

استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الانفعال ) للشائعات الالكترونية حول  
جائحة كورونا Covid ١٩ لدى طلبة الجامعة المتعافين من الفايروس وغير المصابين به

م. د. حنان حسين علي الحلفي

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الانسانية

م.د. سلام محمد علي هادي عبد

جامعة الفرات الاوسط التقنية

المعهد التقني المسيب

م.د. راقية عباس خضير الدليمي

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الانسانية

**Psychological resistance strategies focused on (the problem \_ emotion)  
for electronic rumors about Covid 19 among university students  
recovering from the virus and not infected with it**

**D. Hanan Hussein Ali Al-Helfi**

**Babylon University**

**College of Education For Human Sciences**

**[hum.hanan.h.a@uobabylon.edu.iq](mailto:hum.hanan.h.a@uobabylon.edu.iq)**

**D. Salam Muhammad Ali Hadi Abed**

**Al-Furat Al-Awsat Technical University**

**Technical Institute. Musayyib**

**[Salam.Hadi.ism@atu.edu.iq](mailto:Salam.Hadi.ism@atu.edu.iq)**

**D. Raqia Abbas Khudair Al – Dulaimi**

**Babylon University**

**College of Education For Human Sciences**

**[hum.raqia.abbas@uobabylon.edu.iq](mailto:hum.raqia.abbas@uobabylon.edu.iq)**

#### **Abstract**

The aims of this research are:

psychological resistance strategies focused on (problem \_ emotion) for electronic rumors about the Covid 19 pandemic among university students recovering from the virus and not infected with it, and knowing the statistically significant differences in psychological resistance strategies focused around (problem \_ emotion) for electronic rumors about COVID-19 pandemic among university students who have recovered from the virus and university students who are not infected with it.

The current research is limited to students from the University of Babylon for the initial morning study, for the academic year (2021-2020).

To achieve the objectives of the research, a random sample of (400) male and female students was selected, with (232) male and female students of the scientific specialization and (168) male and female students of the humanitarian specialization.

To achieve the objectives of the research, the researchers built a tool to measure psychological resistance strategies focused around (problem\_emotion) for electronic rumors about the Covid 19 pandemic. The psychological focus on the emotion, and

placed in front of each paragraph (5) alternatives (1- Strongly agree to 5- Strongly disagree) Paragraphs (5-4-3-2-1) are corrected respectively, and the researchers verified the validity of the tool by the method of apparent honesty and construction validity , and verify their stability using the half-split method and the alpha-Cronback method.

The researchers used the following statistical methods: chi-square (Ka2), t-test for two independent samples, t-test for one sample, and Pearson's correlation coefficient.

The research reached the following results:

- 1- University students recovering from the Covid-19 virus and not infected with it have been exposed, to a large extent, to electronic rumors about the Corona pandemic.
- 2- University students have psychological resistance strategies focused around (problem - emotion) for electronic rumors about the Corona pandemic.
- 3- The university students recovering from the Covid 19 virus have psychological resistance strategies focused around the problem.
- 4- University students recovering from the Covid-19 virus do not have psychological resistance strategies focused on emotion.
- 5- University students who are not infected with Covid 19 virus have psychological resistance strategies focused around the problem.
- 6- University students who are not infected with Covid 19 virus have psychological resistance strategies focused around emotion.
- 7- There are statistically significant differences in the psychological resistance strategies focused around the problem between university students who have recovered from the Covid-19 virus and those who are not infected with it, and in favor of the recovered.
- 8- There are no statistically significant differences in psychological resistance strategies focused on emotion between university students recovering from Covid-19 virus and those not infected with it.

The research also reached a number of conclusions, recommendations and suggestions.

**Keywords : (Psychological resistance strategies , electronic rumors , Covid 19)**

#### مستخلص البحث

هدف البحث الحالي الى معرفة : استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كوفيد ١٩ لدى لدى طلبة الجامعة المتعافين من الفايروس وغير المصابين به ومعرفة الفروق ذات الدلالة الاحصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال ) للشائعات الالكترونية حول جائحة كوفيد ١٩ بين طلبة الجامعة المتعافين من الفايروس وطلبة الجامعة غير المصابين به .

وتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة بابل للدراسة الصباحية الأولية, للعام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٠). ولتحقيق اهداف البحث اختيرت عينة عشوائية بلغ عددها (٤٠٠) طالباً وطالبة بواقع (٢٣٢) طالباً وطالبة من طلبة التخصص العلمي و (١٦٨) طالباً وطالبة من طلبة التخصص الانساني.

لتحقيق أهداف البحث قام الباحثون ببناء اداة لقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كوفيد ١٩ , تكونت من (٣٢) فقرة ، (١٦) فقرة منها استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة و(١٦) فقرة تقيس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال , ووضعت امام كل فقرة (٥) بدائل (١- أوافق بشدة الى ٥- لا أوافق بشدة ) تصح الفقرات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي وتحقق الباحثون من صدق الاداة بطريقة الصدق الظاهري وصدق البناء ، وتحقق من ثباتهما بطريقة التجزئة النصفية وطريقة الفا- كرونباك .

واستعمل الباحثون الوسائل الاحصائية الآتية : مربع كاي (٢١) والاختبار التائي لعينتين مستقلتين والاختبار التائي لعينة واحدة ومعامل ارتباط بيرسون .

وتوصل البحث الى النتائج الآتية :

١- ان طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به قد تعرضوا ونسب كبيرة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا .

٢- ان طلبة الجامعة لديهم استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال ) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا .

٣- ان طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ لديهم استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة.

٤- ان طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ ليس لديهم استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال .

٥- ان طلبة الجامعة غير المصابين بفايروس كوفيد ١٩ لديهم استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة.

٦- ان طلبة الجامعة غير المصابين بفايروس كوفيد ١٩ لديهم استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال.

٧- توجد فروق ذات دلالة احصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة بين طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به ولصالح المتعافين .

٨- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال بين طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به .

كما توصل البحث الى عدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

**الكلمات المفتاحية :** (استراتيجيات المقاومة النفسية , الشائعات الالكترونية , جائحة كورونا )

### الفصل الأول ( التعريف بالبحث )

#### اولاً : مشكلة البحث : *Problem of Search*

يواجه الفرد في حياته الكثير من الضغوط و الظروف و الخبرات الضاغطة ومن ثم يحاول التعامل معها من خلال إتباع أساليب عديدة تبعد الخطر عنه و تجعله في حالة من التوازن ومن هذه الظروف ما تسببت به جائحة فايروس كورونا والشائعات الالكترونية المرتبطة بها حيث يعتقد الباحثون ان الجائحة بالاضافة الى ما تسببت به من اعداد كبيرة من الوفيات بين مختلف الفئات والاعمار من الافراد بسبب الاصابة بالفايروس الا ان الامر لم يقتصر على مخاطر الاصابة به فقط فالمشكلات النفسية المترتبة عن التعرض للشائعات المرتبطة بالجائحة لم تقل خطورة عن الاصابة بالفايروس .

اذ تنتشر الشائعات وينشط مروجوها في اوقات توقع الخطر كالحروب والكوارث الطبيعية والأوبئة لان الافراد يتوقعون حدوث الشر في هذه الاوقات وهذا هو سبب انتشار الشائعة كما انهم حينما يسمعون اي معلومة يتناقلونها بينهم دون التأكد من صحتها خوفا منهم على انفسهم وافراد اسرتهم ومن حولهم , كما ادى انتشار فايروس كورونا الى تسخير كل الامكانيات والتقنيات الحديثة للتوعية حوله وزادت متابعة الصفحات الالكترونية التي تنقل اخباره وهذه الصفحات منها ما نقلت المعلومات بدقة ومنها ما كانت وسيلة لنقل الشائعات حول الجائحة وتسببت بنشر الذعر والخوف بين الناس ( جلال , ٢٠٢١ : ١٨٧٧ ) . من ناحية أخرى فقد أضفت الجائحة على الكثير من

الأفراد نوعاً من سوء المزاج ؛ الأمر الذي اضطرهم إلى تناول العقاقير المهدئة بصورة أصابتهم بالإدمان (Chaimowitz et al., ٢٠٢١). وهذه الظروف تسبب بالعديد من المشكلات النفسية منها القلق الشديد والاكتئاب والوساوس القهرية وقلق الموت وكذلك القلق من كورونا حيث كشفت دراسة (cao et al, 2020) ان نسبة ٢١% من مجتمع الطلبة في الصين يعانون من قلق كورونا بدرجة خفيفة و ٢٧% منهم بدرجة متوسطة و ٩% منهم يعانون منه بدرجة مرتفعة ( عامر ٢٠٢٠ : ١٧٨ ). بالإضافة انتشار نوع من الخرافات والشعوذة في بعض الدول لمواجهة جائحة كورونا المستجد وتزايد حجم هذه الخرافات كلما تزايدت الشائعات حول الجائحة (cabarcapa et al: 2020). كما تزايد الضغط النفسي بسبب شائعات الجائحة حيث كشفت نتائج دراسة (النعيمات والقرالة , ٢٠٢١) ان مستوى الضغط النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الكرك في الاردن جاء بمستوى مرتفع للبعد (الانفعالي النفسي) وبمستوى متوسط للبعد (السيولوجي) ( النعيمات والقرالة , ٢٠٢١ : ٥٧٣) ومن ناحية أخرى ظهر ما يسمى بالجائحة المعلوماتية، وهي عبارة عن اضطراب ما بعد الصدمة الناجمة عن الخوف من الإصابة بالفايروس وكذلك ناجمة عن تلقي الاخبار المتداولة عن الجائحة سواء كانت الاخبار حقيقية ام غير حقيقة ، وتشير إلى الاكتئاب والبارانويا والسلوكيات الوسواسية لدى الأفراد؛ نتيجة الخوف والقلق والاكتئاب من الإصابة بالعدوى، كما أنه اندلعت أنواع من الصراعات كالعنصرية عبر مواقع التواصل الاجتماعي والوصم بالكراهية، وانتشار الشائعات وغيرها من السلوكيات التي أوقعت مرتكبيها في الجرائم الإلكترونية، كل هذا نبع من طول فترات الحظر والمكوث في المنازل خلال فترة كورونا (Payne et al., ٢٠٢٠). وهذه الظروف تسببت في عاقلة اداء الفرد في نواح عديدة معرفية و اجتماعية وفسولوجية وغير ذلك مما تطلب ان يكون لدى الافراد القدرة على اعتماد استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) لهذه الشائعات للحد من مخاطرها على النفس البشرية. إذ تعتبر هذه الاستراتيجيات مجموعة من العمليات التي يضعها الفرد بينه وبين الحدث الضاغط كمهدد من اجل التحكم او التحمل او التقليل من تأثيره على الرفاهية الجسمية والنفسية إلا ان بعض الأفراد قد يفشلون في ذلك و قد يرجع سبب الفشل في استخدام استراتيجيات المقاومة النفسية هذه إلى اختلاف الأفراد أنفسهم فهناك شخص يتعامل مع الأحداث الضاغطة بمرونة و الآخر يتعامل معها بقوة و إندفاعية الأمر الذي يؤدي إلى زيادة حدة الشعور بالضغط لديه (سميرة ونورة , ٢٠١٣ : ٤٧ )،

وتتجلى مشكلة البحث الحالي في الاجابة على التساؤل الآتي : ( هل توجد فروق في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid بين طلبة الجامعة المتعافين من الفايروس وغير المصابين به ؟

#### ثانياً : اهمية البحث Significance of Search

تعد استراتيجيات المقاومة النفسية ضمن مفاهيم علم النفس الايجابي التي تعد احد الكفاءات الشخصية والمهارات النفسية اللازمة لمواجهة التحديات والصعوبات التي يواجهها الفرد والحفاظ على سلامته النفسية , وعند تعرض بعض الافراد لمجموعة متباينة من الضغوط يظهر عليهم اعراض التعب والالام الجسمية والنفسية وهذا النمط من الاضطرابات يمر بأدوار ثلاثة هي : دور الانذار ودور المقاومة ودور الاعياء , وقد لوحظ اختلاف الافراد كلا حسب مقاومته النفسية ودرجة تحمله وكلا حسب شخصيته فبعض الافراد يمتلكون من المقاومة النفسية والقوة والصمود يمكنهم من الوقوف بشدة امام اي عائق يقف بطريقهم وهنا لا تعتمد شدة المقاومة النفسية على شخصية الفرد فحسب وانما تعتمد على مناعته الفسيولوجية وتجارب حياته وكفاءته في مواجهة الصعوبات ( حافظ , ٢٠٢٠ : ٣١٧) . وفقاً لما سبق تعد استراتيجيات المقاومة النفسية ذات ضرورة قصوى خاصة في عالمنا اليوم، لأن



الأفراد يواجهون بشكل متزايدة مواقف ضاغطة عدة ومعقدة ومنها ما ترتب عن أزمة كورونا والشائعات المرتبطة بها، حيث ازدادت الضغوط في حياة الفرد والتعامل معها يؤدي إلى حدوث اختلالات كبيرة لدى الأفراد في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، إذن استراتيجيات المقاومة النفسية تؤثر على كل من الصحة والتوافق النفسي للأفراد كما أنها ترتبط أيضا بانخفاض المشكلات النفسية لديهم حيث أن للأفراد الذين يستخدمون استراتيجيات مقاومة أكثر فعالية وتوافقية في مواجهة الضغوط يتمتعون بمستوى ملائم من الصحة النفسية، كما أنها تساعد الأفراد على حل المشكلات واتخاذ القرارات، ومن جانب آخر فإن فشل الأفراد في مواجهة وإدارة الضغوط بشكل فعال يؤثر سلبا على أهدافهم وعلى حياتهم بطرق مختلفة. (بن عبد السلام، ٢٠٢٠: ٩٠). وفي ظل الضغوط المترتبة عن جائحة كورونا كشفت العديد من الدراسات عن عدد من استراتيجيات المعاشية مع جائحة كورونا منها دراسة (Babore et al, 2020) التي كشفت عن استخدام استراتيجيات الفكاهة، في حين سجلت دراسة (Savitasky et al, 2020) سعي الاناث للدعم الاجتماعي واستخدام استراتيجيات التجنب والتحول الى الالتزام الديني (عامر واخرون، ٢٠٢٠: ٥١). كما اهتمت دراسة (Rajikram Madurai, ٢٠٢٠) برصد إستراتيجيات الاتصال المستخدمة في مواجهة فيروس كورونا والشائعات المرتبطة به، من خلال مسح عينة قوامها (٨٥٦) من الجمهور الهندي، وتوصلت إلى استخدام منظمة الصحة العالمية لإستراتيجية النشر المكثف للمعلومات لتوعية الجمهور بجائحة كورونا، كما اعتمدت المنظمة على إستراتيجية الصدمة لبث حالة من الخوف والقلق لدى الجماهير للالتزام بالإجراءات الوقائية والاحترازية من الفيروس، وكشفت الدراسة الاعتماد على الهاتف المحمول وتطبيقات الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي في نشر الوعي بالفيروس وإمداد الجمهور بالمعلومات؛ مما أسهم في الحد من انتشاره بين قطاعات الجمهور الهندي (Rajikram Madurai, ٢٠٢٠). واستهدفت دراسة (Liza Singh, ٢٠٢٠) معرفة تأثيرات موقع التواصل الاجتماعي تويتر في نشر الوعي بين الجمهور بفيروس كورونا ونشر الشائعات والمعلومات المضللة و أكدت النتائج فاعلية شبكات التواصل الاجتماعي في التوعية بالفيروس وانتشاره وطرق الوقاية منه لدى الجمهور الأمريكي، كما أشارت النتائج إلى أنه لا توجد رقابة على المحتوى المنشور على مواقع التواصل الاجتماعي؛ مما أدى إلى انتشار المعلومات المضللة والأكاذيب حول فيروس كورونا، وأكدت النتائج ارتفاع درجة الاستفادة في اكتساب المعلومات الصحية، وكيفية الوقاية، وأعراض الإصابة، وكيفية التعامل مع المصابين بالفيروس؛ مما يدل على زيادة وعي الجمهور الأمريكي فيما يتعلق بجائحة فيروس كورونا (كوفيد-١٩).

(Liza Singh, 2020)

مما سبق ذكره يمكن ان تتبين أهمية البحث الحالي مما يأتي :

١. يعد هذا البحث إضافة جديدة للدراسات العربية في مجال استراتيجيات المقاومة النفسية التي يتبناها الطلبة في المواقف الضاغطة كالشائعات حول جائحة كورونا او اي ظروف مشابهة.
٢. يكتسب هذا البحث أهميته من أهمية استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال ) التي ذُكرت في البحث الحالي .
٣. يمكن ان يوحي هذا البحث ببحوث ودراسات أخرى لباحثين آخرين في هذا المجال .

**ثالثاً : اهداف البحث : Aims of the Search**

يهدف البحث الحالي الى التعرف على :

- ١- النسبة المئوية لتعرض طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به للشائعات الالكترونية حول الفايروس .
- ٢- استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩
- ٣- استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة غير المصابين بفايروس كوفيد ١٩ .
- ٤- استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال لدى طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ .
- ٥- استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال لدى طلبة الجامعة غير المصابين بفايروس كوفيد ١٩ .
- ٦- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة بين طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به .
- ٧- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال بين طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به .

**رابعاً : حدود البحث : limits of the Search**

يقتصر البحث الحالي على طلبة جامعة بابل للدراسة الصباحية الأولية للعام الدراسي (٢٠٢٠ - ٢٠٢١)

**خامساً : تحديد المصطلحات: Terms Limitation:**

- ١- استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الأنفعال ) : **Psychological resistance strategies focused on (the problem \_ emotion)**

عرفها كل :

\_ (Folkman et Lazarus , ١٩٨٤) " الجهود السلوكية و المعرفية المتغيرة باستمرار و التي يتخذها الفرد في التعامل مع الأحداث التي يعايشها و إدارة مطالب المواقف الشاقة التي تتجاوز مصادره و إمكانياته, وقد قسمت الاستراتيجيات الى نوعين :

أ\_ الاستراتيجيات المركزة حول المشكلة : تحوي مختلف المحاولات التي يقوم بها الفرد لمواجهة المشكلة وتمكن الفرد من الحصول على إمكانيات تغيير الوضعية التي هو بصدد مواجهتها، الأمر الذي يؤدي إلى تغيير الحالة الانفعالية و هو موجه نحو تحديد المشكلة و إيجاد حلول مختلفة و دراسة و تحديد فعالية و عواقب هذه الحلول ثم اختيار الأنسب و تطبيقه .

ب\_ الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال : تحوي مختلف المحاولات التي يقوم بها الفرد من أجل تعديل التوترات الانفعالية الناتجة عن الوضعية الضاغطة إما بالتغير من درجة الاهتمام بها مع الأمل أن مصدر عدم الرضا سيزول، أو تؤثر على الحالة الانفعالية التي تتمثل في وضع النشاط المعرفي الذي سيجرف المعنى الذاتي للتجربة وهي ذات تأثير مؤقت، تعمل على تغيير التهديد إلى مكسب وهي لا تحل المشكل بل تعمل على تخفيض المستوى الانفعالي الناتج عن الموقف (حسين , ٢٠٠٦ : ٧٨) .

\_ (Dantcher , ١٩٨٩ ) " عبارة عن نشاط فكري معرفي وسلوكي هادف يوجه قدرات الفرد بغية التوافق مع المؤثرات المهددة له " (عبد العظيم، ٢٠٠٦: ٣٠) .

\_ (Bruchon & Schweitzer :1994 ) : "مجموعة الجهود المعرفية والسلوكية الموجهة للتحكم او التقليل او مواجهة المتطلبات الداخلية او الخارجية التي تهدد او تتجاوز امكانيات الفرد" (Schweitzer,1994:١٠٠)  
(Damiani , ١٩٩٧) : " القدرة على مواجهة حالة طارئة ضاغطة بطريقة مكيفة و يشير أن إلى الأفراد لهم قدرات ضعيفة أو مهمة على المواجهة و لكن يتضح من أنه الصعب تقييمها بالتحديد.( Damini , ١٩٩٧: ١٠) .  
\_ التعريف النظري : عرف الباحثون استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الأنفعال ) بالاعتماد على نظرية فولكمان و لازاروس ( Folkman et Lazarus,1984) كونها النظرية المتبناة في بناء المقياس , بأنها : "جملة مركبة من النشاطات المعرفية والسلوكية ذات المدى الطويل او القصير التي يبذلها طلبة الجامعة في شكل استجابات دفاعية لمواجهة الاحداث الضاغطة (الشائعات الالكترونية حول جائحة كوفيد ١٩) وادارة مطالب التعامل معها والسيطرة عليها والتي يتم تقييمها من قبل الطلبة بأنها مرهقة ومهددة لصمودهم النفسي وتتجاوز قدراتهم , او للتخفيف من اثر ضغوط هذه الشائعات وتحملها وهذه الاستراتيجيات تشكل نظام وقائي يحميهم من الاصابة بالاضطرابات الانفعالية والجسمية وهي تختلف باختلاف ادراكهم لهذه الشائعات " , تقسم الى نوعين :

أ\_ الاستراتيجيات المركزة حول المشكلة : جملة مركبة من النشاطات المعرفية والسلوكية التي يبذلها طلبة الجامعة والتي تركز على مواجهة المشكلة مصدر التوتر وهي الاحداث الضاغطة (الشائعات الالكترونية لجائحة كوفيد ١٩) ومحاولة تصحيحها وليس نحو التوتر الناتج عنها لذا فهي تمكنهم من تحديد هذه المشكلة والتفكير بجملة من الحلول لمواجهتها وإعادة التقييم لهذه الحلول وتطبيق الحل الانسب منها .

ب\_ الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال : جملة مركبة من النشاطات المعرفية والسلوكية التي يبذلها طلبة الجامعة والتي تركز على تعديل او تخفيف الضغط الانفعالي او التوتر الناتج عن مشكلة الاحداث الضاغطة ( الشائعات الالكترونية لجائحة كوفيد ١٩ ) بصورة مؤقتة ولا تركز على محاولة تصحيح او تغيير المشكلة مصدر التوتر , لذا فهي تمكن الطلبة من تخفيف حدة التوتر عن طريق تجنب التفكير في هذه الشائعات او الهروب منها او انكارها .  
\_ التعريف الاجرائي لاستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الأنفعال ) : الدرجة الكلية التي يحصل عليها طلبة عينة البحث عند اجابتهن على فقرات مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الأنفعال ) حول جائحة كوفيد ١٩ المُعد لأغراض البحث الحالي .

٢\_ الشائعات الالكترونية : خبر أو مجموعة من الأخبار الزائفة التي تنتشر في المجتمع بشكل سريع يتداولها العامة عبر شبكات التواصل الاجتماعي الالكترونية، وتفتقر هذه الإشاعة عادة إلى المصدر الموثوق الذي يحمل أدلة على صحتها، وتهدف هذه الأخبار إلى التأثير

على الروح المعنوية والبلبله وزرع بذور الشك، وقد تكون هذه الإشاعة ذات طابع عسكري أو سياسي أو اقتصادي أو اجتماعي او صحي ( شفيق , ٢٠١٤ : ١٢٠) .

٣- الجائحة Pandemic :تعد الجائحة أعلى درجات انتشار المرض وفق الطبيعة الجغرافية، بحيث لا تكاد تخلو منطقة من التأثير المباشر منه، مما يتطلب تدخلات مباشرة وإشراف من قبل المنظمات الدولية، خاصة منظمة الصحة العالمية لمتابعة الإجراءات الوقائية وتحديد السياسات الصحية العالمية؛ إذ تعد المنظمة صاحبة اليد العليا في رسم ملامح التعاطي مع الجائحة على المستوى العالمي (منظمة الصحة العالمية , ٢٠٢٠) .

٤\_ كوفيد - ١٩ ( Covid- 19 ) : أعلنت منظمة الصحة العالمية أواخر عام ٢٠١٩ أن هناك وباءً عالمياً تسببه الفيروسات التاجية، وأعلن عن ظهوره في ٣١ ديسمبر ٢٠١٩م بمدينة "ووهان" بالصين، حيث يستهدف الفيروس الجهاز التنفسي وتصاحبه نزلات البرد التي يمكنها أن تؤدي للوفاة، وأظهرت الدراسات التي أعدت من قبل المنظمة أن الفئات الأكثر تضرراً هي الفئات الأكبر سناً وأصحاب الأمراض المزمنة ممن يعانون من نقص المناعة وأمراض القلب والسكري ( صندوق الأمم المتحدة للسكان ، ٢٠٢٠ ) .

#### الفصل الثاني ( اطار نظري )

النظرية المتبناة في تفسير : استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الانفعال):

\_ الانموذج المعرفي \_ الاستراتيجيات المعرفية السلوكية المركزة حول (المشكلة \_ الانفعال): لـ فولكمان و

لازاروس ( Folkman et Lazarus, 1984 )

لا يمكن فهم إستراتيجيات المقاومة النفسية حسب نظرية لازاروس ( Lazarus ) بدون الرجوع إلى المكون المعرفي الكامن من وراء تفسير الفرد للموقف أو الحدث الضاغط الذي يتعرض الفرد والعملية المعرفية هذه تمثل حجر الأساس لتحديد طبيعة إستجابة الفرد للضغوط المختلفة داخلية كانت أم خارجية ، و عملية إدراك الموقف و تقييمه هي الأساس في مقاومة الضغوط الحياتية و التغلب عليها و عليه فإن العملية المعرفية المسؤولة عن تقييم الموقف و تحديد إستجابة الإنسان له هي التي تعرف بمفهوم المقاومة و ، يرى فولكمان و لازاروس ( Folkman et Lazarus , 1984 ) ان استراتيجيات المقاومة النفسية هي ذلك التغير المستمر في المجهودات المعرفية والسلوكية والانفعالية من أجل إدارة المتطلبات الداخلية والخارجية التي يقيّمها الفرد بأنها ترهق أو تفوق إمكانياته . و بذلك يتضح أن العامل الضاغط لا يعكس شدة أو طبيعة إنفعالات الفرد إتجاهه ، بحيث هذه الضواغط تمر حسب النموذج التفاعلي للضغط بجهاز ترشيح الضغط و يرى ( Rache Arthur , ١٩٨٩ ) أن إدراك الضواغط يتأثر بالتجارب السابقة مع الضواغط المتماثلة و ، الدعم الاجتماعي و العادات و المعتقدات في حين تعمل الميكانيزمات الدفاعية للأنا لأشعوريا و ، تتمثل الجهود الشعورية في وضع خطة إستعمال مختلف التقنيات الإسترخاء ، تمارين رياضية... إلخ . هذه الترشيحات تعتبر عند الباحثين كمعدل العلاقة حدث ضاغط-أزمة انفعالية (سميرة ونورة ، ٢٠١٣ : ٥٠ ) . بينما يعتبر ( Folkman et Lazarus , ١٩٩٨ ) أن مختلف العمليات الترشيحية تعد بمثابة وسائط للعلاقة ضغط-توتر إنفعالي و يؤكدان أنه يوجد عاملان يؤثران على العلاقة بين الفرد و المحيط وهما إعادة التقييم المعرفي للوضعية و المقاومة لها :

١\_ إعادة التقييم : تعني التغيير الكبير و الجذري للعلاقة ما بين الفرد و المحيط الناتج عن جهود الفرد نتيجة تكيفه لتغيير الوضعية الخاصة بالحدث و ، هذا التغيير يمس كل ما حدث ما و سيحدث في المستقبل هو إذ ، قرار نهائي و سيرورة للتفاعل الداخلي مع الأخذ بعين الإعتبار التغذية الرجعية.

٢\_ المقاومة: في هذه المرحلة يلجأ الفرد إلى إستعمال إستراتيجيات معرفية سلوكية لمقاومة الموقف الضاغط ، وقد صنفت إستراتيجيات المواجهة إلى نوعين أساسيين : النوع الأول من التعامل أطلق عليه التعامل المركز حول المشكلة و ، يهدف ليس فقط إلى التخفيض من التوتر الإنفعالي بل الى فهم المشكلة و عمل شيء لتعديل أو تغيير مصدر الضغط و ، الثاني أطلق عليه التعامل المركز حول الانفعال هو و يهدف إلى تخفيض أو التحكم في الحزن المصاحب أو الناجم عن الموقف

اما نتائج المقاومة : في هذه المرحلة يتحدد مدى تأثير أساليب المقاومة على كل من النشاط الإنفعالي والمعرفي و الفيزيولوجي و السلوكي و ، تتوقف إستجابة الفرد التوافقية للموقف الضاغط على مدى نجاحه في إستعمال إستراتيجية مناسبة للتغلب عليه (الشرقاوي، ١٩٩٣: ١٨).

#### استراتيجيات المقاومة المركزة حول المشكلة و المركزة حول الإنفعال:

تعتبر إستراتيجيات المقاومة من الإستراتيجيات المتعددة الأبعاد و الأكثر استجابة للضغط و ، التي تؤدي في الأخير إلى التغيير من الوضعية المهددة حقيقة سواء بإنتهاج أساليب المركزة حول المشكلة أو المركزة حول الإنفعال وفي ، هذا العنصر سنتعرض بالتفصيل إلى إستراتيجيات المواجهة المركزة حول المشكلة و المركزة حول الانفعال .

#### إستراتيجيات المقاومة المركزة حول المشكلة :

تشير إلى المجهودات لتغيير الظروف الضاغطة الناتجة عن التفاعل بين الفرد والبيئة، وحسب (Schafer, ١٩٩٢) فهي تشير إلى تلك الجهود التي يبذلها الفرد هو و يحاول التعامل الفعال مع عوامل الضغط النفسي أو مع الموقف الضاغط مباشرة و فيها يتم إستيعاب أو إستبعاد مصادر الضغوط والتعامل مع آثار المشكلة ، وهي محاولة للسيطرة بشكل مباشر على الموقف الضاغط عن طريق إستعمال الفرد مصادره الذاتية في حل المشكلة و مقاومتها مباشرة و ، وإتخاذ الإجراءات التي تخفف من تأثير الأحداث الضاغطة و تتضمن تحليل المشكلة و وضع خطة أو بدائل ، وحلول تؤدي إلى تغيير الموقف الضاغط بما يتناسب مع صحة الفرد النفسية و السلوكية أي تعديل العلاقة المضطربة بين الفرد و المحيط (سميرة ودعوة، ٢٠١٣: ٦٥).

إن جهود التعامل التي تركز على حل المشكلة تتضمن القيام بمحاولات تهدف إلى القيام بعمل شيء إزاء الظروف الضاغطة التي تشكل مصدر أذى أو تهديد للفرد، إلى جانب الترتيب وهو محاولة الفرد عدم الشرح ومتابعة الحدث الاول وإجبار الذات على انتظار الوقت المناسب للتعامل مع المشكلة، وقد يلجأ الفرد إلى الخبرات السابقة في المواقف المتشابهة، وهذا ما يجعل الفرد يواجه المشكل بغاية ، كما ان هذه الاستراتيجيات تعتمد كثيرا على الجانب المعرفي والسلوكي إذ يجعل الفرد يتقبل الوضع الضاغط كحدث مفروض عليه يهدد وضعيته وأهدافه فيحاول تحليله لتحديد الاجابة المناسبة لحله ببذل جهد ( بن عبد السلام ، ٢٠٢٠: ٩١ ) .

و يضيف كل من (side et Meclano Wood) بأن حل المشكلة عملية عقلية معقدة و مركبة تتم على عدة مراحل و تتضمن فهم المشكلة و وضع الخطة و التنفيذ. ( الزيات، ١٨٢: ٢٠٠١) . كما ان استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة يستخدمها الفرد عندما يتم تقييم الموقف على أنه قابل للتحكم والتغيير وأن قدرة الفرد على التحكم في الموقف والسيطرة عليه تحدد من خلال عملية التقييم المعرفي التي يقوم بها الفرد للمواقف وأن استراتيجيات المقاومة تتعدد بما يفعله الفرد ويفكر فيه عندما يواجه الموقف الضاغط من ناحية، ومن ناحية أخرى التغييرات التي تحدث كنتيجة لجهود المقاومة التي يقوم بها الفرد .وان الجدير بالذكر أن استراتيجيات المقاومة متعددة، ومختلفة وانه يوجد داخل كل نوع من هذه الاستراتيجيات المعارف والسلوكيات التي تكون موجهة نحو تحليل مضمون المشكلة وهي تشمل على تجزئتها إلى أجزاء معينة والبحث عن المعلومات ودراسة البدائل من الحلول لها (حسين، ٢٠٠٩: ٦٣ )

و تشمل مجهودات المقاومة المنشطة للتعامل مع المشكلة على مجموعة من الأساليب والتي ستعرض فيما يلي:

#### ١- إستراتيجية البحث عن حل المشكلة :

تشير إلى مجهودات مدروسة ترتكز على المشكلة بهدف تغيير الوضعية و صاحبها تناول تحليلي لحل المشكلة ، و تتعلق باستراتيجيات البحث عن حلول فالفرد يضاعف الجهود الضرورية حيث يضع مخططات عمل و تصرف

لإيجاد الحلول و يتقبل الحل الأفضل وفقا لما يريده مع مواجهة أكبر و إكتشاف هو ما مهم في الحياة (Grasiani et al, 1998:10٥) . ويمكن القول أن حل المشكلات هو عملية يحاول فيها الشخص أن يخرج من مأزق أو موقف ضاغط هو و نوع من السلوك المحكوم بقواعد يستحضر فيها الأشخاص معرفتهم السابقة , ويضيف (Nezu, ١٩٨٧) أن أسلوب حل المشكلات عبارة عن عملية معرفية سلوكية يحدد فيها الفرد و بواسطتها إستراتيجيات وجدانية لمواجهة المشكلات التي تقابله في الحياة (حسين, ٢٠٠٠: ٢٧٢).

## ٢- استراتيجيات البحث عن الدعم الاجتماعي :

يشير مفهوم السند الاجتماعي إلى مشاعر ايجابية منها إحساس الفرد بالقيمة و التقدير و الإحساس بالعناية من خلال السند العاطفي أو المادي أو المعنوي الذي يستمد من الآخرين في بيئته الاجتماعية والثقافية (حبيب, ٢٠٠٥ : ١٥٩).

يعرف (Sarasou, ١٩٩٩) المساندة الاجتماعية بأنها تعبر عن مدى وجود أو توفر أشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم و يعتقد بأنه في وسعهم أن يعتنوا و به يحبه و يقفوا بجانبه عند الحاجة. أن المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الفعلية أو المدركة للمصادر المتاحة في البيئة الاجتماعية للفرد التي يمكن استخدامها للمساعدة في الأوقات الضيقة و ، يتزود الفرد بالدعم الاجتماعي من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي بشكل أو بآخر مع الفرد، وتتمثل في الغالب في الأسرة الأصدقاء و زملاء العمل. (قايد, ٢٠٠٠: ٢٨٣) . وفي هذا السياق يرى بعض الباحثين أن الدعم الاجتماعي هو شكل من أشكال المقاومة الهادفة الى تنظيم الإستجابات العاطفية و الجهد الذي يقوم به الناس للحصول على المساندة الاجتماعية لتحقيق من الوضع الضاغط (سميرة ودعوة, ٢٠١٣: ٦٧) .

## استراتيجيات المواجهة المركزة حول الإنفعال :

تشير إلى الجهود التي يبذلها الفرد والتي تظم مجموعة معينة من المعلومات السلوكية والمعرفية الموجهة نحو خفض التوتر الانفعالي لتنظيم الانفعالات و خفض المشقة والضيق الذي حدث أو الموقف الضاغط للفرد عوضا عن تغيير العلاقة بين الشخص و البيئة . (طه, ٢٠٠٦: ٩١) . و تعتمد استراتيجية المقاومة في هذه الحالة على الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم إنفعاله عن طريق ضبط أو تعديل الأهمية العاطفية للأحداث الضاغطة ، أي التنظيم الانفعالي المركز على التعامل مع الخوف و الغضب أو الشعور بالذنب و تتضمن المواجهة التي تركز على الانفعال مواجهة سلوكية و انفعالية و مواجهة معرفية انفعالية. (آيت, ٢٠٠٦ : ١٨٠) . يمكن أن تأخذ الجهود الموجهة نحو ضبط الإستجابات الانفعالية التي تولدها الوضعية عدة أشكال، إذ تؤثر مختلف نشاطات هذه المقاومة على الإنفعال بطرق مختلفة فأول نشاط ممكن يتمثل في تغيير درجة الإنتباه ، التجنب أو الهروب أو تمنى زوال مصدر الضيق و الإنزعاج ، فهي تعمل على تغيير إتجاه الانتباه من مصدر الضغط محدثة بذلك راحة مؤقتة أما ، الطريقة الأخرى التي من خلالها تؤثر المقاومة على الحالة الانفعالية هي توظيف نشاط معرفي الذي يغير و يبدل المعنى الذاتي للتجربة مثل إعادة تقييم الوضعية و تضخيم الجوانب الإيجابية للحدث أو إعادة التقييم الإيجابي الذي يتضمن تحويل التهديد إلى تحدي و يظهر أن مثل هذه النشاطات فعالة لتخفيف وتقليص المستوى الانفعالي شرط ألا يتعدى الضغط عتبة معينة. (Dantchev, 1989:25) و تأخذ الجهود الموجهة نحو ضبط الإستجابات الانفعالية التي تولدها المواقف الضاغطة عدة أشكال و هي مجموعة من أساليب المقاومة الموجهة نحو تقليص الضيق الانفعالي مثل :التجنب و التهرب، لوم الذات ، إعادة التقييم الايجابي، و التي سنعرضها فيما يلي:



**١- إستراتيجية التهرب و التجنب :**

تشير الى تحويل الانتباه عن مصدر الضغط وتعتبر هذه الاستراتيجية أكثر تداولاً والتي تتضمن نشاطات ذات تغيير سلوكي أو معرفي كالنشاطات الرياضية وعملية الاسترخاء أو غيرها من النشاطات التي من شأنها أن تسمح للفرد بتفريغ الشخصية العاطفية وبالتالي تساعد على الاحساس بالراحة هذه الإستراتيجية للتفكير الخيالي و المجهودات السلوكية للتهرب من المشكل أو تجنبه ( بن عبد السلام, ٢٠٢٠ : ٩١ ). وتتضمن هذه الأساليب إستراتيجيات تجنب الوضعية الضاغطة ، فالفرد يتخيل نفسه أفضل في أو مكان آخر ، و يتمنى إمكانية تغيير ما يحدث و ، يرجو أن تنتهي المواجهة الضاغطة سريعاً ، كما تتضمن إستراتيجية التهرب من خلال النوم ، الأكل ، الكحول و الأدوية و المخدرات ، فالتهرب و التجنب يسمح للفرد بالخروج من التفاعل مع الحدث الضاغط دون تغييره (grasiani et al , 1998:105)

**٢- استراتيجية لوم الذات :**

حيث يبقى الفرد سلبياً و جامداً أمام التأثير في الموقف الضاغط و يتهم نفسه بأنها سبب المشكلة الذي يعاني منه او انه ضعيف لا يمكنه مقاومتها (سميرة ودعوة، ٢٠١٣: ٦٦)

**٣- إستراتيجية إعادة التقييم الايجابي :**

تشير إلى المجهودات المعرفية لتغيير المعنى الذاتي للتجربة من خلال إعادة تقييم الوضعية و الإهتمام بالجوانب الإيجابية للحدث و وضع معنى إيجابي. (Dantchev,1989:25).

**الاختلاف والتفاعل بين النوعين من الاستراتيجيات :**

المقارنة بين نوعي استراتيجيات المقاومة: يشير الزاروس وفو لكان (١٩٨٤) إلى أن هناك اختلافاً بين استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة واستراتيجيات المقاومة التي تركز على الانفعال وينحصر ذلك أن استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة تتضمن جهوداً لتعريف وتحديد المشكلة والبحث عن المعلومات وخلق حلول بديلة للمشكلة وحساب التكاليف والفوائد (المزايا والعيوب) لهذه البدائل والاختيار الأنسب من بين هذه البدائل وتنفيذه، وقد تكون بعض من استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة موجهاً نحو الذات مثل تنمية واكتساب سلوكيات جديدة أو تعلم مهارة جديدة وبعض آخر من استراتيجيات المقاومة التي تركز حول المشكلة يكون موجهاً للبيئة مثل البحث عن المعلومات ومحاولة الحصول على المساعدة من المحيطين بالفرد في البيئة ، أما استراتيجيات المقاومة التي تركز على الانفعال فهي تساعد الفرد على خفض الضغط الانفعالي وبعض هذه الاستراتيجيات يتضمن عمليات معرفية مثل التجنب والتقليل من شأن المشكلة ولوم الآخرين وبعضها يتضمن استراتيجيات سلوكية مثل التأمل وتعاطي العقاقير والدعابة والمرح والمساندة الاجتماعية والتدخين وزيادة الأكل وغيرها. ويشير (الزاروس وفو لكان) أيضاً إلى أن كلاً من استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة واستراتيجيات المقاومة التي تركز على الانفعال تستخدم غالباً في معظم المواقف الضاغطة وأنهما قد يسهل أو يعوق بعضهما بعضاً وأن استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة تكون مشابهة لاستراتيجيات حل المشكلة في أنها تتضمن البحث عن المعلومات أكثر وتحديد العواقب والصعوبات وتوليد حلول بديلة للمشكلة بينما استراتيجيات المقاومة التي تركز على الانفعال في المقابل تهدف إلى إدارة وتنظيم انفعالات الفرد من خلال استخدام عدة استراتيجيات فرعية مثل التجنب والانكار والتقليل من شأن المشكلة وإعادة التقييم (إيجابي/سليم، ٢٠٠٩ : ٦٨) وفي العادة يستخدم الناس كلاً من الاستراتيجيات المتمركزة على المشكلة وحول الانفعال في التعامل مع ما يواجههم من ضغوط مما تبين أن كلاً النمطين في التعامل مع الضغوط يعد مفيداً في إدارة أكثر الأحداث سبباً للضغوط ومع ذلك فإن طبيعة الحدث

تساهم في تحديد إستراتيجية التعامل التي يجري استخدامها فالمشاكل المرتبطة بالعمل على سبيل المثال تقود الناس في الغالب إلى استخدام الجهود المتمركزة حول المشكلة في التعامل مثل القيام مباشرة والبحث عن المساعدة من الآخرين. وعلى نقيض ذلك فإن المشاكل الصحية تقود الناس إلى استخدام الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال ولعل ذلك يرجع إلى التهديد الصحي الذي يتعرض له الفرد. كما ان المشاكل الصحية تقود الناس أيضا إلى البحث عن المساعدة الاجتماعية، في حين أن الافراد الذين يواجهون مشاكل أسرية أكثر ميلاً لاستخدام أسلوب التعامل المتمركز حول المشكلة. إن هذه النتائج تقود إلى الاستنتاج بأن المواقف التي تمكن من القيام بشيء بناء يفضل أن يستخدم فيها التعامل. في حين يفضل ببساطة استخدام التعامل المتمركز حول الانفعال في المواقف التي يفترض قبلها كما هي وأن الفروق الفردية تأتي أيضا في طرق التعامل التي تستخدم بشكل مدهش. قد يستطيع بعض الافراد مقاومة الضغوط النفسية بفاعلية ونجاح في حين البعض الآخر يفشلون في مقاومتها أو يميلون إلى الانسحاب والانكار، وتناول العقاقير، والمخدرات وغيرها من الاستراتيجيات التجنبية والحجائية، ومن هنا تأتي ضرورة الحاجة إلى التدخلات الارشادية، والعلاجية لادارة الضغوط، وذلك عن طريق استخدام شبكة واسعة من الفئات المختلفة، وعليه فاستراتيجيات المقاومة لدى الفرد تختلف تبعا لاختلاف خصائص الشخصية، وكذلك تبعا لنوعية مواقف ومصادر الضغوط ( بن عبد السلام ، ٢٠٢٠ : ٩٢ ) . ويشير فولكمان و لازاروس إلى أن كل من إستراتيجية المقاومة التي تتركز على المشكلة و إستراتيجية المقاومة التي تركز على الإنفعال تستخدمان غالبا في معظم المواقف الضاغطة و وهما قد يسهلان أو يعوقان بعضهما البعض ، و أن إستراتيجية المقاومة التي تركز على المشكلة تكون متشابهة لإستراتيجية الإنفعال. (طه، ٢٠٠٦: ٩٣). لقد أثبتت الدراسات التي قام بها كل من هانبرج و آخرون أن كل من إستراتيجيات المقاومة المركزة على حل المشكلة و المركزة على الإنفعال غالبا ما تحدثان بصفة متزامنة و متتابعة من و أجل إبراز العلاقة التفاعلية بين وظائف هذين النوعين من الإستراتيجيات قام ، كل من الباحثان لازاروس و فولكمان بدراسة على مئة شخص يهدفان منها الى الكشف عن مدى استعمال النوعين بشكل مزدوج و بعد تحليل النتائج تبين أن % ١٨ منهم يلجئون إلى استعمال نوع واحد فقط من نوعي الإستراتيجيات في مواجهتهم للضغط و هذا يدل أو يشير إلى وجود تزامن في عمل إستراتيجيات المقاومة معا. (زواتي، ٢٠٠١ : ١٠١) . حيث يوجد تفاعل بين الإستراتيجية المتمركزة على المشكلة و تلك المتمركزة على الإنفعال أن إذ الإنفعال المرتفع و عدم التحكم فيه يؤثر على النشاط المعرفي اللازم للأساليب المتمركزة حول المشكلة. يمكن القول أن النمطين يتبادلان التأثير في جميع أنواع الضغوطات التي يواجهها الفرد.

### الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته :

سيشير الباحثون الى الإجراءات التي اتبعوها من اجل تحقيق أهداف بحثهم، بدءاً من وصف منهج البحث ، مؤشرات المجتمع ، وأسلوب اختيار العينة ، وإعداد أداة البحث ، وإجراءات التحقق من الصدق والثبات ، والوسائل الإحصائية المستعملة في البحث .

أولاً :-منهجية البحث : استعمل الباحثون المنهج الوصفي ( الدراسة المقارنة ) كونه المنهج الملائم لأهداف البحث :

### ثانياً : مجتمع البحث

يشمل مجتمع البحث طلبة جامعة بابل المستمرين في الدراسة الصباحية للعام الدراسي ( ٢٠٢١ - ٢٠٢٢ ) البالغ عددهم (23353) طالب وطالبة، عدد الذكور منهم (9512) طالب وبلغ عدد الاناث (13841) طالبة، بينما كان عدد طلبة التخصص العلمي (14229) طالب وطالبة و(9124) للتخصص الانساني.

### ثالثاً : عينة البحث :

عينة البحث هي جزء من المجتمع يجري اختبارها على وفق طرق علمية لتمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (زيتون ، 145:2005) وقد أختيرت عينة من مجتمع البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المتناسب، اذ بلغت عينة البحث (٤٠٠) طالب وطالبة ، بلغ عدد الذكور منهم (١٦٤) بواقع (٦٨) انساني و(٩٦) علمي اما عدد الاناث (٢٣٦) بواقع (١٠٠) انساني و(١٣٦) علمي وهي نفسها عينة التحليل الاحصائي كون المقياس لم تسقط منه أي فقرة. والجدول (١) يوضح ذل

### ( جدول 1 )

توزيع أفراد العينة بحسب الجنس (ذكور ، إناث) والتخصص (علمي ، إنساني)

رابعاً : اداة البحث: : بغية تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثون ببناء اداة تتكون من محورين : المحور الاول :

ت	الكلية	التخصص العلمي		التخصص الإنساني		المجموع
		ذكور	اناث	ذكور	اناث	
١	كلية العلوم	12	17			29
		12	17			29
٢	كلية الهندسة	12	17			29
		12	17			29
٣	التربية للعلوم الصرفة	12	17			29
		12	17			29
٤	كلية هندسة المواد	12	17			29
		12	17			29
٥	كلية التربية للعلوم الانسانية			17	25	42
				17	25	42
٦	كلية العلوم الاساسية			17	25	42
				17	25	42
المجموع		96	136	68	100	400

مجال الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا: يضم ( خمس اسئلة ( فقرات) للتعرف على مدى تعرض طلبة الجامعة للشائعات الالكترونية حول الجائحة) ، والمحور الثاني : مجالي استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة\_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid كأداة لجمع البيانات الخاصة بالبحث، وتم تطبيق الإجراءات المنهجية المتبعة في بناء وإعداد الاختبارات والمقاييس النفسية للتأكد من صدقها وثباتها .

مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة\_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا Covid ١٩ :

نظراً لعدم وجود مقياس لقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة\_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid اعتمد الباحثون الانموذج المعرفي\_ الاستراتيجيات المعرفية السلوكية المركزة حول (المشكلة\_ الانفعال): لـ فولكمان و لازاروس ( Folkman et Lazarus,1984) في بناء مقياس

استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid للبحث الحالي , وسيقوم الباحثون باستعراض الخطوات التي قاموا بها في بناء واعداد اداة بحثهم وكما يأتي:

#### التخطيط لبناء المقياس:

١\_مراجعة الأدبيات السابقة: بهدف الحصول على فقرات ملائمة لأداة البحث , قامت الباحثة بمراجعة شاملة للأدبيات والدراسات ذات العلاقة بأداة البحث التي أتاحت لها أفقاً واسعاً لفهم استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid من الناحية النظرية والإجرائية مثل دراسة (بن عبد السلام, ٢٠٢٠) و(حافظ , ٢٠٢٠) .

٢\_الاستبانة الاستطلاعية المفتوحة: قام الباحثون بإعداد استبانة استطلاعية تتضمن سؤالاً مفتوح النهاية , هدف إلى معرفة نسبة تعرض طلبة الجامعة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا . وكذلك للتعرف على استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid, وتم تطبيق الاستبانة على عينة من الطلبة بلغ عددهم (٤٠) طالباً وطالبة , وبعد الحصول على إجابات طلبة العينة عن السؤال الاستطلاعي حول استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا, أفرغت الإجابات في قائمة تضمنت (٢٤) فقرة بعد أن صيغت بصورتها الأولية, وأضيفت الفقرات (٤,٣, ٦, ٩, ١٤, ١٨, ١٩, ٢٣) إلى المقياس بالاستعانة بالدراسات السابقة , وبهذا أصبح العدد الكلي لفقرات مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول كوفيد ١٩ بصيغته الأولية (٣٢) فقرة, (١٦) فقرة منها تقيس استراتيجيات المقاومة المركزة حول المشكلة و (١٦) فقرة تقيس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال ووضعت أمام كل فقرة (٥) بدائل (١- أوافق بشدة الى ٥- لا أوافق بشدة) (تصحح الفقرات (١-٢-٣-٤-٥) على التوالي).

٣\_التحليل المنطقي لفقرات مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid : تعتمد طريقة التحليل المنطقي للمقاييس النفسية على فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء لتقدير صلاحيتها في قياس الصفة المراد قياسها , لذا قام الباحثون بعرض فقرات المقياس بصيغتها الأولية على (١٥) خبيراً من المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية , وطلب منهم إبداء رأيهم في قدرتها على قياس ما وضعت لأجل قياسه وتعديل بعض الفقرات التي تكون بحاجة الى تعديل , وقد أسفرت ملاحظات الخبراء على فقرات المقياس عن تعديل صياغة بعض الفقرات , ولإيجاد معنوية الفروق بين المحكمين , استعمل الأسلوب الإحصائي مربع كاي (كا) ٢, ولم تحذف اي فقرة من فقرات المقياس لأن جميع قيم مربع كاي المحسوبة للفقرات كانت اكبر من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) , وجدول (2) يوضح ذلك

## جدول ( 2 )

اتفاق المحكمين على صلاحية فقرات مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال)

للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid

رقم الفقرة	مجالها	مجموع الفقرات	الموافقون	المعارضون	نسبة الاتفاق	قيمة كاي المحسوبة	قيمة كاي الجدولية	الدالة الاحصائية (0.05)
١, ٢, ٣, ٤, ٥	مجال الشائعات الالكترونية	5	15	0	100%	15,00	3.84	دالة
١, ٣, ٧, ١٠, ١١, ١٢	مجال الاستراتيجيات المركزة حول المشكلة	6	15	0	100%	15,00	3.84	دالة
٢, ٤, ٥, ٨, ٩, ١٣, ١٤, ١٥, ١٦	مجال الاستراتيجيات المركزة حول المشكلة	١٠	14	1	93%	11.27	3.84	دالة
١٧, ١٨, ١٩, ٢٠, ٢١, ٢٢, ٢٩, ٣٠, ٣١	مجال الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال	9	15	0	100%	15,00	3.84	دالة
٢٣, ٢٤, ٢٥, ٢٦, ٢٧, ٢٨, ٣٢	مجال الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال	7	13	2	87%	8.07	3.84	دالة

٤\_ وضوح تعليمات المقياس وفقراته: أجرى الباحثون تطبيقاً استطلاعياً لأداة البحث للتعرف على وضوح تعليمات المقياس من قبل المستجيبين وفهمهم لفقراته ومعرفة الوقت الذي تستغرقه الإجابة عنها , وطبق المقياس على عينة استطلاعية تم اختيارها عشوائياً بلغت (٦٠) طالباً وطالبة من طلبة مجتمع البحث , وطلب منهم تحديد مواطن الغموض في تعليمات

المقياس وفقراته , وأجريت بعض التعديلات على فقراته في ضوء ملاحظات الطلبة , وتبين ان الوقت الذي تستغرقه الإجابة عن فقرات المقياس يتراوح بين (١٩-٢١) دقيقة بمتوسط مقداره (٢٠) دقيقة .

٥\_ التحليل الاحصائي لفقرات المقياس: ان التحليل الاحصائي لفقرات هو خطوة اساسية في بناء اي مقياس من اجل للكشف عن الخصائص السيكومترية لفقراته مما يساعد الباحث في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة وهذا بدوره يؤدي الى زيادة صدق وثبات المقياس (علام, ٢٠٠٦: ٢٦٧) وقد أتبع في التحليل الاحصائي لفقرات المقياس الأساليب الاتية :

#### أ\_ طريقة المجموعتين الطرفين ( القوة التمييزية للفقرات) Extreme Groups Method

رُتبت درجات (400) مستجيب على فقرات المقياس ابتداء من اعلى درجة وانتهاء بأدنى درجة وفُرز (27 %) من الاستمارات الحاصلة على اعلى درجة لتكون المجموعة العليا و(27 %) من الاستمارات الحاصلة على ادنى الدرجات لتمثل المجموعة الدنيا, فاصبح عدد افراد كل مجموعة (108) طالب وطالبة, , ولان فقرات المقياس تنقسم فيها البدائل بين بديلين (نعم - لا) للفقرات الخمس في مجال (الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا) وخمسة بدائل لبقية الفقرات في المجالات الاخرى (استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة ) و (استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال) استخرج صدق المقياس لكل مجال بالاسلوب الذي يتناسب معه وكما يلي:

#### ١-مجال (الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا )

\_تم حساب التكرارات الخاصة بكل بديل من البديلين (نعم -لا) لكل فقرة من فقرات المقياس وبعدها تطبيق اختبار مربع كاي للاستقلالية , والاعتماد على قيمة مربع كاي للفرق بين المجموعتين العليا والدنيا مؤشراً لصلاحية الفقرة وذلك بمقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) لغرض الحكم على مدى تمييز الفقرة, وبعد ذلك استخرج معامل ارتباط فاي والذي تبين ان قيمة فاي المحسوبة تراوحت بين (273- .685) وكان بالاتجاه الموجب, وللحكم على الدلالة الإحصائية تم استخدام اختبار (Z) وظهر ان جميع قيم معاملات الارتباط دالة احصائياً كونها اعلى من قيمة (Z) الحرجة البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) والجدول (٣) يوضح ذلك.

#### جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا

ت	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا	قيمة كاي	قيم فاي	قيم z	الدالة
	نعم	لا	نعم	لا	المحسوبة	(٠,٠٥)
1	108	0	81	27	5.555	دالة
2	108	0	69	39	6.893	دالة
3	108	0	93	15	4.013	دالة
4	108	0	84	24	5.203	دالة
5	108	0	39	69	10.068	دالة
			30.857	3.84	1.96	
			47.593			
			16.119			
			27.000			
			101.388			
					.378	
					.469	
					.273	
					.354	
					.685	



## ٢\_ مجالي استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة - الانفعال)

لاستخراج القوة التمييزية لمجالي المقياس حددت الفقرات الخاصة بكل مجال واستخراج عدد فقرات كل مجال واستخراج قدرتها التمييزية، إذ تراوحت القيمة التائية المحسوبة للفقرات بين (6.986 - 19.714) لمجال استراتيجيات المقاومة النفسية حول المشكلة و (4.583 - 13.848) لاستراتيجيات المقاومة النفسية حول الانفعال وبعد مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة ( 1.96 ) وبدرجة حرية ( 214 ) عند مستوى دلالة (0.05) اتضح ان فقرات المقياس دالة جميعها لان القيمة المحسوبة كانت اكبر من القيمة الجدولية والجدولين ( ٤ , ٥ ) يوضحان ذلك.

## أ\_ مجال استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة:

## جدول (4)

## القوة التمييزية لفقرات مجال استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة الإحصائية 0.05
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	3.29	1.601	2.04	.946	6.986	دالة
٢	4.03	1.430	2.07	1.266	10.630	دالة
٣	4.83	.502	2.69	1.425	14.774	دالة
٤	4.90	.304	2.68	1.222	18.347	دالة
٥	4.73	.557	3.21	1.184	12.057	دالة
٦	4.61	.863	2.71	1.395	12.029	دالة
٧	4.93	.263	3.25	1.305	13.082	دالة
٨	4.84	.457	2.78	1.299	15.579	دالة
٩	4.81	.496	2.28	1.310	18.822	دالة
١٠	4.03	1.430	1.77	.933	13.747	دالة
١١	4.72	.653	2.60	1.152	16.644	دالة
١٢	4.82	.450	2.69	1.265	16.553	دالة
١٣	4.89	.316	2.65	1.138	19.714	دالة
١٤	4.81	.571	2.65	1.130	17.707	دالة
١٥	4.71	.565	2.72	1.289	14.706	دالة
١٦	4.82	.450	3.02	1.260	14.021	دالة

## ب\_ مجال استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال:

جدول (5)

القوة التمييزية لفقرات مجال استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال

				حول الانفعال		
الفقرات	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	القيمة التائية المحسوبة
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
١	3.75	1.347	2.47	1.488	6.615	الدالة الإحصائية 0.05
٢	3.58	1.595	1.61	.863	11.302	دالة
٣	4.00	1.297	2.36	1.463	8.712	دالة
٤	3.33	1.340	1.89	1.053	8.810	دالة
٥	4.17	1.172	3.08	1.523	5.858	دالة
٦	4.58	.799	3.06	1.338	10.187	دالة
٧	4.08	1.069	2.22	1.383	11.065	دالة
٨	3.36	1.363	1.89	1.292	8.145	دالة
٩	3.17	1.391	1.67	1.111	8.758	دالة
١٠	3.28	1.528	1.47	.837	10.773	دالة
١١	3.75	1.326	1.83	1.046	11.793	دالة
١٢	4.25	1.015	3.08	1.486	6.738	دالة
١٣	4.64	.538	2.69	1.357	13.848	دالة
١٤	4.64	.587	2.81	1.753	10.304	دالة
١٥	4.69	.571	3.50	1.666	7.048	دالة
١٦	4.58	1.015	3.72	1.668	4.583	دالة

ب \_ علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه:

لأجل استخراج الصدق وفقاً لذلك اتبعت الخطوات الآتية:

١ \_ مجال ( الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا )

استخدم الباحثون معامل ارتباط بونيت باسيريال لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس ودرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، وقد كان معامل الارتباط يتراوح ما بين (0.748 - 0.622) وبالتالي فهي ذات دلالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (٣٩٨) والجدول (٦) يوضح ذلك.

## جدول (٦)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال \_ لمجال (الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا)

رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال	رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال
1	0.748	4	0.723
2	0.659	5	0.622
3	0.745		

## ٢ \_ مجالي استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة - الانفعال)

حُسب ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.354-0.731) لمجال استراتيجيات المقاومة النفسية حول المشكلة و (0.282 - 0.595) لمجال استراتيجيات المقاومة النفسية حول الانفعال ، مما يشير الى أن جميع معاملات الارتباط ل فقرات المقياس دالة إحصائياً مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) وهذا يدل على أن جميع فقرات المقياس صادقة والجدول (٧) يوضح ذلك.

## جدول (٧)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه

رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية
١	0.354	١٧	0.391
٢	0.529	١٨	0.533
٣	0.636	١٩	0.467
٤	0.726	٢٠	0.477
٥	0.578	٢١	0.365
٦	0.574	٢٢	0.502
٧	0.620	٢٣	0.508
٨	0.644	٢٤	0.425

٩	0.701	٢٥	0.437
١٠	0.547	٢٦	0.534
١١	0.602	٢٧	0.449
١٢	0.675	٢٨	0.414
١٣	0.731	٢٩	0.595
١٤	0.678	٣٠	0.478
١٥	0.632	٣١	0.441
١٦	0.517	٣٢	0.282

الخصائص السيكمترية لمقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة\_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid:

يُعد الصدق والثبات من أهم الخصائص السايكمترية فهما من المفاهيم الجوهرية في القياس النفسي وهما أهم الأسس الواجب توافرها في المقياس لكي يكون صالحاً للاستعمال (فرج، ١٩٩٧: ٢٨١).

قد تحقق الباحثون من صدق المقياس وثباته على النحو الآتي:

أ. مؤشرات صدق (validity) المقياس :

١\_الصدق الظاهري(Face Validity)

يشير الصدق الظاهري إلى ما يبدو الاختبار أنه يقيس الخاصية المراد قياسها، من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين ليقرروا ما اذا كان صالحاً او غير صالح (Anastasi & Urbina, 2014: 113)). وتم الحصول على هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقاس بصورته الاولى على مجموعة المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (15) محكماً كما مبين في جدول (2).

٢- صدق البناء (Construct Validity)

حُسب صدق المقياس من خلال اسلوب المجموعتين الطريقتين واسلوب ارتباط درجة الفقرة بدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه , والجداول (3,4,5,6,7). اوضحت ذلك.

ب\_ الثبات (Reliability)

يشير الثبات إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأشخاص عندما يعاد تطبيق الاختبار اكثر من مرة، فإن مفهوم الثبات يكمن في حساب خطأ القياس حيث يمكننا التنبؤ بالتذبذب المرجح أن يحدث في أداء الأفراد نتيجة عوامل غير ذات صلة بالاختبار (Anastasi & Urbina, 2014: 84). وقد اعتمد الباحثون الطرق الاتية للثبات:

#### أ- اختبار - إعادة الاختبار (Test - Re - test) :

قام الباحثين بتطبيق مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة - الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid على عينة عشوائية تبلغ (60) طالب وطالبة في ضمن مجتمع البحث. وقد اعيد تطبيق المقياس نفسه على المجموعة نفسها بعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول, وقد حُسب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الاول والثاني اذ بلغ (0.83) للمقياس ككل و(0.79) لمجال ( الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ) و(0.89) لمجال استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة و(0.87) لاستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال , وكل منها يعد معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه.

#### ب- معادلة كيودر رتشارستون (٢٠).

لإيجاد ثبات المقياس لاستخراج الثبات لمجال (الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا) باستخدام اجابات عينة التحليلي الاحصائي البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة والذي بلغ معامل الثبات للمقياس (0.77) كما موضح في الجدول (٨) .

#### ج- معادلة الفا كرونباخ (Cronbach Alpha):

لاستخراج الثبات استعمل الباحثون اجابات عينة التحليل الاحصائي البالغ حجمها (400) طالب وطالبة, وقد بلغ معامل الثبات (0.81) للمقياس ككل و (0.88) لمجال استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة و(0.86) لاستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال وكما هو موضح في جدول ( ٨ ) , وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه

#### جدول (8)

معامل الثبات باستعمال الفا كرونباخ وإعادة الاختبار و كيودر رتشارستون (٢٠)

المجال	إعادة الاختبار	الفا كرونباخ	كيودر رتشارستون (٢٠)
المقياس ككل	0.83	0.81	
مجال الشائعات الالكترونية	0.79		0.77
مجال حول المشكلة	0.89	0.88	
مجال حول الانفعال	0.87	0.86	

الخطأ المعياري: لتحقيق ذلك استخرج الخطأ المعياري لكل معامل ثبات لمجالات المقياس وكما هو موضح في جدول ( ٩ ) , فكلما كانت قيمة هذا الخطأ منخفضة فهذا يعني ان الفروق بين الدرجة الحقيقية والدرجة الظاهرية منخفضة (البياتي واثاسيوس, ١٩٧٧ : ٢١١).

#### جدول (٩)

الخطأ المعياري لمقياس الشائعات الالكترونية

المجال	إعادة الاختبار	الفا كرونباخ	كيودر رتشارستون (٢٠)
المقياس ككل	7.255	7.641	
مجال الشائعات الالكترونية	1.006		1.05
مجال حول المشكلة	5.48	6.09	
مجال حول الانفعال	4.97	5.16	

#### وصف المقياس بصيغته النهائية :

يتكون المقياس من محورين : الاول : مجال ( الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا) ويتكون من خمس فقرات , لها بدليلين للإجابة ( نعم) و (لا) تصحح الفقرات ( ٠,١) على التوالي, وبذلك فان أعلى درجة لهذا المحور ( المجال) هي (٥) درجة وأقل درجة هي (٠) . والمحور الثاني : مجالي استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا Covid ١٩ من (٣٢) فقرة بأسلوب التقرير الذاتي, موزعة الى (١٦) فقرة تقيس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة , و(١٦) فقرة تقيس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال , وكانت جميعها ( ايجابية) باتجاه قياس المفهوم , ولها (٥) بدائل (١- أوافق بشدة الى ٥- لا أوافق بشدة ) تصحح الفقرات (٥-٤-٣-٢-١) على التوالي , , وبذلك تكون أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب لكل من: الاستراتيجيات المركزة حول المشكلة \_ والاستراتيجيات المركزة حول الانفعال هي (٨٠) درجة وأقل درجة هي (١٦) درجة بمتوسط فرضي مقداره (٤٨) درجة .

- المؤشرات الاحصائية الوصفية للمقياس:

أُستخرجت باستخدام الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية ( SPSS) وجدول (١٠) يوضح ذلك.

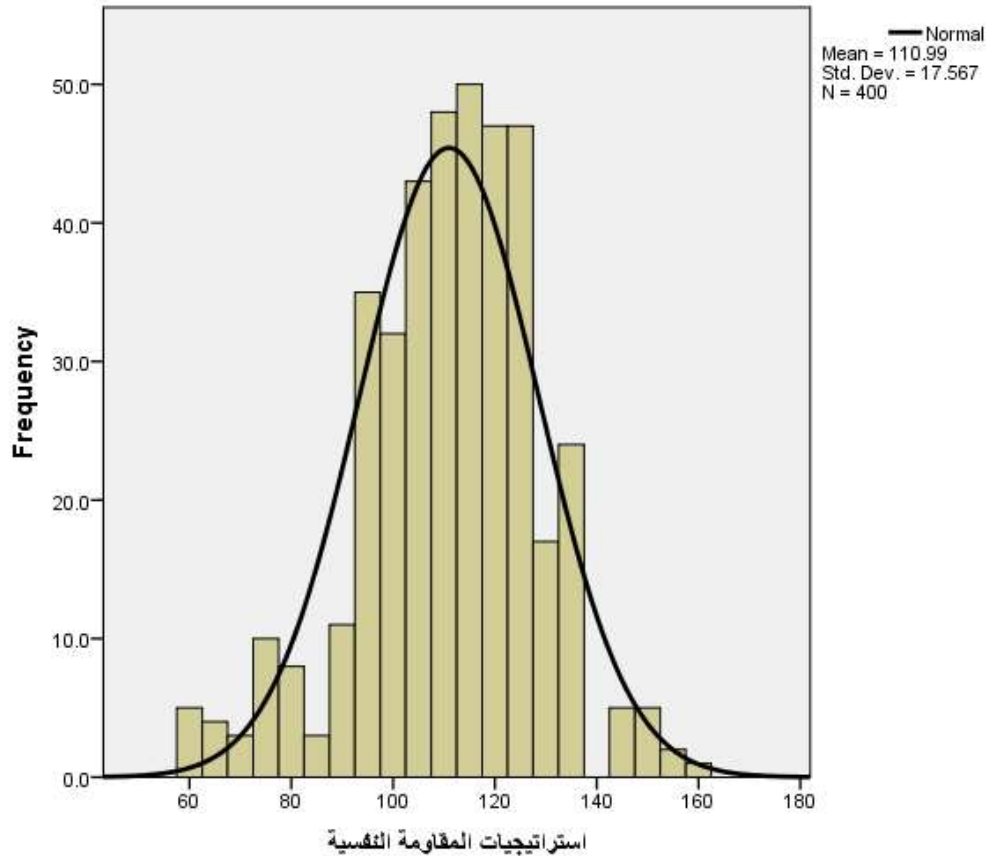
#### جدول (١٠)

المؤشرات الاحصائية لمقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة \_ الانفعال) للشائعات

#### الالكترونية حول جائحة كورونا Covid ١٩

المؤشر الإحصائي	قيمه
الوسط الحسابي	110.99
الوسيط	112.00
المنوال	110
الانحراف المعياري	17.567
التباين	308.604
الالتواء	-.422
التفرطح	.718
أعلى درجة	160
أقل درجة	32
الوسط الفرضي	96





شكل (1)

توزيع افراد عينة البحث على مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية و اقترابه من التوزيع الاعتدالي

خامساً : الوسائل الإحصائية:

١- اختبار مربع كاي لحسن المطابقة.

٢- الاختبار التائي لعينة واحد, ولعينتين مستقلتين.

٣- معامل ارتباط بيرسون.

٤- معامل ارتباط بوينت باسيريال

٥\_ معادلة كيودر رتشارستون (٢٠)

٦\_ معادلة الفا كرونباخ

#### الفصل الرابع : نتائج البحث:

الهدف الأول: التعرف على نسبة تعرض طلبة الجامعة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid :

لتحقيق الهدف طبق المحور الاول من اداة البحث الذي يضم ( خمس اسئلة للكشف عن مدى تعرض طلبة الجامعة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ) على عينة البحث , وبعد جمع البيانات واجراء التحليل الاحصائي تبينت نسبة تعرض طلبة الجامعة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا والجدول (١١) يوضح ذلك .

### جدول (١١)

نوع الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا والنسبة المئوية لتعرض طلبة الجامعة (المتعافين من فايروس كورونا وغير المصابين به) لهذه الشائعات

ت	نوع الشائعة الالكترونية حول الجائحة	نسبة تعرض المتعافين من الفايروس لها	نسبة تعرض غير المصابين بالفايروس لها
١	شائعات حول اعداد الاصابات	%٧٣	%٦٣
٢	شائعات حول اعداد الوفيات	%٨٢	%٦٩
٣	شائعات حول طرق الوقاية	%٧٧	%٦٢
٤	شائعات حول العلاج	%٨٠	%٦٥
٥	شائعات حول اللقاح	%٩١	%٨٧

تشير نتائج الجدول (١١) الى ان نسبة تعرض طلبة الجامعة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا كانت بدرجات كبيرة , ويمكن ترتيبها وفقاً لاستجابة افراد العينة لها من (المتعافين من الفايروس وغير المصابين به) على النحو التالي:

١\_ اظهرت نتائج الطلبة المتعافين : ان نسبة تعرضهم للشائعات الالكترونية حول الجائحة والخاصة ( بالشائعات حول اللقاح ) , جاءت بالمرتبة الاولى بنسبة ( %٩١ ) , ثم جاءت الشائعات حول ( أعداد الوفيات ) بالمرتبة الثانية بنسبة ( %٨٢ ) , ثم جاءت الشائعات حول ( العلاج ) بالمرتبة الثالثة بنسبة ( %٨٠ ) , تليها الشائعات حول ( طرق الوقاية ) في المرتبة الرابعة بنسبة ( %٧٧ ) وفي المرتبة الاخيرة جاءت الشائعات حول اعداد الاصابات بنسبة ( %٧٣ ) .

٢\_ اظهرت نتائج الطلبة غير المصابين بالفايروس : ان نسبة تعرضهم للشائعات الالكترونية حول الجائحة والخاصة ( بالشائعات حول اللقاح ) , جاءت بالمرتبة الاولى بنسبة ( %٨٧ ) , ثم جاءت الشائعات حول ( أعداد الوفيات ) بالمرتبة الثانية بنسبة ( %٦٩ ) , ثم جاءت الشائعات حول ( العلاج ) بالمرتبة الثالثة بنسبة ( %٦٥ ) , تليها الشائعات حول ( اعداد الاصابات ) في المرتبة الرابعة بنسبة ( %٦٣ ) وفي المرتبة الاخيرة جاءت الشائعات حول ( طرق الوقاية ) بنسبة ( %٦٢ ) .

الهدف الثاني : التعرف على استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة.

طبّق مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid. على عينة البحث, بعد تصحيح المقياس وإجراء التحليل الإحصائي للبيانات تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (110.99) درجة وانحراف معياري قدره (17.567) وبلغ المتوسط الفرضي (96) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. وجدول (12) يوضح ذلك .

### جدول (١٢)

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري والقيمتان التائيتان (المحسوبة والجدولية) لدلالة الفروق في استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة.

مستوى الدلالة (0.05)	درجة الحرية	القيمة الزائفة		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	عدد العينة	استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا
		الجدولية	المحسوبة					
دالة	399	1.96	17.063	17.567	96	110.99	400	الكلية

يتضح من الجدول (12) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (17.063) درجة. وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (399). أي أن قيمة المتوسط المحسوب من استجابات أفراد العينة أكبر من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس، وتفسير ذلك هو أن طلبة الجامعة بذلوا جهوداً معرفية وسلوكية لمقاومة الشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا وتعاملوا معها بحكمة وحذر رغم أنها تتجاوز طاقاتهم وإمكاناتهم المعلوماتية عن الجائحة لكنهم تمكنوا من مقاومتها سواء باستراتيجيات متمركزة حول المشكلة أو الانفعال.

الهدف الثالث : التعرف على استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة المتعافين من فيروس كوفيد ١٩.

طبق مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid على الطلبة المتعافين من الفيروس، بعد تصحيح المقياس تم تحديد الفقرات الخاصة باستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة لدى المتعافين من فيروس كورونا تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (62.44) درجة وانحراف معياري قدره (12.673) وبلغ المتوسط الفرضي (48) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. والجدول (١٣) يوضح ذلك.

### جدول (١٣)

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري والقيمتان التائيتان (المحسوبة والجدولية) لدلالة الفروق في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة المتعافين من فيروس كوفيد ١٩.

مستوى الدلالة (0.05)	درجة الحرية	القيمة الزائفة		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	عدد العينة	استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا
		الجدولية	المحسوبة					
دالة	165	1.96	14.681	12.67 3	48	62.4 4	166	متعافين

يتضح من الجدول (١٣) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (14.681) درجة. وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (١٦٥). أي أن قيمة المتوسط المحسوب من استجابات أفراد العينة أكبر من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس، وتفسير ذلك هو أن طلبة الجامعة

المتعافين من فيروس كوفيد ١٩ وذلك بحكم تعافهم من الفيروس أصبح الأمر اقل غموضاً لديهم لذا فأنهم لجأوا إلى إستعمال إستراتيجيات معرفية سلوكية مركزة حول المشكلة لمقاومة الشائعات حول الجائحة بهدف ليس فقط إلى التخفيض من التوتر الإنفعالي الذي سببته الشائعات بل الى تحديد و فهم طبيعة الشائعات والبحث عن المعلومات الدقيقة حولها من مصادر موثوقة لتعديلها أو تصحيح ما هو غير صحيح منها والتعامل مع ما هو صحيح منها والبحث عن حلول علاجية بديلة لمواجهةها وقد تكون بعض من استراتيجيات المقاومة التي تركز على المشكلة التي لجأ لها افراد العينة المتعافين موجهاً نحو الذات مثل تنمية واكتساب سلوكيات ومهارات صحية جديدة كالغذاء الصحي وممارسة الرياضة لتعزيز المناعة الجسمية والنفسية ايضاً وبعض آخر من استراتيجيات المقاومة التي تركز حول المشكلة التي اتبعوها كانت موجهة للبيئة مثل البحث عن المعلومات ومحاولة الحصول على الدعم والمساندة الاجتماعية من المحيطين بالفرد في البيئة من مختصين في المجال الصحي او الاهل والاصدقاء. وبما ان طلبة الجامعة المتعافين من الفيروس قد تعايشوا مع الاصابة بالفيروس وتغلبوا عليه لذا فإن اعتمادهم للاستراتيجيات المركزة حول المشكلة مكنتهم من تقبل الوضع الضاغط للشائعات حول الجائحة كحدث مفروض عليهم يهدد سلامتهم لكنهم بإمكانهم تحليل هذا الحدث الضاغط لتحديد السلوك المناسبة له.

**الهدف الرابع : التعرف على استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا لدى طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩.**

طبق مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا Covid ١٩ على الطلبة المتعافين من الفيروس، بعد تصحيح المقياس وإجراء التحليل الإحصائي للبيانات تم تحديد الفقرات الخاصة باستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال لدى المتعافين من فيروس كورونا تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (52.67) درجة وانحراف معياري قدره (9.969) وبلغ المتوسط الفرضي (48) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. والجدول (١٤) يوضح ذلك .

#### جدول (١٤)

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري والقيمتان التائيتان (المحسوبة والجدولية) لدلالة

الفروق في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩

Covid لدى طلبة الجامعة المتعافين من فيروس كوفيد ١٩ .

مستوى الدلالة (0.05)	درجة الحرية	القيمة الزائفة		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	عدد العينة	استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا
		الجدولية	المحسوبة					
دالة	165	١,٩٦	6.034	9.969	48	52.6 7	166	متعافين

يتضح من الجدول (١٤) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (6.034) درجة. وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (١٦٥). أي ان قيمة المتوسط المحسوب من استجابات أفراد العينة أكبر من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس، وتفسير ذلك هو ان طلبة الجامعة المتعافين من فيروس كوفيد ١٩ اعتمدوا ايضاً على استراتيجيات مقاومة نفسية مركزة حول الانفعال لمواجهة الشائعات الالكترونية حول الجائحة من خلال جهودهم الموجهة نحو ضبط الإستجابات الإنفعالية للشائعات كتغيير درجة الإنتباه للشائعات او تجنبها تمني زوال اسبابها وتغيير اتجاه الانتباه عنها مكنهم ذلك من الحصول على راحة مؤقتة كذلك فأنهم يمكن ان

يكونوا قد اعتمدوا الطريقة الأخرى التي من خلالها تؤثر المقاومة على الحالة الانفعالية وهي توظيف نشاط معرفي بغير و يبدل المعنى الذاتي للشائعات مثل إعادة تقييم الوضعية و تضخيم الجوانب الإيجابية أو إعادة التقييم الإيجابي الذي يتضمن تحويل تهديد الشائعات إلى تحدي لتخفيف وتقليل المستوى الإنفعالي الناتج عنها .

**الهدف الخامس :** التعرف على استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا لدى طلبة الجامعة غير المصابين بفيروس كوفيد ١٩ .

طبق مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid على الطلبة غير المصابين بالفيروس، وبعد تصحيح المقياس تم تحديد الفقرات الخاصة باستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة لدى الطلبة غير المصابين بفيروس كورونا تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (57.47) درجة وانحراف معياري قدره (12.765) وبلغ المتوسط الفرضي (48) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. والجدول (١٥) يوضح ذلك .

#### جدول (١٥)

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري والقيمتان التائيتان (المحسوبة والجدولية) لدلالة

الفرق في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩

Covid لدى طلبة الجامعة غير المصابين بفيروس كوفيد ١٩

استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا	عدد العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة الزائفة		درجة الحرية	مستوى الدلالة (0.05)
					المحسوبة	الجدولية		
غير مصابين	234	57.4	48	12.76	11.343	١,٩٦	233	دالة
		7		5				

يتضح من الجدول (١٥) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (11.343) درجة. وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) . ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (٢٣٣). أي ان قيمة المتوسط المحسوب من استجابات أفراد العينة أكبر من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس، ويمكن تفسير ذلك هو ان طلبة الجامعة غير المصابين بفيروس كوفيد ١٩ ايضاً قد اعتمدوا استراتيجيات المقاومة النفسية التي تركز على حل المشكلة من خلال قيامهم بمحاولات تهدف إلى القيام بعمل شيء إزاء الشائعات الالكترونية حول الجائحة والتي تشكل مصدر أذى أو تهديد لهم ، إلى جانب الترتيب وهو محاولتهم عدم الشرح ومتابعة الاحداث وإجبار الذات على انتظار الوقت المناسب للتعامل مع هذه المشكلة، بالإضافة الى لجوئهم إلى الخبرات العلمية من المختصين، وهذا ما مكنهم من مواجهتها بفاعلية اكثر.

**الهدف السادس :** التعرف على استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية ول جائحة كورونا لدى طلبة الجامعة غير المصابين بفيروس كوفيد ١٩ .

طبق مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid على الطلبة غير المصابين بالفيروس، بعد تصحيح المقياس تم تحديد الفقرات الخاصة باستراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال لدى الطلبة غير المصابين بفيروس كورونا تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (50.94) درجة وانحراف معياري قدره (10.576) وبلغ المتوسط الفرضي (48) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة ، والجدول (١٦) يوضح ذلك

### جدول (١٦)

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري والقيمتان التائيتان (المحسوبة والجدولية) لدلالة الفروق في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا ١٩ Covid لدى طلبة الجامعة غير المصابين بفيروس كوفيد ١٩

مستوى الدلالة (0.05)	درجة الحرية	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	عدد العينة	استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا
		الجدولية	المحسوبة					
دالة	233	1.96	4.247	10.576	48	50.94	234	غير مصابين

يتضح من الجدول (١٦) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (4.247) درجة. وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). ولذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (٢٣٣). أي ان قيمة المتوسط المحسوب من استجابات أفراد العينة أكبر من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس، ويمكن تفسير ذلك هو ان طلبة الجامعة غير المصابين بفيروس كوفيد ١٩ اعتمدوا استراتيجيات المقاومة التي تركز على الانفعال فهي تساعدهم في خفض الضغط الانفعالي للشائعات كما ان قد استخدموا بعض الاستراتيجيات المتضمنة عمليات معرفية مثل التجنب والتقليل من شأن المشكلة ولوم الآخرين وبعضها يضمن استراتيجيات سلوكية مثل التأمل والدعابة والمرح والمساندة الاجتماعية والتدخين وزيادة الاكل وغيرها.

الهدف السابع: الفروق ذوات دلالة احصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا بين طلبة الجامعة المتعافين من فيروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به .

تحقيقاً لهذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات طلبة الجامعة المتعافين من الفيروس والطلبة غير المصابين به على مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة، إذ بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة المتعافين (62.44) درجة بانحراف معياري مقداره (12.673) درجة ، اما المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة غير المصابين فقد بلغ (57.47) درجة بانحراف معياري مقداره (12.765) درجة ، ولغرض التعرف على دلالة الفرق بين المتوسطين استعمل الباحثون الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، وجدول (١٧) يبين ذلك .

### جدول (١٧)

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والانحراف المعياري والقيمتان التائيتان (المحسوبة والجدولية) لدلالة الفروق في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة على المشكلة للشائعات الالكترونية ول جائحة كورونا بين طلبة الجامعة المتعافين من فيروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به

مستوى دلالة	قيمة الاختبار التائي		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا
	الجدولية	المحسوبة					
0.05	1.96	3.851	398	12.673	62.44	166	متعافين
				12.765	57.47	234	غير مصابين

يتضح من جدول (١٧) ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (3.851) درجة اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) درجة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (398) مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين



متوسطي درجات الطلبة المتعافين والطلبة غير المصابين في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة ولصالح المتعافين مما يعني ان الطلبة المتعافين من الفيروس كانوا اكثر اعتماداً على الاستراتيجيات المركزة على المشكلة من الطلبة غير المصابين، وقد يعود السبب في ذلك الى ان الطلبة المتعافين بسبب اصابتهم وتعافهم من الفيروس قد ازالوا الكثير من الغموض حول الاصابة بالفيروس اكثر من الطلبة غير المصابين وبذلك فأن المتعافين اصبحت لديهم خبرة اكثر للتعامل مع الشائعات بالتركيز على استراتيجيات البحث عن حلول لها اكثر من تجنبها والهروب منها .

**الهدف الثامن: الفروق ذات دلالة احصائية في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا بين طلبة الجامعة المتعافين من فايروس كوفيد ١٩ وغير المصابين به .**

تحقيقاً لهذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات طلبة الجامعة المتعافين من الفيروس والطلبة غير المصابين به على مقياس استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال، إذ بلغ المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة المتعافين (52.67) درجة بانحراف معياري مقداره (9.969) درجة ، اما المتوسط الحسابي لدرجات الطلبة غير المصابين فقد بلغ (50.94) درجة بانحراف معياري مقداره (10.576) درجة ، ولغرض التعرف على دلالة الفرق بين المتوسطين استعمل الباحثون الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، وجدول (١٨) يبين ذلك .

مستوى دلالة	قيمة الاختبار التائي		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا
	الجدولية	المحسوبة					
0.05	1.96	1.653	398	9.969	52.67	166	متعافين
				10.576	50.94	234	غير مصابين

يتضح من جدول (١٨) ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (1.653) درجة اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) درجة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (398) مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلبة المتعافين والطلبة غير المصابين في استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال مما يعني ان الطلبة المتعافين وغير المصابين يتبنون بدرجة قريبة من المتوسط استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول الانفعال ، وقد يعود السبب في ذلك الى اهمية هذه الاستراتيجية بالنسبة لهم في تجاوز الكثير من المخاوف والرعب الذي سببته هذه الشائعات ولو بشكل مؤقت بتجنبها او الهروب المؤقت منها والانشغال ببعض الممارسات والهوايات التي تخفف من حدة الحالى الانفعالية الناتجة عنها .

#### **الاستنتاجات :**

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي ، يستنتج الباحثون الآتي :

١. إن طلبة الجامعة تبنيوا استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة - الانفعال ) للشائعات الالكترونية حول جائحة كورونا واعتمدوا على الاستراتيجيات المركزة على الانفعال بدرجة أكبر من استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول المشكلة

٢. إن البرامج الصحية والنفسية وعلى الرغم من الظروف والتداعيات التي شهدتها المجتمع العراقي بل العالم كافة في ظل جائحة كورونا وانعكاساتها ، فإنها كانت قادرة على تنمية المساهمة في التقليل من الرعب والهلع الذي اصاب افراد المجتمع بفعل الجائحة وشائعاتها لذلك نجح الكثير منهم في اعتماد استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة على الانفعال .

٣. ان حملات التوعية من الجهات الصحية المختصة العالمية والمحلية والتواصل الثقافي وثورة المعلومات أدى إلى ارتفاع الوعي لدى الطلبة في مواجهة هذه الشائعات

#### التوصيات :

في ضوء ما توصل إليه الباحثون من نتائج في دراستهم الحالية فأنتهم يوصون بالآتي :

١. ضرورة العناية بتوعية الطلبة بأهمية تبني استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول (المشكلة \_ الانفعال) لمختلف المشكلات البيئية والاجتماعية والصحية وغيرها .

٢. ضرورة توعية القائمين على العملية التعليمية والتدريسيين والطلبة بأهمية التصدي لمختلف اشكال الشائعات بطرق علمية ومنطقية والبحث في مدى صحتها من المصادر الموثوقة والتحكم بالحالة الانفعالية الناتجة عنها .

#### المقترحات :

١. أجراء دراسة تتناول علاقة استراتيجيات المقاومة النفسية المركزة حول ( المشكلة - الانفعال ) بمتغيرات أخرى مثل التوقعات المستقبلية وانماط الشخصية والمعرفة الاجتماعية.

٢. اجراء دراسة مماثلة على عينات أخرى كالأطفال والمرافقين .

#### المصادر :

ـ بن عبد السلام , مختار والهي , مصباح ( ٢٠٢٠ ) : الضغوط النفسية وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى اساتذة التعليم الثانوي , مجلة العلوم التربوية والنفسية العدد ٦ , المجلد ٤ , ٢٠٢١ , جامعة الوادي , الجزائر .

٨٢ \_ ١٠٣

البياتي, عبد الجبار توفيق, وزكريا اثناسيوس (١٩٩٧): الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس, مطبعة مؤسسة الثقافة العالمية, العراق -بغداد.

ـ تواتي , نورة( ٢٠٢٠ ) : علاقة استراتيجيات المقاومة بالضغط لدى المراهق المقدم على اجتياز امتحان شهادة التعليم المتوسط , جامعة البليدة , الجزائر .

ـ جلال , سمر عز الدين ( ٢٠٢١ ) : تعرض الشباب للشائعات حول فيروس كورونا في مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى القلق لديهم , مجلة البحوث الاعلامية , العدد ٥٧ , المجلد ٤ , ٢٠٢١ , جامعة الازهر , القاهرة .

ـ حافظ , داليا نبيل (٢٠٢٠): المقاومة النفسية ومفهوم الذات كمتنبئين بأضطرابات الاكل لدى عينة من المراهقات , المجلة المصرية للدراسات النفسية , العدد ١٠ , المجلد ٣١ , ٢٠٢١ , جامعة حلوان , مصر .

ـ حسن , سلامة عبد العظيم (٢٠٠٦) : استراتيجيات ادارة الضغوط النفسية والتربوية , دار الفكر , عمان الاردن.

ـ سميرة , دعو و شنوفي , نورة ( ٢٠١٣ ) : الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى ام الطفل التوحدي ( دراسة عيادية لخمس حالات ) , جامعة اكلي اولحاج , الجزائر .

ـ شفيق , حسنين (٢٠١٤): نظريات الاعلام وتطبيقاتها في دراسات الاعلام الجديد ومواقع التواصل الاجتماعي , دار الفكر , القاهرة .

عامر , عبد الناصر السيد ( ٢٠٢٠ ) : الخصائص السايكومترية لمقياس الخوف من كورونا في المجتمع العربي , المجلة العربية للدراسات الامنية , العدد ٣٦ , المجلد ٢ , جامعة نايف للعلوم الامنية.

\_ عامر , عبد الناصر السيد و موسى , علي محمود وسويبي, دحمان يحيى (٢٠٢٠): استراتيجيات المعيشة مع جائحة فيروس كورونا المستجد في المجتمع العربي , المجلة العربية للدراسات الامنية , العدد ٣٧ , المجلد ١ , جامعة نايف للعلوم الامنية.

\_ عبد العظيم , طه حسين (٢٠٠٦): ادارة الضغوط النفسية والتربوية , دار الفكر , عمان الاردن.

\_علام, صلاح الدين ( ٢٠٠٦ ) التقويم النفسي في مجال التربية وعلم النفس, دار الفكر العربي, القاهرة - مصر .

\_فرج , صفوت (١٩٩٧) القياس النفسي : ط٣, دار الفكر العربي, القاهرة - مصر .

\_ منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠) : المصطلحات الطبية المتعلقة بفيروس كورونا , متاح على موقع المنظمة : [WWW.emro.who.int/ar/cov/or](http://WWW.emro.who.int/ar/cov/or) (١٩ مارس ٢٠٢٠) .

\_ صندوق الامم المتحدة للسكان (٢٠٢٠) : فيروس كورونا من منظور اجتماعي , متاح موقع المنظمة : <http://www.unfpa.org> (مارس ٢٠٢٠) .

\_ النعيمات , محمد هارون و القرالة , بلال جمال (٢٠٢١): الضغط النفسي وعلاقته بالامن النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في تربية قسبة الكرك في ظل جائحة كورونا , المجلة العالمية للبحوث العلمية المتعددة التخصصات , العدد ٣ , المجلد ٢ , عمان الاردن.

\_Anstasi A. & Urbina S. (2014) : Psychological Testing.PHD Learning Private limited , New Delhi, India.

\_Cabarkapa, S. Nadjidai S E. Murgier J & Ng. CH (2020). **The psychological impact of rapid systematic review**. Brain, behavior, & im munity-health, 100144.

\_Chaimowitz, G. A., Upfold, C., Géa, L. P., Qureshi A., Moulden, H. M., Mamak, M., & Bradford, J. M. W. (2021), **Stigmatization of psychiatric and jus tice-involved populations during the COVID-19 pandemic Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry**, 106, 110150. Chen H. Xu, W., Paris.

\_Lisa Singha(2020):, **A first look at covid -19, Information and misinformation sharing on Twitter: a paper presented to University of Minnesota** ,(

\_Payne, J. L. Morgan, A., & Piquero, A. R. (2020) **COVID-19 and social distancing measures in Queensland, Australia, are associated with short-term decreases in recorded violent crime**. Journal of experimental criminology, 1-25.

\_Schweitzer , Dantezzer (1994): **Introducation a al Psychologie de sante** , p,u,f, Paris.  
Rajvikran Madurai, Restructured society and environment(2020): "A review on potential technological strategies to control the COVID-19 pandemic", Science of the total Environment.