البشرية بدرجات متفاوتة، ويحدد هذا التفاوت طبيعة المجتمعات ودرجة تحضرها وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل بين الأفراد انفسهم والافراد والمؤسسات وندرة الموارد وشدة الصراع للفوز بجانب من تلك الموارد والمزايا وكذلك سرعة معدل التغيير في تلك المجتمعات وما تفرضه على نمط الحياة فيها، فغدت الضغوط النفسية مظهراً طبيعياً من مظاهر الحياة الانسانية لا يمكن تجنبه، فحياتنا العصرية تتميز بالتعقيد، والتغيير السريع، مما يجعل الفرد في أي مرحلة من مراحل حياته يشعر بالعجز، وعدم فهم هذه التغيرات وبالتالي يزداد لديه الشعور بالإحباط والتوتر والقلق ولا سيما لدى الطلبة

الجامعيين، وذلك بسبب أن الطلبة الجامعيين هم من أكثر الطبقات في المجتمع المعرضة للضغوط النفسية لما يواجهونه من تعدد فكري في الحرم الجامعي وضغوطات اجتماعية واقتصادية وسياسية وأكاديمية وأسرية، فكل هذه الضغوط تؤدي إلى ازدياد الانفعالات والضغوط النفسية على الطالب الجامعي (بخش، 2007).

ويتعرض الطلبة الجامعيون للكثير من الضغوط النفسية المختلفة التي تؤثر على صحتهم وتوافقهم النفسي وقدرتهم على التكيف، فمنها ما هو شخصي يفرضه الطالب على نفسه من أجل تحقيق أهدافه وطموحاته في الحياة، ومنها ما هو اجتماعي يفرضه المجتمع والأسرة والجامعة من متطلبات كضرورة النجاح والتفوق، ومنها ما هو بيولوجي يتمثل في الصحة والتنفيس عن الرغبات الجنسية بشكل مقبول اجتماعياً ودينياً (حمدي، 2007).

وقد تلعب الضغوط النفسية دوراً كبيراً في ظهور بعض الاضطرابات النفسية والجسمية، والاضطرابات جسدية الشكل من أكثر هذه الاضطرابات تأثيراً بتلك العوامل بالإضافة إلى تأثيرها بعمليات التحضر والتقدم التكنولوجي السريع (العارف، 2014).

وتعتبر اضطرابات جسدية الشكل عن الاتصال الوثيق بين الجسم والنفس أي أنها دالة على التفاعل المستمر بين الشخصية والصراع الانفعالي من ناحية وبين الجهاز العصبي من ناحية أخرى، وفي الاختلالات النفسية والجسمية تتأثر الأعضاء التي لا تخضع للتوجيه الشعوري مثل الرئتين أو القولون (اميم، 2004).

ويمكن القول أن الاضطرابات جسدية الشكل على اختلاف أنواعها من أكثر الاضطرابات انتشاراً بالرغم من عدم وجود إحصاءات دقيقة تؤكد ذلك إلا أن الملاحظة الأولية للمرضى المترددين على العيادات العامة والخاصة تسهل إدراك الأمر، وقد يرجع السبب إلى تداخل العديد من العوامل الجينية والنفسية والاجتماعية، إذ لم تتفق النظريات المفصلة لهذا النوع من الاضطرابات على عامل واحد، وإن كانت النظرة التكاملية القائلة بتعدد العوامل المؤدية إلى هذا الاضطراب هي الأقرب إلى تناول (حنضالي وحيياوي، 2014).

فهي تنجم عن التعرض المستمر للضغوط بشتى أنواعها: النفسية والاقتصادية والاجتماعية والأكاديمية والسياسية، وتعد الضغوط النفسية هي القاسم المشترك لها جميعاً إذ تتجلى أعراضها في المعاناة النفسية التي يحسها الفرد التي تضع قدراته على التحمل قيد الاختبار (حنضالي وحيياوي، 2014).

يعجز الفرد عن بلوغ أهدافه المتعارضة والمتعددة فيقع ضحية الإحباط الذي يخل بتوازن الشخصية، فيحاول التغلب على هذه الضغوط بممارسة بعض الحيل الدفاعية في محاولة منه لحل ضغوطه وخفض شدة توتره ... فقد يتقمص مثلاً شخصية ما، أو يبرر فشله أو يكتب في نفسه، أو يسقط فشله على الآخرين (العارف، 2014).

فحيل الدفاع النفسي تعتبر أساليب غير مباشرة لإحداث التوافق النفسي، فهي وسائل تعتبر سلبية وإيجابية بنفس الوقت، فهي سلبية عندما تستخدم بطريقة مبالغ فيها، وبالوقت والمكان غير مناسبين، بينما تكون إيجابية عندما تستخدم بشكل قليل ومناسب للموقف، وتساعد على إراحة الفرد، وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي (فريضة، 2011).

ويعتبر فرويد أول من أدخل مفهوم حيل الدفاع النفسي، ويرى أن الناس يلجؤون إليها لحماية أنفسهم كما أنها تساعدهم على معالجة الصراعات والإحباطات، وهي أساليب عقلية لاشعورية تقوم بتشويه الخبرات وتزييف الأفكار والصراعات التي تمثل تهديداً، وهي تساعد الناس على خفض القلق حينما يواجهون مواقف تثير التهديد (فريضة، 2011).

ويشير (فرويد) إلى أن الاضطراب النفسي يرجع في أساسه إلى صراع بين النزعات الغريزية، فيقوم الفرد بتشديد قلاعاً تحميه من الصراعات المحتملة من العالم الخارجي والداخلي، فعندما يعجز عن إشباع دوافعه يصبح عصابياً، فهذه الصراعات ما هي إلا نتاج الصراع الدينامي بين الهو والأنا والأنا الأعلى (عباس، 1997).

فعندما يفشل الفرد في حل صراعه الناجم عن الرغبة في تحقيق أو إشباع دوافع أو غايات متعارضة، فإن الفرد قد يلجأ إلى ممارسة بعض حيل الدفاع النفسي كالنكوص والإسقاط والكبت والتكوين العكسي والإنكار وغيرها، والحيل الدفاعية هنا وسيلة لتخفيض التوتر وتحقيق قدر من اللذة المؤقتة، إنها وسيلة للتحويل على مطالب الهو الجامحة، بيد أن ممارسة حيل الدفاع النفسي قد يفقدها مفعولها وبخاصة عندما يخضع الأنا باستمرار لمطالب الهو المتجددة ولإلحاحاته المستمرة وهنا يشعر الفرد بمزيد من التوتر والإحباط الداخلي، ولا يمر هذا الإحباط الداخلي دون أن يتسبب في قلق أو انفعال يؤثر على توازن الجسم ووظائفه، قد يحاول الجسم التكيف مع الانفعالات الناجمة عن الإحباط الداخلي، ولكن هذه المحاولات عندما تتجاوز حدودها، فإنها لا بد وأن تطل بعض أعضاء الجسم فتخل بوظائفها فيصاب الفرد بأمراض جسمية ذات منشأ نفسي مثل ضغط الدم المرتفع والسكري والربو وأمراض القولون والروماتزم أو البدانة المفرطة، وقرحة المعدة وما إلى ذلك (العارف، 2014).

وكما يشير فرويد إلى العديد من هذه الحيل ولكن الباحث ركز على بعض هذه الحيل منها: الكبت، والإسقاط، والتكوين العكسي، والنكوص، والإنكار. فهذه الحيل لا تقدم الحل الأمثل لضغوط الفرد، وقد لا تحقق له الراحة النفسية وبزيادة حدة الضغوط قد يتعرض الفرد للاضطرابات النفسية وجسمية.

فالفرد يعاني من ضغوط النفسية عندما يفشل في التوفيق بين دوافعه المتعارضة فيضطر إلى استخدام حيل الدفاع النفسي، وعندما يسرف في استعمالها فإنها تفقد مفعولها ويعرضه هذا الإسراف إلى الاضطرابات جسدية الشكل (العارف، 2014).

من هنا يتضح أن الاضطرابات جسدية الشكل وممارسة حيل الدفاع النفسي ما هي إلا مؤشرات ومظاهر تعبر عن الضغوط النفسية التي تهدد حياة الفرد، تحديداً فيما يتعلق بالتوافق النفسي والصحة والنجاح في الحياة على الصعيد الأكاديمي أو الاجتماعي أو الأسري أو الاقتصادي، وتأتي هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت

مشكلة الدراسة:

إن الحياة مليئة بالمشكلات والأزمات والمواقف الضاغطة على الطلبة سواء أكانت ايجابية أم سلبية، ونظراً للتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية المستمرة والسريعة في كل يوم يتعرضون لمزيد من الضغوطات والتحديات في مدى قدرتهم على تحمل أو مواجهة هذه المشكلات أو الأزمات، وفي مدى قدرتهم على التخلص من هذه الضغوط بدرجة عالية، فهم بناء المستقبل، وهم الجيل الواعد لأي مجتمع، بحيث لا يمكن عزلهم عن مجريات الحياة الضاغطة وأحداثها التي تدور في العالم بشكل عام، وفلسطين بشكل خاص، لإثبات وجوده الفاعل ودوره المهم في ظل هذه التغيرات (بني مصطفى والشريفين وطشطوش، 2013).

وبناءً عليه، أكدت بعض الدراسات أن الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأفراد قد تؤدي إلى استخدام حيل الدفاع النفسي والإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل، ومنها دراسة عليبور ونوربال ويزدنفار واغا (Alipour, Noorbal, Yazdanfar & Agah, 2011): التي هدفت إلى الكشف عن أثر برنامج علاجي باستخدام الكتابة كوسيلة للتنفيس الانفعالي لتخفيض الضغط والكبت للمرضى الذين يعانون من اضطرابات سيكوسوماتية، وكذلك دراسة وهبان (2008)، التي بينت أن هناك علاقة بين ضغوط الحياة والاضطرابات السيكوسوماتية، ودراسة كريمر (Cramer, 2002) التي تناولت الحيل الدفاعية والسلوك والوجدان لدى عينة من طلبة الجامعة.

فالطلبة خلال حياتهم يواجهون العديد من المشكلات والمواقف الضاغطة التي تثير فيهم حالات القلق والتوتر الناتج عن عدم إشباع حاجاتهم، أو إدراكهم لوجود خطر حاصل أو متوقع مما يدفع بهم إلى محاولة تخفيفه

أو إزالته أن أمكن وكثيراً ما يتوصلون إلى حالة الاتزان والتوافق بإزالة ذلك التوتر إلا أن بعض حالات التوتر قد تستمر ولا يستطيعون مواجهتها على مستوى الشعور لشدها أو قسوتها مما يؤدي بهم إلى محاولات تكيف لاشعورية وهي ما نطلق عليها بـ (حيل الدفاع النفسي) (جثير، 2011).

ومتغير اضطرابات جسدية الشكل يمثل إحدى الزوايا التي نالت اهتمام بعض الباحثين لكونها لها آثار فيزيولوجية تطال الأعضاء تنتج عنها أمراض عضوية أصبحت عرضاً من عروض العصر، والعديد من الأطباء المتخصصين بالطب السيكوسوماتي يعتقدون أن التعرض المستمر لحالات من الضغوط والتوترات يعتبر عامل أساسي في الإصابة بالأمراض العضوية (عسكر، 2003).

إن الطلبة الجامعيين هم أكثر الطبقات في المجتمع معرضه للضغوط النفسية فهم يتحملون الكثير من الأعباء الزائدة التي ترهقهم وتتجاوز طاقة التحمل لديهم، وذلك نتيجة لما يمرون به من مشكلات وأزمات وضغوطات عائلية واجتماعية وسياسية واقتصادية وأكاديمية، والظروف الصعبة والقاسية التي يتعرضون لها في حياتهم، فيحاولون التغلب على هذه الضغوطات بممارسة بعض الحيل الدفاعية في محاولة منهم لحل ضغوطاتهم وخفض شدة التوتر لديهم وعندما يتم استخدامهم لهذه الحيل بشكل مفرط به تؤدي إلى زيادة الانفعالات كحالات التوتر والقلق التي تسيطر عليهم وتؤثر على حالتهم النفسية وبالتالي يزيد من احتمالية الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل كالربو والقرحة المعدية وأمراض القلب والأمراض الجلدية والقولون العصبي وغيرها من الاضطرابات، وعليه تسعى الدراسة الحالية للإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

هل هناك علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي واضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟

ويتفرع عنه عدة تساؤلات فرعية:

- 1- ما مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟
- 2- ما حيل الدفاع النفسي السائد استخدامها لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟
- 3- ما مستوى انتشار الاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وبيروت؟
- 4- ما العلاقة بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟
- 5- هل تؤثر متغيرات الجنس والمستوى الاقتصادي والكلية ومكان السكن والجامعة والسنة الدراسية في مستوى الضغوط النفسية واللجوء إلى استخدام حيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- 1- التعرف إلى مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت.
- 2- التعرف إلى درجة لجوء طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت إلى استخدام حيل الدفاع النفسي.
- 3- الكشف عن مستوى انتشار الاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت.
- 4- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي ومستوى الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل.

5- التعرف إلى تأثير متغير الجنس والمستوى الاقتصادي والكلية ومكان السكن والجامعة والمستوى الدراسي في مستوى الضغوط النفسية ودرجة اللجوء إلى استخدام حيل الدفاع النفسي ومستوى الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروزيت.

مصطلحات الدراسة:

الضغوط النفسية: التعرض للمشكلات والأحداث التي تواجه الفرد وتسبب له إرباكاً في توازنه الداخلي، نتيجة لشعوره بالتهديد وتطلب منه القيام بمجهود إضافي للعودة إلى توازنه الطبيعي (مظلوم، 2008).
التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الضغوط النفسية.
حيل الدفاع النفسي: "هي أنماط أو استراتيجيات سلوكية يتخذها الفرد لحماية الأنا أو الذات من مشاعر الذنب أو القلق أو انخفاض القيمة" (Lindth, Pooler, Tamparo, Dahl & Morris, 2013, p.60).
التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس حيل الدفاع النفسي.
الاضطرابات جسدية الشكل: "هي مجموعة من الأمراض العضوية التي تتدخل العوامل النفسية فيها كمسبب لها أو على الأقل تزيد من شدتها ومن الامثلة على تلك الأمراض كثيرة نذكر منها: الذبحة الصدرية، ارتفاع ضغط الدم، جلطة الشريان التاجي، الربو، مرض السكري، أمراض الحساسية، قرحة المعدة، قصور الكلوي... إلخ" (الميلادي وعبد المنعم، 2003، ص: 44).
التعريف الاجرائي للاضطرابات جسدية الشكل: هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الاضطرابات جسدية الشكل.

2- الإطار النظري والدراسات السابقة:

1- الضغوط النفسية:

تعد الضغوط النفسية إحدى ظواهر الحياة الإنسانية التي يتعرض لها الإنسان في مواقف متباينة، فهي تتطلب منه التوافق، وإعادة التوافق مع البيئة، وظاهرة الضغوط لا تختلف عن بقية الظواهر النفسية كالقلق، والإحباط، فهي نواتج متلازمة الوجود الإنساني، ولا تكون دائماً على نحو سلبي، فمحاولة الهروب منها تعني بوضوح نقص فعاليات الفرد، وإخفاقة بالحياة (الطلاح، 2000).

وقد ازداد اهتمام علماء النفس في السنوات الأخيرة بدراسة الضغوط النفسية لما لها من أهمية على صحة الفرد، وعلى المستوى الفردي، والجماعي منطلقاً من كوننا في عصر الضغوط والازمات النفسية.
يرى جونسون (2000) أن الضغوط النفسية ناتجة عن تفاعل الفرد مع البيئة التي تحيطه والتي تحكمها قوانين الزمان والمكان والأنشطة المختلفة للتطور والتقدم التكنولوجي والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع، فالمجتمع الذي يعيش به الفرد يؤثر ويتأثر فيه، ويرى أيضاً بأن الضغوط بكل أنواعها ناجمة عن التطور التكنولوجي والحضاري المتسارع وعن ضغوط العمل الكبيرة الملقاة على كاهل الأفراد.

تهدد الضغوط النفسية حياة الأشخاص وتترك أثراً سلبياً ومدمرة لسعادتهم، كما أن الضغوط النفسية ترتبط بالبيئة المحيطة وبالخبرات الحياتية وظروف العمل للأفراد، وتساهم بشكل كبير في ظاهرة الاحتراق النفسي والتي تشكل خطراً على حياة الأفراد، كما يمكن تصنيف آثار الضغوط النفسية إلى: الآثار الجسدية ومنها ارتفاع ضغط الدم وفقدان الشهية واضطرابات الهضم وتقرحات الجهاز الهضمي والربو والحساسية الجلدية والصداع، الآثار النفسية ومنها الملل والتعب والإرهاق وانخفاض الميل للعمل والأرق وانخفاض تقدير الذات، الآثار الاجتماعية

وتشمل العزلة وال فشل في أداء الواجبات اليومية وانعدام القدرة على تحمل المسؤولية وإنهاء العلاقات، الآثار السلوكية ومنها الارتجاج واللعثمة في الكلام وزيادة التقلصات العضلية واضطراب عادات النوم ونقص الحماس والميول وزيادة الشك في الزملاء وعدم القدرة على التركيز، الآثار المعرفية ومنها سوء التخطيط والتنظيم والصعوبة في التنبؤ وزيادة الاضطرابات في الانتباه والذاكرة وضعف التركيز (الغير وأسعد، 2009)

كما يعرف كيبارت (Kepbart، 2003) استراتيجيات المواجهة بأنها عملية إعادة إدراك وتقييم وتكيف تحدث كردود فعل للضغوط وتهدف إلى مقاومة الضغوط والتقليل من الآثار السلبية المرتبطة بها، فالفرد ليس دائماً ضحية مستسلمة وسلي للمواقف الضاغطة التي يواجهها، فهو عادةً يحاول التقليل أو التخفيف من الضغوط بواسطة التفكير والشعور أو السلوك بطرق متعددة، بمعنى مواجهتها، كما أن الفرد يواجه الضغوط بطرق متعددة، بعضها ناجح وفعال والبعض الآخر أقل فعالية وتأثيراً.

وعندما يشعر الفرد بأنه مؤهل جيداً للتعامل ومواجهة المواقف الضاغطة فهو يستخدم مهمة التوجيه وهو الأسلوب المباشر في التعامل مع متطلبات المواقف الضاغطة، وهذا يعني أن الفرد يواجه المواقف بواقعية ويحاول تحليل المواقف الضاغطة تحليلاً مناسباً من خلال تحديد الأساليب المناسبة التي يجب عليه الفرد إتباعها، وتقييم هذه الأساليب ومحاولة إيجاد الحلول البديلة لمواجهة هذه المواقف، ويتميز أسلوب التوجيه بالمرونة والتي تمكن الفرد من تغيير أسلوبه ومتطلباته في مواجهة المواقف الضاغطة، وقد يكون الفعل الذي يسلكه الفرد اتجاه الضغوط واضح وصريح عن طريق التماس الدعم الاجتماعي، وأحياناً تكون ردود الفعل اتجاه الضغوط خفية وغير واضحة كتقليل مستوى الطموحات (احمد، 2008).

2- اضطرابات جسدية الشكل:

إن هناك صلة وثيقة بين النفس والجسد فكل منهما يتأثر بالآخر ونتيجة للضغوط المتزايدة على الإنسان في العصر الحالي فقد أصبحت الاضطرابات جسدية الشكل سمة من سمات هذا العصر، وهناك الكثير ممن يعانون من اضطرابات عضوية مثل القرحة وضغط الدم.. الخ سببها الإحباطات الكثيرة والمشاكل والضغوط الانفعالية العنيفة والمستمرة.

وتعرف الاضطرابات السيكوسوماتية بأنها "اضطرابات جسمية موضوعية ذات أساس وأصل نفسي وتصيب المناطق والأعضاء التي يتحكم فيها الجهاز العصبي الذاتي"، ويهتم الطب السيكوسوماتي اهتماماً خاصاً بهذه الاضطرابات" (زهان، 1997: 469).

كما أن الجمعية الأمريكية لطب النفسي العقلي (APA) فتعرفها: مجموعة من الاضطرابات التي تتميز بالأعراض الجسمية التي تحدثها عوامل انفعالية، وتتضمن جهازاً عضوياً واحداً يكون تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل، وبذلك تكون التغيرات الفسيولوجية المتضمنة هي تلك تكون مصحوبة بمجالات انفعالية معينة، وتكون هذه التغيرات أكثر إصراراً وحدة، ويطول بقاءها، ويمكن أن يكون الفرد غير واعٍ شعورياً بهذه الحالة الانفعالية (عبد المعطي، 2006).

هناك خصائص الاضطرابات جسدية الشكل ومنها: وجود أساس فسيولوجي للاضطرابات، وتشمل الأعضاء والأحشاء التي تتأثر بالجهاز العصبي الذاتي، وهي بذلك لا تخضع للضبط الإرادي، ووجود تغيرات بنائية قد تهدد الحياة، وتعد أكثر سيطرة وإلحاحاً على العضو المصاب، بالإضافة إلى وجود اضطراب انفعالي كعامل مسبب، وترتبط بعض الحالات بنمط معين من الشخصية، وتختلف الإصابات بهذه الاضطرابات بين الجنسين اختلافاً ملحوظاً، وقد توجد مختلف الأعراض، وغالباً ما يوجد تاريخ عائلي للإصابة بنفس الاضطراب أو ما شابه، ويميل الاضطراب لاتخاذ

مراحل مختلفة، والعلاج العضوي لا يؤدي إلى تحسن كامل إلا مع استمرار العلاج النفسي أي فشل العلاج الجسدي الطويل في شفاء الاضطراب (أبو حسن، 2012).

كما أن تشخيص الاضطرابات جسدية الشكل يبرز في الاهتمام أولاً بالفحص الطبي الشامل، واستطلاع تاريخ حياة المريض وتاريخ المرض وتكوين وبناء الشخصية، وأن المريض لا يعرف بسهولة بأن مرضه نفسي جسدي، ولكنه يسر غالباً على أنه جسدي فقط، وأنه عند معرفته بهذا التشخيص، تبدو دفاعاته النفسية في النشاط بشكل ملحوظ، وقد تزداد حدة نوبة المرض، بشكل واضح، أثناء محاولة التشخيص، ومن العلامات الدالة، على أن الاضطراب نفسي جسدي: وجود اضطراب انفعالي، يعتبر عاملاً مسبباً، وارتباط الحالة بنمط معين من أنماط الشخصية، ووجود اضطراب نفسي جسدي سابق لدى المريض، ووجود تاريخ مرضي في الأسرة لنفس المرض أو اضطرابات مشابهة، وسير المرض يكون مرحلياً (مراحل شفاء ومراحل مرض)، ويجب المفارقة بين الأعراض النفسية الجسمية وبين الأعراض الهستيرية، فمثلاً في الهستيريا تصيب الأعضاء التي يسيطر عليها الجهاز العصبي المركزي، والأعراض تعتبر تعبيرات رمزية غير مباشرة عن دوافع مكبوتة، وتخدم غرضاً شخصياً لدى المريض، بينما في المرض النفسي الجسدي تصيب الأعضاء التي تسيطر عليها الجهاز العصبي الذاتي، والأعراض عبارة عن نتائج مباشرة لاضطرابات انفعالية تخل بتوازن الجهاز العصبي الذات (البناء، 2006: 313-312).

هناك أسباب متعددة للإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل، كوجود استعداد تكويني يقوم على الوراثة مثل (ظروف الولادة أو عمر الأم)، ووجود استعداد تكويني نتيجة الخبرات الأولى للفرد (الفسولوجية أو النفسية)، وتغيرات الشخصية في مراحل العمر المتقدمة والتي تؤثر في عمل الأعضاء، وضعف عضو من الأعضاء كما في حالة الإصابة أو العدوى، ووجود العنصر في حالة نشاط لحظة الإجهاد النفسي أو الثورة الانفعالية، والمعنى الرمزي للعضو في نظام شخصية الفرد فإذا كان الفرد يشعر بعداء تجاه والديه ولكنه لا يستطيع أن يعبر عن عدوانه نحوهما فيكظم مشاعره العدوانية، مما يؤثر في كيمياء الجسم ويؤدي إلى انقباض الشرايين، وتوقف النمو النفسي وبالتالي جمود العضو في تطور وظائفه، واضطراب العلاقة بين الطفل والأبوين ونقص الحب والميول العدوانية، والعوامل الانفعالية كالقلق والإحباطات المتراكمة التي قد يتعرض لها الفرد تتولد عنها ضغوط نفسية شديدة تؤدي به إلى اليأس والانهيار، والتوتر العصبي الذي قد يؤثر عملياً في أية عملية فسيولوجية، فإذا كانت معدة الفرد ضعيفة فإنه يحتمل أن يستهدف للمتعاب المعدية عندما يصبح قلقاً أو غاضباً، والفروق في التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للحالات الانفعالية المختلفة حيث وجد أن انفعال الخوف والاكنتاب يرتبطان بإعاقة الوظائف الخاصة بالأعضاء الغليظة، بينما يرتبط انفعال الغضب والقلق بزيادة عمل القولون (العيسوي، 2000: 289؛ الزراد، 2000).

وعلى هذا فالاضطراب جسدي الشكل يحدث عندما يضع الفرد أهدافاً تفوق طاقته وقدراته، أو يفرض على نفسه إنجاز مهام كثيرة في وقت قصير جداً كما في الشخصية التاجية أي أن التفكير غير المنطقي من الممكن أن يؤدي إلى سلوكيات غير توافقيه.

3- حيل الدفاع النفسي:

تعتبر حيل الدفاع أو الحيل العقلية أو (الميكانيزمات) ديناميات نفسية يستخدمها الإنسان كوسيلة دفاعية لتجنب الألم والتحرر من الصراعات النفسية الداخلية والخارجية، فلها غرض وقائي وآخر دفاعي، واستخدامها ضروري من أجل تحقيق الثبات الانفعالي.

تعد حيل الدفاع النفسي عبارة عن وسائل لا شعورية تعمل على حماية الفرد من الآثار الضارة للقلق الشديد، بمعنى أنها دفاعات تكيفية تتيح للفرد الاستمرار في تأدية وظائفه في المواقف المثيرة للقلق، وقد تكون غير

تكيفية إذا اعتمد عليها بشكل مفرط، مما يؤدي فيه إلى تشويه الحقيقة والواقع، وكذلك تؤدي إلى اضطرابات (Vaillant, 2000).

كما أن لحيل الدفاع النفسي وظائف عديدة تؤديها ومن بينها نجد أن حيل الدفاع النفسي تقوم بوظائف المحافظة على الحياة ومن ثم لا يمكن الاستغناء عنها، وليست عبارة عن وسائل يتم تسخيرها من قبل الأنا لصد وكبت وإخفاء الدوافع الجنسية فحسب وإنما وظيفتها مساعدة الأنا على مواجهة سلسلة واسعة من المشاعر التي تهدده كالعدوانية والحزن والتعلق... الخ، وأثبت علماء النفس مثل ميلاني كلاين Melanie Kline وهاري ستيك سوليفان H.S.Solivan في دراساتهم العيادية بأن حيل الدفاع لا تسيطر على الواقع النفسي الداخلي فحسب وإنما تصوغ العلاقات الاجتماعية للآخرين والمشاعر المرتبطة بذلك (رضوان، 2007).

من النظريات المتطرفة لحيل الدفاع النفسي، النظرية السلوكية حيث ينظر السلوكيون إلى الحيل الدفاعية التي يسمونها أيضاً طرق التصدي للضغط، على أنها حيل سلوكية يتعلمها الفرد للقضاء على القلق أو تخفيضه، في المواقف التي يتعرض فيها لدرجة عالية من التوتر كالمواقف المحبطة أو الصراعات أو المثيرات المهددة والمقلقة، حيث يلجأ إليها بهدف الحماية من هذا الخطر بإبعاده أو التقليل من تأثيره المؤلم، ونجاح هذه الأساليب في تحقيق هذه الأهداف من شأنه أن يعززها، ويجعل منها عادات سلوكية دائمة عند الفرد، يلجأ إليها كلما تعرض لموقف مهدد أو خطر، وإذا كان اللجوء إليها حسب التحليليين يتم بطريقة لاشعورية فإن السلوكيون يؤكدون أنها تتم بطريقة شعورية مقصودة، وفي ضوء هذا التفسير فالكبت أقرب إلى مفهوم القمع حيث يتضمن هذا الأسلوب القصد والعمد في قمع الأفكار والمشاعر غير المقبولة حيث يبعدها عن مجال إدراكه وانتباهه، بالإضافة إلى نظرية الذات فعند أصحاب نظرية الذات فإن حيل الدفاع هي وسائل أو أساليب تلقائية مرنة، يستجيب بها الفرد عند إدراكه للتهديدات سواء الخارجية منها أو الداخلية، ليظل بناء الذات سليماً وبعيداً عن التحديات، وهي وسائل قبل شعورية أو لاشعورية في نظرهم، فالفرد عندما يقوم بالعمليات الدفاعية لا يكون على وعي واضح بأنه يسلك على نحو يدافع به عن بناء الذات لديه ضد ما يتعرض له من تهديدات ومخاطر، وفي الواقع فإن الفرد الذي يمارس الدفاعات إذا تحقق أو تبين أنه في موقف دفاعي فإنه قد يبادر بالقيام تلقائياً بعملية ضبط وتحكم بسلوكه الدفاعي، فما هي إذن إلا وسائل اجترارية للدفاع عن بناء الذات (العيسوي، 1992).

وقد اختار الباحث في هذه الدراسة خمسة حيل للدفاع النفسي هي: الكبت، الإسقاط، التكوين العكسي، النكوص، الإنكار حسب الأساس الذي بني وفقه المقياس المستعمل في الدراسة الحالية.

رابعاً: الدراسات السابقة:

قام كل من كومار وبهوكار (Kumar & Bhukar, 2013) بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة مستويات الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل معه لدى طلبة جامعتين من تخصص التربية المهنية وتخصص المهن الهندسية، واشتملت عينة الدراسة على (60) طالب وطالبة من طلبة التخصصين في الهند، طبق الباحثان مقياسين أحدهما لقياس مستويات الضغط النفسي والثاني لمعرفة استراتيجيات إدارة الضغوط، أظهر التحليل الإحصائي أن الإناث أكثر معاناة من الضغط النفسي مقارنة مع الذكور، أما استراتيجيات إدارة الضغوط فكان الذكور أكثر فعالية من الإناث، كما أشارت نتائج الدراسة أن طلبة التربية المهنية أكثر قدرة على إدارة الضغوط من طلبة تخصص المهن الهندسية.

قام الشكعة (2009) بإجراء دراسة استهدفت طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة نابلس، للتعرف إلى درجة استخدام استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، والفروق في درجة استخدام استراتيجيات

مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وذلك وفقاً لمتغير الجنس ومكان السكن والتفاعل بينهما، وتناولت عينة الدراسة (400) من الطلاب والطالبات، واستخدم مقياس "ليونارد. وبون" Leonard W.Poon عام 1980م، الذي قام بترجمته علي عبد السلام 2003م. وأظهرت النتائج أن استراتيجية التفاعل الإيجابي كانت من أكثر الاستراتيجيات استخداماً، ثم استراتيجية التصرفات السلوكية، وأخيراً استراتيجية التفاعل السلبي، وظهرت فروق في الاستراتيجيات تعود لمتغيري الجنس ومكان السكن والتفاعل بينهما، حيث في التفاعل الإيجابي كانت الفروق دالة ولصالح الذكور بعكس التفاعل السلبي والتصرفات السلوكية فكانت الفروق دالة ولصالح الإناث.

قام كل من وينج ولوه (Wang & Luh, 2009) بإجراء دراسة هدفت إلى تقويم أثر الجنس والعلاقة بين شخصية في الأعراض السيكوسوماتية، وتكونت عينة الدراسة (333) طالباً وطالبة من طلبة الصف السابع في تايوان، واستخدام مقياس الأعراض السيكوسوماتية ومقياس علاقة الوالدية (أم، أب)، والأشقاء والزملاء، والمعلمين، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط داخلي عالٍ على مقياس الأمراض السيكوسوماتية، وأظهرت النتائج أن هناك قدراً كبيراً من التباين في ظهور الأعراض السيكوسوماتية بين الجنسين لصالح الإناث مقارنة بالذكور.

قام وهبان (2008) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على ضغوط الحياة وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية، وهي دراسة لدى طلبة الجامعة مقارنة بين اليمن والجزائر، إذ بلغت العينة (823) طالب وطالبة. واستخدم مقياس ضغوط الحياة من إعداد الباحث، ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية من إعداد الباحث، وبينت النتائج فروقاً دالة في ضغوط الحياة وفقاً لمتغير الجنس لمصلحة الإناث، وعلاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين ضغوط الحياة والاضطرابات السيكوسوماتية لدى طلبة الجامعة في البيئة العربية.

قام جودة (2009) بإجراء دراسة هدفت إلى الكشف عن الحيل الأكثر استخداماً لدى عينة الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (123) طالباً وطالبة من جامعة الأقصى بفلسطين، وتم استخدام مقياس الحيل الدفاعية لأليفتش وجليس (Ihilevich & Gleser) ترجمة مجدي الدسوقي، ومقياس العصابية المتضمن بقائمة إيزنك للشخصية، ومقياس دينر (Diener) للرضا عن الحياة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الإسقاط والعصابية وعلاقة سلبية بين التكوين العكسي والعصابية، ووجود علاقة سلبية بين التكوين العكسي أو الانقلاب ضد الآخرين والرضا عن الحياة، وعلاقة إيجابية بين التكوين العكسي والرضا عن الحياة، كما تبين أن حيلة التكوين العكسي هي الأكثر استخداماً لدى عينة الدراسة، في حين لم تظهر النتائج وجود فروق في حيلة التكوين العكسي ضد الذات بين الجنسين، وتبين وجود فروق في (الانقلاب ضد الآخرين، والإسقاط، التكوين العكسي) لصالح الذكور، وفي حيلة تزييف الواقع كانت الفروق لصالح الإناث.

قام كون (Kwon, 2002) بإجراء دراسة هدفت إلى الكشف عن دور الحيل الدفاعية في تفسير اليأس والاكتئاب، لدى عينة مكونة من (172) طالباً وطالبة يدرسون في المستوى الجامعي في الولايات المتحدة الأمريكية، وقد تم استخدام مقياس حيل الدفاع، ومقياس الاكتئاب، ومقياس اليأس، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين الحيل الغير ناضجة وكل من اليأس والاكتئاب.

التعقيب على الدراسات السابقة:

لقد وجد الباحث بعض أوجه القصور في الدراسات السابقة عن الدراسة الحالية، كون الدراسات السابقة قد تعرضت لمواضيع ذات علاقة بالضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل، وهذه المتغيرات لم تكن مجتمعة في الدراسات السابقة. كما أن الدراسات العربية لاقت شحاً في تناول متغيرات الدراسة الحالية في حين الأدب الغربي يذخر بها، وفي الدراسات السابقة فقد كانت هذه المتغيرات رابطة بمواضيع مختلفة مثل

نمط السلوك "أ"، والسلوك والوجدان، واليأس والاكتئاب، والكتابة كوسيلة للتنفيس الانفعالي، والتعلق الغير أمن، كما أن الدراسات السابقة قد اجريت في سياقات مختلفة مثل طلبة الجامعات والمدارس والمعلمين، والمراهقين، والإناث، في حين تميزت الدراسة الحالية في كونها الوحيدة -حسب علم الباحث- التي ربطت بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل في الجامعات الفلسطينية بشكل عام وفي جامعتي النجاح الوطنية وبيروتيت بشكل خاص، حيث تناولت الدراسة الحالية الضغوط النفسية المختلفة، وبعض حيل الدفاع النفسي: الكبت، الإسقاط، التكوين العكسي، النكوص، الإنكار، والاضطرابات جسدية الشكل.

3- الطريقة والإجراءات:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وهو منهج قائم على مجموعة من الإجراءات البحثية التي تعتمد على جمع الحقائق والبيانات، وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا لاستخلاص دلالتها، والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة محل الدراسة، والقيام بإيجاد طبيعة واتجاه العلاقات بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروتيت، لأن هذا المنهج هو الأنسب لإجراء مثل هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من طلبة جامعتي النجاح الوطنية في نابلس وطلبة بيروتيت في رام الله وفي فلسطين، بحيث شمل مجتمع الدراسة لجامعة النجاح الوطنية جميع التخصصات والتي تتكون من (88) برنامجاً أكاديمياً لمرحلة البكالوريوس في مجالات مختلفة، وقد بلغ عدد طلبة جامعة النجاح الوطنية (20,452) طالباً وطالبة وذلك بحسب إحصائيات جامعة النجاح الوطنية في العام الدراسي 2016-2017، كما وشمل مجتمع الدراسة لجامعة بيروتيت جميع التخصصات والتي تتكون من (72) برنامجاً أكاديمياً لمرحلة البكالوريوس في مجالات مختلفة، وبلغ عدد طلبة جامعة بيروتيت (13.963) طالباً وطالبة وذلك بحسب إحصائيات جامعة بيروتيت في العام الدراسي 2017-2018.

عينة الدراسة:

قام الباحث باختيار عينة من طلبة جامعتي النجاح الوطنية- نابلس في حرمها القديم وحرمها الجديد (الأكاديمية) وطلبة بيروتيت في رام الله من مختلف الكليات، بطريقة الطبقيّة العشوائية، وبلغ حجم العينة الكلية (300) طالب طلبة من الجامعتين، إذ من المناسب اختيار هذا النوع من العينات عندما يكون مجتمع الدراسة غير متجانس، بواقع (143) طالب و(157) طالبة، والجدول (1) يبين وصف عينة الدراسة تبعاً لمتغيراتها المستقلة:

جدول (1) توزيع عينة الدراسة بحسب متغير الدراسة المستقلة

المتغير المستقل	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
الجامعة	جامعة النجاح الوطنية	178	59.3
	جامعة بيروتيت	122	40.7
	المجموع	300	100.0
الجنس	ذكر	143	47.7

المتغير المستقل	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
	أنثى	157	52.3
	المجموع	300	100.0
	العلوم الأنسانية	174	58.0
	العلوم الطبيعية	126	42.0
الكلية	المجموع	300	100.0
	مدينة	117	39.0
	قرية	145	48.3
	مخيم	38	12.7
مكان السكن	المجموع	300	100.0
	أولى	62	20.7
	ثانية	100	33.3
	ثالثة	75	25.0
السنة الدراسية	رابعة	48	16.0
	غير ذلك	15	5.0
	المجموع	300	100.0
	مرتفع	48	16.0
المستوى الاقتصادي	متوسط	207	69.0
	منخفض	45	15.0
	المجموع	300	100.0

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس الضغوط النفسية: استعان الباحث بدراسة (البزور، 2016)، الذي بدوره قام بتحديد مجالات الضغوط النفسية وتطوير مقياس لمصادر الضغوط النفسية من دراسة (جاسم، 2016). ودراسة (اللامي، 2010)، وفي ضوء ذلك قام الباحث بتطوير مقياس احتوى على (6) مجالات هي: ضغوط الحياة، الضغوط الأسرية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الأكاديمية، الضغوط الاقتصادية، الضغوط السياسية، وتم إتباع نظام ليكرت الخماسي للإجابة على الفقرات (دائماً= 5، غالباً= 4، أحياناً= 3، نادراً= 2، أبداً= 1)، وجاءت صياغة الفقرات جميعها إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها ما عدا فقرة رقم (43) كانت سلبية ويراعى عكس التصحيح في هذه الفقرة. وفي الصورة الأولية للمقياس تم صياغة (50) فقرة، إذ احتوى مجال ضغوط الحياة على (20) فقرة من رقم (32-51)، واحتوى مجال الضغوط الأسرية على (7) فقرات من رقم (52-58)، أما مجال الضغوط الأكاديمية فاحتوى على (7) فقرات من رقم (59-65)، ومجال الضغوط الاجتماعية فاحتوى على (5) فقرات من رقم (66-70)، وكذلك مجال الضغوط الاقتصادية فاحتوى على (8) فقرات من رقم (71-78)، وجاء أخيراً مجال الضغوط السياسية واحتوى على (3) فقرات من رقم (79-81).

صدق مقياس الضغوط النفسية: في الدراسة الحالية اعتمد الباحث نوعين من أنواع الصدق للتأكد من صلاحية الأداة وهما:

أ- صدق المحكمين: لجأ الباحث لاستخدام صدق المحكمين، وهو ما يعرف بالصدق المنطقي أو الصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على (6) محكمين من ذوي الاختصاص في جامعة النجاح الوطنية في تخصص علم النفس والإرشاد، وذلك بهدف التأكد من مناسبة المقياس لما أُعد من أجله، وسلامة صياغة الفقرات، وأجمع جميع المحكمون على صلاحية الفقرات مع القيام ببعض التعديلات اللغوية، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بصدق منطقي مقبول.

ب- صدق البناء: أشار فيلد (Field, 2005) إلى ضرورة النظر إلى مستوى دلالة معامل ارتباط، للفصل بين الفقرات التي ستبقى في الأداة، وتلك التي يجب أن تحذف، وعلى عينة استطلاعية بلغ حجمها (44) طالب طالبة بواقع (19) طالب و(25) طالبة، واستقرت الأداة بعد ذلك على (49) فقرة إذ تم حذف فقرة هي (43) بسبب عدم ارتباطها بشكل دال إحصائياً عند $(\alpha = 0.05)$ مع الدرجة الكلية لمجالها، أما باقي الفقرات فقد ارتبطت بالدرجة الكلية لمجالها بشكل دال إحصائياً عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.01)$ الأمر الذي يشير إلى صلاحية الأداة وتمتعها بصدق البناء المرتفع، وتراوحت معاملات الارتباط للفقرات بالدرجة الكلية لمجال ضغوط الحياة بين (0.36 إلى 0.73)، إذ تم حذف فقرة واحدة (فقرة رقم 43) في مجال ضغوط الحياة، ولمجال الضغوط الأسرية بين (0.37 إلى 0.81)، ولمجال الضغوط الأكاديمية بين (0.38 إلى 0.77)، ولمجال الضغوط الاجتماعية بين (0.49 إلى 0.81)، ولمجال الضغوط الاقتصادية بين (0.53 إلى 0.80)، وأخيراً مجال الضغوط السياسية بين (0.83 إلى 0.89)، والجدول (4) يوضح معاملات ارتباط الفقرات بمجالاتها قبل حذف الفقرة غير الملائمة.

جدول (4): صدق البناء لمقياس الضغوط النفسية

معامل ارتباط الفقرات بمجالاتها							
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
ضغوط الحياة							
32.	0.577**	37.	0.663**	42.	0.552**	.48	0.576**
33.	0.593**	38.	0.451**	.44	0.508**	.49	0.495**
34.	0.656**	39.	0.479**	.45	0.465**	.50	0.365*
35.	0.625**	40.	0.535**	.46	0.538**	.51	0.628**
36.	0.733**	41.	0.395**	.47	0.620**		
الضغوط الأسرية							
.52	0.726**	.54	0.721**	.56	0.375*	.58	0.686**
.53	0.470**	.55	0.816**	.57	0.507**		
الضغوط الأكاديمية							
.59	0.655**	.61	0.511**	.63	0.736**	.65	0.383*
.60	0.779**	.62	0.741**	.64	0.696**		
الضغوط الاجتماعية							
.66	0.763**	.67	0.776**	.68	0.744**	.69	0.819**
.70	0.495**						

معامل ارتباط الفقرات بمجالاتها							
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	معامل الارتباط	رقم الفقرة
الضغوط الاقتصادية							
.71	0.537**	.73	0.673**	.75	0.807**	.77	0.664**
.72	0.746**	.74	0.645**	.76	0.694**	.78	0.593**
الضغوط السياسية							
.79	0.839**	.80	0.893**	.81	0.859**		

**إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ثبات مقياس الضغوط النفسية: في الدراسة الحالية وبعد حذف الفقرة (43) لعدم ملائمتها؛ استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لحساب الثبات لمقياس الضغوط النفسية، وتراوحت معاملات الثبات للمجالات الستة في هذا المقياس بين (0.73 إلى 0.87)، والجدول (5) يبين معامل الثبات باستخدام طريقة كرونباخ ألفا لمجالات مقياس الضغوط النفسية، وهو معامل ثبات مرتفع ومناسب.

جدول (5) معامل ثبات مقياس الضغوط النفسية بطريقة كرونباخ ألفا

المجالات	معامل الثبات
ضغوط الحياة	0.871
الضغوط الأسرية	0.736
الضغوط الأكاديمية	0.764
الضغوط الاجتماعية	0.773
الضغوط الاقتصادية	0.834
الضغوط السياسية	0.826

ثانياً: مقياس الاضطرابات جسدية الشكل: استعان الباحث بمقياس التوتر والشكاوي السيكوسوماتية لغريلر وبارسونز (Greller & Parsons, 1988)، وفي ضوء ذلك قام الباحث بتطوير مقياس احتوى على (31) فقرة، وتم صياغة بعض الفقرات بطريقة إيجابية وأخرى بطريقة سلبية، إذ كانت جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة التالية (30) فهي كانت سلبية الصياغة ويراعى عكس التصحيح في هذه الفقرة، وتم إتباع نظام ليكرت الخماسي للإجابة على الفقرات (دائماً= 5، غالباً= 4، أحياناً= 3، نادراً= 2، أبداً= 1).

صدق مقياس الاضطرابات جسدية الشكل: للكشف عن صدق مقياس الاضطرابات جسدية الشكل اعتمد الباحث على طريقتين لتحقيق ذلك هما:

- أ- صدق المحكمين: لجأ الباحث لاستخدام صدق المحكمين، وهو ما يعرف بالصدق المنطقي، وذلك بعرض المقياس على (6) محكمين من ذوي الاختصاص في جامعة النجاح الوطنية في تخصص علم النفس والإرشاد، وذلك بهدف التأكد من مناسبة المقياس لما أُعد من أجله، وسلامة صياغة الفقرات، وأجمع جميع المحكمون على صلاحية الفقرات مع القيام ببعض التعديلات، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بصدق منطقي مقبول.
- ب- صدق البناء: أشار فيلد (Field, 2005) إلى ضرورة النظر إلى مستوى دلالة معامل ارتباط، للفصل بين الفقرات التي ستبقى في الأداة، وتلك التي يجب أن تحذف، وعلى عينة استطلاعية بلغ حجمها (44) طالب

وطالبة بواقع (19) طالب و(25) طالبة، استقرت الأداة بعد ذلك على (22) فقرة من أصل (31) فقرة إذ تم حذف (9) فقرات (1، 2، 4، 9، 23، 24، 25، 26، 30) بسبب عدم ارتباطها إحصائياً بالدرجة الكلية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، أما باقي الفقرات فقد ارتبطت بالدرجة الكلية بشكل دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) الأمر الذي يشير إلى صلاحية الأداة وتمتعها بصدق البناء المرتفع، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية بين (0.30 إلى 0.73) والجدول التالي يوضح معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية.

جدول (7) صدق البناء لمقياس الاضطرابات جسدية الشكل (قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للأداة)

رقم الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
.3	**0.408	.16	**0.585
.5	**0.696	.17	**0.422
.6	**0.613	.18	**0.583
.7	**0.626	.19	**0.482
.8	**0.489	.20	*0.334
.10	**0.459	.21	**0.587
.11	**0.701	.22	**0.478
.12	*0.346	.27	**0.427
.13	**0.738	.28	**0.726
.14	**0.672	.29	**0.589
.15	**0.619	.31	*0.303

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ثبات مقياس الاضطرابات الجسدية الشكل: بعد حذف الفقرات (1، 2، 4، 9، 23، 24، 25، 26، 30)؛ استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لحساب الثبات لمقياس الاضطرابات جسدية الشكل، وبلغت قيمته (0.880)، وهو معامل ثبات مرتفع ومناسب.

ثالثاً: مقياس حيل الدفاع النفسي: استعان الباحث بمقياس نمط الدفاع لمارينا رامكيسون (Marina Ramkissoon, 2014)، ومقياس شكل الدفاع لاندروزوغافن وميشيل سينغ ومايكل بوند (Andrews, Gavin, Michelle, Singh, and Michael Bond, 1993)، وفي ضوء ذلك قام الباحث بتطوير مقياس احتوى على (5) مجالات هي: الكبت، والإسقاط، والتكوين العكسي، والنكوص، والإنكار، وتم إتباع نظام ليكرت الخماسي للإجابة على الفقرات (دائماً=5، غالباً=4، أحياناً=3، نادراً=2، أبداً=1). وجاءت صياغة الفقرات جميعها إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها، وفي الصورة الأولية للمقياس تم صياغة (34) فقرة، إذ احتوى جانب الكبت على (5) فقرات من أرقام (15، 11، 1، 23، 28)، واحتوى جانب الإسقاط على (10) فقرات من أرقام (7، 34، 18، 32، 26، 30، 2، 22، 9، 12)، أما جانب التكوين العكسي فاحتوى على (4) فقرات من أرقام (31، 3، 29، 4، 3)، وجانب النكوص فاحتوى على (10) فقرات من أرقام (17، 27، 33، 8، 19، 16، 5، 20، 10، 14)، وجاء أخيراً جانب الإنكار واحتوى على (5) فقرات من أرقام (6، 13، 24، 25، 21).

صدق مقياس حيل الدفاع النفسي: في الدراسة الحالية اعتمد الباحث نوعين من أنواع الصدق للتأكد من صلاحية الأداة وهما:

أ- صدق المحكمين: لجأ الباحث لاستخدام صدق المحكمين، وهو ما يعرف بالصدق المنطقي، وذلك بعرض المقياس على (6) محكمين من ذوي الاختصاص في جامعة النجاح الوطنية في تخصص علم النفس والإرشاد، وذلك بهدف التأكد من مناسبة المقياس لما أعد من أجله، وسلامة صياغة الفقرات، وأجمع جميع المحكمون على صلاحية الفقرات مع القيام ببعض التعديلات اللغوية، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بصدق منطقي مقبول.

ب- صدق البناء: أشار فيلد (Field, 2005) إلى ضرورة النظر إلى مستوى دلالة معامل ارتباط، للفصل بين الفقرات التي ستبقى في الأداة، وتلك التي يجب أن تحذف، وعلى عينة استطلاعية بلغ حجمها (44) طالب طالبة بواقع (19) طالب و(25) طالبة، واستقرت الأداة بعد ذلك على (34) فقرة إذ لم يتم حذف أي فقرة بسبب ارتباطها بشكل دال إحصائياً عند ($\alpha = 0.05$) مع الدرجة الكلية لمجالاتها، وايضا الفقرات ارتبطت بالدرجة الكلية لمجالاتها بشكل دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) الأمر الذي يشير إلى صلاحية الأداة وتمتعها بصدق البناء المرتفع، وتراوحت معاملات الارتباط للفقرات بالدرجة الكلية لمجال الكبت بين (0.55- 0.78)، ولمجال الإسقاط بين (0.55- 0.75)، ولمجال التكوين العكسي بين (0.69- 0.85)، وكذلك لمجال النكوص بين (0.58- 0.75)، وأخيراً مجال الإنكار بين (0.56- 0.79)، والجدول (10) يوضح معاملات ارتباط الفقرات بمجالاتها قبل حذف الفقرة الغير ملائمة.

جدول (10) صدق البناء لمقياس حيل الدفاع النفسي

معامل ارتباط الفقرات بمجالاتها							
معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
الكبت							
0.784	23.	0.681	15.	0.769	11.	0.626	1.
						0.557	28.
الإسقاط							
0.755	12.	0.657	9.	0.665	7.	0.558	2.
0.690	30.	0.688	26.	0.667	22.	0.675	18.
				0.723	34.	0.685	32.
التكوين العكسي							
0.694	31.	0.734	29.	0.853	4.	0.725	3.
النكوص							
0.695	14.	0.705	10.	0.705	8.	0.583	5.
0.723	20.	0.753	19.	0.664	17.	0.642	16.
				0.642	33.	0.614	27.

معامل ارتباط الفقرات بمجالاتها							
معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
الإنكار							
0.790	24.	0.727	21.	0.622	13.	0.740	6.
						0.568	25.

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

ثبات مقياس حيل الدفاع النفسي: استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لحساب الثبات لمقياس حيل الدفاع النفسي، وتراوحت معاملات الثبات للمجالات الخمسة في هذا المقياس بين (0.7 إلى 0.86)، والجدول (11) يبين معامل الثبات باستخدام طريقة كرونباخ ألفا لمجالات مقياس حيل الدفاع النفسي، وهو معامل ثبات مرتفع ومناسب.

جدول (11) معامل ثبات مقياس حيل الدفاع النفسي بطريقة كرونباخ ألفا

معامل الثبات	المجال
0.711	الكبت
0.866	الإسقاط
0.743	التكوين العكسي
0.862	النكوص
0.716	الإنكار

أساليب المعالجة الإحصائية:

للإجابة عن تساؤلات الدراسة، استخدم الباحث برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وتم استخدام أساليب المعالجات الإحصائية الآتية:

- التكرارات والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية.
- صدق الاختبار باستخدام معاملات ارتباط "بيرسون".
- ثبات الاختبار باستخدام معادلة "كرونباخ ألفا" (Cronbach's Alpha).
- اختبارات لعينة واحدة (One Sample T-test) لتحديد مستويات الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل من خلال مقارنة متوسط العينة لدى هذه المتغيرات بقيمة محكية قيمتها (3) كون النظام المتبع هوليكرت الخماسي في جميع أدوات الدراسة.
- اختبار القياسات المتكررة (Repeatd Measures) واختبار ولكس لامدا (Lambda Wilks) لفحص دلالة الفروق بين مجموعة من المتوسطات الحسابية المترابطة وذلك لفحص مستويات الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل.
- اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات الثنائية للبيانات المترابطة مستويات الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل.

- اختبار ويلكس لامدا وتحليل التباين المتعدد (MANOVA) لوجود أكثر من متغير تابع واحد (الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل)، وذلك لفحص أثر متغيرات الدراسة المستقلة (الجنس والكلية والجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي) مجتمعة على المتغيرات التابعة.
- اختبار بيرسون لمعامل الارتباط للكشف عن اتجاه وقوة العلاقة بين مستويات الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل.
- اختبار تحليل الانحدار الخطي المتعدد (Multiple Linear Regression) لفحص تأثير مستويات الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي في الاضطرابات جسدية الشكل لطلاب والطالبات وذلك بطريقة (Enter).

4- عرض نتائج الدراسة:

أولاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

نص هذا السؤال على: "ما مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروزيت من القرى؟"

وللإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لفقرات الأداة ولمجالاتها المتمثلة ب: ضغوط الحياة، الضغوط الأسرية، الضغوط الأكاديمية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الاقتصادية، الضغوط السياسية، وترتيب الفقرات تنازلياً وفقاً لكل مجال بحسب المتوسطات الحسابية، وقام الباحث بتحديد خمس فترات للفصل بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة؛ إذ حسب طول المدى وهو (5-1 = 4) ثم قسمته على 5 فترات (5/4 = 0.8) وعليه فإن طول الفترة هو (0.8) وعليه اعتمد الباحث التقدير التالي، للفصل ما بين الدرجات، والجدول التالي يبين هذه النتائج.

من 1- 1.8 منخفضة جداً، من 1.81 - 2.61 منخفضة، من 2.62 - 3.42 متوسطة، من 3.43 - 4.23 مرتفعة، من 4.24 - 5 مرتفعة جداً

جدول (12): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية ومجالاته والفقرات مرتبة تنازلياً وفقاً لمتوسطاتها الحسابية

ترتيباً في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
.40	فقدت الثقة بالآخرين في الآونة الأخيرة.	3.21	1.28	متوسطة
.47	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي.	3.18	1.24	متوسطة
.44	تعزيفي الرغبة في إلحاق الأذى بالآخرين.	3.17	1.47	متوسطة
.45	انقطع عن الدوام بصورة متكررة	3.16	1.40	متوسطة
.37	يخيم علي الحزن بصورة مستمرة.	3.15	1.32	متوسطة
.35	أرى أن الحياة لا تستحق العيش.	3.08	1.37	متوسطة
.36	أحس بفقدان الأمان والاستقرار النفسي والاجتماعي.	3.08	1.31	متوسطة
.38	أنا خائف من المستقبل.	3.07	1.23	متوسطة
.34	أنا خائف وأود ترك الدراسة.	3.06	1.39	متوسطة

ترتيبها في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
.46	التزم الصمت عند الحديث عن الأمور السياسية	3.05	1.39	متوسطة
.48	أنطوي على نفسي دائماً.	3.02	1.26	متوسطة
.41	أحس بتشتت الأفكار وضعف القدرة على التركيز.	2.99	1.28	متوسطة
.50	أنسحب من الأماكن المزدحمة بسرعة.	2.99	1.31	متوسطة
.49	أرى أن الغد سيكون أسوأ من اليوم	2.98	1.41	متوسطة
.42	أعاني من القلق والتوتر الدائم.	2.96	1.37	متوسطة
.39	أشعر أنني سأنهار طالما أنا على هذا الحال.	2.94	1.27	متوسطة
.33	أشعر أنني مهدد بالقتل أو الخطف في كل لحظة من حياتي.	2.92	1.32	متوسطة
.51	أجد نفسي عاجزاً عن إيجاد الحلول لمشكلاتي.	2.88	1.24	متوسطة
.32	أشعر بالضغط النفسي والاجتماعية تحاصرني من كل جانب.	2.79	1.25	متوسطة
متوسطة	الدرجة الكلية لمجال ضغوط الحياة	3.03	0.755	متوسطة
الضغوط الأسرية				
.52	تعلقي الشديد بأفراد أسرتي يسبب لي ضغطاً نفسياً	3.16	1.32	متوسطة
.53	البعد عن الأهل لغرض الدراسة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.97	1.29	متوسطة
.58	الالتزام بوقت محدد في العودة إلى البيت يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.94	1.34	متوسطة
.54	تحملي مسؤولية عائلتي يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.96	1.24	متوسطة
.57	تعصب أفراد عائلتي للزواج من الأقارب يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.94	1.38	متوسطة
.55	تدخل الأسرة في اختيار شريك/ة الحياة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.92	1.30	متوسطة
.56	إصابة أحد أفراد عائلتي بمرض مزمن أو عاهة جسمية أو عقلية يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.90	1.35	متوسطة
متوسطة	الدرجة الكلية لمجال الضغوط الأسرية	2.95	0.814	متوسطة
الضغوط الأكاديمية				
.61	نواقص كثيرة في مكتبة الجامعة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	3.13	1.34	متوسطة
.59	عدم عدالة بعض المدرسين في التعامل مع الطلبة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	3.12	1.32	متوسطة
.60	عدم الاستفادة من الشهادة بعد التخرج يسبب لي ضغطاً نفسياً.	3.11	1.31	متوسطة
.64	صعوبة الأسئلة الامتحانية يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.97	1.27	متوسطة
.62	قلة المواد الدراسية التطبيقية مقارنة بالنظرية يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.95	1.16	متوسطة
.63	مستلزمات الكلية لا تشجع على الدراسة ويسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.94	1.21	متوسطة
.65	نظام جدول المحاضرات غير مناسب و يسبب لي لي ضغطاً نفسياً.	2.90	1.27	متوسطة
متوسطة	الدرجة الكلية لمجال الضغوط الأكاديمية	3.01	0.777	متوسطة
الضغوط الاجتماعية				
.66	الحديث مع الغرباء يسبب لي ضغطاً نفسياً.	3.04	1.38	متوسطة

ترتيبها في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
.67	صراحتي مع الآخرين تسبب لي الإحراج والضغط النفسي.	3.03	1.34	متوسطة
.68	تدخل الأسرة في تحديد مظهري وسلوكي يسبب لي ضغطاً نفسياً.	3.03	1.35	متوسطة
.70	توتر العلاقة مع بعض الزملاء/الزميلات يسبب لي ضغطاً نفسياً.	3.01	1.20	متوسطة
.69	من الصعب عليّ تقبل النقد من الآخرين.	3.00	1.24	متوسطة
	الدرجة الكلية لمجال الضغوط الاجتماعية	3.02	0.827	متوسطة
الضغوط الاقتصادية				
.76	ارتفاع أجور النقل والمواصلات يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.99	1.31	متوسطة
.77	ارتفاع الأجر الشهري للسكن يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.96	1.37	متوسطة
.78	تكاليف الزواج يسبب لي ضغطاً نفسياً	2.89	2.21	متوسطة
.71	أخشى من عدم تمكيني من إكمال دراستي لضعف حالي الاقتصادية يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.85	1.36	متوسطة
.74	ارتفاع أسعار الملابس يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.83	1.32	متوسطة
.72	تحمل أسرتي مصاريف دراستي يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.82	1.30	متوسطة
.75	ارتفاع أسعار الكتب أو الأقساط الدراسية يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.81	1.39	متوسطة
.73	محدودية الدخل الشهري للأسرة يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.72	1.30	متوسطة
	الدرجة الكلية لمجال الضغوط الاقتصادية	2.86	0.862	متوسطة
الضغوط السياسية				
.79	الوضع الأمني يسبب لي ضغطاً نفسياً	2.76	1.30	متوسطة
.80	ممارسات قوات الاحتلال الصهيوني يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.76	1.34	متوسطة
.81	إغلاق الشوارع بالحواجز والطرق يسبب لي ضغطاً نفسياً.	2.75	1.41	متوسطة
	الدرجة الكلية لمجال الضغوط السياسية	2.75	1.134	متوسطة

يتضح من نتائج الجدول (12) أن الفقرات التي تقيس ضغوط الحياة لدى الطلاب والطالبات كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية لضغوط الحياة لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.03) وانحراف معياري (0.755)، وهذا يعني أن مستوى ضغوط الحياة لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرات رقم (40)؛ ونصت هذه الفقرة على " فقدت الثقة بالآخرين في الآونة الأخيرة"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.21) وانحراف معياري قدره (1.28)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (32)، ونصت هذه الفقرة على " أشعر بالضغوط النفسية والاجتماعية تحاصرني من كل جانب"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.79) وانحراف معياري (1.25)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

أما الفقرات التي تقيس الضغوط الأسرية لدى الطلبة فكانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط الأسرية لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (2.95) وانحراف معياري (0.814) وهذا يعني أن مستوى الضغوط الأسرية لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (52)؛ ونصت هذه الفقرة على " تعلقي الشديد بأفراد أسرتي يسبب لي ضغطاً نفسياً"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي

(3.16) وبانحراف معياري قدره (1.32)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (56)، ونصت هذه الفقرة على " إصابة أحد أفراد عائلتي بمرض مزمن أو عاهة جسمية أو عقلية يسبب لي ضغطاً نفسياً".، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.90) وبانحراف معياري (1.35)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (12) أن الفقرات التي تقيس الضغوط الأكاديمية كانت تقديراتها متوسطة، ولقد جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط الأكاديمية لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.01) وبانحراف معياري (0.777)، وهذا يعني أن مستوى الضغوط الأكاديمية لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (61)؛ ونصت هذه الفقرة على " نواقص كثيرة في مكتبة الجامعة يسبب لي ضغطاً نفسياً "، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.13) وبانحراف معياري قدره (1.34)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (65)، ونصت هذه الفقرة على " نظام جدول المحاضرات غير مناسب و يسبب لي ضغطاً نفسياً "، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.90) وبانحراف معياري (1.27)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (12) أن الفقرات التي تقيس الضغوط الاجتماعية لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، ولقد جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط الاجتماعية لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.02) وبانحراف معياري (0.827)، وهذا يعني أن مستوى الضغوط الاجتماعية لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (66)؛ ونصت هذه الفقرة على " الحديث مع الغرباء يسبب لي ضغطاً نفسياً "، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.04) وبانحراف معياري قدره (1.38)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (69)، ونصت هذه الفقرة على "مهما من الصعب علي تقبل النقد من الآخرين "، إذ جاء متوسطها الحسابي (3.00) وبانحراف معياري (1.24)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (12) أن الفقرات التي تقيس الضغوط الاقتصادية لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط الاقتصادية لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (2.86) وبانحراف معياري (0.862) وهذا يعني أن مستوى الضغط الاجتماعي لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (76)؛ ونصت هذه الفقرة على " ارتفاع أجور النقل والمواصلات يسبب لي ضغطاً نفسياً "، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (2.99) وبانحراف معياري قدره (1.31)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (73)، ونصت هذه الفقرة على " محدودية الدخل الشهري للأسرة يسبب لي ضغطاً نفسياً "، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.72) وبانحراف معياري (1.30)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (12) أن الفقرات التي تقيس الضغوط السياسية لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للضغوط السياسية لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (2.75) وبانحراف معياري (1.134) وهذا يعني أن مستوى الضغوط السياسية لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (79) و الفقرة (80)؛ ونصت هذه الفقرات على " ممارسات قوات الاحتلال الصهيوني يسبب لي ضغطاً نفسياً"، " الوضع الأمني يسبب لي ضغطاً نفسياً "، إذ جاء متوسط هذه الفقرات الحسابي (2.76، 2.76) وبانحراف معياري قدره (1.30، 1.34)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (80)، ونصت هذه

الفقرة على " لوضع الأمني يسبب لي ضغطا نفسيا"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.75) وبانحراف معياري (1.41)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيرزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة. وفي الحقيقة لا يمكن إصدار حكم دقيق على مستويات الضغوط النفسية ومصادرها لدى العينة إذا اعتمدنا فقط على المتوسطات الحسابية للمجالات، فهذا الحكم لا يأخذ بعين الاعتبار الانحرافات المعيارية، والكفيل بتقدير مستويات الضغوط النفسية بشكل دقيق اعتماداً على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية هو اختبار ت لعينة واحدة (One Sample T- test)؛ إذ يستخدم هذا الاختبار للمقارنة بين متوسط العينة عند الدرجة الكلية للمجالات ومتوسط المجتمع النظري، وكون المقياس المتبع هو ليكرت الخماسي، فيمكن اعتبار متوسط المجتمع القيمة (3) لأنها تفصل ما بين التقديرات المرتفعة والمنخفضة، وعليه تم مقارنة متوسط العينة لدى مجالات الضغوط النفسية مع القيمة المحكيّة (3)، والجدول التالي يبين ذلك.

جدول (13): نتائج اختبارات لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمجالات الضغوط النفسية

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	المجتمع		العينة		الضغوط النفسية ومصادرها
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.66	299	0.43	0.75	3	0.75	3.03	ضغوط الحياة
0.32	299	0.99 -	0.81	3	0.81	2.95	الضغوط الأسرية
0.82	299	0.22	0.77	3	0.77	3.01	الضغوط الأكاديمية
0.67	299	0.41	0.82	3	0.82	3.02	الضغوط الاجتماعية
0.05	299	2.81 -	0.86	3	0.86	2.86	الضغوط الاقتصادية
00.0	299	**3.71 -	1.13	3	1.13	2.75	الضغوط السياسية

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

يتضح من نتائج الجدول (13)، أن الفرق بين مجال الضغوط السياسية لدى العينة والقيمة المحكيّة كان ذو دلالة إحصائية، إذ كان الفرق لصالح القيمة المحكيّة، وهذا يشير بدوره إلى أن الضغوط السياسية جاءت منخفضة (ت = -3.71، $\alpha > 0.01$) لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيرزيت، أما بالنسبة لباقي مجالات الضغوط النفسية فكانت الفروق غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات العينة والقيمة المحكيّة، وهذا بدوره يشير إلى أن الضغوط النفسية بجميع مجالاتها جاءت متوسطة لدى الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية. ولفحص دلالة الفروق بين مجالات الضغوط النفسية ومصادرها استخدم الباحث اختبار تحليل التباين المتعدد للقياسات المتكررة (Repeated MANOVA) إضافة لاستخدام اختبار ولكس لامدا (Wilks Lambda)، والنتائج الخاصة بذلك يوضحها الجدول التالي:

جدول (14): نتائج اختبار ولكس لامدا لدلالة الفروق بين مجالات مقياس الضغوط النفسية

مستوى الدلالة	درجات حرية المقام	درجات حرية البسط	(ف)	قيمة ولكس لامدا Wilks' Lambda
0.001	296	4	**4.672	0.307

** دالة إحصائية عند ($\alpha = 0.01$)

يتضح من نتائج الجدول السابق أن الفروقات بين مجالات مقياس الضغوط النفسية ومجالاتها كانت دالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ ، ولمعرفة اتجاهات الفروقات بين مجالات مقياس الضغوط النفسية ومصادرها تم استخدام اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات الثنائية وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول (15) نتائج اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات الثنائية بين متوسطات مجالات مقياس الضغوط النفسية

مصادر الضغوط النفسية ومصادرها	الضغوط الأكاديمية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الاقتصادية	الضغوط السياسية
الضغوط الأسرية	- 0.57	- 0.67	0.93	0.19
الضغوط الأكاديمية		- 0.10	0.15	<u>0.25*</u>
الضغوط الاجتماعية			<u>0.16*</u>	<u>0.26*</u>
الضغوط الاقتصادية				0.10

** دالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$.

يتضح من نتائج الجدول (15) أن الفروق بين مجال الضغوط السياسية والضغوط الأكاديمية كان (0.25^*) هي ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ لصالح الضغوط الأكاديمية، ومجال الضغوط السياسية والضغوط الإجماعية كان (0.26^*) هي ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ لصالح الضغوط الاجتماعية، وكذلك مجال الضغوط الاقتصادية والضغوط الاجتماعية كان (0.16^*) هي ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ لصالح الضغوط الاجتماعية ويمكن ترتيب المجالات في مقياس الضغوط النفسية ومصادرها وفقاً لمتوسطاتها الحسابية تنازلياً على النحو التالي:

- الضغوط الاجتماعية والأكاديمية.
- الضغوط الأسرية والاقتصادية والسياسية.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

نص هذا السؤال على: "ما حيل الدفاع النفسي السائد استخدامها لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت م القر؟"

وللإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لفقرات الأداة لمقياس حيل الدفاع النفسي ومجالاته، وترتيب الفقرات بحسب المتوسطات الحسابية وذلك لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت، وقام الباحث بتحديد خمس فترات للفصل بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة؛ إذ حسب طول المدى وهو $(5 - 1 = 4)$ ثم قسمته على 5 فترات $(4 = 5/4 = 0.8)$ وعليه فإن طول الفترة هو (0.8) وعليه اعتمد الباحث التقدير السابق.

جدول (16) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرات لدرجات فقرات مجالات حيل الدفاع

النفسي مرتبة تنازلياً وفقاً للمتوسطات الحسابية

ترتيبها في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
الكبت				
15.	عندما اسمع او اقرأ عن الاحداث المساوية لا أتأثر بذلك.	3.27	1.32	متوسطة

مجالات حيل الدفاع النفسي				
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الفقرات	ترتيبها في الأداة	
متوسطة	1.36	3.20	بالكاد استطيع تذكر سنواتي الأولى في المدرسة.	.11
متوسطة	1.38	3.17	أخجل كثيراً عندما أطلب الآخرين بحقوقتي.	.1
متوسطة	1.21	3.04	لا أتذكر أشياء كثيرة عن طفولتي.	.23
متوسطة	1.26	2.76	لا يعتبرني الآخرون شخصاً عاطفياً.	.28
متوسطة	0.69	3.09	الدرجة الكلية لمجال الكبت	
الإسقاط				
متوسطة	1.19	3.13	لا أعرف لماذا أقوم بالأشياء التي أقوم بها.	.26
متوسطة	1.32	3.12	أشعر أن الناس ضدي.	.22
متوسطة	1.323	3.87	إذا أزعجني صاحب العمل بمعاملته لي، سأعتمد ارتكاب الخطأ أو سأعمل ببطء كي يكلفه ذلك خسارة.	.2
متوسطة	1.14	3.83	أنا شخصية حذرة لأنني أشعر أن الآخرين يرغبون في استغلالني	.9
متوسطة	1.30	3.16	معظم الناس سيئون.	.30
متوسطة	1.27	3.13	أعتقد أن الناس يخططون لإيذائي.	.12
متوسطة	1.41	2.95	يخبرني الناس أن لدي عقدة الاضطهاد.	.32
متوسطة	1.50	2.92	عندما أكون مزعجاً أكل كثيراً	.18
متوسطة	1.20	2.89	أميل أن أكون حذراً تجاه الناس الذي يعاملونني بودية وطيبة زائدة.	.7
متوسطة	1.31	2.85	يعاملني الآخرون بعدم إنصاف وبشكل غير عادل.	.34
متوسطة	0.61	3.02	الدرجة الكلية لمجال الإسقاط	
التكوين العكسي				
متوسطة	1.41	3.01	أشعر بالإحراج عند سماعي للنكت الجنسية	.3
متوسطة	1.49	2.95	أشعر بالغضب من الذين يشاهدون الأفلام الإباحية.	.4
متوسطة	1.40	2.89	مشاهدة الأفلام الإباحية تشعرني بالاشمئزاز.	.29
متوسطة	1.40	2.77	من الصعب عليّ التفوه بكلمات بذيئة.	.31
متوسطة	0.98	2.91	الدرجة الكلية لمجال التكوين العكسي	
النكوص				
متوسطة	1.58	3.25	عندما استاء وانزعج ألقاً لشرب الخمر.	.14
متوسطة	1.30	3.15	أنهار تحت الضغط.	.10
متوسطة	1.51	3.13	عندما أواجه بالرفض من قبل الآخرين أشعر برغبتي في الانتحار.	.20
متوسطة	1.15	3.12	اصرخ بوجه الناس كثيراً.	.5
متوسطة	1.33	3.10	عندما اغضب ارغب في تحطيم الأشياء.	16
متوسطة	1.26	3.06	عندما أكون مزعجاً اتصرف بصبيانية.	.19
متوسطة	1.21	3.05	أنا شخص اندفاعي ومتسرع.	.8

مجالات حيل الدفاع النفسي			
ترتيبها في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
17.	عندما أغضب أكل بشراهة.	3.00	1.37
33.	يخبروني الآخرون أنني اصدق كل شيء أسمع.	2.97	1.37
27.	لا يبدو علي أنني أستطيع إنهاء أي شيء قد بدأت بعمله.	2.94	1.26
	الدرجة الكلية لمجال النكوص	3.08	0.67
الإنكار			
6.	أعتقد أن الوضع العالمي أفضل بكثير مما يعتقد الكثيرون.	3.22	1.25
21.	فلسفتي هي لم أسمع شيئاً، لم أر شيئاً، لم أفعل شيئاً.	3.00	1.26
25.	لا أخاف من شيء.	2.93	1.203
24.	لا احمل احكام مسبقة حول الاشياء والموضوعات.	2.90	1.202
13.	ساكون خائفاً اذا فقدت الطائرة التي أنا على متنها أحد محرقاتها.	2.84	1.40
	الدرجة الكلية لمجال الإنكار	2.98	0.63

ويتضح من نتائج الجدول (16) أن الفقرات التي تقيس الكبت لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للكبت لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.09) وانحراف معياري (0.69) وهذا يعني أن مستوى الكبت لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (15)؛ ونصت هذه الفقرة على " عندما اسمع او اقرأ عن الاحداث المأساوية لا أتأثر بذلك"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.27) وانحراف معياري قدره (1.32)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (28)، ونصت هذه الفقرة على " لا يعتبرني الآخرون شخصاً عاطفياً"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.76) وانحراف معياري (1.26)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبرزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (16) أن الفقرات التي تقيس الإسقاط لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للإسقاط لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.02) وانحراف معياري (0.61) وهذا يعني أن مستوى الإسقاط لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (12)؛ ونصت هذه الفقرة على " أعتقد أن الناس يخططون لإيذائي"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.13) وانحراف معياري قدره (1.27)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (34)، ونصت هذه الفقرة على " يعاملني الآخرون بعدم إنصاف وبشكل غير عادل"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.85) وانحراف معياري (1.31)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبرزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (16) أن الفقرات التي تقيس التكوين العكسي لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للتكوين العكسي لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (2.91) وانحراف معياري (0.98) وهذا يعني أن مستوى التكوين العكسي لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (3)؛ ونصت هذه الفقرة على " أشعر بالإحراج عند سماعي للنكت الجنسية"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.01) وانحراف معياري قدره (1.41)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (31)، ونصت هذه الفقرة على " من الصعب عليّ التفوه بكلمات بذيئة"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.77) وانحراف معياري (1.40)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبرزيت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (16) أن الفقرات التي تقيس النكوص لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للنكوص لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.08) وبانحراف معياري (0.67) وهذا يعني أن مستوى النكوص لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (14): ونصت هذه الفقرة على " عندما استاء وانزعج ألجأ لشرب الخمر"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.25) وبانحراف معياري قدره (1.58)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (27)، ونصت هذه الفقرة على " لا يبدو علي أنني أستطيع إنهاء أي شيء قد بدأت بعمله"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.94) وبانحراف معياري (1.26)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

ويتضح من نتائج الجدول (16) أن الفقرات التي تقيس الإنكار لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للإنكار لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (2.98) وبانحراف معياري (0.63) وهذا يعني أن مستوى الإنكار لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (6): ونصت هذه الفقرة على " أعتقد أن الوضع العالمي أفضل بكثير مما يعتقده الكثيرون"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.22) وبانحراف معياري قدره (1.25)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (13)، ونصت هذه الفقرة على " سأكون خائفاً اذا فقدت الطائرة التي أنا على متنها أحد محرركاتها"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.84) وبانحراف معياري (1.40)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

كما تم استخدام اختبارات لعينة واحدة (One Sample T- test)؛ للمقارنة بين متوسط العينة لدرجات حيل الدفاع النفسي ومتوسط المجتمع النظري، وكون المقياس المتبع هو ليكرت الخماسي، فيمكن اعتبار متوسط المجتمع القيمة (3) لأنها تفصل ما بين التقديرات المرتفعة والمنخفضة، وعليه تم مقارنة متوسط العينة مع القيمة المحكية (3)، والجدول التالي يبين ذلك.

جدول (17): نتائج اختبارات لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمجالات حيل الدفاع

النفسي

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	المجتمع		العينة		حيل الدفاع النفسي
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.02	297	2.32*		3	0.69	3.09	الكبت
0.52	288	0.63		3	0.61	3.02	الإسقاط
0.16	294	1.41 -		3	0.98	2.91	التكوين العكسي
0.03	294	2.10*		3	0.67	3.08	النكوص
0.63	296	0.47 -		3	0.63	2.98	الإنكار

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

يتضح من نتائج الجدول (17)، أن الفرق بين مجال الكبت والنكوص لدى العينة والقيمة المحكية كان ذو دلالة إحصائية، إذ كان الفرق لصالح متوسط العينة، وهذا يشير بدوره إلى أن الكبت جاء مرتفعاً (ت=2.32، $\alpha > 0.01$) وكذلك النكوص جاء مرتفعاً (ت=2.10، $\alpha > 0.01$) لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت، أما بالنسبة لباقي مجالات حيل الدفاع النفسي فكانت الفروق غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات العينة والقيمة المحكية، وهذا بدوره يشير إلى أن حيل الدفاع النفسي بجميع مجالاتها جاءت متوسطة لدى الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية.

ولفحص دلالة الفروق بين مجالات حيل الدفاع النفسي استخدم الباحث اختبار تحليل التباين المتعدد للقياسات المتكررة (Repeated MANOVA) إضافة لاستخدام اختبار ولكس لامدا (Wilks Lambda)، والنتائج الخاصة بذلك يوضحها الجدول التالي:

جدول (18): نتائج اختبار ولكس لامبدا لدلالة الفروق بين مجالات مقياس حيل الدفاع النفسي

مستوى الدلالة	درجات حرية المقام	درجات حرية البسط	(ف)	قيمة ولكس لامبدا Wilks' Lambda
0.001	272	4	**4.780	0.934

** دالة إحصائياً عند $(\alpha = 0.01)$

يتضح من نتائج الجدول السابق أن الفروقات بين مجالات مقياس حيل الدفاع النفسي كانت دالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ ، ولمعرفة طبيعة الفروقات بين مجالات مقياس حيل الدفاع النفسي تم استخدام اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات الثنائية وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول (19): نتائج اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات الثنائية بين متوسطات مجالات مقياس حيل الدفاع

النفسي

حيل الدفاع النفسي	الانكار	النكوص	التكوين العكسي	الاسقاط
الكبت	0.128*	0.002 -	0.167	0.083
الإسقاط	0.046	0.085 -	0.084	
التكوين العكسي	0.038 -	0.169 -		
النكوص	0.130*			

** دالة إحصائياً عند $(\alpha = 0.01)$.

يتضح من نتائج الجدول (19) أن الفروق بين مجال الإنكار والكبت كان (0.128^*) هي ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ لصالح الكبت، ومجال الإنكار والنكوص كان (0.130^*) هي ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ لصالح النكوص، ويمكن ترتيب المجالات في مقياس حيل الدفاع النفسي وفقاً لمتوسطاتها الحسابية تنازلياً على النحو التالي:

- النكوص والكبت
- الإسقاط والتكوين العكسي والإنكار

ثالثاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

نص هذا السؤال على: "ما مستوى انتشار الاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وبيروت؟"

وللإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لفقرات الأداة لمقياس الاضطرابات جسدية الشكل، وترتيب الفقرات بحسب المتوسطات الحسابية وذلك لدى الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروت، وقام الباحث بتحديد خمس فترات للفصل بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة؛ إذ حسب طول المدى وهو $(5 - 1 = 4)$ ثم قسمته على 5 فترات $(0.8 = 5/4)$ وعليه فإن طول الفترة هو (0.8) وعليه اعتمد الباحث التقدير السابق.

جدول (20) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرية لدرجات مقياس الاضطرابات جسدية الشكل وفقراته

ترتيبها في الأداة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير
.7	أعاني من مشاكل قلبية.	3.16	1.47	متوسطة
.14	أعاني من مشاكل في الامعاء.	3.156	1.53	متوسطة
.18	أشعر بألم أسفل الظهر.	3.153	1.32	متوسطة
.28	أشعر بتشنجات عندما اغضب.	3.12	1.32	متوسطة
.5	أعاني من تصلب في الرقبة.	3.12	1.35	متوسطة
.13	أعاني من ارتفاع ضغط الدم.	3.11	1.57	متوسطة
.16	أحس بسرعة نبضات القلب.	3.10	1.24	متوسطة
.20	أشعر بالفزع المفاجئ متى سمعت ضوضاء عالية	3.04	1.28	متوسطة
.31	أشعر بشكل عام بقدر كبير من الاجهاد.	3.03	1.17	متوسطة
.21	أعاني من مشاكل في الأداء الجنسي.	3.03	1.44	متوسطة
.29	أشعر بفقدان التوازن عندما ارفع ذراعي.	3.02	1.43	متوسطة
.15	أعاني من القرحة.	3.02	1.46	متوسطة
.6	أجد صعوبة في الجلوس.	3.01	1.37	متوسطة
.22	أعاني من صعوبة في تركيز انتباهي.	3.00	1.32	متوسطة
.11	أعاني من طفح جلدي مع وجود حكة.	2.98	1.51	متوسطة
.17	أعاني من احلام مزعجة.	2.97	1.33	متوسطة
.12	ينتابني فترات من البكاء لا يمكن السيطرة عليها	2.96	1.37	متوسطة
.3	أعاني من ألم بالمعدة يزعجني.	2.96	1.31	متوسطة
.10	أشعر برعشة باليدين.	2.95	1.44	متوسطة
.8	أحس بفقدان الشهية.	2.92	1.32	متوسطة
.19	أعاني من تعرق بباطن اليد (الكف).	2.90	1.32	متوسطة
.27	أشعر بالغضب والقلق.	2.88	1.23	متوسطة
	الدرجة الكلية للاضطرابات جسدية الشكل	3.01	0.78	متوسطة

ويتضح من نتائج الجدول (20) أن الفقرات التي تقيس الاضطرابات جسدية الشكل لدى الطلبة كانت تقديراتها متوسطة، وبذلك جاء تقدير الدرجة الكلية للاضطرابات جسدية الشكل لعينة الطلبة متوسطاً بمتوسط حسابي (3.01) وانحراف معياري (0.78) وهذا يعني أن مستوى الاضطرابات جسدية الشكل لدى الطلبة جاء عموماً متوسطاً، أما أعلى الفقرات تقديراً فجاءت الفقرة رقم (7)؛ ونصت هذه الفقرة على " أعاني من مشاكل قلبية"، إذ جاء متوسط هذه الفقرة الحسابي (3.16) وانحراف معياري قدره (1.47)، أما أدنى هذه الفقرات تقديراً فكانت الفقرة (27)، ونصت هذه الفقرة على " أشعر بالغضب والقلق"، إذ جاء متوسطها الحسابي (2.88) وانحراف معياري (1.23)، وهذا يشير إلى أن الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروت لم يوافقوا على هذه الفقرة.

كما تم استخدام اختبارات لعينة واحدة (One Sample T- test): للمقارنة بين متوسط العينة لدرجات الاضطرابات جسدية الشكل ومتوسط المجتمع النظري، وكون المقياس المتبع هو ليكرت الخماسي، فيمكن اعتبار متوسط المجتمع القيمة (3) لأنها تفصل ما بين التقديرات المرتفعة والمنخفضة، وعليه تم مقارنة متوسط العينة مع القيمة المحكية (3)، والجدول التالي يبين ذلك.

جدول (21) نتائج اختبارات لعينة واحدة للفرق بين متوسط العينة ومتوسط المجتمع لمقياس الاضطرابات جسدية الشكل

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	المجتمع		العينة	
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
0.66	299	0.437	0.78	3	0.78	3.01

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)

يتضح من نتائج الجدول (21)، انه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) بين متوسط العينة لدى مقياس الاضطرابات الجسدية الشكل والقيمة المحكية، فقد جاءت الاضطرابات جسدية الشكل منخفضة (ت = 0.437، $\alpha > 0.01$) لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت، وهذا يعني أن مستوى الاضطرابات جسدية الشكل كانت غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط العينة والقيمة المحكية، وهذا بدوره يشير إلى أن الاضطرابات جسدية الشكل جاء متوسطاً لدى الطلبة في جامعتي النجاح الوطنية وبيروت.

رابعاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

نص هذا السؤال على: "ما العلاقة بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟"
للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson Product- Moment Correlation Coefficient) لمتغيرات حيل الدفاع النفسي والضغوط النفسية بمجالاتها والاضطرابات جسدية الشكل، والجدول التالي يبين هذه النتائج.

جدول (22): نتائج اختبار بيرسون لمعاملات الارتباط بين حيل الدفاع النفسي والضغوط النفسية بمجالاتها والاضطرابات جسدية الشكل (ن = 300)

الاضطرابات جسدية الشكل	ضغوط الحياة	الضغوط الاسرية	الضغوط الأكاديمية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الاقتصادية	المتغيرات	الكبت	الإسقاط	التكوين العكسي	النكوص	الإنكار	جسدية الشكل
						الإسقاط	.529**					
						التكوين العكسي	.046	.023				
						النكوص	.489**	.657**	.117*			
						الإنكار	.385**	.324**	.248**	.401**		
						الاضطرابات جسدية الشكل	.257**	.493**	-.011 -	.400**	.044	
						ضغوط	.208**	.537**	-.006 -	.475**	.119*	.642**

المتغيرات	الكبت	الإسقاط	التكوين العكسي	النكوص	الإنكار	الاضطرابات جسدية الشكل	ضغوط الحياة	الضغوط الأسرية	الضغوط الأكاديمية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الاقتصادية
الحياة											
الضغوط الأسرية	.198**	.383**	.096	.310**	.115*	.417**	.602**				
الضغوط الأكاديمية	.134*	.197**	.160**	.218**	.186**	.113*	.324**	.298**			
الضغوط الاجتماعية	.229**	.356**	.019	.316**	.141*	.395**	.567**	.507**	.331**		
الضغوط الاقتصادية	.199**	.292**	-.053	.271**	.100	.312**	.322**	.259**	.245**	.347**	
الضغوط السياسية	.072	.107	.138*	.177**	.114*	.007	.102	.123*	.316**	.127*	.356**

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) * دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

وبلغ معامل الارتباط بين الكبت وضغوط الحياة ($r = 0.208$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط وضغوط الحياة ($r = 0.537$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص وضغوط الحياة ($r = 0.475$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار وضغوط الحياة ($r = 0.119$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل وضغوط الحياة، ($r = 0.642$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت ضغوط الحياة زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح.

وبلغ معامل الارتباط بين الكبت الضغوط الأسرية ($r = 0.198$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الأسرية ($r = 0.383$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الأسرية ($r = 0.310$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الأسرية ($r = 0.115$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل والضغوط الأسرية ($r = 0.417$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الأسرية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح.

وبلغ معامل الارتباط بين الكبت والضغوط الأكاديمية ($r = 0.134$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الأكاديمية ($r = 0.197$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الأكاديمية ($r = 0.218$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين التكوين العكسي والضغوط الأكاديمية ($r = 0.160$) هذا يشير إلى أنه كلما زاد التكوين العكسي زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الأكاديمية ($r = 0.186$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، وبلغ

معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل و الضغوط الأكاديمية ($r = 0.113$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الأكاديمية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح.

بينما بلغ معامل الارتباط بين الكبت والضغوط الاجتماعية ($r = 0.229$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الاجتماعية ($r = 0.356$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الاجتماعية ($r = 0.316$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الاجتماعية ($r = 0.141$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل والضغوط الاجتماعية ($r = 0.395$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الاجتماعية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح.

بينما بلغ معامل الارتباط بين الكبت والضغوط الاقتصادية ($r = 0.199$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الاقتصادية ($r = 0.292$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الاقتصادية ($r = 0.271$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الاقتصادية ($r = 0.100$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل والضغوط الاقتصادية ($r = 0.312$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الاقتصادية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح.

وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط السياسية ($r = 0.177$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط السياسية والعكس صحيح، وبلغ معامل الارتباط بين التكوين العكسي والضغوط السياسية ($r = 0.138$) هذا يشير إلى أنه كلما زاد التكوين العكسي زاد إدراك الضغوط السياسية والعكس صحيح. وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط السياسية ($r = 0.114$)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط السياسية والعكس صحيح.

ولفحص مدى إسهام مجالات الضغوط النفسية المتمثلة بـضغوط الحياة والضغوط الاقتصادية والضغوط الأكاديمية والضغوط الأسرية والضغوط الاجتماعية وحيل الدفاع النفسي المتمثلة بالإسقاط والكبت والنكوص في الاضطرابات جسدية الشكل لدى العينة ككل، عمد الباحث إلى استخدام اختبار تحليل الانحدار الخطي المتعدد (Multiple Linear Regression)، باستخدام طريقة (Enter)، وأشارت النتائج أن الضغوط النفسية المتمثلة بـضغوط الحياة والضغوط الاقتصادية والضغوط الأكاديمية وحيلة الإسقاط استطاعت التنبؤ بالاضطرابات جسدية الشكل، أما الضغوط الأسرية والاجتماعية وحيلة الكبت لم تستطع التنبؤ بالاضطرابات جسدية الشكل وعليه لم تدخل في معادلة التنبؤ، والجدول التالي يبين النتائج الخاصة بذلك.

خامساً: النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

نص هذا السؤال على: "هل تؤثر متغيرات الجنس والكلية والجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟"

للإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث اختباري ويلكس لامدا وتحليل التباين المتعدد (MANOVA) لوجود أكثر من متغير تابع واحد، وذلك لفحص أثر متغيرات الدراسة المستقلة (الجنس والكلية والجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي) مجتمعة على الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت، والجدول (24) يوضح النتائج الخاصة بذلك. جدول (24): نتائج اختبار ويلكس لامدا لفحص تأثير المتغيرات المستقلة (الجنس والكلية والجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي) على الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت.

المتغير المستقل	Wilks' Lambda	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	0.889	2.640**	0.002
الكلية	0.888	**2.662	0.002
الجامعة	0.940	1.350	0.191
مكان السكن	0.894	1.217	0.220
السنة الدراسية	0.811	1.134	0.250
المستوى الاقتصادي	0.957	0.465	0.987

** دالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$.

بحسب النتائج الظاهرة في جدول رقم (24) يتبين أن بعض متغيرات الدراسة المستقلة والمتمثلة بالجنس والكلية تؤثر في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت عند مستوى الدلالة الإحصائية $(\alpha = 0.01)$ ، إذ بلغت قيمة ويلكس لامدا لمتغير الجنس (0.889) وقيمة اختبار ف المناظرة لها (2.640)، وبلغت قيمة ويلكس لامدا لمتغير الكلية (0.888) وقيمة اختبار ف المناظرة لها (2.662)، أما باقي المتغيرات المستقلة والمتمثلة بالجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي لم تؤثر في المتغيرات التابعة، ولفحص طبيعة الفروقات في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل تبعاً لمتغيري الجنس والكلية تم استخدام اختبار تحليل التباين المتعدد، والنتائج يوضحها الجدول أدناه:

جدول (25) نتائج تحليل التباين المتعدد (MANOVA) للفروقات في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل تبعاً لمتغيري الجنس والكلية

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	الكبت	0.407	1	0.407	0.828	0.364
	الإسقاط	0.118	1	0.118	0.306	0.580
	التكوين العكسي	20.814	1	20.814	**24.781	0.000
	النكوص	1.151	1	1.151	2.579	0.109

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	الإنكار	1.188	1	1.188	2.805	0.095
	الاضطرابات جسدية الشكل	0.543	1	0.543	0.902	0.343
	ضغوط الحياة	0.920	1	0.920	1.692	0.194
	الضغوط الأسرية	0.260	1	0.260	0.397	0.529
	الضغوط الأكاديمية	0.112	1	0.112	0.186	0.666
	الضغوط الاجتماعية	0.001	1	0.001	0.002	0.966
	الضغوط الاقتصادية	0.513	1	0.513	0.680	0.410
	الضغوط السياسية	0.195	1	0.195	0.148	0.701
الكلية	الكبت	0.198	1	0.198	0.403	0.526
	الإسقاط	0.176	1	0.176	0.456	0.500
	<u>التكوين العكسي</u>	3.352	1	3.352	<u>*3.991</u>	<u>0.047</u>
	النكوص	3.352	1	3.352	0.850	0.357
	الإنكار	0.101	1	0.101	0.239	0.625
	<u>الاضطرابات جسدية الشكل</u>	8.667	1	8.667	<u>**14.406</u>	<u>0.000</u>
	ضغوط الحياة	0.531	1	0.531	0.977	0.324
	الضغوط الأسرية	0.628	1	0.628	0.957	0.329
	الضغوط الأكاديمية	1.284	1	1.284	2.130	0.146
	الضغوط الاجتماعية	0.189	1	0.189	0.287	0.593
	الضغوط الاقتصادية	0.189	1	0.189	0.593	0.442
	الضغوط السياسية	0.287	1	0.287	0.219	0.640

** دالة إحصائياً عند $(\alpha = 0.01)$. * دالة إحصائياً عند $(\alpha = 0.05)$.

بحسب النتائج الظاهرة في جدول رقم (25) يتبين أن متغير الجنس يؤثر في التكوين العكسي فقط عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.01)$ ، بينما لم يؤثر في الباقي المتغيرات التابعة والمتمثلة بحيل الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار والاضطرابات جسدية الشكل وضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية، والجدول التالي يوضح الإحصاءات الوصفية لمجال التكوين العكسي بحسب متغير الجنس. جدول (26): الإحصاءات الوصفية لمجال التكوين العكسي بحسب متغير الجنس.

المتغيرات التابعة	النوع	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التكوين العكسي	الذكر	143	3.21	1.01
	الانثى	157	2.65	0.87

بحسب النتائج الظاهرة في جدول رقم (26) يتبين أن الذكور يميلون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي أكثر من الإناث، إذ بلغ المتوسط الحسابي للتكوين العكسي لدى الإناث (2.65) وبانحراف معياري قدره (0.87)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للذكور (3.21) وبانحراف معياري قدره (1.01).

وبالعودة إلى جدول رقم (25) أشارت النتائج كذلك أن متغير الكلية يؤثر في حيلة التكوين العكسي عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.05)$ ، والاضطرابات جسدية الشكل عند مستوى الدلالة $(\alpha = 0.01)$ ، بينما لم يؤثر متغير الكلية في باقي المتغيرات التابعة والمتمثلة في حيل الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار وضغوط الحياة والضغوط

الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية، والجدول التالي يوضح الإحصاءات الوصفية لمجال التكوين العكسي والاضطرابات جسدية الشكل بحسب متغير الكلية.

جدول (27): الإحصاءات الوصفية لحيلة التكوين العكسي والاضطرابات جسدية الشكل بحسب متغير الكلية.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التكرار	النوع	المتغيرات التابعة
0.94	3.01	174	العلوم الإنسانية	التكوين العكسي
1.01	2.78	126	العلوم الطبيعية	
0.77	2.88	174	العلوم الإنسانية	الاضطرابات جسدية الشكل
0.75	3.21	126	العلوم الطبيعية	

بحسب النتائج الظاهرة في جدول رقم (27) يتبين أن طلبة العلوم الإنسانية يميلون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي أكثر من طلبة العلوم الطبيعية، إذ بلغ المتوسط الحسابي للتكوين العكسي لدى طلبة العلوم الإنسانية (3.01) وانحراف معياري قدره (0.94)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لطلبة العلوم الطبيعية (2.78) وانحراف معياري قدره (1.01)، ويتبين أن طلبة العلوم الطبيعية من المحتمل إصابتهم بالاضطرابات جسدية الشكل أكثر من طلبة العلوم الإنسانية، إذ بلغ المتوسط الحسابي للإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة العلوم الطبيعية (3.21) وانحراف معياري قدره (0.75)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لطلبة العلوم الإنسانية (2.88) وانحراف معياري قدره (0.77).

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

"ما مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيرزيت؟"

جاء المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لضغوط الحياة (3.03) وانحراف معياري (0.755)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية للضغوط الأسرية (2.95) وانحراف معياري (0.814)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية للضغوط الأكاديمية (3.01) وانحراف معياري (0.777)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية للضغوط الاجتماعية (3.02) وانحراف معياري (0.827)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية للضغوط الاقتصادية (2.86) وانحراف معياري (0.862)، وعليه جاء تقدير هذه الدرجات متوسطاً، وبرر الباحث ذلك أن بعض الطلبة قد يعانون من ضغوطات جمة وبدرجة عالية، والبعض الآخر يبدو أن لديهم درجات منخفضة من الضغوط النفسية الأمر الذي جعل عينة الدراسة لا تحسم أمرها في مستوى الضغوط النفسية التي تتعرض إليها وهذا بدوره يشير إلى تفاوت تعرض العينة للضغوط النفسية من جهة، ومن جهة أخرى يبدو أن بعض الطلبة الجامعيين يحسنون التعامل مع الضغوط النفسية الأمر الذي جعلهم يدركونها بدرجة منخفضة وبالمقابل من المحتمل أن هناك طلبة لا يحسنون ذلك، الأمر الذي فاقم الضغوط النفسية لديهم وجعلهم يقدرونها بدرجة مرتفعة، كما أن إدراكات الطلبة الجامعيين نحو الضغوط النفسية قد حدد استجاباتهم لمستويات الضغوط التي يتعرضون إليها بمعنى أن بعضهم لم يتحسس الضغوط النفسية وبالتالي جاءت استجاباتهم منخفضة في تقدير هذه الضغوطات في المقابل أدرك بعض الطلبة الضغوطات بشكل مرتفع لحساسيتهم تجاه المواقف التي يمرون بها في حياتهم، وهذا جعل العينة لا تتفق على مستوى الضغوط النفسية وعليه جاء تقديرها متوسطاً، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كوماتر وبهوكار (Kumar & Bhukar, 2013) من حيث هدف الدراسة وهو التعرف إلى مستويات الضغوط النفسية واستراتيجيات

التعامل معها لدى الطلبة الجامعيين، والتي أشارت إلى أن الضغوط النفسية التي يواجهها الطلبة الجامعيين جاءت متوسطة التقدير.

وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط الضغوط السياسية والمتوسط الفرضي لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت ولصالح المتوسط الفرضي، وهذا بدوره يشير إلى أن الضغوط السياسية جاءت منخفضة، ويرر الباحث انخفاض الضغوط السياسية بسبب اعتياد الطلبة الجامعيين خاصة والشعب الفلسطيني عامةً ممارسات الاحتلال الإسرائيلي والمتمثلة بطبيعة الوضع الأمني كإغلاق الشوارع بالحواجز وسد الطرق في وجوههم، فهذه سياسة اعتمدها الاحتلال منذ عشرات السنين والطلبة الجامعيين هم من فئة الشباب الذين تفتحت عيونهم وتبلور وعيهم في خضم هذه الممارسات الأمر الذي جعلها تبدو سيقاً طبيعياً في حياتهم، ويبدو أن الاحتلال الإسرائيلي يمارس قبضته الحديدية وسياسته القمعية بذكاء وحنكة ويتعمد استخدام أساليب نفسية تزيل آثار الممارسات القمعية التي يتعامل بها مع أبناء الشعب الفلسطيني.

وأشارت النتائج إلى أن الفروقات بين مجالي الضغوط السياسية والضغوط الأكاديمية كانت ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha = 0.01$) ولصالح الضغوط الأكاديمية، وكانت الفروق بين مجالي الضغوط السياسية والضغوط الإجماعية ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha = 0.01$) ولصالح الضغوط الاجتماعية، وكانت الفروق بين مجالي الضغوط الاقتصادية والضغوط الاجتماعية ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha = 0.01$) ولصالح الضغوط الاجتماعية، أما باقي المقارنات فلم تكن الفروقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، ويمكن ترتيب المجالات في مقياس الضغوط النفسية ومصادرها وفقاً لمتوسطاتها الحسابية تنازلياً على النحو التالي: الضغوط الاجتماعية والأكاديمية، ثم يليها الضغوط الأسرية والاقتصادية والسياسية.

ويرر الباحث تقدّم الضغوط الاجتماعية على حساب باقي الضغوط بسبب اضطرار الطلبة الجامعيين إلى مجاملة الآخرين من زملاء وأصدقاء وغرباء والمحافظة على التماسك الاجتماعي، وهذا بدوره يترتب عليه بذل جهدٍ من قبلهم الأمر الذي يجعلهم يتعرضون لضغوط اجتماعية، كما يبدو أن أفراد العينة يعيشون في كنف أسر تمارس بحقهم تدخلات على صعيد المظهر والممارسات السلوكية وهذا بدوره يزجج الطلبة أو الأبناء، وخاصة أن مرحلة الدراسة الجامعية هي مرحلة التحرر من قيود الأسرة، وعليه يعتبر أفراد العينة تدخل الأسرة مصدراً من مصادر الضغوط الاجتماعية، وأشار أفراد العينة إلى تحسسهم من النقد الموجه إليهم من قبل الآخرين وهذا الأمر يزججهم ويسبب لهم الضغط.

ويرر الباحث تقدّم الضغوط الأكاديمية على ما تبقى من مجالات الضغوط بسبب أن الطلبة الجامعيين يجدون أن المكتبة الجامعية بها نقص كبير من الكتب أو المراجع التي تخص تخصصاتهم وهذا بدوره يجعلهم يبحثون أكثر عن الكتب والمراجع خارج نطاق الجامعة مما يسبب لهم ضغط كبير، وكما يبدو أن بعض الطلبة الجامعيين يرون أن هناك عدم مساواة في تعامل المدرسين مع الطلبة فهم يتحيزون لبعض الطلبة بسبب حيمهم أو لوجود صلة قرابة بينهم وهذا بدوره يجعل الطلبة يبذلون مجهوداً أكبر فيقومون بمجاملة المدرسين وادعاء حيمهم وطلب عطفهم وهذا يسبب لهم ضغطاً أكاديمياً، وكذلك قلة المواد الدراسية التطبيقية والنقص في مقتنيات الجامعة من مختبرات وقاعات دراسية مهيأة بشكل جيد وحديث فيجعلهم يتقيدون بالجانب النظري فقط وهذا يشعرهم بالملل فيؤثر على دافعيتهم نحو الدراسة فيجدون صعوبات في التعامل مع أسئلة الامتحانات، وهذا بدوره يجعلهم يبذلون جهداً أكبر في التأقلم مع متطلبات الحياة الأكاديمية في الجامعة، لذا يجب عليهم أن يبحثوا عن مؤسسات تفيدهم على الصعيد التطبيقي وتزودهم بالخبرات العملية في تخصصاتهم خارج نطاق الجامعة والتطويع في هذه المؤسسات الأمر الذي يسبب لهم ضغوطاً أكاديمياً، ويبدو أن بعض الطلبة الجامعيين لديهم مشاكل مع الالتزام بمواعيد

المحاضرات لأنها تؤثر على التزامهم بأعمالهم أو وظائفهم، وهذا بدوره يجعلهم يبذلون مجهوداً كبيراً كي يلتزموا بمواعيد المحاضرات دون أن تتأثر أعمالهم أو وظائفهم وهذا يزيد من الضغوط الأكاديمية عليهم، كما يبدو أن الطلبة الجامعيين لديهم تخوفات من عدم الاستفادة من الدراسة الجامعية بعد التخرج بسبب الظروف الصعبة التي يعاني منها مجتمعنا خاصة موضوع البطالة بين الخريجين وهذا يسبب لهم القلق والازعاج وهذا يشكل مصدراً آخر للضغوط.

ويعزو الباحث تقدّم الضغوط الأسرية على ما تبقى من مجالات الضغوط إلى أن الطلبة يعيشون في وسط أسر تمارس بحقهم تدخلات في اختيار تخصصات جامعية محددة بالإضافة إلى أنهم يضغطون عليهم من أجل الحصول على درجات عالية دون مراعاة قدراتهم العلمية وهذا أحد أشكال الضغط الأسري الشائعة في المجتمع الفلسطيني. كما أشار أفراد العينة إلى تدخلات تمارسها الأسرة في حقهم كاختيار شريك الحياة أو إلزام الأبناء في الزواج من اختيارات تفرض عليهم بالإضافة إلى التحكم في تصرفاتهم وسلوكياتهم واختيار الرفاق والأصدقاء خلال حياتهم الجامعية وهذا بدوره يزعج الأبناء أو الطلبة وخاصة أن مرحلة الدراسة الجامعية هي مرحلة التحرر من القيود الأسرية وتحمل المسؤولية الشخصية باستقلالية، وعليه يعتبر الطلبة أو أفراد العينة تدخل الأسرة في شؤونهم مصدر من مصادر الضغوط الأسرية، إضافة إلى ما سبق فقد أشار أفراد العينة إلى أن بعض الأسر تميز بين الأخوة الطلبة حيث أنهم يهتمون بتعليم بعض الأبناء دون الآخرين وهذا يشكل ضغطاً أسرياً إضافياً.

ويعزو الباحث تقدّم الضغوط الاقتصادية على ما تبقى من مجالات الضغوط بسبب أن الطلبة الجامعيين يكون دخل الأسر لديهم منخفض ومحدود فلا يكون لديهم القدرة على تحمل أعباء الدراسة لدى أبنائهم بالتالي لا يستطيعون إكمال دراستهم بسبب الدخل المنخفض أو لا يكون هناك وظيفة أو دخل ثابت لهم فيجدون في ارتفاع أجور المواصلات وأجور السكنات وشراء الملابس ومستلزمات الدراسة من كتب ودفع أقساط الدراسة مشكلة لعدم تلبية هذه الاحتياجات فيتربط على ذلك بذل مجهوداً كبيراً في الحصول على وظيفة أو دخل ثابت لهم لتلبية احتياجاتهم من ناحية الدراسة ومن الناحية الشخصية وهذا بدوره يسبب لهم ضغطاً اقتصادياً، كما يبدو أن تفكير أفراد العينة بتكاليف الزواج أثناء الحياة الجامعية أو بعد الانتهاء من الحياة الجامعية يسبب لهم الإزعاج أو ضغط.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

"ما حيل الدفاع النفسي السائد استخدامها لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروتية؟"
جاء المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لحيلة الكبت (3.09) وبانحراف معياري (1.27)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية لحيلة الإسقاط (3.02) وبانحراف معياري (0.61)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية لحيلة التكوين العكسي (2.91) وبانحراف معياري (0.98)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية لحيلة النكوص (3.08) وبانحراف معياري (0.67)، والمتوسط الحسابي للدرجة الكلية لحيلة الإنكار (2.98) وبانحراف معياري (0.63)، وعليه جاء تقدير هذه الدرجات متوسطاً، ويبرر الباحث ذلك أن جزء من الطلبة يلجؤون إلى ممارسة حيل الدفاع النفسي بدرجة عالية، في حين أن الجزء الآخر لديهم درجات متوسطة في ممارسة حيل الدفاع النفسي الأمر الذي جعل عينة الدراسة تختلف في ممارسة حيل الدفاع النفسي وهذا بدوره يشير إلى تفاوت العينة في ممارسة حيل الدفاع النفسي، ويمكن القول بأن التفاوت في ممارسة حيل الدفاع النفسي لدى الطلبة يرجع إلى تفاوت مستويات الضغوطات التي يعانون منها، أو إلى القدرة على الاستجابة للمواقف الضاغطة التي يتعرضون لها بشكل مناسب وهذه القدرة تتشكل بفعل الخبرات الحياتية المتعلمة وهذا يدل على النضج النفسي لدى بعض الطلبة والذي يعني أن يكون الطلبة على وعي بالوقت والمكان المناسبين للسلوك، وفقاً لظروف وثقافة المجتمع الذي يعيشون فيه. وتتفق نتيجة الدراسة

الحالية مع دراسة جودة (2009) من حيث الهدف وهو الكشف عن الحيل الأكثر استخداماً لدى عينة من الطلبة الجامعيين، ولكن اختلفت مع الدراسة الحالية من حيث نتائجها حيث أشارت إلى أن حيلة التكوين العكسي هي الأكثر استخداماً في حين أن الدراسة الحالية أظهرت استخدام أكثر لحيلتي النكوص والكبت ويبرر الباحث ذلك أن الظروف التي يمر بها طلبة قطاع غزة والذين أجريت عليهم دراسة جودة (2009) تختلف عن ظروف طلبة الضفة الغربية ويرجع ذلك إلى اختلاف النظام السياسي في قطاع غزة عن النظام السياسي في الضفة الغربية بالإضافة إلى حصار الاحتلال المفروض منذ سنوات على قطاع غزة.

وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين حيلتي الكبت والنكوص لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت ولصالح متوسط عينة الدراسة، وهذا بدوره يشير إلى أن حيلتي الكبت والنكوص جاءت مرتفعة، أما باقي مجالات حيل الدفاع النفسي المتمثلة بالإسقاط والتكوين العكسي والإنكار لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت جاءت متوسطة، وعليه يبرر الباحث ارتفاع حيلة النكوص أن الطلبة الجامعيين في حال استحالة عليهم إمكانية إشباع دوافعهم في الوقت الراهن بطريقة سوية، فإنهم يعودون إلى مرحلة سابقة من مراحل عمرهم كانوا يمارسون فيها سلوكيات تحقق لهم النجاح، فهذه السلوكيات كانت تشعرهم بالراحة والمتعة والأمان في تلك المرحلة، فيطلقون العنان لهذه التعبيرات بطريقة صبيانية فيبدأون بالبكاء والصراخ وتحطيم الأشياء وهذا بدوره يجعلهم يلجؤون إلى استخدام حيلة النكوص، كما يبدو أن أفراد العينة يتأثرون بما يسمعون من حولهم، وتظهر عليهم الاندفاعية والتسرع ولا يأخذون الوقت الكافي للتفكير بسلوكياتهم والتصرف بشكل عقلائي تجاه ما يسمعون، الأمر الذي يؤدي إلى انزعاجهم واستيائهم وعدم قدرتهم على مواجهة الضغوط التي تقع عليهم وبسبب هذه الضغوط لا يستطيعون إكمال الأعمال الموكلة إليهم، بالإضافة لما سبق فإن بعض الطلبة في حال تعرضهم للرفض والنبذ من قبل الآخرين فإنه قد تسيطر عليهم أفكار سوداوية وهذا يجعلهم يلجؤون إلى ممارسة حيلة النكوص.

ويبرر الباحث ارتفاع حيلة الكبت أن الطلبة الجامعيين يتعرضون للعديد من الأزمات والمشكلات والضغوطات الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والسياسية والاقتصادية، فلا يستطيعون أن يعبروا عن مشاعرهم وأفكارهم ودوافعهم فيقومون باستبعادها من الشعور إلى منطقة اللاشعور وكذلك لا يستطيعون أن يتصرفوا بسلوكيات معينة ترضيهم مما يجعلهم يصطدمون بقيم المجتمع، وهذا بدوره يجعلهم يلجؤون إلى استخدام حيلة الكبت، كما يبدو أن أفراد العينة يخجلون من المطالبة بحقوقهم أو يخافون من الآخرين فيترددون في طلب حقهم من الآخرين وهذا بدوره يجعلهم يلجؤون إلى استخدام حيلة الكبت.

وكانت الفقرات التي تقيس حيلة الإسقاط لدى الطلبة ذات تقدير متوسط، وقد يعود ذلك إلى أن الطلبة الجامعيين لديهم شعور أن الآخرين يخططون لإيذائهم وأنهم سيئون وكذلك يعاملونهم بشكل غير عادل أو منصف وبسبب ذلك يكونون حذرين تجاه الآخرين حتى لو كانوا طيبين ظناً منهم أنهم سوف يستغلونهم وهذا بدوره يجعلهم يلجؤون إلى استخدام حيلة الإسقاط، وكما يبدو أن أفراد العينة ينزعجون من الآخرين في بعض المواقف التي يمرون بها فلا يستطيعون أن يدافعوا عن حقوقهم أو يخجلون من ذلك فينزعجون ويبدأون التصرف بسلوكيات غير مرغوبة فمثلاً هناك بعض الطلبة يعملون خلال دراستهم والذين تمارس عليهم بعض الضغوط من قبل أصحاب العمل وبدلاً من أن يواجهوا هذه الضغوط بشكل عقلائي يلجؤون إلى بعض السلوكيات السلبية فيعملون ببطء أو يعتمدون ارتكاب الأخطاء لكي يكفوا أصحاب العمل الخسارة وهذا وجه من أوجه ممارسة حيلة الإسقاط، بالإضافة لما سبق فإن بعض الطلبة يشكون بمن حولهم ويعتقدون أنهم يتحدثون عنهم بسوء وهذا مؤشر لوجود عقدة الاضطهاد الأمر الذي يؤدي إلى ممارسة حيلة الإسقاط.

وكانت الفقرات التي تقيس حيلة التكوين العكسي لدى الطلبة تقديراتها متوسطة، ويرر الباحث ذلك؛ بأن الطلبة الجامعيين لا يريدون أن يعترفوا بالحقيقة؛ لأن الرغبات والميول والدوافع تكون منبوذة اجتماعياً، ويقاومها الضمير، فيضطرون إلى عكسها، لإرضاء المجتمع والآخرين، وتماشياً مع قيم الضمير، والأنا الأعلى، كإظهار المشاعر المليئة بالحب والود تجاههم، فهم يعيشون داخل أسر تسيطر عليها العادات والتقاليد المتوارثة، وهم يتحكمون بأفكارهم، وسلوكياتهم، وتصرفاتهم، بما يتماشى مع التنشئة الاجتماعية للوالدين في صغرهم، فيكونون متشددين تجاه أي شيء خارج النطاق والمألوف، وخاصة في الأمور الجنسية، وهذا يؤثر على مختلف مناحي الحياة لدى الأبناء، فعند سماع نكت، أو كلام غير أخلاقي، يشعرون بالإحراج، وعند مشاهدة أفلام، أو مقاطع جنسية، يتوترون، ويخافون، فيلجؤون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي، كما يبدو أن أفراد العينة عند معرفتهم أن الآخرين ممن حولهم يشاهدون الأفلام المخلة بالأدب، فإنهم يزعجون، ويغضبون، ويلجؤون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي، بالإضافة إلى ذلك فإنهم يجدون صعوبة في الحديث بأمور خارج النطاق الذي ترعرعوا عليه، كالحديث المخل بالأدب، وهذا بدوره يجعلهم يلجؤون إلى ممارسة حيلة التكوين العكسي.

وكانت الفقرات التي تقيس حيلة الإنكار لدى الطلبة تقديراتها متوسطة، ويرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يميلون إلى عدم الاعتراف بوجود المشكلات أو يتجنبون مواجهة الحقائق وذلك لأنهم لا يريدون بذل الجهد النفسي المطلوب من أجل حل هذه المشكلات حلاً عقلانياً، إضافة لما سبق فإن رغبة الطلبة في تجنب القلق والتوتر والألم الناتج عن تلك المشكلات التي يواجهونها تؤدي إلى ممارسة حيلة الإنكار، علاوة على ذلك فإن الطلبة يعيشون في واقع محبط لطموحاتهم وأهدافهم وبالتالي فهم ينكرون هذا الواقع الذي يعيشون فيه ويغرقون في الأوهام الذاتية بغض النظر عن مدى تناقضها مع الواقع وهذا أحد أشكال ممارسة حيلة الإنكار.

ثالثاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

"ما مستوى انتشار الاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وبييرزيت؟"
جاء المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للاضطرابات جسدية الشكل (3.01) وبانحراف معياري (0.78)، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) للاضطرابات جسدية الشكل بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي، فجاء تقدير مستوى الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل منخفضاً، ويرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين قادرين على مواجهة مشكلاتهم بأساليب عقلانية بالإضافة إلى أن الطلبة الجامعيين ينظرون إلى المشكلات التي تعترضهم على أنها خبرات يكتسبون منها القدرة الكافية لممارسة حياتهم بشكل طبيعي، إضافة لما سبق فإن الظروف التي مر بها الطلبة الفلسطينيون عبر السنوات جعلتهم يتمتعون بالصلابة النفسية والقدرة على تحمل الضغوط الحياتية. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة بني مصطفى (2003) من حيث نتائج الدراسة حيث أشارت النتائج إلى أن هناك درجة منخفضة من الاضطرابات النفس جسمية ونمط السلوك لدى الأعضاء هيئة التدريس، كما أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاضطرابات النفسجسمية تعزى إلى الجنس، والعمر، والتخصص، ويرر الباحث هذا الاتفاق لتشابه البيئتين الفلسطينية والأردنية من حيث المشكلات التي تواجههم وتشابه العادات والتقاليد الموجودة لدى الشعبين حيث أن الجزء الأكبر من المواطنين الأردنيين هم فلسطينيو الأصل.

رابعاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

"ما العلاقة بين الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبييرزيت؟"

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الكبت وضغوط الحياة، إذ بلغ معامل الارتباط (0.208)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون إلى الضغوطات والإحباطات بشكل مستمر وفي نفس الوقت لا تتاح لهم فرصة في التعبير عنها، فكلما زاد الكبت تقل قدرتهم على تحمل الضغوطات وقد ينفجرون تحت تأثير أقل عامل خارجي بسيط وبالتالي كلما زاد الكبت كلما زاد الإدراك لضغوط الحياة، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط وضغوط الحياة (0.537)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين ينسبون عيوبهم ورغباتهم التي تواجههم إلى غيرهم من الناس للتخفيف والتقليل مما يشعرون به من خجل أو قلق أو ذنب، وعندما يزيد الإسقاط عن حدة الطبيعي يصبح عادة ثم يصبح غشاوة على بصيرتهم فيبتعدون عن عيوبهم ويلصقونها بالغير وبالتالي كلما زاد الإسقاط زاد إدراك ضغوط الحياة، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص وضغوط الحياة (0.475)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين عندما يستحيل عليهم التعبير عن دوافعهم ورغباتهم في الوقت الراهن فإنهم يعودون إلى مرحلة من مراحل عمرهم السابقة كانوا يشعرون بها بالراحة والمتعة وعندما يزيد استخدامهم للنكوص عن حدة الطبيعي يصبح عادة وعند تعرضهم لأي موقف ضاغط في حياتهم يلجؤون للنكوص وبالتالي كلما زاد النكوص زاد الإدراك لضغوط الحياة، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار وضغوط الحياة (0.119)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك ضغوط الحياة والعكس صحيح، ويبرر الباحث أن الطلبة الجامعيين يرفضون الاعتراف أن هناك مشكلة أو يتجنبون مواجهة الحقائق، وانهم يهربون من المواقف أو الأفكار أو الرغبات المؤلمة التي لا تجلب لهم إلا القلق ويكونون متهاونين بالأثار المترتبة على ذلك وكلما زاد إنكار الطلبة للمثيرات الخارجية لعدم تحملهم ما هو في الواقع، نجدهم يرون العيوب في الآخرين ويضخمونها ولا يرونها في أنفسهم فكلما زاد الإنكار زاد الإدراك لضغوط الحياة، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل وضغوط الحياة (0.642)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت ضغوط الحياة زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين هم أكثر الطبقات في المجتمع معرضة للضغوط النفسية منها الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية، فكل هذه الضغوط النفسية تؤدي إلى زيادة الانفعالات كحالات التوتر والقلق التي تسيطر عليهم وتؤثر على حالتهم النفسية وبالتالي يزيد من احتمالية إصابتهم بالاضطرابات جسدية الشكل كارتفاع في ضغط الدم أو الصداع النصفي وذلك القرحة المعدية وأمراض القلب والجهاز الهضمي أو الأمراض الجلدية.

كما أشارت النتائج أنه يوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الكبت والضغوط الأسرية، إذ بلغ معامل الارتباط (0.198)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون لكثير من الضغوطات الأسرية ولا تتاح لهم الفرصة في التعبير عنها فكلما زاد الكبت قلت قدرتهم على مواجهة إي ضغط يتعرضون له وقد ينفجرون حتى لو كان هذا الضغط بسيط وبالتالي كلما زاد الكبت زاد إدراكهم للضغوط الأسرية، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الأسرية (0.383)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين ينسبون عيوبهم ورغباتهم التي يرفضها المجتمع إلى غيرهم من أفراد أسرهم للتخفيف والتقليل مما يشعرون به من خوف أو قلق أو ذنب، وعندما يزيد الإسقاط عن حدة الطبيعي يصبح عادة فيبتعدون عن عيوبهم ويلصقونها بإحد أفراد أسرهم وبالتالي كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الأسرية، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الأسرية (0.310)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يعيشون داخل كنف أسرية متسلطة ومتحكمة فيستحيل عليهم التعبير عن دوافعهم

ورغباتهم في الوقت الراهن فإنهم يعودون إلى مرحلة من مراحل عمرهم السابقة كانوا يشعرون بها بالراحة والمتعة داخل كنفهم الأسري وعندما يزيد استخدامهم للنكوص عن حدة الطبيعي يصبح عادة وعند تعرضهم لأي موقف ضاغط من قبل أسرهم يلجؤون للنكوص وبالتالي كلما زاد النكوص زاد الإدراك للضغوط الأسرية، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الأسرية (0.115)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الأسرية والعكس صحيح، ويبرر الباحث أن الطلبة الجامعيين شديدي التعلق بالديهم وان ولديهم ينكرون ما بهم من نقص أو عيب والطلبة أنفسهم يرفضون الاعتراف أن هناك مشكلة أو يتجنبون مواجهة الحقائق، وانهم يهربون من المواقف أو الافكار أو الرغبات المؤلمة التي لا تجلب لهم إلا القلق وكلما زاد إنكار الطلبة للمثيرات الخارجية لعدم تحملهم ما هو في الواقع، نجدهم يرون العيوب في الآخرين ولا يرونها في انفسهم فكلما زاد الإنكار زاد الإدراك للضغوط الأسرية، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل والضغوط الأسرية (0.417)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الأسرية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك بسبب أن الطلبة يتعرضون للعديد من الضغوطات الأسرية الخارجية والداخلية، كل هذه الضغوطات تؤدي إلى تغيير الطلبة لنظام حياتهم وهذا يؤثر على حالتهم النفسية ويزيد من احتمالية الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل كالمسمنة المفرطة والقرحة المعوية والربو والأمراض الجلدية والقولون العصبي.

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الكبت والضغوط الأكاديمية، إذ بلغ معامل الارتباط (0.134)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون لكثير من الضغوطات الأكاديمية أثناء حياتهم الدراسية ولا تتاح لهم الفرصة في التعبير عنها فكلما زاد الكبت قلت قدرتهم على مواجهة أي ضغط يتعرضون له وقد ينفجرون حتى لو كان هذا الضغط بسيط وبالتالي كلما زاد الكبت زاد إدراكهم للضغوط الأكاديمية، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الأكاديمية (0.197)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين ينسبون عيوبهم ورغباتهم التي رفضها المجتمع إلى غيرهم من الآخرين للتخفيف والتقليل مما يشعرون به من الخجل أو الخوف أو القلق أو الذنب، وعندما يزيد الإسقاط عن حدة الطبيعي يصبح عادة فيبتعدون عن عيوبهم وينسبونهم إلى الآخرين وبالتالي كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الأكاديمية، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الأكاديمية (0.218)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين عندما يستحيل عليهم التعبير عن دوافعهم ورغباتهم في الوقت الراهن فإنهم يعودون إلى مرحلة من مراحل عمرهم السابقة كانوا يشعرون بها بالأمان والراحة والمتعة أثناء حياتهم وعندما يزيد استخدامهم للنكوص عن حدة الطبيعي يصبح عادة يتعرضهم لأي موقف أثناء حياتهم الجامعية يلجؤون للنكوص وبالتالي كلما زاد النكوص زاد الإدراك للضغوط الأكاديمية، وبلغ معامل الارتباط بين التكوين العكسي والضغوط الأكاديمية (0.160) هذا يشير إلى أنه كلما زاد التكوين العكسي زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين لا يريدون أن يعترفوا بالحقيقة لأن الرغبات والميول والدوافع تكون منبوذة اجتماعياً ويقاومها الضمير فيضطروا إلى عكسها لإرضاء المجتمع والآخرين، وعندما يزيد استخدام هذه الحيلة عن حدها تصبح عادة لممارستها النفاق والرياء والظهور بمظهر غير حقيقي وفي ذلك معاناة لهم وبالتالي كلما زاد التكوين العكسي زاد الإدراك للضغوط الأكاديمية، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الأكاديمية (0.186)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الأكاديمية والعكس صحيح، ويبرر الباحث أن الطلبة الجامعيين ينكرون ما بهم من نقص أو عيب ويرفضون الاعتراف أن هناك مشكلة أو يتجنبون مواجهة الحقائق، وانهم يهربون من المواقف أو الافكار أو الرغبات المؤلمة التي لا تجلب لهم إلا القلق وكلما زاد

إنكار الطلبة للمثيرات الخارجية لعدم تحملهم ما هو في الواقع، نجدهم يرون العيوب في الآخرين ممن حولهم ولا يرونها في انفسهم فكلما زاد الإنكار زاد الإدراك للضغوط الأكاديمية، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل والضغوط الأكاديمية (0.113)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الأكاديمية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون لكثير من الضغوطات الأكاديمية سواء كانت هذه الضغوطات أثناء حياتهم الجامعية أو بعد التخرج من الجامعة وهذا يسبب لهم القلق والأزعاج ويؤثر على حالتهم النفسية والصحية فيزيد من احتمالية الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل كالقرحة المعدية وأمراض القلب والقولون العصبي والربو والصداع النصفي وأمراض القلب.

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الكبت والضغوط الاجتماعية، إذ بلغ معامل الارتباط (0.229)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون لكثير من الضغوطات الاجتماعية أثناء حياتهم ولا تتاح لهم الفرصة في التعبير عنها فكلما زاد الكبت قلت قدرتهم على مواجهة أي ضغط يتعرضون له وقد ينفجرون حتى لو كان هذا الضغط بسيط وبالتالي كلما زاد الكبت زاد إدراكهم للضغوط الاجتماعية، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الاجتماعية (0.356)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين ينسبون عيوبهم ورغباتهم ودوافعهم إلى غيرهم من الآخرين للتخفيف والتقليل مما يشعرون به من الخجل أو الخوف أو القلق أو الذنب، وعندما يزيد الإسقاط عن حدة الطبيعي يصبح عادة فيبتعدون عن عيوبهم وينسبونها إلى الآخرين وبالتالي كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الاجتماعية، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الاجتماعية (0.316)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين عندما يستحيل عليهم التعبير عن دوافعهم ورغباتهم في الوقت الراهن فإنهم يعودون إلى مرحلة من مراحل عمرهم السابقة كانوا يشعرون بها بالأمان والراحة أثناء حياتهم وعندما يزيد استخدامهم للنكوص عن حدة الطبيعي يصبح عادة وعند تعرضهم لأي موقف أثناء حياتهم يلجؤون للنكوص وبالتالي كلما زاد النكوص زاد الإدراك للضغوط الاجتماعية، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الاجتماعية (0.141)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الاجتماعية والعكس صحيح، ويبرر الباحث أن الطلبة الجامعيين ينكرون ما بهم من نقص أو عيب ويرفضون الاعتراف أن هناك مشكلة أو يتجنبون مواجهة الحقائق، وانهم يهربون من المواقف أو الأفكار أو الرغبات المؤلمة التي لا تجلب لهم إلا القلق وكلما زاد إنكار الطلبة للمثيرات الخارجية لعدم تحملهم ما هو في الواقع، نجدهم يرون العيوب في الآخرين ولا يرونها في انفسهم فكلما زاد الإنكار زاد الإدراك للضغوط الاجتماعية، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل و الضغوط الاجتماعية (0.395)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الاجتماعية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون لضغوطات اجتماعية وعندما تزيد هذه الضغوطات عن حدها الطبيعي لا يستطيعون مواجهتها وبالتالي تؤثر على حالتهم الصحية والنفسية وتزيد من الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل كالصداع النصفي والربو والسمنة المفرطة والقولون العصبي وأمراض القلب والأمراض الجلدية.

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الكبت والضغوط الاقتصادية، إذ بلغ معامل الارتباط (0.199)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الكبت زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون إلى الضغوطات الاقتصادية وبشكل مستمر وفي نفس الوقت لا تتاح لهم فرصة في التعبير عنها فكلما زاد الكبت تقل قدرتهم على تحمل الضغوطات الاقتصادية وقد ينفجرون تحت تأثير

أقل عامل خارجي بسيط وبالتالي كلما زاد الكبت كلما زاد الإدراك للضغوط الاقتصادية، وبلغ معامل الارتباط بين الإسقاط والضغوط الاقتصادية (0.292)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإسقاط زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين ينسبون عيوبهم ورغباتهم المستكرها إلى غيرهم من الناس للتخفيف والتقليل مما يشعرون به من خجل أو قلق أو ذنب، وعندما يزيد الإسقاط عن حدة الطبيعي يصبح عادة ثم يصبح غشاوة على بصيرتهم فيبتعدون عن عيوبهم ويلصقونها بالآخرين وبالتالي كلما زاد الإسقاط زاد الإدراك للضغوط الاقتصادية، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط الاقتصادية (0.271)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين عندما يستحيل عليهم التعبير عن دوافعهم ورغباتهم في الوقت الراهن فإنهم يعودون إلى مرحلة من مراحل عمرهم السابقة كانوا يشعرون بها بالراحة والمتعة وعندما يزيد استخدامهم للنكوص عن حدة الطبيعي يصبح عادة وعند تعرضهم لأي موقف اقتصادي ضاغط في حياتهم يلجؤون للنكوص وبالتالي كلما زاد النكوص زاد الإدراك للضغوط الاقتصادية، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط الاقتصادية (0.100)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط الاقتصادية والعكس صحيح، ويبرر الباحث أن الطلبة الجامعيين يرفضون الاعتراف أن هناك مشكلة أو يتجنبون مواجهة الحقائق، وأنهم يهربون من المواقف أو الأفكار أو الرغبات المؤلمة التي لا تجلب لهم إلا القلق ويكونون متهاونين بالآثار المترتبة على ذلك وكلما زاد إنكار الطلبة للمثيرات الخارجية لعدم تحملهم ما هو في الواقع، نجدهم يرون العيوب في الآخرين ولا يرونها في انفسهم فكلما زاد الإنكار زاد الإدراك للضغوط الاقتصادية، وبلغ معامل الارتباط بين الاضطرابات جسدية الشكل والضغوط الاقتصادية (0.312)، وهذا يشير إلى أنه كلما زادت الضغوط الاقتصادية زاد احتمال الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتعرضون لكثير من الضغوطات الاقتصادية وعندما يفشلون في مواجهتها وتزيد عن حدها الطبيعي فأنها تؤثر على حالتهم النفسية والجسدية وبالتالي يتعرضون للإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل كأعراض القلب والجهاز الهضمي والقولون العصبي وأمراض جلدية والربو والام بالمفاصل.

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين النكوص والضغوط السياسية، وبلغ معامل الارتباط بين النكوص والضغوط السياسية (0.177)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد النكوص زاد إدراك الضغوط السياسية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين عندما يستحيل عليهم التعبير عن دوافعهم ورغباتهم في الوقت الحالي فإنهم يعودون إلى مرحلة من مراحل عمرهم السابقة كانوا يشعرون بها بالأمان والراحة والمتعة أثناء حياتهم وعندما يزيد استخدامهم للنكوص عن حدة الطبيعي يصبح عادة وعند تعرضهم لأي موقف أثناء حياتهم يلجؤون للنكوص وبالتالي كلما زاد النكوص زاد الإدراك للضغوط السياسية، وبلغ معامل الارتباط بين التكوين العكسي والضغوط السياسية (0.138) هذا يشير إلى أنه كل ما زاد التكوين العكسي زاد إدراك الضغوط السياسية والعكس صحيح، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين لا يريدون أن يعترفوا بالحقيقة لأن الرغبات والميول والدوافع تكون منبوذة اجتماعياً ويقاومها الضمير فيضطروا إلى عكسها لإرضاء المجتمع والآخرين، وعندما يزيد استخدام هذه الحيلة عن حدها تصبح عادة لممارستهم النفاق والرياء والظهور بمظهر غير حقيقي وفي ذلك معاناة لهم وبالتالي كلما زاد التكوين العكسي زاد الإدراك للضغوط السياسية، وبلغ معامل الارتباط بين الإنكار والضغوط السياسية (0.114)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد الإنكار زاد إدراك الضغوط السياسية والعكس صحيح، ويبرر الباحث أن الطلبة الجامعيين ينكرون ما بهم من نقص أو عيب ويرفضون الاعتراف أن هناك مشكلة أو يتجنبون مواجهة الحقائق، وأنهم يهربون من المواقف أو الأفكار أو الرغبات المؤلمة التي لا تجلب لهم إلا القلق وكلما زاد إنكار الطلبة

للمثيرات الخارجية لعدم تحملهم ما هو في الواقع، نجدهم يرون العيوب في الآخرين ممن حولهم ولا يرونها في انفسهم فكلما زاد الإنكار زاد الإدراك للضغوط السياسية.

خامساً- النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

"هل تؤثر متغيرات الجنس والكلية والجامعة ومكان السكن والسنة الدراسية والمستوى الاقتصادي في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت؟"

أشارت النتائج إلى أن متغيرات الجنس والكلية تؤثر في الضغوط النفسية وحيل الدفاع النفسي والاضطرابات جسدية الشكل لدى طلبة جامعتي النجاح الوطنية وبيروت عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) أما باقي المتغيرات فلم تؤثر في المتغيرات، فكان لمتغير الجنس أثر في مدى استخدام حيلة التكوين العكسي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) ولصالح الذكور، بينما لم يؤثر في باقي المتغيرات التابعة والمتمثلة بحيل الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار والاضطرابات جسدية الشكل وضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية، ويرجع الباحث ذلك إلى أن الطلبة الجامعيين يتصنعون في إظهار عواطفهم، وهذا التصنع يعبر عن النفاق والسلوك غير الدقيق، الذي يجعل صاحبه في صورة مهزوزة، لأنه يبالغ في انفعالاته وإظهار عواطفه. حيث أشارت النتائج إلى أن الذكور يميلون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي أكثر من الإناث، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يعيشون في مجتمع ذكوري تغلب عليه ثقافة العيب والعادات والتقاليد فتكون حرية الذكور في الاختلاط بالآخرين في أي وقت والتعبير عن آرائهم ومشاعرهم بشكل أكبر من الإناث.

وكان لمتغير الكلية (العلوم الطبيعية، والعلوم الإنسانية) أثر في حيلة التكوين العكسي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) ولصالح طلبة كليات العلوم الإنسانية، والاضطرابات جسدية الشكل عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) ولصالح طلبة كليات العلوم الطبيعية، بينما لم يؤثر متغير الكلية في باقي المتغيرات التابعة والمتمثلة في حيل الكبت والإسقاط والنكوص والإنكار وضغوط الحياة والضغوط الأسرية والاجتماعية والأكاديمية والاقتصادية والسياسية، حيث أشارت النتائج إلى أن طلبة العلوم الإنسانية يميلون إلى استخدام حيلة التكوين العكسي أكثر من طلبة العلوم الطبيعية، ويبرر الباحث ذلك أن الطلبة الجامعيين يتصنعون في إظهار حيلهم لتخصصاتهم التي يختارونها من الكلية العلوم الإنسانية لأنهم كانوا يريدون أن يصبحوا من أصحاب الكلية العلمية ولكن بسبب ظروف معينة أجبرتهم لاختيار تخصصاتهم فيتظاهرون ويتصنعون حيلهم للتخصصات التي اختاروها، أما طلبة العلوم الطبيعية من المحتمل إصابتهم بالاضطرابات جسدية الشكل أكثر من طلبة العلوم الإنسانية، ويبرر ذلك الباحث أن طلبة العلوم الطبيعية معرضون لكثير من الضغوط والأعباء التي تواجههم في حياتهم الدراسية وهذا يؤثر على حالتهم النفسية والصحية فيصابون بالاضطرابات جسدية الشكل كالأزمات الجلدية والربو والقرحة المعدية وغيرها من الاضطرابات الشائعة.

توصيات الدراسة:

1. الاهتمام بالصحة النفسية للطلبة الجامعيين ومساعدتهم على التوافق في ظل الواقع الفلسطيني الذي يموج بضغوط حياتية شتى اقتصادية، واجتماعية، أكاديمية، أسرية.
2. تطوير دور المؤسسات الأكاديمية والتربوية في فلسطين، بحيث يتمكن الطلبة من تعلم الأساليب الفعالة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

3. عقد برامج تدريبية للطلبة الجامعيين لتنمية مهارات مواجهة الضغوط النفسية من خلال التخفيف من اللجوء إلى استخدام حيل الدفاع النفسي.
4. عقد ندوات إرشادية لأولياء أمور الطلبة الجامعيين في كيفية خفض ممارسة حيلتي النكوص والكبت والاستعاضة عنها بأساليب عقلانية بديلة في مواجهة الضغوط النفسية.
5. عقد ندوات وحصص إرشادية وتوزيع البروشورات للطلبة الجامعيين للتعريف بالاضطرابات جسدية الشكل من حيث مسبباتها، وأضرارها، وأساليب الوقاية منها وعلاجها.
6. بناء برامج إرشادية لتخفيف ومعالجة الاضطرابات جسدية الشكل الأكثر انتشارا لدى الطلبة الجامعيين.
7. تقديم ورش وندوات تعليمية للطلبة ذكور وإناث تتمحور حول مخاطر الاستخدام المفرط لحيل الدفاع النفسي في مواجهة الضغوطات التي تواجههم.
8. زيادة الوعي لدى الأهالي في ضرورة إعطاء أبنائهم الحرية في اختيار التخصصات التي تناسب قدراتهم وميولهم.
9. ضرورة توفير الجامعة لأنشطة لامنهجية خصوصاً لطلبة العلوم الطبيعية كونها أكثر جموداً من كليات العلوم الإنسانية وذلك للتقليل من الضغوط النفسية لتجنب الإصابة بالاضطرابات جسدية الشكل.

قائمة المصادر والمراجع:

المراجع العربية:

- أبو الحسن، سناء محمد ابراهيم (2012). الصلابة النفسية والأمل وعلاقتها بالأعراض السيكوسوماتية لدى الامهات المدمرة منازلهم في محافظة شمال غزة. رسالة مكملة لنيل شهادة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة.
- أميمن، عثمان علي (2004). في الصحة النفسية. مصر، الدار العالمية للنشر الإسكندرية.
- بخش، أميرة طه (2007). احداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى عينة من امهات الاطفال المعاقين عقليا والعادين بالملكة العربية السعودية. كلية التربية، جامعة ام القرى مكة المكرمة.
- البنا، أنور حمودة (2006). الامراض النفسية والعقلية. غزة، فلسطين، مكتبة جامعة الاقصى.
- بني مصطفى، منار سعيد (2003). العلاقة بين الاضطرابات النفسجسيمة ونمط السلوك "أ" لدى أعضاء هيئة التدريس. رسالة جامعية غير منشورة، جامعة اليرموك إربد، الأردن.
- جاسم، بشرى أحمد (2016). الضغوط النفسية التي يعاني منها طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة اداب المستنصرية، العدد(74)، 113- 137.
- جثير، راضي هاشم (2011). محاضرات في الصحة النفسية. كلية التربية الاساسية. قسم العلوم التربوية والنفسية، جامعة بابل، العراق.
- جودة، أمال (2009). الميكانيزمات الدفاعية وعلاقتها بالعصابية والرضا عن الحياة. الجامعة الإسلامية. غزة، فلسطين.
- جودة، إيمان، واليافي، ندة (2002). ضغوط العمل وعلاقتها بالتوجه البيروقراطي وعدم الرضا الوظيفي. مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية، (18)، (1)، ص 71-120.
- حمدي، نزية (2007). الشباب ومواجهه الضغوط. عمان، الأردن، منشورات وزارة الثقافة.

- حنضالي، مريامة، يحيايوي، وردة (2014م). العمل بنظام المناوبة (3*8) ودوره في ظهور اضطرابات ايقاع النوم وبعض الأمراض السيكوسوماتية لدى عينة من العاملين بقطاع السكة الحديدية. دراسة ميدانية بواحد الجر قسنطينه/فرع بسكرة، جامعه محمد خضير بسكرة.
- رضوان، سامر جميل (2007). الصحة النفسية. عمان، الاردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الزراد، فيصل محمد خير (2000). الأمراض النفسية الجسدية. بيروت، دار النفاس للطباعة والنشر والتوزيع.
- الشكعة، علي (2009). استراتيجيات مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في محافظة نابلس. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، نابلس، فلسطين، 23 (2)
- طشطوش، مصطفى الشريفين (2013). أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك في الاردن. علم النفس والارشاد التربوي، جامعه اليرموك، الاردن.
- الطلاع، عبد الرؤوف أحمد (2000). الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى الأسر الفلسطينية المحررين من السجون الأسريلية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس بالتعاون مع جامعة الأقصى- غزة
- العارف، ليلى (2014). الاضطرابات السيكوسوماتية وآليات الدفاع النفسي والعصابية وعلاقتها بالصراع النفسي. مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية، كلية الآداب، جامعة المرقب ليبيا، العدد الثالث.
- عباس، فيصل (1997). التحليل النفسي للذات والإنسانية (النظرية والممارسة). بيروت، لبنان، دار الفكر اللبناني.
- عبد المعطي، حسن مصطفى (2003). الأمراض السيكوسوماتية التشخيص، الأسباب، العلاج. القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- عبد المعطي، حسن (2006). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. القاهرة، مكتبة الزهراء الشرق.
- عسكر، علي (2003). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها- الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق. القاهرة، دار النشر دار الكتاب الحديث.
- العيسوي، عبد الرحمن (1992). الامراض السيكوسوماتية. بيروت، لبنان، دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
- العيسوي، عبد الرحمن (2000). الاضطرابات النفسجسمية. بيروت، دار الراتب الجامعية.
- الغرير، أحمد نائل أسعد (2009). التعامل مع الضغوط النفسية. الاردن، دار الشروق.
- فرينه، أسامة عمر (2011). القيمة التشخيصية لاختبار رسم الشخص في تمييز اضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة من الاطفال. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة
- اللامي، عبد العباس مجيد (2010). الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات المسائية في الجامعة وبناء برنامج ارشادي لتخفيفها. دراسة في الجامعة المستنصرية- بغداد.
- مظلوم، علي (2008). مستوى الطموح الاكاديمي وعلاقته بحوادث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة بابل للعلوم الانسانية، 18(1):201.
- الميلادي، عبد المنعم (2003). الأمراض والاضطرابات النفسية. مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر.

المراجع الاجنبية

- Alipour, A. Noorbala, A. A. Yazdanfar, M. & Agah Heris, M. (2011). The effectiveness of emotional disclosure intervention on declining stress and Inhibition among psychosomatic patients. Journal of Jahrom University of Medical Sciences, 9(2).
- Andrews, G, Singh, M, & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. Journal of nervous and mental disease.
- Cramer, P. (2002). Children's use of defense mechanisms in reaction to displeasure caused by others. Journal of Personality, 51(1), 78- 94.
- Greller, M., & Parsons, C. K. (1988). Psychosomatic complaints scale of stress: Measure development and psychometric properties. Educational and Psychological Measurement, 48(4), 1051- 1065.
- Johnson, E. Green, K. & Kluever, R.(2000).Psychometric characteristics of the revised procrastination inventory. Research in Higher Education .41 .2 .269- 279.
- Kepbart, J. O. Cheas, D. M. & White, S. R. (2003). Computers and Epidemiology [J]. Ieee Specirum, 30(5), 20- 26.
- Kumar, S. and Buhkar, P.(2013). Stress level and coping strategies of college students, Journal of Physical Education and Sports Management, 4(1): 5- 11.
- Kwon, P. (2002). Hope, defense mechanisms, and adjustment: Implications for false hope and defensive hopelessness. Journal of Personality, 70(2), 207- 231.
- Ramkissoon, M. (2014). Examining the Defense Style Questionnaire 88 (DSQ- 88) in an employee sample: Items and a two- factor model. Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica, 14(2), 291- 299.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. American psychologist, 55(1), 89.
- Wang, S. H., & Luh, W. M. (2009). The Effect of Interpersonal Relationships on Psychosomatic Symptoms: Moderating Role of Gender. Online Submission, 6(6), 53- 63.