

إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي كمنبئات للكمالية التكيفية

د. السيد كامل الشرييني منصور

أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية بالعريش-جامعة قناة السويس

المخلص

تهدف الدراسة إلى فحص الفروق بين متوسطات درجات مجموعات طلاب التربية الخاصة في مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار، وتحديد الفروق بين متوسطات درجات الطلاب منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، وتحديد العلاقة الارتباطية بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، وتحديد مدى إسهام هذه المتغيرات في تفسير درجات طلاب التربية الخاصة في الكمالية التكيفية.

أُجريت الدراسة على عينة من الطلاب الذكور بقسم التربية الخاصة بجامعة الطائف المملكة العربية السعودية بلغ قوامها ٢٦٩ طالب، وتم تطبيق أدوات الدراسة التالية على العينة الكلية: مقياس الكمالية إعداد: هيل وهولزمن وفر وكيلبر وفتشنتن وكيندي (Hill, Huelsman, Furr, Kibler, Vicente, & Kennedy, 2004)، ومقياس المواجهة إعداد: أمرفين (Amirkhan, 1990)، ومقياس تقدير الذات إعداد: روزنبرج (Rosenberg, 1965)، وقائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي إعداد: واطسن وكلاارك وتليجين (Watson, Clark, & Tellegen, 1988).

وانتهت نتائج الدراسة إلى التالي :

- ١- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعات طلاب التربية الخاصة في مقياس الكمالية التكيفية وأبعاده تبعاً لاختلاف المسار.

د. السيد كامل الشربيني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

٢- وجود فروق دالة إحصائياً بين منخفضي ومرتفعي الكمالية في كل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات، وتقدير الذات، والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي.

٣- وجود علاقات ارتباطية دالة بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي.

٤- تباين الإسهامات النسبية لكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي في أبعاد مقياس الكمالية التكيفية ودرجته الكلية.

الكلمات المفتاحية: إستراتيجيات المواجهة، تقدير الذات، الانفعال الإيجابي، الانفعال السلبي،

الكمالية التكيفية

Coping Strategies , Self –Esteem , Positive and Negative Affect as predictors of Adaptive Perfectionism

Abstract

This study aimed at determining differences in adaptive perfectionism according to Courses, differences between low & high adaptive perfectionism in social support , problem solving , self-esteem , positive & negative affect ,determine the correlation relationships between adaptive perfectionism and social support , problem solving , self-esteem , positive & negative affect, Testing The contribution of the study variables in explaining adaptive perfectionism . The sample of the study included 269 undergraduate students (Male) Were recruited from Department of special education, Faculty of Education in Taif University- kingdom of Saudi Arabia, completed adaptive perfectionism scale, by (Hill, Huelsman, Furr , Kibler, Vicente, & Kennedy,2004) social support scale , problem-solving scale by (Amirkhan , 1990) ,self-esteem scale by (Rosenberg , 1965), inventory of positive &negative affect by (Watson, Clark, & Tellegen, 1988) .

The results revealed the following :

- 1- There are not statistically significant differences according to courses in adaptive perfectionism.
- 2- There are statistically significant differences between low & high adaptive perfectionism in social support , problem-solving ,self-esteem & positive &negative affect
- 3- There statistically significant correlation relationships between adaptive perfectionism and the study variables : social support , problem-solving ,self-esteem & positive &negative affect .
- 4- there are variant relative contribution for the independent variables in predicting with adaptive perfectionism.

Keywords : Coping Strategies, Self –Esteem , Positive Affect, Negative Affect, Adaptive Perfectionism

مقدمة :

تؤثر الكمالية التكيفية تأثيراً إيجابياً على طلاب الجامعة في مجالات عدة ، فقد أكدت نتائج دراسية كل من فرست ومارتن ولاهارت وروزنبليت ، فرست وهندرسون (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate , 1990 ; Frost & Henderson 1991) وجود ارتباط إيجابي دال بين المستويات الشخصية المرتفعة والدافعية المرتفعة للإنجاز ، والتوجه نحو المنافسة ، والإحساس المرتفع بالفعالية الشخصية ، وأسفرت نتائج دراسة فرست ولاهارت وروزنبليت (Frost , Lahart, & Rosenblate , 1991) عن أن المستويات التنظيمية والشخصية المرتفعة تكون مرتبطة إيجابياً بالخبرات الصحية الجيدة ، وانتهت نتائج دراسة فليت وهويت ودروزا ، ودراسة أشبي وبيسك وسلاني ، ودراسة فليت وهويت (Flett, &Hewitt ,& DeRosa , 1996a ; Ashby , Bieschke, &Slinky , 1997) إلى وجود ارتباط دال بين المهارات الاجتماعية التكيفية وكل من الكمالية الموجهة ذاتياً والكمالية الموجهة للآخرين ، وتبرز نتائج دراسة إنزوكس وسرين وفريمان (Enns , Cox , Sareen, &Freeman , 2001) ارتباطاً دالاً بين الكمالية التكيفية وتوقعات الأداء لدى طلاب الطب ، وانتهت نتائج دراسة بيلنج وإزرائيلي وسميث وانتوني (Bieling, Israeli, Smith, & Antony, 2003) إلى أن الكمالية التكيفية ترتبط إيجابياً مع الأداء الجيد في الاختبارات ، كما أظهرت نتائج دراسة رايت وأشبي (Rice &Ashby , 2007) وجود ارتباط دال بين الكمالية التكيفية وتقدير

د. السيد كامل الشرييني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

الذات المرتفع ، كما أنها حصن لتأثيرات الضلل المدرك طويل المدى ، وأبرزت نتائج دراسة ريتشارد وسكوت (Richard & Scott , 2009) وجود ارتباط إيجابي دال بين الكمالية التكيفية والرضا عن الحياة.

تلعب المواجهة النشطة دوراً حيوياً في إحداث التوافق الانفعالي والسلوكي لدى المراهقين وناشدين (Lazarus & Folkman , 1984) ، وفي تحسن الحالة الصحية طويلة المدى (Nowack, 1990) وفي تقليص الضغوط ، والتكيف معها (Kumpfer , 2003) ; Feenstra et al., 2001; Cheng , 2003) ، وتساهم في حل المشكلات من خلال البحث عن المساندة الاجتماعية ، وتساهم بفعالية في التوافق الاجتماعي (Schmidt et al ., 2002) وفي رفاهية الفرد (Cheng , 2003).

ويُعد تقدير الذات أحد الأبعاد الهامة للشخصية ، وهو حاجة إنسانية قوية وأساسية تزود الفرد بمساهمات ضرورية للحياة ، وهو لا غنى عنه للنمو السوي ، حيث يزودنا بالطاقة والقوة على التجديد (10 , 1992 , Branden) ، وهو تكييفي ونفسي وصحي (Taylor et al ., 2003) ، كما يرتبط تقدير الذات الإيجابي بالهناء الشخصي (Sánchez & Barrón, 2003) ، وهو مؤشر على التوافق النفسي (Passmore et al ., 2005) ويؤثر في البيئة والنسق التعليمي (Alonso & Román , 2005) ، والدافعية والسلوك الوظيفي والرضا عن الحياة ، ويرتبط بدرجة وثيقة بالرفاهية (Greenberg , 2008).

وتمثل الانفعالات جانباً رئيساً هاماً في حياة الإنسان ، فهي تؤثر في الإدراك والمعرفة والسلوك ، كما أنها تؤثر في الرضا الوظيفي وفي سلوك اتخاذ القرارات (Norman, 2002 ; Russell, 2003) ، والانفعالات العنيفة تشوه الإدراك ، وتؤثر سلباً على التذكر ، وتجعل الفرد شديد القابلية للاستهواء ، وللانفعالات تأثير كبير على ما يحدث داخل قاعات الدراسة ، فبعضها مثل (البهجة ، السرور ، الحب ، السعادة) يؤدي إلى تحسن في عمليات التعلم (3, 2005, Alsop).

مشكلة الدراسة

يلاحظ وجود اتساق إلى حد كبير بين الكمالية والمواجهة فقد أسفرت نتائج الدراسة الأولى لكل من فليت وهويت وبلانكستين وسولنيك وفمان برنسكت (Flett , Hewitt , Blankstein, Solnik, & Van Brunschot, 1996b) عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين حل المشكلات وكل من الكمالية الموجهة ذاتياً والكمالية الموجهة للآخرين ، وأبرزت نتائج الدراسة الثانية عدم وجود علاقة بين الكمالية الموجهة ذاتياً والتقديرات الإيجابية لحل المشكلات ، وانتهت نتائج دراسة شانج (Chang, 1998) إلى أن المستويات الشخصية المرتفعة لا تكون مرتبطة بحل المشكلات ، كما أسفرت نتائج دراسة رايس ولابسلي (Rice & Lapsley , 2001) عن أن الأفراد الكمالين قرروا استخدام أكبر لإستراتيجيات المواجهة المبنية على حل المشكلات ، واستخدماً أقل لإستراتيجيات المواجهة المضطربة ، وهم يعتقدون أن الملامح التنظيمية للكمالية التكيفية تجعل الفرد يختار نوعاً من التخطيط وأنشطة المواجهة الأخرى المرتبطة بحل المشكلات ، وانتهت نتائج دراسة (Chang , 2002) إلى وجود ارتباط سلبي ضئيل قدره - ٠.١٣ بين الكمالية والقدرة على حل المشكلات ، وأسفرت نتائج دراسة دانكلي وزورف وبلانكستين (Dunkley , Zuroff , & Blankstein, 2003) عن ارتباط الكمالية بالانفعال السلبي ، وأن المشاحنات اليومية والمواجهة التجنبية والمساندة الاجتماعية المدركة المحدودة تكون وسائلاً فريدة تسهم بقوة في العلاقة بين الأسى النفسي والكمالية المحددة اجتماعياً ، وأن الكمالية الناقدة ذاتياً تكون مرتبطة بالانفعال السلبي وبلوم الذات الذي يكون مرتبط بالمواجهة التجنبية من خلال النقد الموجه ، وأسفرت نتائج دراسة وي وهيبير ورسل ويانج (Wei , Heppner , Russell, & Young , 2006) عن وجود ارتباط إيجابي دال بين الكمالية التكيفية والمواجهة الفعالة ، وأسفرت نتائج دراسة بسر وفليت وهويت (Besser, Flett, & Hewitt, 2010) عن أن الكمالية الموجهة ذاتياً والكمالية الموجهة للآخرين ترتبطان إيجابياً مع التوجه نحو حل المشكلات.

أما نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات فقد جاءت متفقة بدرجة كبيرة ، فقد انتهت نتائج دراسة (Rice et al., 1998) إلى عدم وجود

علاقة ارتباطية بين الكمالية التكيفية وتقدير الذات ، وأبانت نتائج دراسة رايس وسلابي (Rice & Slabey , 2002) عن أن الأفراد ذوي الكمالية التكيفية لديهم متوسطات درجات مرتفعة على تقدير الذات مقارنة بالأفراد ذوي الكمالية اللاتكيفية ، وانتهت نتائج دراسة فليت ويسر وأنج وهويت وشيري وفلفيث (Flett , Besser , Wang, Hewitt , Sherry, & Velyvis, 2003b) إلى ارتباط الكمالية المحددة اجتماعياً بتقدير الذات المنخفض ، وانتهت نتائج دراسة موبلي وسلاني ورايس (Mobley , Slaney, & Rice, 2005) إلى أن الطلاب ذوي الكمالية التكيفية سجلوا متوسطات درجات مرتفعة على تقدير الذات ، ومتوسطات درجات منخفضة على القلق والاكتئاب مقارنة بالطلاب ذوي الكمالية اللاتكيفية ، والطلاب من غير الكمالين ، وأسفرت نتائج دراسة ستوبر وآتو (Stoeber & Otto , 2006) عن أن الأفراد الذين لديهم كمالية تكيفية يكون لديهم تقدير ذات مرتفع مقارنة بأقرانهم من ذوي الكمالية اللاتكيفية أو الذين ليس لديهم كمالية ، وانتهت نتائج دراسة ترمبتر واطسن وأوليري (Trumpeter, Watson , & O'leary , 2006) إلى وجود ارتباط دال إيجابياً بلغ ٠.٢٨ بين تقدير الذات والكمالية الموجهة ذاتياً ، وبلغ ٠.٢٦ بين تقدير الذات والكمالية الموجهة للآخرين ، وارتباط سلبي بلغ ٠.٢٦ بين تقدير الذات والكمالية المحددة اجتماعياً ، أما نتائج دراسة أشبي ورايس ومارتن (Ashby , Rice, & Martin, 2006) فقد انتهت إلى وجود ارتباط سلبي دال بلغ - ٠.٣٧ بين الكمالية اللاتكيفية وتقدير الذات ، وإلى وجود ارتباط موجب دال بلغ ٠.٦٨ بين الكمالية اللاتكيفية والاكتئاب.

كما يلاحظ وجود اتساق كبير في نتائج الدراسات التي عُنيت بفحص العلاقة بين الكمالية والانفعال فقد انتهت نتائج دراسة كل من فرست وهيمبيرج وهولت وماثيا ونوبر (Frost , Heimberg , Holt , Mathia, & Neubauer , 1993) إلى عدم وجود ارتباط بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال السلبي والاكتئاب ، ووجود ارتباط بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال الإيجابي قدره ٠.١٩ ، وأسفرت نتائج دراسة براون هيمبيرج وفرست (Brown , Heimberg , & Frost , 1999) عن وجود ارتباط دال بين القلق

على الأخطاء وكل من الاكتئاب والانفعال السلبي والانفعال الإيجابي والقلق (٠.٥٣) ، (٠.٥٠ - ٠.٤٧، ٠.٢٦) ، ووجود ارتباط دال بين المستويات الشخصية المرتفعة للأداء وكل من الاكتئاب والانفعال السلبي والانفعال الإيجابي (٠.٣٤، ٠.٢٠ - ٠.٣٨) ، وغير دال مع القلق ، وانتهت نتائج دراسة سيونشي ولاند (Saboonchi &Lundh, 2003) إلى وجود ارتباط سلبي دال بلغ - ٠.٢٠ بين الانفعال الإيجابي والكمالية الموجهة ذاتياً ، وعدم وجود ارتباط بين الانفعال السلبي والكمالية الموجهة ذاتياً ، ووجود ارتباط سلبي دال بلغ - ٠.٢٨ بين الانفعال الإيجابي والكمالية المحددة اجتماعياً ، ووجود ارتباط إيجابي دال بلغ ٠.٢٨ بين الانفعال السلبي والكمالية المحددة اجتماعياً ، وعدم وجود ارتباط بين الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي والكمالية الموجهة للآخرين ، وأسفرت نتائج دراسة ككس وأنزوكلارا ، إنز وككس وسارين وفريمين ، هيل وهولزمن وفر وكيبيلر وفنتشنتن وكيندي ، (Enns, Cox, Sareen, & Freeman , 2001;Cox, Enns, &Clara , 2002 ; Hill, Huelsman, Furr, , Kibler, Vicente, & Kennedy , 2004) عن أن الصور المختلفة من الكمالية اللاتكيفية تكون مرتبطة بالمتغيرات السلبية مثل الانفعال السلبي والاكتئاب والقلق والعصابية ، وانتهت نتائج الدراسات التالية باورز وكوستنر وتابسي ، رايس وأشبي وسلاني ، أوكونر وأوكونر ومارشال (Powers, Koestner, &Topciu, 2005 ; Rice, Ashby, & Slaney , 2007 ; O'connor, O'Connor, & Marshall, 2007) إلى ارتباط الكمالية الموجهة ذاتياً مع كل من : الضمير الحي والمواجهة الايجابية للمهمة والانفعال الإيجابي ، وأسفرت نتائج دراسة ديبيرلتر ولي وفرست (Dibartolo, Li, &Frost, 2008, 1592) عن ارتباط المستويات الشخصية من الكمالية بالانفعال الإيجابي ، وأسفرت نتائج دراسة فليت وبلانكستين وهويت (Flett , Blankstein, &Hewitt , 2009) عن ارتباط منخفض بين الكمالية التكيفية والانفعال الإيجابي.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في ضوء العرض السابق في التالي :

- ١- هل توجد فروق بين متوسطات درجات مجموعات طلاب التربية الخاصة في أبعاد مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار؟

د. السيد كامل الشرييني ————— استراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

٢- هل توجد فروق بين متوسطات درجات الطلاب منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي ؟

٣- هل توجد علاقات ارتباطية بين درجات الطلاب على مقياس الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي ؟

٤- هل يمكن التنبؤ بالكمالية التكيفية لدى طلاب التربية الخاصة من درجاتهم على مقاييس المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي ؟

أهمية الدراسة

١- يشير سَبُونشي ولاند (1586 , 2003 , Saboonchi &Lundh) إلى ضرورة الاهتمام بخص أبعاد الكمالية التكيفية مع الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي .

٢- تكمن أهمية دراسة الكمالية التكيفية في شيوعها لدى طلاب الجامعة الذين يبحثون عن الخدمات الإرشادية (Halgin &Leahy, 1989).

٣- تسهم الدراسة في محاولة تعميق الفهم العلمي لأبعاد مقياس الكمالية التكيفية المستخدم في الدراسة الحالية وعلاقته بمتغيرات الدراسة.

٤- كما تكمن أهميتها في تحديد القيمة التنبؤية لمتغيرات الدراسة مما يساعد في تكوين رؤية مستنيرة عن مدى إسهامها في الكمالية التكيفية.

٥- وفي ضوء ما تسفر عنه الدراسة من نتائج يمكن تصميم برامج مناسبة لتنمية الكمالية التكيفية لدى طلاب التربية الخاصة .

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى فحص الفروق بين متوسطات درجات مجموعات طلاب التربية الخاصة في أبعاد مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار، وإلى تحديد الفروق بين متوسطات درجات الطلاب منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، وتحديد العلاقة الارتباطية بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي، وتحديد مدى إسهام متغيرات الدراسة في تفسير درجات طلاب التربية الخاصة في الكمالية التكيفية.

الإطار النظري للدراسة

يمكن عرض متغيرات الدراسة تباعاً على النحو التالي :

أ- الكمالية Perfectionism

تشتمل الكمالية على ما يلي : مفهوم الكمالية ، أهمية الكمالية ، التوجهات النظرية المفسرة للكمالية ، العوامل المؤثرة في الكمالية ، أبعاد الكمالية .

أولاً : مفهوم الكمالية

كلمة الكمالية في اللغة مستمدة من الفعل كَمَلَ الشيء كُمولاً : تمت أجزاءه أو صفاته ، ويقال كَمَلَ الشهر : تم دوره فهو كامل ، كُمل كمالاً : ثبت فيه صفات الكمال ، أكمل الشيء : أنه وفي القرآن الكريم" (الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ

ديتكم) ، كَمَل الشيء : أكمله ، اكتمل الشيء : كَمَل (المعجم الوجيز، ١٩٩٤ ، ٥٤١).

يشير كل من (Flett & Hewit , 2002) إلى أنه لا يوجد تعريف واحد للكمالية متفق عليه بين الباحثين ، فالكمالية تركيب معقد يعكس التفاعل بين العوامل السلوكية والدافعية والانفعالية والمعرفية ، (Flett &Hewit , 2007 ، 234).

عرف بيرنز (Burns , 1980b) الكمالية على أنها " وضع مستويات مرتفعة لاعتقالية ونقد الذات عندما لا يتم انجاز هذه المستويات" ، وعرفها بآتش (Patch , 1984) على أنها " وضع مستويات مرتفعة لا عقلانية ، والكفاح لانجاز هذه المستويات بعيدة المنال ، وتحديد قيمة الفرد في انجاز هذه المستويات ، ويعرف فرست ومارتن (Frost & Marten , 1990) الكمالية على أنها " نزعة نحو وضع مستويات شخصية مرتفعة بصورة مفرطة ، وعمل تقويمات ذاتية ناقدة بدرجة مفرطة ، يعرف (5 , Flett &Hewitt , 2002) الكمالية على أنها الكفاح من أجل أن يكون أداء الفرد خالياً من الأخطاء ، والأفراد ذوو الكمالية المرتفعة هم الأفراد الذين يتقنون كل جوانب حياتهم ، ويعرف كل من شافرن وكوبر وفيربيرن (Shafran , Cooper, &Fairburn, 2002,778) الكمالية على أنها " تقويم للذات مفرط ينصب على متابعة أداء المطالب الشخصية ، حيث يفرض الفرد على ذاته مستويات مرتفعة على الأقل في المجالات البارزة على الرغم من العواقب أو النتائج" ، ويعرف لي (1 , Lee , 2007) الكمالية على أنها " الكفاح بدون أخطاء ، ووضع مستويات مرتفعة مفرطة للأداء ، والميل نحو نقد الذات.

ثانياً : أهمية الكمالية

ترتبط الكمالية التكيفية بدلالة مع تقديرات الذات المرتفعة ، وانتقاء الهدف ، وضع الخطط المستقبلية ، وحل المشكلات ، كما أن الكمالية الموجهة ذاتياً تكون مرتبطة بعدد من الصفات الإيجابية التكيفية مثل الكفاح للانجاز ، وبالانفعالات الإيجابي ، وبفاعلية الذات ، وتحقيق الذات ، والمواجهة التكيفية مع الضغوط ، والتقديرات الإيجابية الشخصية ، والتعلم التكيفي ، والأداء الأكاديمي الجيد ، والتفاعلات الإيجابية بين الفرد والآخرين ، والثقة بالنفس ، والإيثار ، والاتجاهات الاجتماعية الإيجابية ، والتوكيدية (Blankstein & Dunkley, 2002 ; Burns & Fedewa, 2005)

ثالثاً : التوجهات النظرية المفسرة الكمالية

يري أدلر (Adler , 1956,104) ان الكفاح للتفوق والكمال كلاهما سمة فطرية للنمو الإنساني تتضمن كل الجوانب الصحية ، وفيها يكون الدافع للكمالية موجه نحو الحصول على الفوائد الاجتماعية أو تحسين ورفي المجتمع بدلاً من تحسين ورفي الذات ، ويُنظر في الجانب غير الصحي على أنه ميكانيزم تعويضي عندما يتغلب الفرد على مشاعر النقص ، وقد ميز أدلر بين الكمالية السوية والكمالية العصابية في مصطلحات محددة من النضال الاجتماعي وإدارة المشاعر المتدنية ، فالأفراد ذوو الكمالية السوية يناضلون للحصول على مستويات كافية من الإتقان ، ويخبرون مستويات يمكن ضبطها من مستويات النقص أو الدونية ، ويبدون مستويات مرتفعة من الاهتمام الاجتماعي ، ويتغلبون على مشاعر النقص من خلال أداء السلوكات التي تفيد أنفسهم والآخرين . أما ذوو الكمالية العصابية فإنهم يناضلون مع وجود الكثير من مشاعر النقص ، ويبحثون عن إتقان

غير واقعي ، ويبعدون مستويات منخفضة من الاهتمام الاجتماعي ، ويحاولون الحصول على التفوق بدون الاهتمام بالآخرين.

ويحدد أشبي وكوتمن (Ashby & Kottman , 1996) أحد أهم الفروق الرئيسية بين الكمالية السوية والكمالية العصابية في أن مستويات النقص المدركة من خلال الأفراد تكون بدلالة أعلى لدى الأفراد ذوي الكمالية العصابية ، وأنهم يظهرون أسي نفسي متزايد . أما انجاز المستوى الهدي المعرفي لروتر (Rotter, 1972) بدرجة كبيرة يكون مشابه لمفهوم الكمالية. وحدد بيك (Beck, 1976) الكمالية على أنها نسق معرفي مضطرب يتصف بالتفكير المضطرب والتعميم الزائد. ويركز أنموذج التوقعات الاجتماعية The Social Expectations Model الذي أعده همتشك (Hamachek, 1978, 27) على التوقعات الوالدية المرتفعة ، وعندما يحدث نقص في أي من توقعات الوالدين ، فإن الطفل يطور الكمالية من خلال والديه أو من خلال مواجهة الإهمال الوالدي ، وينظر إلى الكمالية السوية على أنها دافع للسرور من خلال عمل شيء ما جيد ، وفي الكمالية اللاسوية أو اللاتكيفية يعجز الفرد عن الشعور بالسعادة لأن أداءه متدنياً .

ويشير بيرنز (Burns, 1980a) إلى أن الكمالية حددت على أنها (كل شيء أو لا شيء) ويصف العناصر الرئيسية للكمالية في الآتي : ١- المحافظة على مستويات مرتفعة من السلوك والأداء . ٢- ارتباط تقدير الذات بهذه المستويات المرتفعة ، فالفشل في الوصول إلى المستويات المرتفعة يسبب تقدير ذات منخفض . ٣- الميل نحو تقويم الذات ويتحدد في هذا التقويم إما النجاح المطلق أو الفشل المطلق بدلاً من انجاز درجات مختلفة من الانجاز.

أما أنموذج التعلم الاجتماعي The Social Learning (Bandura, 1986) فيرى أن الكمالية في الأطفال تكون مرتبطة بتقديرات

الكمالية الوالدية والطفل في ضوء ذلك يقلد سلوك الوالدين. ويصف تيري - شورت وأونزسليد ودوي (Terry-Short, Owens, Slade, & Dewey, 1995) الكمالية الإيجابية بأنها دالة التعزيز (الدافعية للتحرك نحو المثير المعزز) مثل الميل للبحث عن المساندة من الآخرين والرغبة للاقتراب من الذات المثالية، والاستحواذ على الرضا، والمتعة عندما ينجح الفرد، أما الكمالية السالبة فتكون دالة للتعزيز السلبي (الطموح لتجنب النتائج المنفرة) فدوو الكمالية السلبية يتجاهلون مخاوفهم الذاتية كلما كان ذلك ممكناً، وعدم الرضا على السلوك الموجه نحو هدف وهم يتوقعون الفشل.

ويتألف نموذج العملية المزدوجة Dual Process الذي وضعه كل من سليد وأونز (Slade & Owens, 1998) من الكمالية السلبية والكمالية الإيجابية، فالأفراد المرتفعون في الكمالية السلبية مدفوعين بالتعزيز السالب ولديهم مخاوف من الفشل (التوجه نحو التجنب) بينما الأفراد ذوي الكمالية الإيجابية يكونون مدفوعون بالتعزيز الإيجابي والرغبة في النجاح (التوجه نحو الاقتراب). والطفل الذي يتعرض لبيئة قاسية يشيع فيها الإهانة وسوء المعاملة النفسية، وسحب الحب، فهذا الطفل يستجيب لهذه البيئة بسلوك كمالي ربما تكون هذه طريقة لمواجهة هذا العالم القاسي، هذا الطفل من الممكن أن يعتقد أنه أتقن من خلال ممارسة عملية الضبط، عند ذلك فإن الأذى الناتج عن الإهانة البدنية والانفعالية سوف يتوقف (Flett et al., 2002)، ويفترض فليت وبسر ودافيز وهويت (Flett, Besser, Davis, & Hewitt, 2003a) في أنموذج ردود الأفعال الاجتماعية The Social Reaction Model أن القسوة الوالدية تؤدي إلى تبني الكمالية كميكانيزم مواجهة للتوقعات العدائية الوالدية.

رابعاً : العوامل المؤثرة في الكمالية

١- النوع : انتهت نتائج دراسة هويت وفليت وتيرنبول- دونفن وميكل (Hewitt, Flett, Turnbull-Donovan, & Mikail, 1991) إلى حصول الذكور على متوسطات درجات مرتفعة على الكمالية الموجهة للآخرين مقارنة بالإناث ، أما الإناث فقد حصلن على متوسطات درجات مرتفعة على بُعد الكمالية المحددة اجتماعياً مقارنة بالذكور وذلك في عينات إكلينيكية ، وحصل الذكور على متوسطات درجات مرتفعة مقارنة بالإناث في الكمالية الموجهة للآخرين وذلك في عينات مجتمعية ، وأسفرت نتائج دراستي شواتزر وهاملتون ، وبسر وآخرين (Schweitzer & Hamilton, 2002; Besser et al ., 2010) عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الكمالية.

٢- العمر الزمني : أسفرت نتائج دراسة (Schweitzer & Hamilton, 2002) عن عدم وجود فروق تعزى للعمر الزمني في الكمالية.

٣- السلالة : انتهت نتائج دراسة كاسترو ورايس (Castro & Rice, 2003) إلى أن طلاب الجامعة الأمريكية من أصل أسويي يحصلون على درجات مرتفعة مقارنة بالأمريكان من أصل إفريقي والأمريكان من أصل قوقازي في ثلاثة من ستة أبعاد لمقياس الكمالية وهي (القلق على الأخطاء ، النقد الذاتي ، شكوك حول الأداء) ، وأظهرت نتائج شانج وتكينز وبنكس (Watkins, & Banks, 2004) أن الكمالية التكيفية تكون مرتبطة بالانفعال الإيجابي والرضا عن الحياة في النساء البيض ومرتبطة بالأفكار الانتحارية بدرجة أقل في النساء السود ، وترتبط الكمالية اللاتكيفية سلبياً بالرضا عن الحياة في النساء البيض فقط.

خامساً : أبعاد الكمالية

- ١- الكمالية الموجهة ذاتياً Self-Oriented Perfectionism وتتضمن المعتقدات والكفاح للوصول إلى الكمالية حيث يضع الفرد لنفسه مستويات مرتفعة للأداء ، وهذا البعد مشتق من الذات وموجه داخلياً ، والكمالية الموجهة ذاتياً تكون دافع بارز (Hewitt &Flett, 1991)
- ٢- الكمالية الموجهة للآخرين Other-Oriented Perfectionism وتشير إلى وضع مستويات مرتفعة للآخرين وإخضاعهم للتقويم الصارم ، حيث يتم وضع مستويات لا عقلانية للآخرين ويتم وضع أهمية كبيرة إذا هم حصلوا على هذه المستويات ومكافأتهم عليها إذا هم أنجزوها.
- ٣- الكمالية المحددة اجتماعياً Socially Prescribed Perfectionism يصف هذا البعد اعتقاد الفرد بأن الآخرين لديهم توقعات كمالية ، ويشعر أنهم يجب أن يحققوا هذه المستويات (Hewitt &Flett, 1991) وهذا البعد يكون موجهاً خارجياً (Enns &Cox, 2002; Stoeber, Feast, & Hayward , 2009) ويأخذ الاتجاه السلبي والمؤشرات المختلفة من التوافق النفسي السيئ (Enns &Cox, 2002) .
- ٤- الشكوك حول الأداء Doubts About Action حيث تتركز الشكوك حول نوعية وجودة أداء الفرد.
- ٥- المستويات الشخصية Personal Standards تعكس مستويات مرتفعة للأداء ، والميل إلى تقويم الذات المبني على الأداء.
- ٦- النقد الوالدي Parental Criticism إدراك أحد الوالدين على أنه ناقد بدرجة كبيرة متزايدة (Frost et al ., 1990).

٧- التوقعات الوالدية Parental Expectation هي المدى المدرك من قبل الوالدين والذي يشير إلى أن الوالدين لديهم توقعات مرتفعة.

(ب) إستراتيجيات المواجهة Coping Strategy

تتضمن إستراتيجيات المواجهة : مفهوم إستراتيجيات المواجهة ، التوجهات النظرية المسيرة لاستراتيجيات المواجهة ، العوامل المؤثرة في إستراتيجيات المواجهة ، أبعاد إستراتيجيات المواجهة.

أولاً : مفهوم إستراتيجيات المواجهة

يعرف فليشمان (Fleshman , 1984) إستراتيجيات المواجهة على أنها " السلوكيات الظاهرة أو الضمنية التي تستخدم لتعديل أو خفض الضغوط النفسية أو الظروف الضاغطة" ويعرفها أتواتر (Atwater, 1990, 109) على أنها " إستراتيجيات يستخدمها الفرد تجاه المثيرات التي تفقده توازنه وتضوق قدراته على التوافق" ، ويعرف (Amirkhan , 1990) المواجهة على أنها الاستجابة الموجهة لإدارة الآسي بعد وقوع الحدث الضاغط. ويعرف كل من ستون وجرينبيرت وكنيدي- مورونيومين (Stone, Greenbert, Kennedy-Moore & Newman, 1991) المواجهة على أنها "عملية دينامية تتغير مع مرور الوقت للاستجابة للمتطلبات الموضوعية والتقييم الشخصي للموقف" ويعرف درسلر (Dressler, 1991) المواجهة على أنها "جهد معرفي وسلوكي يستخدمها الفرد لإدارة المطالب المحددة أو الضغوط المحددة" ، وعرفها كل من بلمر وسلين (Plummer & Slane , 1996) على أنها " جهود موقضية وسلوكية من قبل الفرد لخفض التهديد المدرك أو إدارة الانفعالات المرتبطة بالضغوط" ، وحدد لازارس (Lazarus , 1999 , 99) المواجهة على أنها " الجهود أو المحاولات

السلوكية والمعرفية المتغيرة نسبياً أو بانتظام والتي يبذلها الفرد من أجل إدارة المتطلبات الداخلية أو الخارجية التي يتعرض لها أو التي تتجاوز مصادر الفرد (تفوق إمكانياته).

وفي هذا الصدد يجب أن نميز بين أساليب أو أنساق المواجهة Coping Style واستراتيجيات المواجهة Coping Strategies فالأولي تشير إلى أنظمة مواجهة ثابتة ومتسقة مع الضغوط، والثانية تشير إلى أفعال أكثر تحديداً، وتتميز الإستراتيجيات بأنها ذات سعة قابلة للتعديل، كما أنها تتضمن سعة تنبؤية جيدة والتي تجعلها أكثر جاذبية من منظور التدخلات (García et al ., 2007, 30).

ثانياً: التوجهات النظرية المفسرة لاستراتيجيات المواجهة

يرى كل من فولكمان ولازارس (Folkman & Lazarus, 1988) أن المواجهة تتضمن التفاعل بين الفرد والبيئة، والبيئة تكون ضاغطة عندما يكون الموقف مقدرًا من قبل الفرد على أنه ضار أو مؤذ، أما التهديد فيشير إلى الأذى الذي لم يحدث بعد لكنه متوقع، ويشير التحدي إلى الموقف الذي يؤدي إلى مطالب مرتفعة، ويؤكد على الإنجاز الجيد للمهمة أو يشير إلى العقبات التي سوف يتم التغلب عليها، فالتهديد يؤدي في الغالب إلى التجنب وكذلك التحدي ينتج عنه احتمالية الوصول إلى نتائج إيجابية. ويرى كل من فولكمان ولازارس وجرون وديلونجس، وفولكمان (Folkman, Lazarus, Gruen, & DeLongis, 1984; Folkman, 1986) أن الفرد عندما يواجه بموقف ضاغط فإنه يقدر معرفياً كيف يواجه هذا الموقف بأسلوب مناسب، ويحددون نوعين من التقدير المعرفي هما التقدير المعرفي الأولي Primary Appraisal وفيه يُقيم الفرد أهمية الحدث ويفهم ما إذا كان غير مناسب أو إيجابي أو ضاغط، والحدث غير المناسب

يكون هاماً لرفاهية الفرد ، أما الحدث الإيجابي فيكون جيداً ومرغوباً ، وفي الحدث الضاغط يتعرض الفرد للأذى والتهديد ، وفي عملية التقدير المعرفي الثانوي Secondary Appraisal يُقيم الفرد المصادر والبدائل المتاحة محاولاً أن يجد استجابة لهذا الأذى والتهديد والتحدي ، وهذه العمليات الثلاثة تشكل منظومة دائرية فنتاج أي منها قد يعاد استحضاره وتنفيذه في شكل دائري أكثر من مرة.

أما توبين وآخرون (Tobin et al ., 1989) فقد قدموا نموذج يستخدم الارتباط Engagement أو التحرر Disengagement ويشير الارتباط إلى العملية التي يرتبط فيها الفرد بنشاط موجه لإدارة الجوانب المحددة للمشكلة أو الجوانب الانفعالية للحدث الضاغط ، أما التحرر فيشير إلى العملية التي يكون فيها الفرد مشتتاً بعيداً عن إدارة الموقف الضاغط. ويشير كارفر وسكاير ونتراب (Carver , Scheier, & Weintraub, 1989) إلى أن غرض المواجهة تنظيم السلوك نحو أهداف الآخرين لاسيما عندما يواجهون بظروف ضاغطة ، وأن الأفراد يميلون إلى مساعدة بعضهم البعض في محاولتهم لحل المشكلات التي تعترضهم. ويصف موس (Moos , 1993 , 1995) في نمودجه الإجرائي Transactional Model إستراتيجيات المواجهة على أنها متغيرات وسيطة بين أزمات الحياة الواقعية ومحصلة الصحة والرفاهية ، هذا النموذج يقبل نظام التغذية الراجعة المتبادلة ، ويتكون هذا النموذج من بعدين هما : ١- بُعد التبور أو التمرکز ويشير إلى توجه الفرد نحو حل المشكلة (الاقتراب في مقابل التجنب). ٢- الطريقة وتشير إلى الجهود المعرفية والسلوكية التي تجعل الفرد يتمكن من حل الضغوطات التي يجابهها . وفي بُعد التبور فإن الأفراد يبذلون جهوداً نشطة لحل المشكلات ويكيفون انفسهم مع هذه الضغوطات (المواجهة بالاقتراب) ، على النقيض من ذلك المحاولة

لتجنب المشكلة ، وتركيز الجهود للسيطرة على الانفعالات المتولدة عن الصراع (مواجهة التجنب) ودمج البُعدين معاً يبرز أربعة تصنيفات هي :

- أ- المواجهة بالاقتراب المعرفي (التحليل المنطقي ، وإعادة التقدير الإيجابي).
- ب- المواجهة بالاقتراب السلوكي (البحث عن التوجه ، حل المشكلات).
- ج- المواجهة بالتجنب المعرفي (التجنب المعرفي ، التنازل).
- د- المواجهة بالتجنب السلوكي (البحث عن مكافآت بديلة ، التفريغ الانفعالي).

ثالثاً : العوامل المؤثرة في إستراتيجيات المواجهة

١- فيما يتعلق بالفروق العمرية في إستراتيجيات المواجهة تشير نتائج دراسة همّرت وthumbثون ووزيركي وستيل وماثني (Hamarat , Thompson, Zabrucky, Steele, & Matheny, 2001) إلى أن المساندة الاجتماعية تزداد مع التقدم في العمر الزمني.

٢- وعن الفروق في النوع في إستراتيجيات المواجهة فقد انتهت نتائج دراسة (Bijtteber & Vertommen , 1997) إلى أن الإناث أكثر بحثاً عن المساندة الاجتماعية مقارنة بالذكور ، وأسفرت نتائج دراسة كل من ولسون وزماتن ، وهامرت وآخرين (Wilson & Mutton , 2001; Hamarat et al., 2001) عن أن المواجهة المتمركزة حول الانفعال تكون بدرجة دالة منبئ إيجابي للأسى في كل من الذكور والإناث ، ولا توجد فروق دالة فيما يتعلق بالمستويات المنخفضة من المساندة الاجتماعية والتجنب الاجتماعي.

رابعاً : أبعاد إستراتيجيات المواجهة

حدد بيلنز وموس (Billings & Moss, 1981) ثلاثة أبعاد للمواجهة هي :

د.السيد كامل الشريبي ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

- ١- المواجهة النشطة : وهي محاولة رؤية الجانب الإيجابي.
 - ٢- المواجهة السلوكية النشطة : مثل التحدث إلى صديق ، محاولة اكتشاف الكثير عن الموقف.
 - ٣- التجنب : ويشير إلى تجنب الموقف الضاغط وعدم التعامل معه.
- وحدد فولكمان ولازارس (Folkman & Lazarus , 1988) الأبعاد التالية للمواجهة :

- ١- المواجهة المتمركزة حول المشكلة Problem Focused Coping والتي تعتمد على تغيير البيئة لخفض حدة الضغوط.
- ٢- المواجهة المتمركزة حول الانفعال Emotional Focused Coping والتي تعتمد على استجابتنا أو تفسيرنا للموقف. وتعتمد جوانب التغيير لدى الفرد على مواقف الفرد ، وعلى مستوى المساندة الاجتماعية.
- ٣- المواجهة المتمركزة على التجنب Avoidance Focused Coping في هذه المواجهة لا نعرض أنفسنا للمواقف الضاغطة التي تكون إيجابية أو سلبية بل تعتمد هذه المواجهة على ما إذا كانت المهمة يمكن تجنبها ببساطة (الجانب السلبي) ، أو تأدية المهمة بالطريقة التي نتجنب فيها احتمالية الضغوط السلبية (الجانب الإيجابي). وفي هذه المواجهة التجنبية يستخدم الفرد الإحجام المعرفي ، والتقبل الاستسلامي ، والتنفيس الانفعالي.

ويقترح (Carver et al., 1989) أبعاد المواجهة التالية :

- ١- المواجهة النشطة Active Coping وتتضمن اتخاذ خطوات لاستبعاد أو تقليل التأثيرات السلبية (على سبيل المثال المبادأة بالحدث أو الفعل المباشر).

- ٢- التخطيط Planning ويتضمن التفكير في كيف نواجه الضغوط (على سبيل المثال الاقتراب من إستراتيجيات اتخاذ القرار).
 - ٣- كبح الأنشطة المتصارعة Suppression of Competing Activities وتتضمن المحاولة لتجنب ما يكون مشتت من خلال القيام بأنشطة أخرى والتركيز على الضغوطات.
 - ٤- المواجهة بالتقييد Restraint Coping وتتضمن الانتظار حتى الوقت المناسب للأداء.
 - ٥- البحث عن المساعدة الاجتماعية لأسباب وسيلية أو أدائية Seeking Social Support for Instrumental Reasons وتشير إلى البحث عن المعلومات أو النصائح.
 - ٦- البحث عن المساعدة الاجتماعية لأسباب انفعالية Seeking Social Support for Emotional Reasons وتشير إلى البحث عن المساعدة الأخلاقية والتعاطف والفهم.
 - ٧- إعادة التفسير الإيجابي والنمو Positive Reinterpretation and Growth ويشيران إلى إدارة الأسي والانفعالات بدلاً من التعامل مع الضغوط ذاتها.
 - ٨- الرجوع إلى الدين Turing to Religion ويشير إلى الارتباط المتزايد بالأنشطة الدينية.
- قدم لازارس ، توين وهارويد ورينولدز وإيجل (Lazarus , 1991 ; Tobin, Halroyd, Reynolds , & Wigal , 1989) الأبعاد التالية للمواجهة :

د. السيد كامل الشرييني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

١- المواجهة النشطة Active Coping مثل حل المشكلات والبحث عن المساعدة الاجتماعية من الآخرين، وتتضمن الجهود المعرفية والسلوكية التي تكون في طبيعتها بنائية في التعامل مع الجوانب المحددة للحدث الضاغط، ويتوقع من أنماط هذه الإستراتيجية خفض احتمالية أعراض السلوك المشكل.

٢- المواجهة التجنبية Avoidance Coping وتتضمن الجهود التي يبذلها الفرد لتجنب الموقف الضاغط أو التفكير في الحدث الضاغط حيث يتم خفض احتمالية السعي وراء حدوث تغيير في الموقف المشكل أو ردود الفعل المرتبطة بالضغط.

أما إندلر وباركر (Endler & Parker , 1990) فقد ميز بين ثلاث إستراتيجيات للمواجهة وهي :

١- المواجهة المتمركزة حول المهمة Task Oriented Coping والتي تركز على المهمة مثل عمل خطة أو القيام بأفعال واقعية في الموقف الضاغط.

٢- المواجهة المتمركزة حول الانفعال Emotion –Oriented Coping وتشير إلى الموقف الضاغط مع توجه محدد، وبشكل أولي تتضمن استجابات انفعالية أو فكرية.

٣- المواجهة المتمركزة حول التجنب Avoidance –Oriented Coping وتشير إلى تفاعلات التجنب مع الآخرين (حلول موجهة من الفرد) أو أن تكون المهمة غير مرتبطة بالموقف الضاغط (حلول مرتكزة على المهمة).

حدد روجر وجرفيس ونجرين (Roger , Jarvis, & Nigarian , 1993) الأبعاد التالية للمواجهة :

- ١- إستراتيجية المواجهة العقلانية: وتركز هذه الإستراتيجية على المواجهة المنطقية المرتكزة على المهمة مثل حل المشكلات.
- ٢- المواجهة الانفعالية: تشير إلى كبح أو التعبير عن الانفعالات المستثارة من التهديد.
- ٣- المواجهة التجنبية: تتضمن سلوك التجنب أو الانفعالات المستثارة من التهديد.
- ٤- المواجهة المنفصلة أو المستقلة: تشير إلى المشاعر المنفصلة أو المنعزلة عن السلوكيات والانفعالات المستثارة من خلال التهديد.

قدم اجنو (Agnew , 2001 ,66-74) ثلاث استراتيجيات للمواجهة هي :

- ١- إستراتيجية المواجهة المعرفية: تتضمن هذا البعد الإجهاد الذي يكون مرتبطاً بأهداف الفرد ومعتقداته وقيمه وهويته.
- ٢- إستراتيجيات المواجهة الانفعالية: وتشير إلى الإجهاد لكنها تنطبق على الحالة الانفعالية بدلاً من انطباقها على الحالة العقلانية للفرد.
- ٣- إستراتيجيات المواجهة السلوكية: وتشتمل على محاولات لخفض أو استبعاد مصادر الإجهاد، ومحاولة البحث عن الانتقام ضد هؤلاء الأفراد الذين يسببون الظروف الضاغطة.

(ج) تقدير الذات Self-esteem

يتضمن تقدير الذات ما يلي: مفهوم تقدير الذات، التوجهات النظرية المفسرة لتقدير الذات، العوامل المرتبطة بتقدير الذات، أبعاد تقدير الذات.

أولاً : مفهوم تقدير الذات

يعرف كوبر سميث (Coopersmith , 1967) تقدير الذات على أنه "الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد عن نفسه". ويعرف ماسلو (Maslow , 1968, 45) تقدير الذات على أنه " الرغبة في الوصول إلى القوة والانجاز والكفاية والإجادة والكفاءة والاستقلال والحرية". ويعرفه براندين (Branden , 1992 , 8) على أنه " المستوى الذي يحكم به الفرد على نفسه ، وهو انفعال وخبرة يكونان ملائمين للحياة ومتطلباتها". وفي معجم علم النفس المعاصر ، يعرف تقدير الذات على أنه " تقييم الفرد لذاته وأماله المستقبلية وميزاته ووصفه بين الآخرين ، وتعتمد علاقات الفرد مع غيره وصدقه مع نفسه ونقده لها وموقفه من نجاحه وفشله على تقدير الذات (أ.ف. بتروفسكي ، ١٩٩٦ ، ٢٧٦). وعرف جندين (Guindon, 2002, 207) تقدير الذات على أنه "مكون تقويمي اتجاهي للذات ، وحكم وجدائي مبني على مفهوم الذات والذي يشتمل على مشاعر القيمة والقبول وينمو ويستمر نتيجة للوعي بالكفاءة والرفاهية من العالم الخارجي".

ثانياً : التوجهات النظرية المفسرة لتقدير الذات

يعتقد (Rogers, 1951) أن الذات تنمو من خلال دمج ما يختبره الفرد مع ما هو مقحم عليه والذي يشتق من القيم والتفضيلات الانفعالية. ويرى (Coopersmith , 1967) أن تقدير الذات يشتمل على كل من عمليات تقييم الذات وردود الأفعال والاستجابات الدفاعية ، ويميز بين نوعين من الذات : الذات الحقيقية وتوجد لدى الأفراد الذين يشعرون بالفعل بأنهم ذوو قيمة ، وتقدير الذات الدفاعي ويوجد لدى الأفراد الذين يشعرون بأنهم غير ذي قيمة. وطبقاً لروزنبرج (Rosenberg, 1979) فإن الذات تتطور أثناء مرحلتي الطفولة والمراهقة ، وكل

مكون من مكونات الذات يتم تقديره والحكم عليه في ضوء هذه القيمة ، وتسهم التغذية التي يحصل عليها الطفل من الأفراد المهمين في حياته في تطور تقدير الفرد لذاته ، وأن التقدير المرتفع للذات يعني أن الفرد يحترم ذاته ، و يقيمها بشكل مرتفع ، بينما تقدير الذات المنخفض فيعني رفض الذات وعدم قبولها ، وعلى هذا فإن الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه .

وقد ميز جكس (Gecas , 1982) بين تقدير الذات المبني على الكفاءة

والقوة والفعالية ، وتقدير الذات المبني على الفضيلة أو القيمة الأخلاقية ، فالأول يتضمن أداء فعال ويكون مرتبطاً بعزو الذات وعمليات المقارنة الاجتماعية ، أما الثاني فيرتبط بالقيم والمعايير التي تشير إلى تفاعل الفرد مع الآخرين وهذان النوعان متداخلان. ويرى كل من روزنبرج وسكولر وسكونبيرج (Rosenberg , Schooler, & Schoenberg , 1989) أن تقدير الذات دافع إنساني أساسي. وأن هناك نمطين لتقدير الذات يساهمان على نحو متباين في الأداء الإنساني ، تقدير الذات الكلي أو العام والذي يفسر الرفاهية النفسية ، وتقدير الذات المحدد الذي يهتم بتفسير السلوك وينبثق من هذا التصنيف ما يأتي :

١- تقدير الذات المحدد والكلي لا يكونان قابلين للتبديل أي يحل أحدهما محل الآخر.

٢- يبدو أن تقدير الذات المحدد له تأثير كبير على تقدير الذات الكلي.

٣- تأثير تقدير الذات المحدد يكون محدداً من خلال أهمية السلوك المحدد (Rosenberg et al., 1995)

ثالثاً : العوامل المرتبطة بتقدير الذات

١- العمر الزمني ، النوع ، التعلم : انتهت نتائج دراسة كل من أورثرز زينويسي وورينز (Orth , Trzesniewski, & Robins, 2010) إلى ازدياد تقدير الذات في

مرحلة الشباب وفي أواسط مرحلة الرشد وصولاً إلى الذروة في عمر ٦٠ سنة ، ثم ينحدر انخفاضاً بعد ذلك ، والإناث يكن أقل في تقديرهن لذواتهن مقارنة بالذكور في مرحلة الرشد المبكرة ، ويتغير الحال بعد ذلك في الأعمار المتقدمة ، والأفراد الأكثر تعليماً لديهم تقدير للذات مرتفع مقارنة بهؤلاء الأقل تعليماً .

٢- **السلالة :** انتهت نتائج دراسة تونجو وكروكر (Twenge & Crocker , 2002) إلى أن الأمريكيان الأفارقة باتساق يحصلون على درجات مرتفعة من البيض، والبيض يسجلن درجات مرتفعة مقارنة بالأسويين والأمريكان الهنود . وأسفرت نتائج دراسة زيجلر - هيل (Zeigler - Hill , 2007) عن أن طلاب الجامعة البيض يكونون أكثر من أقرانهم السود في قبولهم للآخرين .

رابعاً : أبعاد تقدير الذات

١- حدد (Rosenberg , 1965) تقدير الذات على أنه أحد مكونات مفهوم الذات .

٢- يشتمل تقدير الذات وفقاً لكل من بلاسكفيتش وتومكا (Blascovich & Tomaka, 1991) على الجوانب المعرفية والسلوكية .

٣- تتكون أبعاد تقدير الذات وفقاً لكل من ميكا وسمسler (Mecca & Smesler, 1989) من الآتي :

أ- مكون معرفي : يصف جوانب الذات في مصطلحات وصفية .

ب- مكون انفعالي : يتضمن درجة الإيجابية والسلبية نحو المكونات المعرفية المحددة من خلال الفرد .

ج- مكون تقويمي : يهتم هذا المكون بعزو قيمة الذات تبعاً للمستوي المثالي الذي يحدده الفرد ، والمستوي الذي من الممكن أن يكون داخلياً ، أو يتضمن قياس قيمة الفرد في مقابل الأفراد الآخرين أو المجموعات.

٤- يصنف (Guindon, 2002 , 207) تقدير الذات إلى :

أ- تقدير الذات العام Global Self-Esteem حيث يتم تقدير عام لقيمة الذات، ومستوي قبول الذات واحترام الذات سمة ثابتة نسبياً.

ب- تقدير الذات الانتقائي Selective Self-Esteem وهو تقويم محدد للذات. ويكون موقفياً.

(د) الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي The Positive and Negative Affect

يتضمن الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي ما يلي : مفهوم الانفعال ، التوجهات النظرية المفسرة للانفعال .

أولاً : مفهوم الانفعال

تعددت التعريفات للانفعالات مع انعدام الاتفاق على تعريف أساسي لطبيعة المفهوم. تعرف (لندا. دافيدوف ، ١٩٩٧) الانفعال على أنه " حالة داخلية تتصل بجوانب معرفية خاصة وإحساسات ، وردود أفعال فسيولوجية وسلوك تعبيرية معين ، وتنزع للظهور فجأة ويصعب التحكم فيها) ، ويعرف رسل (Russell , 147) ، 2003 الانفعال على أنه حالة عصبية فسيولوجية تكون شعورياً مقبولة كمشاعر لا انعكاسية والتي تمثل مزيجاً تكاملياً من المتعة أو التلذذ (السرور - الانزعاج) ، والاستثارة (الخمول والنشاط). ويعرف كل من واطسن وتيليجن (Watson & Tellegen , 1985) الانفعال على أنه حالة عصبية فسيولوجية تُخبر في الغالب على أنها مشاعر . أمزجة ، وتنتظم على الأقل في بعدين هما

التكافؤ والإثارة. ويعبر بعد التكافؤ عن المكاسب البيئية المحتملة (تكافؤ موجب) ومكاسب بيئية أقل (تكافؤ سلبي)، ويعبر بعد الإثارة عن المطالب البيئية المحتملة التي تتطلب طاقة وتعبئة (إثارة مرتفعة)، ويسمح بحالة من الراحة والتعالي (إثارة منخفضة) (Russell , 2003).

ثانياً : التوجهات النظرية المفصلة للانفعال

يري داروين Darwin ان الانفعالات تكون تكييفية حيوية ، ويعتمد البقاء الإنساني على هذه الانفعالات . ويرى وليم جيمس William James ان الانفعالات تؤدي وظيفية تكييفية ، وأن الانفعالات غريزية ، ويؤكد فرويد Freud على أن الانفعالات فطرية وتعكس هذه الانفعالات أشكالاً من الطاقة اللاشعورية المعقدة الموجهة نحو موضوع خارجي عن الذات (Plutchik, 1994 ; Solomon, 2003) أما إيكن (Ekman , 1982) فقد قدم نظاماً دقيقاً للتمييز بين التعبيرات الوجهية ، والتي تتبدى وتتواصل وتمثل وجهة محددة من الانفعالات الأساسية ، وتمثل هذه الانفعالات ظاهرة بيولوجية تكييفية للتواصل ، وراء هذه الانفعالات الأساسية انفعالات أخرى أكثر تعقيداً ، وتشتق من الأفكار التجهيزية الصادرة عن الذات ، ومن خلال تفاعلات الفرد مع البيئة .

وأكد تومكينز (Tomkins, 1991) على ان الانفعالات تشتق جينياً وحدد ثمانية انفعالات هي : الاهتمام - الاستثارة ، المتعة - البهجة ، الغضب - الغيظ ، الخوف - الرعب ، الضيق - الألم ، الخجل ، الاشمزاز ، ويصنف هذه الانفعالات إلى انفعالات إيجابية وانفعالات سلبية ، ولهذه الانفعالات وظيفة دافعية ، والتعبيرات الانفعالية الوجهية أو البدنية استجابات فطرية للمثيرات البيئية . وتبني أيزرد (Izard , 1971, 1991) آراء تومكينز وحدد قائمة من الانفعالات الأساسية المبنية على التعبيرات الوجهية ، ولكل انفعال تعبيرات وجهية فريدة ، وخصائص عصبية تطورت عبر التاريخ الإنساني ، وهذه الانفعالات توجه الأفراد لمقابلة احتياجاتهم التكييفية . أما نموذج واطسن (Watson, Clark, & Tellegen , 1988) فيعد أحد أهم النماذج الرائدة في تفسير

الانفعالات، ويُني هذا النموذج على بعدين أساسيين هما: بُعد الانفعالات الإيجابية، وبُعد الانفعالات السالبة ويرى واطسن (Watson , 2000) ان هناك فروق فردية هامة في خبرات الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي يمكن بلورتها في النقاط التالية:

١- تستمر هذه الانفعالات بمرور الوقت.

٢- تعمم عبر المواقف.

٣- تكون مستقلة بعضها عن بعض.

وأكد كل من رسل، رسل وبيرت، (Russell , 1980; Russell & Barrett , 1999) في نموذجهما الاستثارة ذات القوة المتكافئة Valence-Arousal Model على بعدين ثنائيين متدرجين من الانفعالات الإيجابية (السعادة) والانفعالات السلبية (الحزن)، وبُعد الاستثارة العمودي حيث تتراوح درجة الانفعال من منخفض في الاستثارة (هادئ) إلى مرتفع في الاستثارة (متوتر) ويؤكد هذا النموذج على أن الفرد عندما يكون سعيداً فهو لا يكون حزيناً، وعندما يكون حزيناً فهو ليس سعيداً. وطرح واطسن (Watson , 2000) خمسة افتراضات أساسية اشتقت من خلال الطرح السابق ومن أبحاثه عن الانفعال:

١- تمثل المزاجية الذاتية ظاهرة أساسية اشتقت عبر التاريخ وفي هذا استجابة للارتباط بين المعرفة والانفعال.

٢- ينبثق هذا الافتراض من أعمال جيمس حيث يعتقد واطسن أن الأمزجة والانفعالات تكون مكونات منظومة سلوكية بيولوجية تتضمن المكون الانفعالي، المكون السلوكي، المكون المعرفي، المكون البيولوجي، وهناك حوار حول أي من هذه المكونات يكون الأول في حدوث الاستجابة للمثيرات البيئية، ويرى أن كل هذه المكونات تستجيب للبيئة بشكل متزامن في سلسلة معقدة من التغذية الراجعة تسمى السلوكية الحيوية.

٣- أي تغير يطرأ على أي مكون من مكونات هذه المنظومة يحدث تغير في باقي مكونات المنظومة.

د.السيد كامل الشربيني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

٤- هذه المنظومة تكون نتاج عملية الانتقاء الطبيعي وفقاً لدارون فهي تكيفية ، والأمزجة السلبية تكون غير سارة ، ويصحبها أعراض فسيولوجية للمثيرات الخطرة ، وبالتالي فهي تدعم بقاءنا من خلال تمكيننا لتجنب المواقف التي من الممكن أن تؤذيها أو تقتلنا ، والأمزجة الإيجابية تدفعنا نحو الاقتراب من المثيرات البيئية السارة والمحافظة على مستويات الطاقة المرتفعة .

٥- يرى واطسن أن كلاً من الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي يتعايشان معاً ولكنهما يعملان بطريقة مستقلة ، وفي هذا يرى واطسن أن الانفعالات الإيجابية المستثارة بدرجة مرتفعة ، والانفعالات السلبية المستثارة بدرجة مرتفعة ، يكونان بدرجة كبيرة مستقلين . وأن الانفعال الإيجابي يكون مرتبطاً بالدافع للاقتراب ، بينما الانفعال السلبي يكون مرتبطاً بالدافع للانسحاب .

تحديد المصطلحات

يمكن تحديد مصطلحات الدراسة على النحو التالي :

أ- الكمالية : وضع مستويات مرتفعة للأداء ، والكفاح لإنجاز هذه المستويات مع خلوها من الأخطاء .

هناك أربعة أبعاد للكمالية هي :

١- مستويات مرتفعة للآخرين High Standards for Others ميل الفرد إلى جعل الآخرين يتمسكون بكماليته المثالية .

٢- التنظيم Organization ميل الفرد إلى أن يكون منظماً ومرتباً .

٣- التخطيط Planfulness الميل إلى التخطيط بطريقة مستقبلية متقدمة ، والتأني والحرص في اتخاذ القرارات .

٤- الكفاح للتفوق Striving for Excellence السعي وراء النتائج الكمالية والمستويات المرتفعة (Hill , 2004 , 83) .

دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق — العدد (٧٧) أكتوبر ٢٠١٢

ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الكمالية التكيفية.

(ب) إستراتيجيات المواجهة " مجموعة من الجهود أو النشاطات الانفعالية والمعرفية والسلوكية المتغيرة نسبياً أو بانتظام لإدارة المتطلبات المحددة الداخلية أو الخارجية التي تتجاوز مصادر الفرد".

هناك بُعدان للمواجهة هما :

١- المساعدة الاجتماعية Social Support تتضمن جهوداً للتواصل مع الآخرين للحصول على النصيحة أو الشعور بالارتياح.

٢- حل المشكلات Problem Solving تتضمن استخدام المعالجة التي تشتمل على التأملات والتطبيقات وما ينتج عنهما من استجابات مثل حل وسط أو موفق ، ضبط الذات ، التفكير الإيجابي (Amirkhan , 1990).

وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على بُعدي مقياس إستراتيجيات المواجهة (المساعدة الاجتماعية ، حل المشكلات).

(ج) تقدير الذات : يعرف (Rosenberg , 1965) تقدير الذات على انه " مجموع أفكار الفرد ومشاعره اللذين يعبران عن قيمته وأهميته ، أو الاتجاهات الإيجابية والسلبية الكلية للفرد عن ذاته".

ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس تقدير الذات.

(د) الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي : يحدد الانفعال الإيجابي تبعاً لـ (Watson et al ., 1988) على انه " شعور الفرد بالحماس والتيقظ والنشاط الاجتماعي السار والشعور بالرضا ، والتركيز المتميز ، والشعور بالمتعة ، والانفعال الإيجابي المنخفض مرتبط بالحزن والخمود. أما الانفعال السلبي تبعاً لـ (Watson et al ., 1988) فيعكس مدى شعور الفرد بالقنوط واليأس الذاتي والغضب والاشمئزاز ، والمواجهة

د.السيد كامل الشرييني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

المتدنية ، والشكوى البدنية ، وتكرار الأحداث السلبية ، والشعور بالاحتقار والذنب ، والخوف والعصبية وتشير الدرجة المنخفضة منه إلى حالة من الهدوء والصفاء .

ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المبحوث على قائمة الانفعال

الإيجابي والانفعال السلبي .

الدراسات السابقة

أولاً : دراسات تناولت العلاقة بين الكمالية وإستراتيجيات المواجهة

هدفت دراسة شنج (Cheng, 2001) إلى فحص الكمالية والقدرة على حل المشكلات لعينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم ١٣٨ طالباً ، وتم تطبيق مقياس الكمالية من إعداد : فرست وآخرين ، وقائمة حل المشكلات إعداد : هيبنر وياترسون Heppner , 1982 & Petersen ، وأبانت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط دال بين الكمالية التكيفية وحل المشكلات .

هدفت دراسة أوكونر وأوكونر (O'connor & O'connor , 2003) إلى الكشف عن العلاقة بين الكمالية والمواجهة كمتغيرات مستقلة ودورهم في التنبؤ بالتغيرات في الشعور باليأس في عينة من طلاب الجامعة ، وتم تطبيق مقياس الكمالية المتعدد الأوجه إعداد : Hewitt & Flett, 1991 ، وانتهت نتائج الدراسة إلى أن الكمالية الموجهة ذاتياً تكون مرتبطة بالمواجهة التجنبية الأقل .

هدفت دراسة رام (Ram, 2005) إلى فحص العلاقة بين الكمالية الإيجابية والكمالية السلبية وكل من الانجاز الأكاديمي والدافعية والرفاهية لدى عينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم ١٧٠ طالباً ، وتم تطبيق مقياس الكمالية المتعدد الأوجه إعداد : فرست وآخرين ، وقائمة العوامل الخمسة الكبرى إعداد : كوستا وماكري Costa & McRae, 1992 وقائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي إعداد : واطسن وآخرين ، مقياس الضغوط والقلق والاكئاب إعداد : ليفيند ولفيند Lovibond & Lovibond, 1995 ومقياس المواجهة إعداد : Carver et al ., 1989 ، أسفرت

نتائج الدراسة عن أن الكمالية الإيجابية ترتبط إيجابياً مع انجاز أكاديمي مرتفع ودافعية انجازية مرتفعة ، وعوامل الشخصية الإيجابية واستخدام أكثر لإستراتيجيات المواجهة ، بينما الكمالية السلبية ترتبط بالانفعال السلبي والاكتئاب والقلق والضغط وعوامل الشخصية السلبية.

فحصت دراسة كل من ستوبر وجنسن (Stoeber & Janssen , 2011) تنبؤ الكمالين باستخدام إستراتيجيات المواجهة عندما يتعاملون مع مواقف الفشل ، أُجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها ١٤٩ طالباً جامعياً ، أكملوا تقارير يومية من ٣ - ١٤ سنة ، وتم تحديد المضايقات وأوجه الفشل المختبرة يومياً من قبلهم ، انتهت نتائج الدراسة إلى أن تنبؤ الأفراد الكمالين القلقين يُبنى على استخدام لوم الذات المتكرر بدرجة كبيرة وهم أقل استخداماً لإستراتيجيات المواجهة النشطة والقبول ، أما الكماليون المكافحون فيبني تنبؤهم على استخدام أقل للوم الذات ، وهم أكثر استخداماً للمواجهة النشطة.

هدفت دراسة كل من لارجني وبشارت (Larijani & Besharat , 2010) إلى الكشف عن العلاقة بين الكمالية وأساليب المواجهة على عينة من طلاب الجامعة الإيرانية بلغ عددهم ٣٧٨ طالباً ، وطبق على عينة الدراسة مقياس فارسي للكمالية الإيجابية والكمالية السلبية Farsi Positive & Negative Perfectionism Scale ومقياس طهران لأساليب المواجهة Tehran Coping Style Scale ، كشفت نتائج الدراسة عن ارتباط الكمالية الإيجابية إيجابياً بأساليب المواجهة المتمركزة حول الانفعال الإيجابي وحل المشكلة ، وارتباطاً سلبياً بأساليب المواجهة المتمركزة حول الانفعال السلبي ، وارتباط الكمالية السلبية سلبياً مع أساليب المواجهة المتمركزة حول الانفعال الإيجابي وعلى حل المشكلات ، وإيجابياً مرتبطة مع أساليب المواجهة المتمركزة حول الانفعال السلبي.

ثانياً : دراسات تناولت العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات

فحصت دراسة كل من أشبي ورايس (Ashby & Rice , 2002) العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات ، أُجريت الدراسة على عينة من طلاب الجامعة بلغ قوامها ٢١٦

طالب . انتهت نتائج الدراسة إلى ارتباط مكونات تقدير الذات بمستويات الكمالية المرتفعة وبلغ معامل الارتباط ٠.٢٨ .

هدفت دراسة رايس ولوبيز (Rice & Lopez , 2004) إلى فحص العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات والاككتاب لدى عينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم ٢١١ طالب ، وتم تطبيق مقياس الكمالية المتعدد الأبعاد إعداد : (Frost et al., 1990 (MPS-F) ومقياس روزنبرج لتقدير الذات ، ومقياس الاككتاب إعداد : رادلُف Radloff, 1977 ، وأسفرت نتائج الدراسة عن ارتباط الكمالية التكيفية بتقدير الذات مرتفع .

هدفت دراسة كل من جرزجورك وسلاني وفرانز ورايس (Grzegorek, Slaney , Franze,&Rice , 2004) إلى فحص الفروق في تقدير الذات بين الطلاب ذوي الكمالية التكيفية ، والطلاب ذوي الكمالية اللاتكيفية ، والطلاب الذين ليس لديهم كمالية . أُجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها ٢٧٣ طالباً جامعياً ، طبق مقياس الكمالية إعداد فرست وآخرين ، ومقياس روزنبرج لتقدير الذات ، انتهت نتائج الدراسة إلى أن الطلاب ذوي الكمالية التكيفية سجلوا متوسطات درجات مرتفعة في تقدير الذات مقارنة بالمجموعتين الأخيرتين .

هدفت دراسة وأنج وسلاني ورايس (Wang , Slaney &Rice , 2007) إلى فحص الكمالية لدى عينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم (٢٧٣) طالباً ، وتم تطبيق مقياس الكمالية المتعدد الأوجه لفرست وآخرين ، ومقياس الاككتاب Radloff, 1977 ومقياس سبيلبيرجر لقياس القلق ، ومقياس الدافع للانجاز المتمركز حول الفرد والدافع للانجاز الاجتماعي إعداد : سوم وأيل ويو ويانج Soam , Ioall , Yu&Yong 1987 ، ومقياس روزنبرج لتقدير الذات . وتم تقسيم العينة الكلية إلى : ذوي الكمالية التكيفية ، ذوي الكمالية اللاتكيفية . وتم مقارنة هذه المجموعات على القلق والاككتاب والدافع للانجاز وتقدير الذات ، أسفرت نتائج الدراسة عن أن مجموعة الطلاب ذوي الكمالية التكيفية حصلوا على متوسطات درجات مرتفعة على تقدير الذات مقارنة بالمجموعتين الأخيرتين ، ومجموعة الطلاب ذوي الكمالية اللاتكيفية حصلوا على

متوسطات درجات مرتفعة على الاكتئاب والقلق مقارنة بالمجموعتين الأخيرتين .
ومجموعة الطلاب ذوي الكمالية التكيفية حصلوا على متوسطات درجات منخفضة على
قلق الحالة.

ثالثاً : دراسات تناولت العلاقة بين الكمالية والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

هدفت دراسة كل من كوبري وتانو (Kobori & Tanno , 2005) إلى
فحص العلاقة بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي . أُجريت
الدراسة الأولى على عينة بلغ قوامها ٣٥٨ طالباً جامعياً ، وتم تطبيق مقياس الكمالية
المتعددة الأوجه إعداد : Hewitt & Flett , 1991 وقائمة الكمالية المعرفية المتعددة
الأوجه إعداد : Kobori & Tanno , 2004 ومقاييس الانفعال العام إعداد : أجو
ومانشي كيكويوا وسوزوكي Agawa , Monchi , Kikuya & Suzuki, 2000
وهذه المقاييس بُنيت على قائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي لواطسن وآخرين .
انتهت نتائج الدراسة إلى عدم وجود ارتباط بين الكمالية الموجهة ذاتياً وكل من الانفعال
الإيجابي والانفعال السلبي ، ووجود ارتباط دال بين المستويات الشخصية والانفعال
الإيجابي بلغ ٠.٤٥ ، وعدم وجود ارتباط بين المستويات الشخصية والانفعال السلبي ،
ووجود ارتباط سلبي دال بين القلق على الأخطاء والانفعال الإيجابي بلغ - ٠.٣٠ ،
وارتباط إيجابي دال بين القلق على الأخطاء والانفعال السلبي بلغ ٠.٤٧ .

هدفت دراسة كل من مولنر وريكر وكلب وسادافا وديكورفيل (Molnar ,
Reker , Culp , Sadava, DeCourville , 2006) إلى فحص الانفعال الإيجابي
والانفعال السلبي كوسيطين للعلاقة بين الكمالية والصحة البدنية ، أُجريت الدراسة
على عينة من صفار الراشدين بلغ قوامها (٤٢٩) ، وتم تطبيق مقياس الكمالية المتعدد
الأوجه إعداد : Hewitt & Hett , 1991 ، وقائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي
إعداد : Watson et al ., 1988 ومقياس الصحة البدنية من خلال تطويع مجموعة
من الأعراض من مقياس ماكملان Macmillan, 1957 . أسفرت نتائج الدراسة عن
وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة بلغت ٠.٢٨ بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال

د. السيد كامل الشربيني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

الإيجابي، وعدم وجود علاقة بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال السلبي، ووجود علاقة ارتباطيه دالة بلغت ٠.١٧ بين الكمالية الموجهة للآخرين والانفعال الإيجابي، وعدم وجود علاقة بين الكمالية الموجهة للآخرين والانفعال السلبي، ووجود علاقة ارتباطيه سلبية دالة بلغت - ٠.١٣ بين الكمالية المحددة اجتماعياً والانفعال الإيجابي، ووجود علاقة ارتباطيه دالة بلغت ٠.٣٥ بين الكمالية المحددة اجتماعياً والانفعال السلبي.

هدفت دراسة كل من ستوبر وكوبوري وتانو (Stoeber , Kobori , Tanno, 2010) إلى فحص قائمة الكمالية المعرفية المتعددة الأوجه إعداد كوبوري وتانو (Kobori & Tanno, 2004) وتحديد العلاقة بين قائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي لعينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم ٣٧١ طالباً، تم تطبيق قائمة الكمالية المعرفية المتعددة الأوجه، ومقياس الكمالية المتعدد الأوجه إعداد : Hewitt & Flett , 1991 وقائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي إعداد : واطسن وآخرين Watson et al ., 1986 وانتهت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي دال بلغ ٠.١٩ بين المستويات الشخصية والانفعال الإيجابي، وعدم وجود ارتباط بين المستويات الشخصية والانفعال السلبي، ووجود ارتباط سلبي دال بلغ - ٠.١٣ بين القلق على الأخطاء والانفعال الإيجابي، ووجود ارتباط إيجابي دال بلغ ٠.٣٣ بين القلق على الأخطاء والانفعال السلبي، ووجود ارتباط إيجابي دال بلغ ٠.١١ بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال الإيجابي، وعدم وجود علاقة ارتباطيه بين الكمالية الموجهة ذاتياً والانفعال السلبي، ووجود ارتباط سلبي دال بلغ - ٠.١٠ بين الكمالية المحددة اجتماعياً والانفعال الإيجابي، وارتباط إيجابي دال بلغ ٠.٢٤ بين الكمالية المحددة اجتماعياً والانفعال السلبي.

من خلال عرض الدراسات السابقة يتضح ما يأتي :

١- تضاربت نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين الكمالية واستراتيجيات المواجهة إلى حد ما فقد أكدت نتائج الدراسات التالية على وجود علاقة بين بعض أبعاد الكمالية واستراتيجيات المواجهة (Flett et al., 1996b; Rice & Lapsley , 2001 ; O'connor & O'connor , 2003 ; Cheng, 2001; Dunkley et al., 2003 ;

Ram, 2005 ; Wei et al., 2006 ; Rice et al., 2007; Besser et al., 2010
واكدت نتائج Larijani & Besharat , 2010 ; Stoeber & Janssen , 2011)
الدراسات التالية على عدم وجود علاقة ارتباطية بين بعض أبعاد الكمالية واستراتيجيات
المواجهة (Flett et al ., 1996b ; Chang, 1998 ; Chang , 2002) ومن الواضح
أن الدراسات التي اكدت على وجود علاقة قد ركزت على استخدام متزايد لأسلوب حل
المشكلات.

٢- اكدت نتائج الدراسات التالية على وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الكمالية
وتقدير الذات (Rice & Slabey , 2002 ; Ashby & Rice , 2002 ; Flett et al., 2003b ; Rice & Lopez , 2004 ; Grzegorek et al ., 2004 ; Mobley
et al ., 2005 ; Stoeber & Otto , 2006 ; Ashby et al., 2006 ;
Trumpeter et al., 2006 ; Wang et al., 2007 ; Rice & Ashby , 2007)
باستثناء نتائج دراستي (Rice et al., 1998; Rice et al ., 1999) والتي اكدت
على عدم وجود علاقة ارتباطية بينهما.

٣- يلاحظ وجود اتساق كبير في نتائج الدراسات التالية التي عُنيت بفحص الارتباط
بين بعض أبعاد الكمالية والانفعال الإيجابي ، (Frost et al ., 1993; Brown et al ., 1999;
Saboonchi & Lundh, 2003; Kobori & Tanno , 2005 ; .., 1999;
Powers et al., 2005; Molnar et al ., 2006 ; Rice et al ., 2007 ;
O'connor et al ., 2007; Dibartolo et al., 2008 ; Stoeber et al ., 2010
(وعدم وجود ارتباط بين بعض أبعاد الكمالية والانفعال الإيجابي Saboonchi
& Lundh, 2003 ; Kobori & Tanno , 2005 ; Flett et al., 2009)

تضاربت إلى حد ما نتائج الدراسات التي تناولت العلاقة بين بعض أبعاد الكمالية
والانفعال السلبي فقد اكدت نتائج الدراسات التالية وجود علاقة (Brown et al ., 1993;
Enns et al., 2001 ; Cox et al ., 2002 ; Saboonchi & Lundh,
2003 ; Dunkley et al., 2003; Hill et al ., 2004 ; Ram, 2005 ; Kobori
& Tanno , 2005 ; Molnar et al ., 2006 ; Stoeber et al ., 2010 ;
واكدت نتائج الدراسات التالية على عدم وجود علاقة (Frost et al ., 1993 ; Brown

د. السيد كامل الشريبي ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

et al ., 1999 ; Saboonchi &Lundh, 2003 ; Kobori & Tanno , 2005 ;
Molnar et al ., 2006 ; Stoeber et al ., 2010

٤- ندرة الدراسات السابقة التي تناولت إسهام متغيرات الدراسة في التنبؤ بالكمالية .

٥- غياب استخدام الكثير من أبعاد مقياس الكمالية المستخدم في الدراسة الحالية ،
بالإضافة إلى عدم وجود دراسات متعلقة به مع متغيرات الدراسة الحالية .

فروض الدراسة

في ضوء ما سبق فإن الدراسة الحالية تسعى إلى التحقق من الفروض التالية :

١- "لا توجد فروق بين متوسطات درجات مجموعات طلاب التربية الخاصة في أبعاد
مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار".

٢- "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب منخفضي ومرتفعي
الكمالية التكيفية في المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال
الإيجابي والانفعال السلبي".

٣- "توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على الكمالية التكيفية
وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال
السلبي".

٤- "يمكن التنبؤ بالكمالية التكيفية لدى طلاب التربية الخاصة من درجاتهم على
مقاييس المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال
السلبي".

إجراءات الدراسة

أولاً : عينة الدراسة

أُجريت الدراسة على عينة من الطلاب الذكور بقسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة الطائف - المملكة العربية السعودية بلغ قوامها (٢٦٩) طالباً ، وتمثل العينة ثلاث مسارات : (البرنامج العام ، الإعاقة العقلية ، صعوبات التعلم) وتمتد أعمار العينة من ١٩ - ٢٢ سنة ، بمتوسط عمري ٢٠.٥١ وانحراف معياري ١.١١ .

ثانياً : مقاييس الدراسة

موجهات عامة لمقاييس الدراسة :

أولاً : قام الباحث بتعريب المقاييس التالية : الكمالية التكيفية ، المساندة الاجتماعية وحل المشكلات ، تقدير الذات ، الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي ، وتم عرض النسخ المعربة والصور الأصلية على عدد من أعضاء هيئة التدريس بقسم اللغة الانجليزية بكلية الآداب وذلك للتأكد من دقة الترجمة ، ثم تم عرض المقاييس على أعضاء هيئة التدريس بقسم التربية الخاصة وعلم النفس بكلية التربية جامعة الطائف للتأكد من وضوح العبارات وملاءمتها للغرض الذي أعدت من أجله ، ومدى ملائمة العبارات للأبعاد ، وتم إجراء تعديلات طفيفة في الصياغة والترجمة ، ثم تم عرض المقاييس المترجمة على اثنين من المختصين في اللغة العربية بغرض التحقق من السلامة اللغوية للعبارات ، والذين أبدوا بعض الملاحظات تم تضمينها في النسخة المعدلة .

ثانياً : تم إجراء دراسة استطلاعية لجميع مقاييس الدراسة الحالية على عينة من الطلاب الذكور بقسم التربية الخاصة بكلية التربية بجامعة الطائف بلغ قوامها (٣٢) طالباً ، وذلك للوقوف بشكل دقيق على أي مشكلات تتعلق بفهم البنود أو التطبيق أو الإجابة على البدائل ، وأسفرت هذه الخطوة عن حدوث إجراءات طفيفة في بعض الألفاظ المستخدمة ، وأن المقاييس مناسبة للتطبيق على أفراد العينة الاستطلاعية .

ثالثاً: تم تقنين الماييس على عينة من الطلاب الذكور بقسم التربية الخاصة بكلية التربية جامعة الطائف بلغ قوامها (٧٠) طالباً عبر المسارات الثلاث (البرنامج العام ، الإعاقة العقلية ، صعوبات التعلم) كما تم إعادة تطبيق المقاييس على عينة من الطلاب الذكور بقسم التربية الخاصة بلغ قوامها (٤٠) طالباً.

رابعاً: تم حساب الصدق باستخدام أسلوب التحليل العاملي لكل المقاييس باستثناء مقياس الكمالية ، حيث تم تحليل المصفوفة الارتباطية المستخرجة من العينة الكلية (٧٠) طالباً باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتيلنج Hottelling وأديرت العوامل تدويراً متعامداً بطريقة الفاريماكس Varimax لكاييزر Kaiser للوقوف على المكونات العاملة للمقياس ، وتم استخدام محك التشعب الجوهري للعامل الذي يساوي أو يكون أكبر من ٠.٣ وفق محك جيلفورد ، وتم استخدام محك الجذر الكامن واحد صحيح وفق محك كاييزر (فؤاد أبو حطب ، آمال صادق ، ١٩٩٦ ، ٦١٩ ، ٦٤١) وكان محك جوهري العامل هو أن يحتوي على ثلاثة تشعبات على الأقل (صفوت فرج ، ١٩٩١) وقد أخذ الباحث بمبدأ التشعب الأعلى للفقرة إذ تم إشباعها على أكثر من عامل.

١- مقياس الكمالية Perfectionism Scale

إعداد : هيل وآخرون (Hill et al.,2004, 82-88)

صمم المقياس لقياس الكمالية لدى طلاب الجامعة ، وقد قُتُن المقياس على عينة من طلاب وطالبات الجامعة بلغ عددهم (٦١٦). ويتكون المقياس من ٥٩ عبارة ، وتم وضع بدائل للإجابة تراوحت من (١ - ٥) بحيث تحصل غير موافق بشدة على درجة واحدة ، وتحصل غير موافق إلى حد ما على درجتين ، وتحصل محايد على ثلاث درجات ، وتحصل موافق إلى حد ما على أربع درجات ، وتحصل موافق بشدة على خمس درجات. والدرجة المرتفعة تشير إلى مستوى مرتفع من الكمالية ، والدرجة المنخفضة تشير إلى مستوى منخفض من الكمالية.

الخصائص السيكومترية للمقياس

تم حساب صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي الاستكشافي لعينة بلغ قوامها (٢٥٠) طالب بمتوسط عمري قدره (١٨.٩) سنة، وأسفر التحليل عن ثمانية عوامل هي: قلق على الأخطاء، الضغوط الوالدية المدركة، الحاجة للاستحسان، الاجترار، مستويات مرتفعة للآخرين وتشبع عليها العبارات التالية ٣، ١١، ١٩، ٢٧، ٣٥، ٤٣، ٥٠، التنظيم وتشبع عليه العبارات التالية ٤، ١٢، ٢٠، ٢٨، ٣٦، ٤٤، ٥١، ٥٦، التخطيط وتشبع عليه العبارات التالية ٥، ١٣، ٢١، ٢٩، ٣٧، ٤٥، ٥٢، الكفاح للتفوق وتشبع عليه العبارات التالية ١، ٩، ١٧، ٢٥، ٣٣، ٤١. ونتج عن هذه العوامل الثمانية عاملان هما: الكمالية التكيفية وتشبع عليها العوامل التالية: مستويات مرتفعة للآخرين، التنظيم، التخطيط، الكفاح للتفوق. والكمالية اللاتكيفية وتشبع عليها العوامل التالية: قلق على الأخطاء، الحاجة للاستحسان، الاجترار، الضغوط الوالدية المدركة.

كما تم حساب الصدق العاملي التوكيدي لعينة من طلاب الجامعة تتألف من (٣٦٦) طالب بمتوسط عمري ٢٠.٢ سنة، وأسفرت نتائج التحليل عن تأكيد وجود عاملي (الكمالية التكيفية والكمالية اللاتكيفية) وتشبع عليهما العوامل الثمانية التي أسمر عنها نتائج التحليل العاملي الاستكشافي. ويساند هذا التحليل عاملي الكمالية التكيفية والكمالية اللاتكيفية الناتج عن دراستي كل من كوكس، وفرست وآخرين، (Cox et al., 1993; Frost et al., 2002)

كما تم حساب معاملات الارتباط بين مقياس الكمالية ومقياس الكمالية المتعدد الأبعاد إعداد: (MPS-HF) Hewitt et al., 1991، ومقياس الكمالية المتعدد الأبعاد إعداد: (MPS-F) Frost et al., 1990، ومقياس التقويم السلبي للمخاوف النسخة المختصرة إعداد: ليري (FNE) Leary, 1983 وأظهرت النتائج ارتباطات مرتفعة بين المقياس الحالي ومقاييس الكمالية (MPS-HF)، (MPS-F) وارتباطات مرتفعة بين قلق على الأخطاء، الحاجة للاستحسان، الاجترار مع مقياس FNE، وارتباطات مرتفعة بين الاجترار وقائمة الوسواس القهري إعداد: فوكو،

د. السيد كامل الشربيني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

وسلكوفاسكس وكولز وأمير 1998، Fookozak, Salkovskis, Coles & Amir، وارتباطات منخفضة مع مقياس المرغوبة الاجتماعية إعداد: كرون ومارلو Crowne 1960، وارتباطات دالة مع قائمة الأعراض المختصرة إعداد: درجوتس & Marlowe، وميلسريتس Derogatis & Melisarates، 1983، كما تم حساب معاملات الارتباط بين المقاييس الفرعية بعضها البعض فكانت دالة، وبين مقياس الكمالية التكييفية ومقياس الكمالية اللاتكيفية فكان ٠.٧٩، كما يتمتع المقياس بقدرته تنبؤية مرتفعة مقارنة بمقاييس الكمالية (MPS-HF)، (MPS-F).

وفي الدراسة الحالية تم حساب الصدق عن طريق حساب الارتباطات بين الأبعاد الفرعية للمقياس بعضها البعض، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، وحساب صدق المفردات بين درجة البند والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه (بعد استبعاد درجة البند من الدرجة الكلية للبُعد) (أحمد عبد الخالق، ١٩٩٣، ١٩٥، فؤاد أبو حطب وآخرون، ١٩٩٣) والجدولان التاليان يوضحان ذلك :

جدول (١)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الكمالية التكييفية

الأبعاد	مستويات مرتفعة	التنظيم	التخطيط	الكفاح
مستويات مرتفعة	-			
التنظيم	**٠,٦٤			
التخطيط	**٠,٨٠	*٠,٩٠		
الكفاح للتفوق	**٠,٦٤	*٠,٨١	*٠,٨٩	
الدرجة الكلية	**٠,٨٢	*٠,٩٣	*٠,٩٨	**٠,٩٠

❖ دال عند مستوى ٠.٠١

❖ دال عند مستوى ٠.٥

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس الكمالية التكيفية

الكفاح للتفوق	التخطيط	التنظيم	مستويات مرتفعة للآخرين
**٠,٧٨	**٠,٦٨	**٠,٧٠	**٠,٦٤
**٠,٨٢	**٠,٧٠	**٠,٧٣	**٠,٦٧
**٠,٤٨	**٠,٧١	**٠,٧٤	**٠,٧٥
**٠,٦٠	**٠,٧٦	**٠,٦٥	**٠,٥١
**٠,٧٥	**٠,٧٧	**٠,٧٠	**٠,٧٠
**٠,٦٨	**٠,٧٣	**٠,٧١	**٠,٦٨
-	**٠,٥٥	**٠,٧٣	**٠,٦٩
-	-	**٠,٦٠	-

يتضح من جدول (١) و جدول (٢) ان جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى

٠.٠١

كما تم حساب الارتباطات بين درجات المفردات والدرجة الكلية لمقياس الكمالية

التكيفية فتراوحت ما بين ٠.٣٥٦ ، ٠.٧٦١ وهي قيم دالة عند مستوى ٠.٠١

كما تم استخدام طريقة المقارنة الطرفية وذلك بتقسيم درجات المحك إلى

مستويين ، ويتم انتقاء مجموعتين متطرفتين من المفحوصين في ضوء درجاتهم الكلية في

الاختبار (فؤاد أبو حطب وآخرون ، ١٩٨٧ ، ١٤٦).

وفي هذه الدراسة تم اعتبار الدرجة الكلية للبعد كمحك ويتم بناء على ذلك

تحديد مجموعتين أعلي ٢٧% وأدني ٢٧% ويتم حساب الفروق في درجات الأبعاد ، وأدبرزت

د. السيد كامل الشربيني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والاتفعال الإيجابي والاتفعال السلبي

هذه الخطوة عن فروق دالة بين مجموعتي الأفراد منخفضي ومرتفعي أبعاد الكمالية التكيفية، فقد تراوحت دلالة (ت) لبعد مستويات مرتفعة للأخريين ما بين ٤.٣٤، ٩.٠٨، ولبُعد التنظيم ما بين ٤.٢٢، ٩.٥٨، ولبُعد التخطيط ما بين ٤.٠٧، ١١.٩٢، ولبُعد الكفاح للتفوق ما بين ٣.٢٧، ٨.٢٠ وجميع هذه القيم دالة عند مستوى ٠.٠١. كما تم اعتبار الدرجة الكلية لمقياس الكمالية التكيفية كمحك. والجدول التالي يوضح نتائج هذه الخطوة:

جدول (٢)

يوضح قيمة "ت" للفروق بين مرتفعي ومنخفضي الكمالية التكيفية في درجات الأبعاد

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الارباعي الأعلى (١٧)		الارباعي الأدنى (١٩)		المتغيرات
		٢٤	٢٦	١٤	١٦	
٠,٠١	٧,١٧	٤,٩ ٣	١٤,٧٠	٤,٣٧	٢٥,٨٤	مستويات مرتفعة للأخريين
٠,٠١	١١,٤ ٢	٥,٦ ١	١٧,٥٢	٣,١١	٣٤,٥٧	التنظيم
٠,٠١	٨,٣٧	٤,٩ ٨	١٦,٦٤	٣,٨٤	٢٩,٠٠	التخطيط
٠,٠١	٩,٤٧	٥,٣ ٩	١٤,٠٥	١,٦٧	٢٦,٣٦	الكفاح للتفوق

يتضح من جدول (٣) أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين مجموعتي منخفضي

ومرتفعي الكمالية التكيفية.

دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق — العدد (٧٧) أكتوبر ٢٠١٢

أما ثبات مقياس الكمالية فقد تم حسابه عن طريق معامل ألفا كرونباخ لعينة بلغ قوامها (٢٥٠) طالب فتراوحت للأبعاد ما بين ٠.٨٣ - ٠.٩١ وتراوحت معاملات الارتباط عن طريق إعادة تطبيق المقياس لعينة بلغ قوامها (٨٢) طالباً ما بين ٠.٧١ - ٠.٩١، وفي الدراسة الحالية تم حساب ثبات مقياس الكمالية التكيفية عن طريق معامل ثبات ألفا كرونباخ فكان للأبعاد وللدرجة الكلية ٠.٧٨، ٠.٨٤، ٠.٨٠، ٠.٧٨، ٠.٩٣، كما تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيق المقياس فبلغ ٠.٦٦، ٠.٨٢، ٠.٦٤، ٠.٧٠، ٠.٨٥.

وبناء على ما سبق تكونت الصورة النهائية للمقياس من (٢٨) عبارة تقيس الأبعاد الأربعة : مستويات مرتفعة للآخرين ، التنظيم ، التخطيط ، الكفاح للتفوق .

٢ - مقياس مؤشر استراتيجيات المواجهة The Coping Strategy Indicator Scale

إعداد : أمرفين (Amirkhan , 1990)

صمم المقياس لقياس استراتيجيات المواجهة ، ويتألف المقياس من (٣٣) عبارة ، ويطلب من المفحوص تحديد الحدث الضاغط ، الذي حدث خلال ستة شهور الأخيرة والأسلوب المستخدم لمواجهة هذا الحدث الضاغط . وتم وضع بدائل للإجابة تراوحت من (٣- ١) بحيث تحصل تنطبق كثيراً على ثلاث درجات ، وتحصل تنطبق قليلاً على درجتين ، وتحصل لا تنطبق على الإطلاق على درجة واحدة . والدرجة المرتفعة تشير إلى مستوى مرتفع من استخدام استراتيجيات المواجهة ، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى مستوى منخفض من استخدام استراتيجيات المواجهة والعكس في مقياس التجنب .

الخصائص السيكومترية للمقياس :

تم حساب الصدق التلازمي بين المقياس الحالي وقائمة المواجهة (إعداد : فيتاليانو ويسو وكاروميريو ويكر & Carr, Maiuro, & Vitaliano, Pusso, Becker, 1985) وبين المقياس وقائمة طرق المواجهة (إعداد : Folkman & Lazarus, 1985) فكانت دالة ، وانتهت نتائج دراسة كلارك ويورمن وكراينزينو وجيمس (Clark , Bormann, Cropanzano, & James , 1995 ,440) إلى وجود

صدق تلازمي بين القائمة الحالية وقائمة طرق المواجهة إعداد , Folkman & Lazarus ,
1985 وقائمة المواجهة إعداد : Carver , Scheier & Weintraub, 1989

كما تم حساب صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي الذي كشف عن ثلاثة عوامل هي : المساندة الاجتماعية وتشبع عليها العبارات التالية : ١، ٥، ٧، ١٢، ١٤، ١٩، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٣١، ٣٢، وتقيس الميول الأساسية للبحث عن التواصل الإنساني في أوقات الأزمات. حل المشكلات وتشبع عليها العبارات التالية : ٢، ٣، ٨، ٩، ١١، ١٥، ١٦، ١٧، ٢٠، ٢٩، وهي مجموعة من الجهود المصوبة نحو استبعاد الضغوط. التجنب وتشبع عليه العبارات التالية : ٤، ٦، ١٠، ١٣، ١٨، ٢١، ٢٢، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٣٠. وقد صمم لقياس الاستجابات التي تركز على تقليص التأثيرات السلبية ، وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي ، وتم التوصل إلي تحديد عاملين تشبع عليهما (١٨) بنداً تشبعاتهما أكبر من أو تساوي ٠.٣ وبلغت النسبة الكلية لتباين العاملين (٣٥.٨٦) وتشبع العامل الأول لمقياس المواجهة بـ (٩) فقرات تراوحت تشبعاتها ما بين (٠.٦٣) ، (٠.٨٣) وبلغ الجذر الكامن له (٣.٥٤) وكانت نسبة إسهامه في التباين الكلي (١٨.٦٤) ويطلق علي هذا العامل " المساندة الاجتماعية " وتشبع العامل الثاني لمقياس المواجهة بـ (٩) فقرات تراوحت تشبعاتها ما بين (٠.٣٩) ، (٠.٨٠) وبلغ الجذر الكامن له (٣.٢٧) وكانت نسبة إسهامه في التباين الكلي (١٧.٢١) ويطلق علي هذا العامل " حل المشكلات ". وبناء على هذه الخطوة تم حذف المفردتين أرقام (٥ ، ٧) من العامل الأول ، والمفردتين أرقام (٢٠ ، ٣٣) من العامل الثاني.

كما تم في الدراسة الحالية حساب الصدق عن طريق صدق المفردات بين درجة البند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس المواجهة التكيفية

م	المساندة الاجتماعية	م	حل المشكلات
١	** ٠,٥١	٢	** ٠,٥٣
١٢	** ٠,٥٣	٣	** ٠,٥٧
١٤	** ٠,٦٣	٨	** ٠,٨١
١٩	** ٠,٦٠	٩	** ٠,٧٦
٢٣	** ٠,٨٠	١١	** ٠,٣٩
٢٤	** ٠,٧٠	١٥	** ٠,٥٢
٢٥	** ٠,٨٢	١٦	** ٠,٤٧
٣١	** ٠,٤٧	١٧	** ٠,٦٩
٣٢	** ٠,٥١	٢٩	** ٠,٤٦

يتضح من جدول (٤) أن جميع القيم دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ كما تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس بعضها البعض فكان هناك فقط تداخلاً بسيطاً بين بُعدي المساندة الاجتماعية وحل المشكلات (Amirkhan , 1990) وفي نفس الاتجاه انتهت نتائج دراسة كل من كلارك وزملائه ، بزجيتبير وفرتيتومن (Clark, Bijttebier & Vertommen , 1997, 159 ; 1995, 440) إلي وجود ارتباط إيجابي دال بين المساندة الاجتماعية وحل المشكلات بلغ على الترتيب ٠.٣٨ ، ٠.١٢ وهي معاملات دالة عند مستوى ٠.٠٥ وعدم وجود علاقة ارتباطيه بين التجنب وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات. وفي الدراسة الحالية تم حساب الارتباط بين المساندة الاجتماعية وحل المشكلات فبلغ ٠.٢٨ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٥

أما عن ثبات المقياس فقد بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ لُبعد المساندة الاجتماعية ٠.٩٣ ولُبعد حل المشكلات ٠.٨٩ ، وتم حساب الثبات عن طريق إعادة تطبيق

د. السيد كامل الشرييني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

المقياس فبلغ ٠.٨٠ لبعدها المساعدة الاجتماعية و٠.٨٣ لبعدها حل المشكلات، وفي الدراسة الحالية تم حساب معامل ألفا كرونباخ فكان ٠.٧٠، ٠.٧٧، وعن طريق إعادة التطبيق بلغ: ٠.٧٤، ٠.٦٩ لكل من المساعدة الاجتماعية وحل المشكلات.

وبناء على ما سبق تكونت الصورة النهائية للمساعدة الاجتماعية من (٩) عبارات والصورة النهائية لحل المشكلات من (٩) عبارات.

٣- مقياس تقدير الذات Self-Esteem

إعداد: روزنبرج (Rosenberg, 1965)

صمم المقياس لقياس تقدير الذات، ويتألف المقياس من (١٠) عبارات، تراوحت الدرجات على المقياس ما بين (١٠)، (٤٠) درجة، وتم وضع بدائل للإجابة تراوحت من (٤ - ١) حيث تحصل موافق بشدة على أربع درجات، وتحصل موافق على ثلاث درجات، وتحصل غير موافق على درجتين، وتحصل غير موافق بشدة على درجة واحدة، والعكس في حالة العبارات السالبة وهي ٣، ٥، ٨، ٩، ١٠، والدرجة المرتفعة تشير إلى مستوى مرتفع من تقدير الذات، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى مستوى منخفض من تقدير الذات.

الخصائص السيكومترية للمقياس

تم حساب صدق المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين المقياس والتقارير الذاتية وتقديرات الأقران للاكتئاب وذلك على عينة من طلاب المدارس العليا بلغ قوامها ٥٠٢٤ في عشرة مناطق بولاية نيويورك (Rosenberg, 1965) وتم حساب الصدق عن طريق الصدق التلازمي مع مقياس الاكتئاب إعداد: رينز وآخرين Robins et al., 2001 فبلغ - ٠.٣٤ وارتباطات دالة بين المقياس ومقياس مفهوم الذات بأبعاده (الأكاديمية، الاجتماعية، الانفعالية، البدنية) إعداد: جارسيا وميوس Garcia & Musitu, 2001 وتراوحت هذه المعاملات ما بين ٠.٢٨ - ٠.٥٠، كما تم حساب الصدق بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس فتراوحت ما بين ٠.٤٤ - ٠.٧٣ كما تم

دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق — العدد (٧٧) أكتوبر ٢٠١٢

حساب الصدق للمقياس عن طريق صدق التحليل العاملي التوكيدي والذي أفرز عامل واحد فقط أطلق عليه تقدير الذات (Martín-Albo et al., 2007, 461-464).

وفي الدراسة الحالية تم التوصل إلي تحديد عامل واحد تشبعت عليه العبارات العشرة ، وبلغت النسبة الكلية للتباين (٣٥.٧٧) وبلغ الجذر الكامن للعامل (٣.٥٧) وتراوحت تشبعاته ما بين ٠.٤٣ - ٠.٨٢ كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس فكانت على النحو التالي ٠.٥٣، ٠.٤٦، ٠.٧١، ٠.٤٨، ٠.٥٢، ٠.٦١، ٠.٤٥، ٠.٦٣، ٠.٦٧، ٠.٨١ وهذه القيم دالة عند مستوى ٠.٠١

أما عن ثبات المقياس فقد تراوحت معاملات ثبات الاتساق الداخلي ما بين ٠.٧٣ إلى ٠.٩٥ (Rosenberg , 1979 ;Robins et al ., 2001; Lee, 2003 ; Bracey et al., 2004 ; Ying et al ., 2004; Martín-Albo et al., 2007) حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيق المقياس فتراوح ما بين ٠.٨٤ - ٠.٩٠ (Silber & Tippett , 1965 ; Rosenberg , 1979; Ying et al ., 2004; Martín-Albo et al., 2007) ، وفي الدراسة الحالية تم حساب الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ فبلغ ٠.٧٩ وعن طريق التجزئة النصفية للمقياس ككل فبلغت ٠.٨٦ لكل من سبيرمان وجتمان ، وعن طريق إعادة التطبيق بلغ ٠.٦١

٤ - قائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) إعداد واظسن وكلاارك وتليجين & Watson, Clark, & Tellegen, 1988)

يهدف المقياس إلى فحص الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي لدى عينة من الراشدين من طلاب المدارس ، وعينة من طلاب الجامعة . يتألف المقياس من ٢٠ عبارة نصفها تقيس الانفعال الإيجابي وهي العبارات التالية : ١، ٣، ٥، ٩، ١٠، ١٢، ١٤، ١٦، ١٧، ١٩ وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الانفعال الإيجابي. والنصف الثاني يمثل الانفعال السلبي وتقيسه العبارات التالية : ٢، ٤، ٦، ٧، ٨، ١١، ١٣، ١٥، ١٨، ٢٠، وتشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض الانفعال السلبي. وتم وضع بدائل للإجابة تراوحت من

(١- ٥) حيث تحصل قليل جداً أو لا تنطبق على الإطلاق على درجة واحدة، وتحصل قليل على درجتين، وتحصل متوسط على ثلاث درجات، وتحصل كثير على أربع درجات، بينما تحصل كثير جداً على خمس درجات. ويتطلب المقياس من المفحوص أن يصف ما يشعر به في اللحظة الراهنة أو الأيام القليلة الماضية أو في الأسبوع الماضي، أو الأسابيع القليلة الماضية، أو السنة الماضية، وتمتد الدرجات لكل بعد من ١٠ - ٥٠ درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس

تم حساب صدق المقياس عن طريق صدق التحليل العاملي الذي أفرز عن وجود عاملين هما الانفعال الإيجابي، الانفعال السلبي، وتم حساب صدق المقياس عن طريق الصدق التلازمي مع قائمة الأعراض لهبوكنز إعداد: دراجتس ، Derogatis et al 1974 وحالة القلق لسبيلبيرجر فتراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠.٥١ - ٠.٧٤ مقياس NA، وتراوحت معاملات الارتباط ما بين - ٠.١٩ ، - ٠.٣٥ مقياس PA ، كما تم حساب الارتباط بين المقياسين الفرعيين فبلغ - ٠.٠٩ وهو معامل ارتباط غير دال (Watson at al., 1988).

وفحص كل من كروفورد وهنري-254 , 2004 (Crawford &Henry) قائمة الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي على مجموعة من الراشدين بلغ عددهم ١٠٠٣ واستخدم التحليل العاملي التوكيدي الذي أسفر عن وجود عاملين هما : الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي . كما تم حساب الارتباط بين المقياس ومقياس الاكتئاب والقلق والضغط إعداد : Lovibond & Lovibond , 1995 فتراوحت معاملات الارتباط ما بين - ٠.٤٨ ، ٠.٦٠ للاكتئاب، - ٠.٣٠ ، ٠.٦٠ للقلق، - ٠.٣١ ، ٠.٦٧ للضغط، ومع مقياس الاكتئاب والقلق إعداد : زيمند وسنيس Zimond & Snaith , 1983 فتراوحت معاملات الارتباط ما بين - ٠.٥٢ ، ٠.٤٤ للاكتئاب، - ٠.٣١ ، ٠.٦٥ للقلق لكل من (NA ، PA) على الترتيب. ومقياس (PA) أفضل منبئ للاكتئاب من مقياس (NA).

وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق المقياس عن طريق التحليل العاملي ، وتم التوصل إلي تحديد عاملين تشبع عليهما (١٩) بنداً تساوت تشبعاتهما أو أكبر من ٠.٣٠، وبلغت النسبة الكلية لتباين العاملين (٤٢.٢٢) وتشبع العامل الأول بـ (٩) فقرات تراوحت تشبعاتها ما بين (٠.٤٧) ، (٠.٧٣) وبلغ الجذر الكامن له (٤.٣٣) وكانت نسبة إسهامه في التباين الكلي (٢١.٦٨) ويطلق علي هذا العامل " الانفعال الإيجابي " وتشبع العامل الثاني بـ (١٠) فقرات تراوحت تشبعاتها ما بين (٠.٤٤) ، (٠.٨١) وبلغ الجذر الكامن له (٤.١٠) وكانت نسبة إسهامه في التباين الكلي (٢٠.٥٤) ويطلق علي هذا العامل " الانفعال السلبي ". وبناء على هذه الخطوة تم حذف العبارة رقم (٣) من مقياس الانفعال الإيجابي .

كما تم حساب الصدق عن طريق حساب الارتباطات بين درجة البعد والدرجة الكلية للبعد فكانت لقائمة الانفعال الإيجابي ٠.٥٢ ، ٠.٦٤ ، ٠.٦٢ ، ٠.٥٣ ، ٠.٦٧ ، ٠.٣٨ ، ٠.٧٢ ، ٠.٧١ ، ٠.٦٥ ولقائمة الانفعال السلبي كانت معاملات الارتباط ٠.٦٢ ، ٠.٦٤ ، ٠.٥٨ ، ٠.٧٣ ، ٠.٥٧ ، ٠.٦٥ ، ٠.٦١ ، ٠.٧٣ ، ٠.٧٧ ، ٠.٦٨ وجميع هذه القيم دالة عند مستوي ٠.٠١

وتم حساب ثبات المقياس عن طريق ثبات ألفا كرونباخ لعينة طلاب المدارس وعينة طلاب الجامعة فبلغ على التوالي ٠.٨٦ - ٠.٩٠ لمقياس PA ، و٠.٨٤ - ٠.٨٧ لمقياس NA ، وعن طريق إعادة تطبيق المقياس فتراوحت معاملات الارتباط ما بين ٠.٤٧ - ٠.٦٨ لـ PA و٠.٣٩ - ٠.٧١ لـ AN (Watson et al., 1988) وانتهت نتائج دراسة (Crawford & Henry , 2004 , 257) إلى أن ثبات ألفا كرونباخ بلغ ٠.٨٥ ، ٠.٨٩ لكل من (PA ، NA) على الترتيب ، وفي الدراسة الحالية تم حساب ثبات قائمة الانفعال الإيجابي عن طريق ثبات ألفا كرونباخ فبلغت ٠.٧٦ للانفعال الإيجابي ، و٠.٨٥ للانفعال السلبي ، وعن طريق إعادة التطبيق بلغت معاملات الارتباط ٠.٦٧ ، ٠.٧٠ لكل من الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي .

وبناء على ما سبق تكونت الصورة النهائية للانفعال الإيجابي من (٩) عبارات ، وتكونت الصورة النهائية للانفعال السلبي من (١٠) عبارات .

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول

وينص علي أنه " لا توجد فروق بين متوسطات درجات مجموعات طلاب التربية الخاصة في أبعاد مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار".

لاختبار صحة هذا الفرض ، تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه لدرجات الطلاب على مقياس الكمالية التكيفية تبعاً للمسار على النحو التالي (٩٩ طالباً مسار البرنامج العام ، ٨٧ مسار الإعاقة العقلية ، ٨٣ مسار صعوبات التعلم). والجدول التالي يوضح النتائج :

جدول (٥)

نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لدرجات مجموعات الطلاب على مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار

الدلالة	قيمة "ف" ومستوي الدلالة	متوسط المربعات	مجموع المربعات	درجات الحرية	مصدر التباين	أبعاد مقياس جودة الحياة
غير دالة	١,٧٥	٣٥,٨٨	٧١,٧٧	٢	بين المجموعات	مستويات مرتفعة للآخرين
		٢٠,٤٨	٥٤٤٩,٩٩	٢٦٦	داخل المجموعات	
غير دالة	١,٤٦	٥٤,٢٣	١٠٨,٤٦	٢	بين المجموعات	التنظيم
		٣٦,٩٢	٩٨٢٢,٣٠	٢٦٦	داخل المجموعات	

التخطيط	بين المجموعات	٢	٨٦,٣١	٤٣,١٥	١,٥٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦٦	٧٣٥٠,٧٣	٢٧,٦٣		
الكفاح للتفوق	بين المجموعات	٢	١٨,٩٢	٩,٤٦	٠,٤٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦٦	٥١١٦,٨٤	١٩,٢٣		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٢	٩٩٣,٠٥	٤٩٦,٥٢	١,٨٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦٦	٧١٣٨٧,١	٢٦٨,٣٧		
			٥			

يتضح من نتائج جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعات الطلاب في مقياس الكمالية التكيفية وأبعاده تبعاً لاختلاف المسار.

يمكن تفسير نتائج الدراسة في أن الطالب الكمال المنظم والمرتب والذي يحرص دائماً على الانضباط والانتظام في دراسته، والذي يفكر في الأشياء قبل أن يحدد ما يريد، والذي يفكر ملياً في حل المشكلة واضعاً في اعتباره تعدد البدائل والعمل على انتقاء أفضلها، ومرتويماً قبل اتخاذ قراراته، والذي يبذل كل طاقاته وإمكاناته للوصول إلى نتائج خالية من الأخطاء، والذي يسعى دائماً لتحقيق مستويات أداء مرتفعة، وهو كذلك يُخبر الآخرين عندما لا ترقى أعمالهم إلى المستوي الذي يتوقعه منهم، ويشعر بالانزعاج عندما لا يحافظ الآخرون على نفس معايير الأداء التي يحافظ عليها، ويقبل تسامحه تجاه الأخطاء الناجمة عن إهمال الآخرون، وهو على هذا النحو يسعى لإنجاز أهدافه، وتوظيف كل ما لديه من قدرات بصرف النظر عن المسار الذي التحق به سواء كان برنامجاً عاماً أو إعاقه عقلية أو صعوبات تعلم.

د. السيد كامل الشرييني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

ثانياً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني

وينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في المساعدة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لدلالة الفروق بين درجات الطلاب منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في كل من المساعدة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والسلبي".
والجدول التالي يوضح النتائج :

جدول (٦)

قيمه (ت) ودلالاتها للفروق بين منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في المساعدة الاجتماعية ، حل المشكلات ، تقدير الذات ، الانفعال الإيجابي ، الانفعال السلبي

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الارباعي الأدنى (٦٥)		الارباعي		المتغيرات
		٢٤	٢٦	١٤	١٦	
٠.٠١	٣.٠٧	٣.٩٥	١٩.٤٠		٢١.٣٨	المساعدة
٠.٠١	٦.٦٠	٣.٠٩	٢٠.٩٠	٢.٤	٢٤.٠٧	حل المشكلات
٠.٠٥	٢.٢٦	٤.٢١	٢٩.٢٩	٤.٧	٣١.٠٤	تقدير الذات
٠.٠١	٣.٩٣	٦.٦٥	٢٧.٦١	٨.٤	٣٢.٧٦	الانفعال
٠.٠١	٢.٨٠	٦.٧٨	٣٠.٠٤	٧.٤	٢٦.٦١	الانفعال

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة إحصائياً بين منخفضي ومرتفعي الكمالية في مقياس الكمالية، والمساعدة الاجتماعية، وحل المشكلات ، وتقدير الذات ، والانفعال الإيجابي والسلبي.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات التالية (Rice & Slabey , 2002; Grzegorek et al ., 2004; Mobley et al., 2005) والتي أكدت على أن الأفراد ذوي الكمالية التكيفية سجلوا متوسطات درجات مرتفعة على تقدير الذات.

ويمكن تفسير نتائج الدراسة في أن الطالب الكمالي يوظف ما لديه من امكانات في التغلب على ما يعترضه من مشكلات ويضع لها الحلول ، ويختار أفضلها ، كما يحب التواصل مع الآخرين والحصول منهم على المعلومات التي تمكنه من إيجاد حلول للمشكلات ، ويقوم بتوظيفها على نحو جيد ، كما أنه شخص مقدر لذاته ، ومعتز بنفسه ، ويشعر بالرضا عن أدائه ، ولديه اتجاهات إيجابية نحو ذاته ، وهو قادر على انجاز المهام المختلفة مما ينعكس إيجابياً على قدرته على التخطيط والتنظيم وعلى رغبته في الحصول على النصح من الآخرين ، كذلك فهو كما يرى (Slade & Owens , 1998) يسعى للنجاح والتفوق بدلاً من تجنب الفشل ومن المحتمل أن يكون ذلك مرتبطاً إيجابياً بالنتائج الانفعالية الايجابية مثل الشعور بالسرور والرضا والغبطة.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث

وينص على أنه " توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب في مقياس الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي. والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين أبعاد الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية
حل المشكلات ، تقدير الذات ، الانفعال الإيجابي ، الانفعال السلبي

الدرجة الكلية	الكفاح للتفوق	التخطيط	التنظيم	مستويات مرتفعة للأخريين	مقياس الكمالية / متغيرات الدراسة
**٠,٢٠٥	٠,١٤٠	٠,١٤٨	٠,١٣٨	**٠,٢٥٩	المساندة الاجتماعية
**٠,٣٤٨	**٠,١٩٣	**٠,٣٩٣	**٠,٣٤٢	**٠,١٧٦	حل المشكلات
**٠,١٥٨	٠,١٤١	**٠,٢٢٢	**٠,٢١٢	٠,٠٩٨	تقدير الذات
**٠,٢٥٠	**٠,١٦٩	**٠,٢١٨	**٠,٢٥٧	**٠,١٥٨	الانفعال الإيجابي
- **٠,١٦٥	٠,١٢٣-	- **٠,١٧٤	**٠,٢٥٤-	٠,٠٥٥	الانفعال السلبي

ويمكن عرض ومناقشة النتائج الواردة في جدول (٧) على النحو التالي :

أولاً : العلاقة بين الكمالية التكيفية وكل من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

- وجود ارتباطات ايجابية دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية وجميع أبعاد مقياس الكمالية التكيفية ودرجته الكلية.

- وجود ارتباطات ايجابية دالة بين حل المشكلات وجميع أبعاد مقياس الكمالية التكيفية ودرجته الكلية.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات التالية (Flett et al., 1996b; Rice & Lapsley, 2001; Cheng, 2001; Dunkley et al., 2003; O'Connor & O'Connor, 2003; Ram, 2005; Wei et al., 2006; Rice et al., 2007; Besser et al., 2010; Larijani & Besharat, 2010; Stoeber & Janssen, 2011) والتي أكدت على وجود علاقة إيجابية بين الكمالية وكل من المساعدة الاجتماعية وحل المشكلات. وتختلف نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات التالية (Flett et al., 1996b; Chang, 1998; Chang, 2002) والتي أكدت على عدم وجود علاقة بين الكمالية وكل من المساعدة وحل المشكلات.

ويمكن تفسير نتائج الدراسة في أن الطالب مرتفع الكمالية التكيفية لديه قدرة على إخبار الآخرين عندما لا ترقى أعمالهم إلى المستوى الذي يتوقعه منهم، وهو قادر على توجيه النقد للآخرين عندما لا تصل أعمالهم إلى الكمال، وهو منظم في أعماله ومخطط لها، ومن الطبيعي أن يتقبل التعاطف مع الآخرين، وعندما يواجه بمشكلة ما فإنه سوف يذهب للأصدقاء للحصول على النصيحة والمساعدة منهم، كما أنه قادر على حل المشكلات التي تعترضه من خلال إيجاد بدائل متعددة، ووزن هذه البدائل بدقة، واختيار أنسبها، كما أنه قادر على صياغة الخطط بدقة، ويرى كل من (Endler & Parker, 1990; Kohn, Hay & Legere, 1994) أن المواجهة المحددة من قبل الفرد حول المهمة تكون أكثر فاعلية في حل المشكلات أو في التقليل من الضغوط عندما تكون المواقف تحت تحكم الفرد، كما يرى كل من كارفر وآخرون (Carver et al., 1989) أن المواجهة المرتكزة على المشكلة تهدف إلى تغيير مصدر الضغوط، وعندما يشعر الأفراد بأن شيء ما يُبنى فإن حل المشكلة تبرز.

ثانياً: العلاقة بين تقدير الذات والكمالية التكيفية

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

- وجود ارتباطات إيجابية دالة إحصائياً بين تقدير الذات وكل من التنظيم والتخطيط والكفاح للتفوق والدرجة الكلية للمقياس، وعدم وجود فروق دالة بين تقدير الذات ومستويات مرتفعة للآخرين.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات التالية ؛ (Rice& Slabey , 2002 ; Ashby & Rice , 2002 ; Flett et al., 2003b ; Rice & Lopez , 2004 ; Grzegorek et al ., 2004 ; Mobley et al ., 2005 ; Stoeber & Otto , 2006 ; Ashby et al., 2006 ; Trumpeter et al., 2006 ; Wang et al., 2007) ; Rice & Ashby , 2007 والتي أكدت على وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الكمالية وتقدير الذات ، وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراستي (Rice et al., 1999) ; Rice et al ., 1998 والتي أكدت على عدم وجود علاقة ارتباطية بينهما .

ويمكن تفسير ذلك في أن الطالب الكمالي قادر على التفاعل الإيجابي مع الآخرين والحصول على نصائحهم على الرغم مما يمتلكه من قدرات جيدة ، كما أنه قادر على التنظيم ، من حيث وضع الأشياء في أماكنها ، كما أنه مخطط على نحو جيد في قراراته ، ويشعر بالرضا عندما يتقن عمله ، ويبدل كل طاقاته للوصول إلي نتائج خالية من الأخطاء ، ومن الطبيعي أن تنعكس كل هذه الصفات الجيدة على تقديره لذاته .

ويمكن تفسير عدم وجود فروق دالة بين تقدير الذات ومستويات مرتفعة للآخرين في أن بعض الطلاب الكماليين وهم يضعون مستويات مرتفعة للآخرين في أدائهم ، قد يتباطئون في إنجاز هذه المستويات أو لا ينجزوها على نحو جيد ، أو قد يجدون معارضة شديدة من الآخرين .

ثالثاً : العلاقة بين الكمالية التكوينية وكل من الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

- وجود ارتباطات ايجابية دالة إحصائياً بين الانفعال الإيجابي وجميع أبعاد مقياس الكمالية التكوينية ودرجته الكلية .

- وجود ارتباطات سلبية دالة إحصائياً بين الانفعال السلبي وكل من التنظيم والتخطيط والكفاح للتفوق والدرجة الكلية للمقياس، وعدم وجود فروق دالة بين الانفعال السلبي ومستويات مرتفعة للآخرين.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات التالية (Frost et al ., 1993; Brown et al ., 1999; Saboonchi &Lundh, 2003; Kobori & Tanno , 2005 ; Molnar et al ., 2006 ; O'connor et al ., 2007 ; Dibartolo et al ., 2008 ; Stoeber et al ., 2010) والتي أكدت على وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الانفعال الإيجابي والكمالية وتختلف مع نتائج الدراسات التالية (Saboonchi &Lundh, 2003 ; Kobori & Tanno , 2005 ; Flett et al., 2009) والتي أكدت على عدم وجود ارتباط بين بعض أبعاد الكمالية والانفعال الإيجابي.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسات التالية (Frost et al ., 1993 ; Brown et al ., 1999 ; Enns et al., 2001 ;Cox et al ., 2002 ; Saboonchi &Lundh, 2003 ; Dunkley et al., 2003; Hill et al ., 2004 ; Ram, 2005 ; Kobori & Tanno , 2005 ; Molnar et al ., 2006 ; Stoeber et al ., 2010 ; والتي أكدت على وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الانفعال السلبي والكمالية، وتتفق مع نتائج الدراسات التالية (Frost et al ., 1993 ; Brown et al ., 1999 ; Saboonchi &Lundh, 2003 ; Kobori & Tanno , 2005 ; Molnar et al ., 2006 ; Stoeber et al ., 2010) والتي أكدت على عدم وجود علاقة بين الانفعال السلبي والكمالية.

ويمكن تفسير النتائج المتعلقة بالارتباط بين الانفعال الإيجابي والانفعال السلبي والكمالية التكيفية في أن الطالب الكمالي المنظم في حياته، والذي يحث الآخرين على اتقان أعمالهم، وينتقدهم عندما يضلون في الأداء، والذي يشعر بالانزعاج عندما لا يحافظ الآخرون على نفس معايير الأداء التي يحافظ عليها وينتابه غضب مستمر لأعمال الآخرين البطيئة وغير المتقنة، والذي يفكر جيداً في البدائل قبل أن يتخذ قراراته، ويشعر بالرضا عندما يتقن عمله، ويبذل كل طاقاته للوصول إلى نتائج خالية

د. السيد كامل الشرييني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

من الأخطاء ، ولا يقبل بأنصاف الحلول ، ويحب أن يكون هو الأفضل في كل أعماله التي يقوم بها ، كما أنه يقسو على نفسه لكي يحقق مستويات أداء مرتفعة ، هذا الطالب الكمالي يشعر بالرضا والسعادة لانجازاته المتميزة ، ويواجه مواقف الاحباط بكل حزم ، وهو مهتم ومتحمس كما أنه فخور ويقظ ومصمم على الوصول إلى ما يرغبه .

أما عدم وجود فروق دالة بين الانفعال السلبي ومستويات مرتفعة للآخرين ، ربما يفسر في أن الانفعال الإيجابي يكون له تأثير أكثر فعالية من الانفعال السلبي ، أو أن بعض أنواع الانفعال السلبي لا يكون لها تأثير على المستويات المرتفعة للأداء .

عرض ومناقشة نتائج الفرض الرابع

وينص على أنه " يمكن التنبؤ بالكمالية التكيفية لدى طلاب التربية الخاصة من درجاتهم على مقاييس المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي " .

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد على اعتبار أن درجات المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي متغيرات مستقلة ، بينما درجات مقياس الكمالية التكيفية متغير تابع " . والنتائج موضحة بالجدول (٨) :

جدول (٨)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالكمالية التكيفية من المساندة الاجتماعية وحل المشكلات وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

المقدار الثابت	قيمة "ف"	قيمة بيتا	نسبة المساهمة	الارتباط المتعدد	المتغيرات المستقلة	المتغير التابع
١٣,٤٩	١٩,١٩	٠,٢٤٢	٠,٠٦٧	٠,٢٥٩	المساندة الاجتماعية	مستويات مرتفعة للآخرين
	١١,٩٩	٠,١٢٦	٠,٠٨٣	٠,٢٨٨	الانفعال السلبي	

					الإيجابي	
١٧,٥١	٣٥,٣٨	٠,٢٧٣	٠,١١٧	٠,٣٤٢	حل المشكلات	التنظيم
	٢٧,٦٠	-	٠,١٧٢	٠,٤١٥	الانفعال السلبي	
	٢٢,٠٦	٠,٢٤١	٠,٢٠٠	٠,٤٤٧	الانفعــــــــــــــــال الإيجابي	
٥,٤٥	٤٨,٨١	٠,٣٦٦	٠,١٥٥	٠,٣٩٣	حل المشكلات	التخطيط
	٢٩,٠٤	٠,١٥٩	٠,١٧٩	٠,٤٢٣	تقدير الذات	
١٦,٤٦	١٠,٣٣	٠,١٩٣	٠,٠٣٧	٠,١٩٣	حل المشكلات	الكفاح للتفوق
٥٢,٣٨	٣٦,٨٧	٠,٢٦٠	٠,١٢١	٠,٣٤٨	حل المشكلات	الدرجة الكلية
	٢٢,٣١	٠,١٥٤	٠,١٤٤	٠,٣٧٩	الانفعــــــــــــــــال الإيجابي	
	١٧,٦٤	-	٠,١٦٧	٠,٤٠٨	الانفعال السلبي	
	١٥,٠٤	٠,١٦٥	٠,١٨٦	٠,٤٣١	المــــــــــــــــســــــــــــــــاندة الاجتماعية	

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

- تسهم المساندة الاجتماعية والانفعال الإيجابي بنسب دالة في مستويات مرتفعة للآخرين.
- تسهم حل المشكلات ، الانفعال السلبي ، الانفعال الإيجابي بنسب دالة في التنظيم.
- تسهم حل المشكلات وتقدير الذات بنسب دالة في التخطيط.
- تسهم حل المشكلات بنسب دالة في الكفاح للتفوق.

د. السيد كامل الشربيني ————— إستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والانفعال الإيجابي والانفعال السلبي

- تسهم حل المشكلات ، والانفعال الإيجابي ، والانفعال السلبي ، والمساندة الاجتماعية بنسب دالة في الدرجة الكلية لمقياس الكمالية التكيفية.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة (Stoeber & Janssen , 2011) والتي أسفرت عن أن المواجهة النشطة تنبئ بالكمالية التكيفية.

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

١- تسهم المساندة الاجتماعية والانفعال الإيجابي بنسب دالة في مستويات مرتفعة للآخرين. ويمكن تفسير نتائج الدراسة بأن الطالب الكمالي الذي يتقبل النصيحة من الآخرين ويتعاطف معهم ، ويتحدث عن مخاوفه وقلقه للأقارب أو الأصدقاء ، والذي يخبر الآخرين عن مشكلته لأن حديثه عنها يساعده علي ايجاد حلول لها ، ويذهب إلي الصديق أو المتخصص ليساعده علي الوصول إلي الأفضل ، ويتقبل المساعدة من الآخرين ، ويكون علاقات جيدة مع الآخرين ، وهو في نفس الوقت شخص يحب الآخرين ، ولديه انفعالات إيجابية سارة خالية إلى حد كبير من التوتر والقلق ، ومتحمس وفخور بنفسه سوف تتيح له هذه العلاقات الجيدة بأن يخبر الآخرين عندما لا ترقى أعمالهم إلي المستوي الذي يتوقعه منهم ، ويشعر بالانزعاج عندما لا يحافظ الآخرون علي نفس معايير الأداء التي يحافظ عليها ، كما يفقد صبره بسرعة عندما يقدم الآخرون أعداراً تنم عن ضعف أدائهم ، وينتابه غضب مستمر لأعمال الآخرين البطيئة وغير المتقنة ، ويقل تسامحه تجاه الأخطاء الناجمة عن إهمال الآخرين.

٢- تسهم حل المشكلات ، الانفعال السلبي ، الانفعال الإيجابي بنسب دالة في التنظيم. ويمكن تفسير ذلك في أن الطالب الكمالي التكيفي عندما تعترضه مشكلة ما فهو يقترح البدائل ، ثم يعيد ترتيب هذه البدائل ويزنها ، ويختار المناسب منها ، وهو يصيغ الخطط الملائمة والتي تحقق أهدافه وبطبيعة الحال عندما يقوم بحل مشكلاته فهو يكون على درجة كبيرة من التنظيم ، وهو كذلك يسعى إلى إنجاز أعماله بدرجة كبيرة من الضبط والتنظيم وعلى نحو خالي من التوتر والقلق والاضطراب وعدم

الخوف ، وهو مستقر في انفعالاته ، ومتحمس ويقظ وفطن ومنتبه على نحو جيد ، وهذه الانفعالات الإيجابية تُمكنه من التنظيم والانضباط في عمله .

٣- تسهم حل المشكلات وتقدير الذات بنسب دالة في التخطيط. ويمكن تفسير ذلك في أن الطالب الكمالي التكيفي محب لعمله ومنظم ، وهو في ذلك يضع الحلول المناسبة ويختار أفضلها ، ويضع الخطط المناسبة والتي تحقق أهدافه وهو قادر على انجاز أعماله بإتقان ، وهو يحل مشكلاته يكون على درجة مرتفعة من التخطيط ، ولا ريب أن هذا الشخص يكون مُقدراً لذاته على نحو إيجابي ، ويشعر بأنه ذو قيمة ، ويتمتع بعدد وافر من الصفات الجيدة والتميزة ، وقادر على انجاز الأعمال بإتقان ، ويشعر بأن لديه اتجاه إيجابي نحو ذاته ، ويشعر بالرضا عن نفسه وأنه مفيد ، كل هذا سوف يساعده على نحو متميز بأن يكون متميز في تخطيطه لانجاز أهدافه .

٤- تسهم حل المشكلات بنسب دالة في الكفاح للتفوق، ويمكن تفسير ذلك في ضوء ما تحققه قدره الكمالي التكيفي على حل المشكلة ، فهو لا يتجنبها بل يفكر في العديد من البدائل ويعيد ترتيبها وتنظيمها ويزنها قبل أن يقرر ما يجب القيام به ، ويفكر فيما يحتاج لضعفه من أجل تصويب الأمور ، وهذا الشخص سوف يبذل كل طاقاته للوصول إلى نتائج خالية من الأخطاء ، وعلى هذا فإن سعيه الدؤوب صوب المشكلة يكون لأجل الوصول إلى التفوق.

٥- تسهم حل المشكلات ، والانفعال الإيجابي ، والانفعال السلبي ، والمساندة الاجتماعية بنسب دالة في الدرجة الكلية لمقياس الكمالية التكيفية ، ويمكن تفسير ذلك في أن الطالب الكمالي لا يتجنب المشكلات بل يواجهها ويسعى دوماً إلى إيجاد حلول مبتكرة لها ، كما أنه يسعى إلى الحصول على النصائح التي تساعد على مواصلة انجاز أهدافه ، وهو يدرك أن انجازه لأهدافه تتطلب منه أن يكون منتبهاً ويقظاً ، وخالياً من القلق والهموم والتوترات ، وأن يكون متحرراً من الخوف والعدائية والعصبية ، ولذلك فهو قادر على التنظيم والتخطيط المنظم الدقيق ، والشعور المتزايد بالرضا عن نفسه ، وأنه بذل كل ما في وسعه للوصول إلى نتائج خالية من الأخطاء ، وأنه لم يقبل بأنصاف الحلول ، وأنه حقق تفوق في أعماله .

خلاصة وتوصيات

١- أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات مجموعات الطلاب في مقياس الكمالية التكيفية تبعاً لاختلاف المسار، وبالرغم من أن عينات الدراسة لا تتباين في الكمالية التكيفية عبر المسارات المختلفة (البرنامج العام، الإعاقة العقلية، صعوبات التعلم) إلا أن الأمر يتطلب إجراء مزيد من الدراسات على عينات كبيرة نسبياً ومسارات أخرى لم تتضمنها الدراسة الحالية للترؤد بنتائج تعضد أو تدحض ما توصلت إليه نتائج الدراسة.

٢- وجود فروق دالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الكمالية التكيفية في مقياس المساندة الاجتماعية، وحل المشكلات، وتقدير الذات، والانفعال الإيجابي والسلبي، وهذا يتطلب تزويد الطلاب بالمقررات الدراسية المبنية على حل المشكلات، والتي تساعد على بناء تقدير إيجابي للذات، وأن تكون البيئة التعليمية خالية من التوتر والخوف، ومحبذة للطلاب ومحفزة لهم، وهذا من شأنه أن يدعم رغبة الفرد في مزيد من التقدم وفي وضع مستويات مرتفعة للأداء يسعى لإنجازها.

٣- في ضوء ما أسفرت عنه النتائج من وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائية بين مقياس الكمالية التكيفية ومتغيرات الدراسة الحالية، فإن هذا يتطلب من المؤسسات الجامعية تشجيع طلاب التربية الخاصة على مواجهة المشكلات وإيجاد بدائل ابتكارية لها، وإنجاز الأهداف، وتقليص الانفعالات السلبية وتدعيم الانفعالات الإيجابية مما ينعكس إيجابياً على الطالب فيزداد تنظيمه وتخطيطه، ويسعى للتفوق في كافة مجالات الحياة.

٤- انتهت نتائج الدراسة إلى أن حل المشكلات، الانفعال الإيجابي، الانفعال السلبي، المساندة الاجتماعية تنبئ بالدرجة الكلية لمقياس الكمالية التكيفية، وهذا يتطلب وضع برامج تزيد من الكمالية التكيفية من خلال تبني استراتيجيات لحل المشكلات، وبرامج تحسن من الانفعالات الإيجابية، وتخفض من حدة الانفعالات السلبية، وتشجع على التفاعل الإيجابي بين طلاب التربية الخاصة بعضهم البعض.

المراجع

أ.ف. بتروفسكي (١٩٩٦). معجم علم النفس المعاصر. ترجمة: أحمد عبد الجواد وعبد السلام رضوان. القاهرة: دار العالم الجديد.

أحمد عبد الخالق (١٩٩٣). استخبارات الشخصية. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
صفوت فرج (١٩٩١). التحليل العملي في العلوم السلوكية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

فؤاد أبو حطب، أمال صادق (١٩٩٦). مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: الأنجلو المصرية.

فؤاد أبو حطب، سيد عثمان، أمال صادق (١٩٩٣). التقويم النفسي. القاهرة: الأنجلو المصرية.

لندا دافيدوف (١٩٩٧). مدخل علم النفس، ترجمة: سيد الطواب، محمود عمر، نجيب خزام، مراجعة وتقديم: فؤاد أبو حطب، القاهرة: الدار الدولية للنشر والتوزيع.

المعجم الوجيز (١٩٩٤). مجمع اللغة العربية. القاهرة: طبعة خاصة بوزارة التربية والتعليم.

Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In H., Ansbacher & R., Anshabcher (Eds.), **The individual psychology of Adler** (pp.239-262). New York: Harper.

Agnew, R. (2001). Building on the foundation of general strain theory: Specifying the types of strain most likely to lead to crime and delinquency. **Journal of Research in Crime and Delinquency**, 38(4), 319-361.

Alonso, J., & Román, J. (2005). Prácticas educativas familiares y autoestima. **Psicothema**, 17, 76-82.

Alsop, S. (2005). **Bridging the Cartesian divide :science education and affect**. in S. Alsop (Ed.), **Beyond Cartesian dualism**. Netherlands, Springer.

- Amirkhan, J. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. **Journal of Personality and Social Psychology**, 59(5), 1066–1074.
- Ashby, J. , & Rice, K. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. **Journal of Counseling & Development**, 80, 197-203.
- Ashby, J., Bieschke, K., & Slaney, R. (1997). Multidimensional perfectionism and career decision-making self-efficacy. **Poster presented at the annual meeting of the American Psychological Association**, Chicago, IL.
- Ashby, J., Rice,K.,&Martin, J.(2006). Perfectionism, Shame, and depressive Symptoms. **Journal of Counseling & Development** ,84 ,148-156.
- Ashby,J. , & Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism. **Individual Psychology**, 52, 237-245.
- Atwater ,E .(1990). **psychologe of Adjustment :personal Growth in changing world**. New York :cliffs prentice – Hall.
- Bandura, A.(1986).**Social foundations of thought and action : A social cognitive theory**. Englewood Cliffs , NJ : Prentice Hall.
- Beck, A. (1976). **Cognitive therapy and the emotional disorders**. New York :International Universities Press.
- Besser ,A., Flett, G., & Hewitt , P.(2010). Perfectionistic Self-Presentation and Trait Perfectionism in Social Problem-Solving Ability and Depressive Symptoms. **Journal of Applied Social Psychology**, 40, 8, 2123–2156.
- Bieling, P. , Israeli, A. , Smith, J., & Antony, M. (2003). Making the grade: The behavioral consequences of perfectionism in the classroom. **Personality and Individual Differences**, 35, 163–178.

- Bijtteber , P.,& Vertommen, H.(1997). Psychometric properties of the Coping Strategy Indicator in a Flemish sample Personality and. **Individual differences** , 23(1)157-160.
- Billings,A. & Moos, R. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. **Journal of Behavioral Medicine**, 4, 139–157.
- Blankstein, K., & Dunkley, D. (2002). **Evaluative Concerns, Self-Critical, and Personal Standards Perfectionism: A Structural Equation Modeling Strategy**. In G.L. Flett & P.L. Hewitt, (Eds.). *Perfectionism: Theory, Research and Treatment*. Pg 285-315. Washington, DC: American Psychological Association.
- Blascovich, J., & Tomaka, J. (1991). **Measures of self-esteem**. In J.Robinson, P.Shaver & L. Wrightsman (Eds.) *Measures of personality and social psychological attitudes*, Volume I. San Diego, CA: Academic Press.
- Bracey, J. , Bámaca, M. , & Umaña-Taylor, A. (2004). Examining ethnic identity and self-esteem among biracial and monoracial adolescents. **Journal of Youth and Adolescence**, 33, 123-132.
- Branden, N. (1992). **The power of self-esteem**. Deerfield Beach, FL: Health Communications.
- Brown,E.,Heimberg, R., &Frost, R.(1999).relationship of perfectionism to affect , expectation , attributions and performance in the classroom . **Journal of Social and Clinical Psychology**, 18, No. 1, 98-120.
- Burns, D. (1980b). The perfectionist's script for self-defeat. **Psychology Today**, 34-52.
- Burns, D.(1980a).**Feeling good : the new mood therapy** .New York : Morrow.
- Burns, L., & Fedewa, B. (2005). Cognitive styles: links with perfectionistic thinking. **Personality and Individual Differences**, 38, 103-113.

- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. **Journal of Personality and Social Psychology**, 56, (2). 267-283.
- Castro , J.,&Rice , K.(2003). Perfectionism and Ethnicity: Implications for Depressive Symptoms and Self-Reported Academic Achievement. **Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology** , 9(1), 64-78.
- Chang, E. (1998). Cultural differences, perfectionism, and suicidal risk in a college population: Does social problem-solving still matter? **Cognitive Therapy and Research**, 22, 237–254.
- Chang, E. (2002). Examining the link between perfectionism and psychological maladjustment: Social problem-solving as a buffer. **Cognitive Therapy and Research**, 26, 581–595.
- Chang, E., Watkins, A. , & Banks, K.(2004). How adaptive and maladaptive perfectionism related to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. **Journal of Counseling Psychology**, 51, 93-102.
- Cheng, C. (2003). Cognitive and motivational processes underlying coping flexibility: A dual-process model. **Journal of Personality and Social Psychology**, 84,425–438.
- Cheng, S. (2001). Life stress, problem-solving, perfectionism, and depressive symptoms in Chinese. **Cognitive Therapy and Research**, 25, 303–310.
- Clark , K., Bormann, C., Cropanzano, R., & James, K. (1995) . Validation evidence for three coping measures. **Journal of Personality Assessment** , 65(3), 434-455
- Coopersmith, S. (1967). **The antecedents of self-esteem**. San Francisco: Freeman & Co.

- Cox, B. , Enns, M. , & Clara, I. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. **Psychological Assessment**, 14, 365-373.
- Crawford , J., & Henry, J.(2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. **British Journal of Clinical Psychology**, 43, 245–265
- DiBartolo, P. , Li, C. , & Frost, R. (2008). How do the dimensions of perfectionism relate to mental health? **Cognitive Therapy and Research**, 32,401-407.
- Dressler, W. (1991). **Stress and adaptation in the context of culture: Depression in a southern black community**. Albany, NY: State University of New York Press.
- Dunkley, D., Zuroff, D. , & Blankstein, K.(2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. **Journal of Personality and Social Psychology**, 84, 234–252.
- Ekman, P. (1982). **Emotions in the human face (2nd ed.)**. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Endler, N. & Parker, J. (1990). **Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual**. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, Inc..
- Enns, M. , & Cox, B. (2002). **The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis**. In G. Flett & P. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 33–62). Washington, DC: American Psychological Association.
- Enns, M., Cox, B., Sareen, F., & Freeman , P.(2001). Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation .**Medical Education** , 35 , 1034-1042.

- Feenstra, J. , Banyard, V. , Rines, E. , & Hopkins, K. (2001). First-year students' adaptation to college: The role of family variables and individual coping. **Journal of College Student Development**, 42, 106-113.
- Fleshman , J.(1984).Personality characteristics and coping patterns .**Journal of Health and Social Behaviour** , 25(10), 229-243.
- Flett, G. , & Hewitt, P. (2007). Cognitive and self-regulation aspects of perfectionism and their implications for treatment: Introduction to the special issue. **Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy**, 25(4), 227-236.
- Flett, G. , Besser, A., Davis, R. , & Hewitt, P.(2003a). Dimensions of perfectionism, unconditional self acceptance, and depression. **Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy**, 21, 119–138.
- Flett, G. , Besser, A., Wang, J., Hewitt, P. , Sherry, S. , & Velyvis, V.(2003b). **Perfectionism, dimensions of self-esteem, and depression: An analysis of self-liking and self-competence**. Manuscript submitted for publication.
- Flett, G. , Blankstein, K. , & Hewitt, P. (2009). Perfectionism, performance, and state positive affect and negative affect after a classroom test. **Canadian Journal of School Psychology**, 24, 4–18.
- Flett,G. , Hewitt, P. , Oliver, J. , & Macdonald, S. (2002). **Perfectionism in Children and their parents: A developmental analysis**. In G.. Flett & P. Hewitt (Eds.), **Perfectionism: Theory, Research, and Treatment**. (pp. 89-132). Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G., & Hewitt, P. (2002). **Perfectionism: Theory, Research & Treatment**. Washington, DC: American Psychological Association.

- Flett, G., Hewitt, P., & De Rosa, T. (1996a). Dimension of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. **Personality and Individual Differences**, 20, 143-150.
- Flett, G., Hewitt, P., Blankstein, K., Solnik, M., & Van Brunschot, M. (1996b). Perfectionism, social problem-solving ability, and psychological distress. **Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy**, 14, 245-275.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. **Journal of Personality and Social Psychology**, 46, 389-352.
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1988). **Manual for Ways of Coping Questionnaire**. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Folkman, S., Lazarus, R., Gruen, R., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. **Journal of Personality and Social Psychology**, 50, 571-579.
- Frost, R., & Henderson, K. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, 13, 323-335.
- Frost, R., & Marten, P. (1990). Perfectionism and evaluative threat. **Cognitive Therapy and Research**, 14, 559-572.
- Frost, R., Heimberg, R., Holt, C., Mattia, J., & Neubauer, A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. **Personality and Individual Differences**, 14, 119-126.
- Frost, R., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. **Cognitive Therapy and Research**, 14, 449-468.
- Frost, R., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1991). The development of perfectionism: A study of daughters and their parents. **Cognitive Therapy and Research**, 15, 469-489.

- García , C., Franco , R., & Martínez ,C.(2007). Spanish version of the Coping Strategies. **Inventory Actas Esp Psiquiatr** ,35(1)29-39
- Gecas, V. (1982). The self concept. In R. Turner & J. Short, R. (Eds.), **Annual review of sociology** (Vol. 8, pp. 1–33). Palo Alto, CA: Annual Reviews, Inc.
- Greenberg, J. (2008). Understanding the vital human quest for self-esteem. **Perspectives on Psychological Science**, 3, 48–55.
- Grzegorek,J. , Slaney, R. , Franze, S., & Rice, K. (2004). Self-criticism, dependency, self-esteem, and grade point average satisfaction among clusters of perfectionists and nonperfectionists. **Journal of Counseling Psychology**, 51(2), 192-200.
- Guindon, M. (2002). Toward accountability in the use of the self-esteem construct. **Journal of Counseling & Development**, 80, 204–214.
- Halgin,R.,&Leahy,P.(1989). Understanding and treating perfectionistic college students. **Journal of Counseling & Development**, 68, 222-22
- Hamachek , D.(1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism . **Psychology** , 15 , 27-33.
- Hamarat, E., Thompson, D., Zabrocky, K., Steele, D. & Matheny, K. (2001) Perceived stress and coping resource availability as predictors of life satisfaction in young, middle-aged, and older adults. **Experimental Aging Research**, 27, 181-196.
- Hewitt, P., & Flett, G. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. **Journal of Personality and Social Psychology**, 60, 456–470.
- Hewitt, P.,Flett, G., Turnbull-Donovan,S., & Mikail,W.(1991). The multidimensional perfectionism scale validity and

- psychometric properties in psychiatric sample .**Psychological assessment** , 3(3), 464-468.
- Hill ,R., Huelsman, T., Furr, R., Kibler, J., Vicente, B., and Kennedy , C. (2004).A New Measure of Perfectionism: The Perfectionism Inventory. **Journal of personality assessment** , 82(1), 80–91.
- Izard, C. (1971). **The face of emotions**. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Izard, C. (1991). **The psychology of emotions**. New York: Plenum Press.
- Kobori , O., & Tanno , Y.(2005). Self-Oriented Perfectionism and its Relationship to Positive and Negative Affect: The Mediation of Positive and Negative Perfectionism Cognitions. **Cognitive Therapy and Research**, 29(5), 555–567.
- Kohn, P. , Hay, B. & Legere, J. (1994). Hassles, coping styles and negative well-being. **Personality and Individual Differences**, 17(2), 169- 179.
- Kumpfer, L. (1999). **Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework**. In M. Glantz & J. Johnson (Eds), Resilience and development: Positive life adaptations (pp. 179-224). New York: Academic/Plenum.
- Larijani , R., Besharat , M.(2010). Perfectionism and coping styles with stress. **Presidia Social and Behavioral Sciences** ,5, 623–627
- Lazarus, R. (1991). Psychological stress in the workplace. **Journal of Social Behavior and Personality**, 6, 1–13.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). **Stress appraisal and coping** .New York : Springer.
- Lazarus, R. ,(1999) **Stress and emotion anew synthesis** . New York : Springer.
- Lee ,L.(2007).Dimensions of Perfectionism and life stress :predicting symptoms of Psychopathology .**PHD** in Psychology ,Queen’s University Kingston, Ontario, Canada.

- Lee, R. (2003). Do ethnic identity and other-group orientation protect against discrimination for Asian Americans? **Journal of Counseling Psychology**, 50, 133-141.
- Martín-Albo, Núñez, J., Navarro, J., & Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg Self-Esteem Scale: Translation and Validation in University Students. **The Spanish Journal of Psychology**, 10(2), 458-467.
- Maslow, A. (1968). **Toward a psychology of being (2nd ed.)**. New York: Van Nostrand.
- Mecca, A., & Smelser, N. (1989). **The social importance of self-esteem**. Berkeley, CA: University of California Press.
- Mobley, M., Slaney, R., & Rice, K. (2005). Cultural validity of the Almost Perfect Scale-Revised for African American college students. **Journal of Counseling Psychology**, 52, 629-639.
- Molnar, D., Reker, A., Culp, N., Sadava, S., DeCourville, N. (2006). A mediated model of perfectionism, affect, and physical health. **Journal of Research in**, 40, 482-500.
- Moos, R. (1993). **Coping Responses Inventory: CRI Adult Form**. Professional Manual. Odessa: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Moos, R. (1995). Development and applications of new measures of life stressors, social resources and coping responses. **European Journal of Psychological Assessment**, 11(1), 1-13.
- Norman, D. (2002). Emotion and design: Attractive things work better. **Interactions: New Visions of Human-Computer Interaction**, IX (4). (3).6-42.
- Nowack, K. (1990). Initial development of an inventory to assess stress and health risk. **American Journal of Health Promotion**, 4, 173-180.
- O'Connor, D., O'Connor, R., & Marshall, R. (2007). Perfectionism and psychological distress: Evidence of the

- mediating effects of rumination. **European Journal of Personality**, 21, 429–452.
- O'Connor, R. , & O'Connor, D. (2003). Predicting hopelessness and psychological distress: The role of perfectionism and coping. **Journal of Counseling Psychology**, 50, 362-372.
- Orth, U., Trzesniewski , K., & Robins, R.(2010). Self-Esteem Development From Young Adulthood to Old Age: A Cohort-Sequential Longitudinal study. **Journal of Personality and Social Psychology**, 98(4) 645–658.
- Passmore, N., Fogarty, G., Bourke, C. & Baker-Evans, S. (2005). Parental bonding and identity style as correlates of self-esteem among adult adoptees and non-adoptees. **Family Relations**, 54 (4), 523-534.
- Patch, A. (1984). Reflections on perfection. **American Psychologist**, 39, 386-390.
- Plummer, D., & Slane, S. (1996). Patterns of coping in racially stressful situations. **Journal of Black Psychology**, 22, 302-315.
- Plutchik, R. (1994). **The psychology and biology of emotion**. New York: HarperCollins College Publishers.
- Powers, T. , Koestner, R., & Topciu, R. (2005). Implementation intentions, perfectionism, and goal progress: Perhaps the road to hell is paved with good intentions. **Personality and Social Psychology Bulletin**, 31, 902–912.
- Ram,A.(2005).The Relationship of Positive and Negative Perfectionism to Academic Achievement, Achievement Motivation, and Well-Being in Tertiary Students. MA in Psychology ,University of Canterbury.
- Rice , K., & Ashby, J(2007). An efficient method for classifying perfectionists, **Journal of Counseling Psychology**, 54(1), 72-85.
- Rice, K. , & Lopez, F. (2004). Maladaptive perfectionism, adult attachment, and self-esteem in college students. **Journal of College Counseling**, 7, 118-128.

- Rice, K. , & Slaney, R. (2002). Clusters of perfectionists: Two studies of emotional adjustment and academic adjustment. **Measurement and Evaluation in Counseling and Development**, 35, 35-48.
- Rice, K. , Ashby, J., & Slaney, R. (2007). Perfectionism and the five factor model of personality. **Assessment**, 14, 385-398.
- Rice, K., & Lapsley, D. (2001). Perfectionism, coping, and emotional adjustment. **Journal of College Student Development**, 42, 157-167.
- Rice, K., Ashby, J., & Slaney, R. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. **Journal of Counseling Psychology**, 45, 304-314.
- Richard , B., & Scott, R.(2009).**Self-esteem**. New York : Houghton .
- Robins , R., Hendin , H., & Trzesniewski , K.(2001). Measuring global self esteem : construct validation of a single -item measure and the Rosenberg self -esteem scale .**Personality and social Psychology Bulletin** , 27 , 151-161.
- Roger, D., Jarvis , G., & Nigarian, B.(1993).Detachment and coping , the construction and validation of a new scale for measuring coping strategies .**Personal Individual differences**, 15, 619-626.
- Rogers, C. (1951). **Client-centered therapy**. New York: Houghton-Mifflin.
- Rosenberg , M., Schooler , C.,& Schoenberg , C.(1989).Self-esteem and adolescent problems , modeling reciprocal effects. **American Sociological Review** , 54, 1004-1018.
- Rosenberg , M., Schooler, C., Schoenberg , C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem , different concepts , different outcomes. **American Sociological Review** , 60, 141-156.

- Rosenberg, M. (1965). **Society and the adolescent self-image**. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1979). **Conceiving the self**. New York: Basic Books.
- Rotter , J., Chance , J., &Phares , E.(1972).**Applications of a social learning theory of personality** .New York : Holt, Rinehart and Winston.
- Russell, J. (1980). A circumplex model of affect. **Journal of Personality and Social Psychology**, 39, 1161–1178.
- Russell, J. (2003). Core affect and the psychological construction of emotion. **Psychological Review**, 110, 145_172.
- Russell, J. , & Barrett, L. (1999). Core affect, prototypical emotional episodes, and other things called emotion: Dissecting the elephant. **Journal of Personality and Social Psychology**, 76, 805– 819.
- Saboonchi,F.,& Lundh, L. (2003). Perfectionism, anger, somatic health and positive affect. **Personality and Individual Differences**, 35, 1585–1599.
- Sánchez, E., & Barrón, A. (2003). Social psychology of mental health: The social structure and personality perspective. **The Spanish Journal of Psychology**, 6, 3-11.
- Schmidt, S., Nachtigall, C., Wuethrich -Martone, O., & Strauss, B. (2002). Attachment and coping with chronic disease. **Journal of Psychosomatic Research**, 53, 763–773.
- Schweitzer, R.,& Hamilton,T. (2002) Perfectionism and Mental Health in Australian University Students: Is There a Relationship? . **Journal of College Student Development**, 43(5), 684-695.
- Shafran ,R.,Cooper,Z.,& Fairburn,C.(2002). Clinical perfectionism: a cognitive-behavioural analysis. **Behaviour Research and Therapy** 40 , 773–791.
- Silber , E., & Tippett , J.(1965). Self-esteem :Cilical assessment and measurement validation .**Psychological Reports** , 16, 1017-1071.

- Slade, P. & Owens, B. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. **Behavior Modification**, 22, 372–390.
- Solomon, R. C. (2003). **What is an emotion? (2nd ed.)**. New York: Oxford University Press.
- Stoeber, J., Kobori, O., & Tanno, Y. (2010). The Multidimensional Perfectionism Cognitions Inventory–English (MPCI–E): Reliability, Validity, and Relationships With Positive and Negative Affect. **Journal of Personality Assessment**, 92(1), 16–25.
- Stoeber, J., & Janssen, D. (2011). Perfectionism and coping with daily failures: positive reframing helps achieve satisfaction at the end of the day. **Anxiety Stress Coping**, 18, 1–21.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. **Personality and Social Psychology Review**, 10, 295–319.
- Stoeber, J., Feast, A., & Hayward, J. (2009). Self-oriented and socially prescribed perfectionism: Differential relationships with intrinsic and extrinsic motivation and test anxiety. **Personality and Individual Differences**, 47, 423–428.
- Stone, A., Greenberg, M., Kennedy-Moore, E., & Newman, M. (1991). Self-report, situation specific coping questionnaires: What are they measuring? **Journal of Personality and Social Psychology**, 61(4), 648–658.
- Taylor, S., Lerner, J., Sherman, D., Sage, R., & McDowell, N. (2003). Portrait of the self-enhancer: Well adjusted and well liked or maladjusted and friendless? **Journal of Personality and Social Psychology**, 84, 164–176.
- Terry-Short, L., Owens, R., Slade, P., & Dewey, M. (1995). Positive and negative perfectionism. **Personality and Individual Differences**, 18, 663–668.

- Tobin, D. , Holroyd, K. , Reynolds, R. , & Wigal, J. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. **Cognitive Therapy and Research**, 13, 343–361.
- Tomkins, S. S. (1991). **Affect, imagery, and consciousness: Vol. 3. The negative affects: Anger and fear.** New York: Springer.
- Trumpeter, N., Watson , ., & O’Leary , P.(2006). **Factors within Multidimensional Perfectionism Scales: Complexity of relationships with Self-Esteem, Narcissism, Self-Control, and Self-Criticism.** American Psychological Association.
- Twenge, J. , & Crocker, J. (2002). Race and self-esteem: Meta-analyses comparing Whites, Blacks, Hispanics, Asians, and American Indians . **Psychological Bulletin**, 128(3), 371-408.
- Wang, K., Slaney , R. , & Rice, K. (2007). Perfectionism in Chinese university students from Taiwan: A study of psychological well-being and achievement orientation. **Personality and Individual Differences**, 42, 1279-1290.
- Watson, D. (2000). **Mood and temperament.** New York: Guilford.
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. **Psychological Bulletin**, 98, 219–235.
- Watson,D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988).Development and validation of brief measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. **Journal of Personality and Social Psychology**, 54,1063-1070.
- Wei , M., Heppner , P., Russell, D.,&Young, S.(2006). Maladaptive Perfectionism and Ineffective Coping as Mediators Between Attachment and Future Depression: A Prospective Analysis. **Journal of Counseling Psychology**, 53(1) 67–79.
- Wilson, K. & Multon, K. (2001) The effects of stress and social support on health outcomes among first-year law students,

paper presented at the American Psychological Association, San Francisco, CA, August.

- Ying, Y., Lee, P. , & Tsai, J. (2004). Inventory of college challenges for ethnic minority students: Psychometric properties of a new instrument in Chinese Americans. **Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology**, 10, 351-364.
- Zeigler-Hill, V. (2007). Contingent self-esteem and race: Implications for the Black self-esteem advantage. **Journal of Black Psychology**, 33(1), 51-74.