العدد 11 مجلة دراسات في الإنسانيات والعلوم التربوية آب 2025
No. 11 Journal of Studies in Humanities and Educational Sciences August 2025
Print ISSN 3006-3256 Online ISSN 3006-3264

تقييم اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا

أ.م.د. خالد أبو جاسم عبد الفتلاوي
khalid.abd@qu.edu.iq
امير حميد عبد الزيادي
edu-sycho.posta6@qu.edu.iq
جامعة القادسيــة ـ كليــة التربية ـقسم العلوم التربوية والنفسية

مستخلص البحث :

يهدف هذا البحث إلى تقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا، والكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في هذه الأساليب تبعًا لمتغيرات الجنس (ذكور/إناث)، التخصص (علمي/إنساني)، والمرحلة الدراسية (ماجستير/دكتوراه). اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وطبّق مقياسًا مبنيًا وفق نظرية (Lazarus & Folkman, 1984) على عينة طبقية عشوائية مكونة من (344) طالبًا وطالبة من جامعة القادسية. شملت أدوات القياس ستة أساليب للمواجهة: المعرفية، الانفعالية، الاجتماعية، الصحية، القانونية، والمواجهة بالبحث العلمي. أظهرت النتائج أن أفراد العينة يمتلكون مستوى مرتفعًا من أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية بجميع أبعادها، ولم تُسجّل فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغيرات الجنس أو التخصص أو المرحلة الدراسية. يوصي البحث بأهمية تعزيز مهارات المواجهة لدى الطلبة، وإقامة برامج توعوية وندوات علمية تسهم في الوقاية من هذه الظاهرة.

كلمات مفتاحية : تقييم ، أساليب، مخدرات، مؤثرات عقلية، مواجهة

Evaluating Drug and Psychotropic Substance Coping Methods among Graduate Students

Assistant Professor Dr. Khaled Abu Jassim Abdul Fatlawi
khalid.abd@qu.edu.iq
Amir Hamid Abdul Zayadi
edu-psycho.posta6@qu.edu.iq
University of Al-Qadisiyah - College of Education - Department of Educational and Psychological Sciences

Abstract:

This research aims to evaluate drug and psychotropic substance coping methods among graduate students and to reveal the significance of statistical differences in these methods according to the variables of gender (male/female), specialization (scientific/humanitarian), and academic level (master's/doctorate). The researcher adopted the descriptive-analytical approach and applied a scale based on the theory of (Lazarus & Folkman, 1984) to a stratified random sample of (344) male and female students from Al-Qadisiyah University. The measurement tools included six coping methods: cognitive, emotional, social, health, legal, and scientific research coping. The results showed that the sample members possessed a high level of coping strategies for drugs and psychotropic substances in all dimensions, and no statistically significant differences were recorded attributable to gender, specialization, or academic level. The study recommends the importance of enhancing students' coping skills and establishing awareness programs and scientific seminars that contribute to the prevention of this phenomenon.

Keywords: assessment, methods, drugs, psychotropic substances, coping

أولاً : مشكلة البحث :

تُعد المخدرات والمؤثرات العقلية من أخطر التحديات التي تهدد المجتمعات، لما لها من آثار سلبية جسيمة على الفرد والأسرة والمجتمع بأسره. ويُلاحظ في العقود الأخيرة انتشار هذه الظاهرة بشكل متزايد، لا سيما بين فئة الشباب، ما يستدعي اهتمامًا بالغًا من الجهات المختصة والمجتمع المدني لوضع حلول فعّالة لمواجهتها. تأتي هذه الورقة لتسليط الضوء على أبرز الأساليب المتبعة لمواجهة هذه الظاهرة، وتحليل مدى فاعليتها، مع تقديم مقترحات قابلة للتنفيذ حيث اصبحت ظاهرة تعاطي المخدرات والمؤثرات العقلية من أخطر المشكلات التي تهدد المجتمعات المعاصرة على المستويات الصحية، والاجتماعية، والاقتصادية، والأمنية. فقد تفاقمت هذه الظاهرة بشكل لافت خلال العقود الأخيرة، مدفوعة بجملة من التحولات الاجتماعية والثقافية، فضلاً عن التطور التكنولوجي الذي سهّل الوصول إلى المعلومات والمواد الممنوعة، بما في ذلك تداول المخدرات إلكترونيًا.

رغم الجهود المكثفة التي تبذلها الحكومات والمؤسسات التربوية والصحية والأمنية في مكافحة المخدرات والمؤثرات العقلية، إلا أن الإحصائيات المتوفرة على المستويين المحلي والدولي تشير إلى تزايد معدلات التعاطي والإدمان، لا سيما بين فئة الشباب من الجنسين حيث تتمثل المشكلة الرئيسة في ازدياد معدلات تعاطي المخدرات والمؤثرات العقلية بين فئة الشباب في العديد من الدول، مما يُشكل تهديدًا خطيرًا على مستقبل الأفراد، واستقرار المجتمعات، وأمنها الاجتماعي والاقتصادي. ورغم تعدد الأساليب والجهود المبذولة لمكافحة هذه الظاهرة، إلا أن نتائج المواجهة ما زالت دون المستوى المطلوب.

ومن هنا تبرز المشكلة الأساسية للبحث الحالي، فضلاً عن أطلاع الباحث وجد أن هنالك ندرة في الدراسات التي تناولت الربط بين تقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية، ومن تساؤل :

(ما مستوى تقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا)؟

ثانياً : فرضية البحث:

1.دلالة ترابطية بين تقييم اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية وانواعها واسبابها واساليب الوقاية لدى طلبة الدراسات العليا.

2.فروقات دلالية حسب الجنس والتخصص والشهادة.

ثالثاً: اهمية البحث :

يعد الإدمان على المخدرات من المشكلات الاجتماعية التي شاع انتشارها في العالم فهي لا تقتصر على حضارة دون الأخرى، أو مجتمع دون الآخر، وهي آفة تنتشر بين الشباب والشابات والكبار والصغار والفقراء والأغنياء، وأنه ليس من السهل على أي دولة في وقتنا الحاضر أن تكف ابنائها (الحراشة ، 2012 : 12).

إذ تعد مشكلة تعاطي المواد المخدرة من المشكلات النفسية الاجتماعية الخطيرة التي تؤثر على المجتمع بصفة عامة، وعلى الفرد بصفة خاصة بما يترتب عليها من آثار نفسية واجتماعية واقتصادية سيئة، وتكمن خطورة هذه المشكلة في انتشارها لدى الطلبة الذين يمثلون قوة بشرية أساسية في المجتمع، كما تكمن خطورة هذه المشكلة أيضاً في أنه لم يعد الفرد يتعاطى عقاراً واحداً بل أصبح يتعاطى أكثر من عقار في الوقت ذاته والصحة النفسية هي إحدى دعامات ذلك البناء لما لها من أثر فعال في السيطرة على تصرفات الانسان وتحسين العلاقات بين الأفراد (عبد الجواد ، 2018 : 88).

ويبدوا كذلك أن تعاطي المخدرات مشكلة اجتماعي، يذل الفرد ويحطمه، ويؤثر على نفسيته، وينعكس على شخصيته، فيمحوا منه الفضيلة، ويدفعه إلى الرذيلة، ويقود الشخص إلى التبلد واللامبالاة مما يفقده الشعور بالمسئولية، ويبعده عن واقع الحياة، يبدو دائماً خائر القوى، دائم الجلوس قليل الحركة، لا يقوى

على العمل، ينتهي به الحال إلى الإقامة بأحد المستشفيات لعلاج مرض عضوي مزمن، لا شفاء منه، أو بمستشفى الأمراض العقلية إلى أن تنتهي حياته.

وتؤدي المخدرات إلى نتائج سيئة للطالب سواء بالنسبة لدراسته أو إرادته أو وضعه الاجتماعي وثقة الناس به، فتجعل منه إنساناً كسولاً ذو تفكير سطحي، ولا يبالي بمسؤولياته، وينفعل بسرعة ولأسباب تافهة، وذو أمزجة منحرفة في تعاملهم مع الناس(الخزاعلة،2003 :22).

إن الطلبة في المرحلة الجامعية يعيشون فترة منفتحة نحو الافاق الجديد وتتميز هذه الفترة في كونها قد تكون سبباً في حدوث العديد من ردود الأفعال النفسية، وكذلك ظهور بعض السلوكيات المنحرفة كتعاطي المخدرات الذي يعتبره البعض هروباً من الواقع إلى عالم الخيال والمتعة، فالطالب في هذه المرحلة يعيش صراعاً نفسياً بحكم المرحلة التي يمر بها والتي قد تجعله يعيش حالة نفسية مضطربة (أحمد، 12:2014)، ربما يرتكب الطالب بعض الأخطاء والأفعال المحرمة أو الممنوعة ويخفيها عن الناس وينكر أفعاله، ولكنه في نفس الوقت يدرك أن هناك قوة تدين جوهرية تمنعه من التمادي في ذلك وتعدل من سلوكياته، حيث اعتبر أن التدين الجوهري هو بمثابة مصدر لتهذيب السلوك وتقويم الأخلاق وتحقيق المعاملة الحسنة، هنا يتضح مدى أهمية التوجه نحو الاخلاق الحميدة والانتماء الاجتماعي ، من حيث أعمال القلب وأعمال اللسان وأعمال الجوارح امتثالاً لأوامر الله عز وجل (الركابي، 2011 : 71).

رابعاً: اهداف البحث: يهدف البحث الحالي تعرف:

1- تقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا.

2- الفروق ذات دلالة إحصائية في اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لطلبة الدراسات العليا تبعاً لمتغيرات الجنس (ذكور، إناث) المرحلة (الماجستير، الدكتوراه)، التخصص (العلمي، الإنساني).

3- الفروق في العلاقة الارتباطية بين تقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا تبعاً لمتغيرات الجنس (ذكور، أناث) والتخصص (علمي، إنساني) والمرحلة (ماجستير، دكتوراه) لدى طلبة الدراسات العليا.

خامساً: حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة القادسية (الدراسات العليا) (ماجستير ، دكتوراه) من التخصص (العلمي – الانساني) من الكليات العلمية والانسانية للعام الدراسي، (2024 – 2025)، كما يتحدد بمتغيرين هما متغير تقييم اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية ، ومتغير الانتماء الاجتماعي.

سادساً: تحديد المصطلحات:

اولاً : التقييم

التقييم لغة : القيمة، والتقييم على زنة (التفعيل)، مشتق من الثلاثي المزيد (قيم) والتشديد (للياء) توكيد لمدلول الفعل، وفي اللغة مأخوذ من تُقوّم الشيء؛ أي: تبينت قيمته وتعدل واستوى. (المعجم الوسيط ،1972 : 820)

(ابو علام 1987)

"الاداة التي يتمكن من خلالها واضعوا الخطط الوقوف على الانجازات ومواطن التقصير والتعرف على اسباب الفشل او معوقات النجاح وإصدار الاحكام او الوصول الى قرارات" (ابو علام، 1987 :32) .

ثانياً: اساليب المواجهة

(Lazarus & Folkman، 1984)

تغيرات معرفية متسقة، وجهود سلوكية متغيرة ومستمرة، لتنظيم متطلبات داخلية أو خارجية تُدرك بأنها شديدة الوطأة ومرهقة وتتجاوز إمكانيات الفرد.(Lazarus & Folkman، 1984 :141)

(Dunkley، 2000)

الطريقة المرنة التي يتعامل بها الفرد في مواجهه الضغوط النفسية من خلال توظيف افكاره وانفعالاته الايجابية أو طلب الدعم الاجتماعي أو البحث عن المعلومات التي تقود شخصيته الى التوافق والنمو مع البيئة .(Dunkley et al,2000:33)

ثالثاً : المخدرات والمؤثرات العقلية: عرفه كل من

- **(ابن منظور،1983)**

المخدرات لغة:" مشتقة من الخِدْر وهو ستر يُمد للجارية في ناحية البيت، والمخَدر والخَدَر: الظلمة، والخدرة: الظلمة الشديدة والخادر: الكسلان، والخَدرُ من الشراب والدواء: فتور يعتري الشارب وضعف". (ابن منظور ،1983 : 232)

- **(الصاوي ،1984)**

"مجموعة من المواد تسبب الإدمان وتسمم الجهاز العصبي ويحظر تداولها أو زراعتها أو صنعها إلا لأغراض يحددها القانون ولا تستعمل إلا للمرخص لهم بذلك"(الصاوي ، 1984 : 151)

التعريف النظري للباحث لمتغير تقييم اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية

هو عملية منهجية تتم من خلال تحليل فعالية الاستراتيجيات والتدابير المُتبعة للحد من انتشار تعاطي المخدرات والمؤثرات العقلية، سواء على المستوى التشريعي أو الوقائي أو العلاجي. إذ تشمل قياس مدى تحقيق هذه الأساليب لأهدافها في المجالات الوقائية والعلاجية والقانونية والتنسيق المؤسسي.

التعريف الاجرائي :

بأنه عينة من الفقرات التي تكون متمثلة لمحتوى النطاق السلوكي لمفهوم تقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية والذي يقيس الدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب الدراسات العليا وذلك من خلال اجابته على فقرات مقياس تقييم اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية المعد لهذا الغرض .

الاطار النظري:

اولاً : تقييم اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية

مقدمة: أن ظاهرة تعاطي المخدرات والمسكرات قد عرفت في المجتمعات والحضارات القديمة كالحضارة الفرعونية، والرومانية واليونانية والصينية، والعربية، وغيرها ويقال إن الفراعنة هم أول من عرف المخدرات في منطقتنا العربية، وكان أهمها المخدرات المشتقة من نبات الخشخاش، والقنب، ولكن استعمال هذه النباتات وما يشتق منها من المخدرات كان مقصوراً على مجالات بعيدة عن الإدمان، حيث كانت تستعمل في مجال الطب، فالأفيون كان يستخدم لعلاج أمراض العيون وعلاج آلام الجسم، وقد عرف العرب الخمر في الجاهلية قبل الإسلام، وكذلك في بداية العهد الإسلامي حتى نزل تحريمها، كما عرف العرب فيما بعد الأفيون والحشيش ويذكر الباحثون أنه دخل إلى الجزيرة العربية، وبعض الدول العربية الأخرى عن طريق الغزوات التي تعرضت لها الجزيرة العربية، وبعض الدول العربية التي دخلها المغول، حيث اختلطت حضارة العرب بالحضارات الأخرى مما كان له الأثر في ترويج انتشار هذه المخدرات في عالمنا العربي والإسلامي، وإن كانت في البداية تستعمل لبعض الأغراض الطبية ثم أسيء استعمالها، ونجد أن الإنسان منذ القدم يسعى للحصول على المواد المخدرة وتحضيرها، إما لهدف شخصي، أو علاجي.(القذافي، 1992: 138).

ثانيا: أنواع المخدرات والمؤثرات العقلية وتصنيفها:

ليست جميع المخدرات من نوع واحد، و من مصدر واحد، أو لها تأثير واحد على الإنسان، بل هناك أنواع كثيرة متباينة قليلا أو كثيرا في مصدرها وصفاتها وتأثيرها، تعد العقاقير المخدرة وفقا لنوع و طبيعة تأثير

هذه العقاقير المخدرة على الجهاز العصبي المركزي وعلى الخبرة والسلوك ، (حسين الفايد ، 2001: 208) حيث هنالك تصنيفين هما :

اولاً - التصنيف الأول لأورم (Orme1984) :

الذي يرى أن العقاقير التي تؤثر على الخبرة والسلوك تصنف إلى ثلاث فئات أساسية هي :

- المهبطات : وتشمل على الكلور هيدرات ، الباربيتيورات ، والبنزوديازبين ، والميثاكوالون ، والكحول ، وغير ذلك من المثبطات
- المنشطات : وهي الكوكايين ، والأمفيتامين ، والفنمترازين ، والمثيلفيندات ، ومنشطات أخرى
- المهلوسات : وتشمل على إس دي. ، والمسكالين ، والبيوت ، وبعض مشتقات الأمفيتامين ، والفينسكليدين ، ومشابهات الفينسكليدين ، ومهلوسات أخرى .

ثانياً : التصنيف الثاني لقسم العدالة الأمريكية (U.S.D.J 1988)

تصنف إلى خمس فئات هي :

- المخدرات المسكنة : وتشتمل على الأفيون ، والمورفين ، والكوداايين ، والهيروين، الهيدروموفون، والبيثيدين ، والميثادون ، وغير ذلك من المخدرات المسكنة .
- المهبطات : وتشمل على الكلورهيدرات ،الباربيتيورات ،البنزوديازبين ، الميثاكوالون ، الكحول، وغير ذلك من المثبطات.
- المنشطات : وهي الكوكاكين ، الامفيتامين ،الفنترازين ، المثيلفيندات ، والمنشطات أخرى .
- المهلوسات : وتشمل المسكالين ، البوت ، وبعض مشتقات الامفيتامين ، الفينسكليدين، ومشابهات الفينسكليدين ، ومهلوسات أخرى.
- مجموعة القنب (القنبيات) : وتشتمل على الماريجوانا ، والحشيش ، وتتراهيدروكانبنول ، وزيت الحشيش

ويظهر أن كلا التصنيفان متشابهان في المضمون ويختلفان في الشكل ، حيث قام قسم العدالة الأمريكية بتصنيف العقاقير اعتمادا على مصادرها خاصة في مجموعة المخدرات المسكنة ، ومجموعة القنب . (مجدي ، 2003 :404).

وهناك من يصنفها على أساس المشاكل الكثيرة التي تحدثها ويحددها في سبع أنواع هي :

1. العقاقير الأفيونية : الأفيون ، مشتقات الأفيون ، المورفين ، الهيروين ، الكودين ، الأفيونات التخليقية مثل الميثادون ، البثدين ، المبيريدين (قوجيل ، 2005 : 40).
2. العقاقير المسكنة : الكحول (مثل البيرة ، النبيذ ، الخمور المقطرة)، الحبوب المنومة ، المهدئات خفيفة المفعول.
3. العقاقير المنبهة المنبهات التخليقية مثل الأمفيتامين والدكسامفيتامين، الكوكايين.
4. الحشيش : وهو يعرف بأسماء مختلفة في بقاع العالم المختلفة مثل البانجو ، الحشيش ، الشاي الأحمر ... الخ .
5. عقاقير الهلوسة : داي أثيلاميد حمض الليسرجيك (ل . س .د) ميسكالين ، فسيكليدين.
6. المذيبات / المستنشقات الطيارة : الغراء ، الكيروسين ، التولوين، المركبات البترولية ، البويات أبروسول)
7. عقاقير اخرة : التبغ ، بيتيل ، القات ، اوراق الكوكا ، ... إلخ (مجدي ، 2003 :404).

ثالثا: أسباب تعاطي المخدرات والمؤثرات العقلية.

لقد أصبحت المخدرات في العصر الحديث مرضا خطيرا وآفة اجتماعية تحصد بالمجتمعات وتقتل الروح الإنسانية قبل الجسد وتسري في المجتمعات كما تسري النار في الهشيم . و يرجع انتشارها إلى عوامل عدة منها :

1.العوامل النفسية :

وهي الدوافع الداخلية التي تعتمل في نفس الفرد فتجعله يتعاط المخدرات سواء بصورة منتظمة أم في فترات حسب المناسبات أو الظروف ، فمن طبيعة النفس البشرية البحث عن الفرح والسرور والابتعاد قدر الإمكان عن المشاكل والمتاعب والهموم ، ولكن تعقد الحياة المدنية الحديثة والتقدم العلمي والتفاوت الاقتصادي والفقر والجهل والتخلف ومتطلبات مادية شتى وحاجيات متنوعة تدفعه إلى سلوك أقرب الطرق وأسهلها وهو ينشد نسيان همومه وجلب اللذات والتخيلات والأوهام لنفسه، وهكذا نجده يقبل على المخدرات ويهرب من العالم الواقعي المر إلى العالم الخيالي ، ولكن مع الأسف لفترة قصيرة لا تدوم إلا بضع ساعات(هاني ، 2009: 52).

2.العوامل السياسية:

إنَّ للاستعمار سواء كان ظاهرا أم باطنا مخططات وضعت للعالم الإسلامي خصوصاً وللدول النامية عموما من أجل السيطرة عليها وإضعافها وشل طاقاتها وقتل وتدمير نفوس أفرادها وهذا لا يتم إلا عند نشر المخدرات بأنواعها بأثمان زهيدة لاسيما السريعة الإدمان والتدمير. ومثل ذلك ما فعلته إسرائيل في مصر بعد معاهدة السلام بين مصر وإسرائيل في سبعينيات القرن العشرين عندما نشرت المخدرات والحشيش، فانتشرت المخدرات بشكل كبير في المجتمع المصري، 15 كما قامت باستيراد خشخاش الأفيون من تركيا واستنباتها في إسرائيل بهدف ترويجه بين أوساط الشعب الفلسطيني في المناطق التي يقيمون فيها وفي داخل السجون التي يودعون فيها قصد تدمير الشعب الفلسطيني وشل حركته في المقاومة حيث إن من أعظم مخططات اليهود في العالم نشر المخدرات بكل أنواعها في أوساط المسلمين وإغراقهم في بحر من الجهل والتبعية والضعف.(العيسوي ، 2005 :12).

3.العوامل الاقتصادية:

أدت الأسباب الاقتصادية دوراً أساسياً في أنتشار المخدرات على نطاق واسع حيث تقوم دول عدة بزراعة وإنتاج أنواع شتى من المخدرات للحصول على أرباح منها، حيث تباع وتصدر إلى الدول الأخرى للاستفادة منها في النواحي الطبية، كما أنها تهرب وتباع في السوق السوداء بأثمان باهظة. كما يرجع تعاطي المخدرات إلى مشاكل أخرى كالفقر والبطالة في المجتمع خصوصا بين الشباب ، إضافة إلى غلاء الأسعار وانخفاض أجور العمال وطرد العمال بسبب زيادة الاعتماد على التكنولوجيا وكذا الضعف المالي والتقني للحكومات، إذ يؤدي ذلك إلى ضعف هذه الحكومات في محاربة عصابات المخدرات مما يسبب تغلغلها داخل المجتمع.(الحراشة ، 2012 :34).

4.العوامل الاجتماعية:

الإنسان اجتماعي بطبيعته، لا يطيق العيش بمفرده مطلقا لذا فأول ما يتأثر به ويوجه سلوكه الاجتماعي ما يتلقاه من محيط أسرته فلذلك تأثير على تكوين شخصيته وتحديد سلوكه في المستقبل، فإن نما في أسرة سعيدة فإنه ينشأ سويا بعيدا عن العقد والانحراف والشذوذ. أما إذا نشأ الطفل في بيئة أسرية تسودها الخلافات بين الأبوين ، والإهمال والقسوة أو اعتياد الأسرة على المخدرات فإن ذلك سوف يؤدي حتما إلى انحراف الشخص عندما يكبر ولا يتمكن من التكيف مع مجتمعه. كما أن ضعف الوازع الديني وكثرة أصدقاء السوء وحب الاستطلاع والفضول في تجربة أشياء غير مألوفة يؤدي إلى السقوط في الهاوية والهلاك (هاني ، 2009: 55)

5.العوامل الثقافية :

وتتمثل في أنتشار الثقافات الدخيلة على المجتمع التي من ضمن تعاليمها ضرورة تعاطي المخدرات، ووجود أوقات فراغ كبيرة لدى الشباب إضافة لعدم وجود أماكن للنشاط مثل الأندية ذات البرامج الهادفة لتفريغ الطاقة لديهم مما يؤدي إلى ضياعهم وتبديد الجهد والإبداع لديهم وبالتالي إدمانهم على المخدرات لملء ذلك الفراغ (يوسف ، 2012 : 23).

رابعا: اساليب الوقاية من المخدرات والمؤثرات العقلية:

ظاهرة تعاطي المخدرات والمؤثرات العقلية تعد من أخطر السلوكيات السلبية التي تؤثر على الفرد والمجتمع والأسرة تتجسد هذه الظاهرة في تعاطي بعض الأفراد مواد يمكن أن تؤدي إلى الإدمان مثل المخدرات، المسكرات، والمشتقات الطبية هذه المواد تؤثر بشدة على العقل وتؤدي إلى فقدان التوازن والسيطرة الذاتية وتسبب هذه الظاهرة ما يعرف بمرض الإدمان، الذي يحدث بسبب تغييرات جوهرية في وظائف المخ وتركيبته. وعادةً ما يتم تشخيص الإدمان عند الأطباء بإجبار المريض على السعي المستمر للحصول على المخدرات على الرغم من معرفته بمخاطرها والعواقب التي قد يتعرض لها، بالإضافة إلى ذلك، يؤدي تعاطي هذه المواد إلى تغيرات سلوكية ضارة بالفرد والأسرة وقد يؤثر سلبًا على الإنتاجية والاستقرار المجتمعي، ناهيك عن الأضرار الصحية العديدة التي قد تلحق بالآخرين ى. (الحوسني، 2020: 23)

ونستطيع أن نوجز العوامل الدافعية لتعاطي المخدرات فيما يلي :

1. البيئة الاجتماعية التي يتحرك فيها الفرد والتي تؤثر في تشكيل ونمو شخصيته، وما تنطوي عليه هذه البيئة من أساليب تربوية فاشلة في تكوين شخصية ناضجة، مثل: القسوة، أو الإهمال أو الحرمان.
2. التفاوت الطبقي مع أوضاع تنطوي على الحرمان والتنافس غير المتكافئ.
3. انعدام منافذ السلوك السليم.
4. قيم ثقافية واجتماعية، وأخلاقية ودينية، غير مستقرة تؤدي إلى الحيرة والشك، وعدم الثقة والانسحاب من المجتمع.
5. الحرمان المادي والفقر والجهل والإقامة في بيئات منحطة أو متخلفة.
6. ضعف الضوابط الاجتماعية على السلوك المنحرف، مع وجود جماعات تؤيد هذا السلوك وتسهل القيام به وينطوي هذا على سهولة الحصول على المخدر وتوافره، وتوافر أماكن التعاطي.
7. وجود قيم ومعايير حضرية وثقافية تؤدي إلى حدوث الصراع الطبقي، فبينما تساعد هذه القيم على تحقيق الثراء والتقدم في الطبقات العليا بأساليب مشروعة لكنها تحول دون ذلك في الطبقات الدنيا، مما يؤدي إلى بذل الجهد من جانب الطبقات الدنيا لتحقيق النجاح بطرق غير مشروعة وحين يفشلون في ذلك يلجئون إلى الانسحابية من المجتمع باللجوء إلى إدمان المخدرات.(الحوسني، 2020: 23).

منهجية البحث وإجراءاته:

اولاً :منهجية البحث:

يعد المنهج الوصفي من المناهج الشائعة في تفسيرها العلمي المنظم ووصف الظاهرة و تكميمها عن طريق جمع البيانات و أخضاعها للدراسة ، والبحوث الوصفية تقوم بتشخيص الظاهرة المراد دراستها و كشف جوانبها و تحديد العلاقات بين العناصر للوصول الى تعميمات ذات معنى و تعطينا المعلومات عن الظاهرة المراد دراستها (داود و عبد الرحمن، 1990 :159).

ثانيا : مجتمع البحث:

لقد شمل مجتمع البحث الحالي طلبة الدراسات العليا (ماجستير – دكتوراه) والبالغ عددها (720) طالب وطالبة من الاختصاصين العلمي والإنساني، إذ بلغ عدد الإناث في الوزارات (412) طالبة ، أما عدد الذكور (308)، و الجدول (1) يبين ذلك من اعداد الطلبة على وفق متغير الجنس والتخصص والشهادة .

جدول (1) أعداد الطلبة المشمولين بالبحث على وفق متغير الجنس و التخصص و الشهادة

التخصص	ت	الكلية	ماجستير		الدكتوراه		المجموع الكلي
			ذكور	اناث	ذكور	اناث	
علمي	1	الطب	22	20	7	7	56

	2	الهندسة	12	14	1	0	27
	3	العلوم	10	37	17	15	79
	4	علوم الحاسبات وتكنلوجيا	3	11	0	0	14
	5	الطب البيطري	20	29	1	7	57
	6	التربية الاقسام العلمية	31	52	12	12	107
	7	الزراعة	2	5	1	1	9
	8	الادارة والاقتصاد	22	28	9	12	71
		المجموع العلمي	122	196	48	54	420
انساني	9	القانون	11	21	0	0	32
	10	التربية	38	70	15	3	126
	11	الادب	12	24	14	6	56
	12	الاثار	11	15	0	0	26
	13	الفنون الجميلة	11	16	0	0	27
	14	التربية الرياضية	11	6	15	1	33
		المجموع	94	152	44	10	300
المجموع الكلي							720

الجانب العملي : ويتضمن قياس هدفين مرتبطين بتقييم أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية والتي تحقق الغاية من هدف البحث، وتحليل النتائج على وفق مقاييس احصائية.

الهدف الأول: قياس أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا لغرض تحقيق هذا الهدف ، تم تطبيق مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية على عينة من طلبة الدراسات العليا وبعد معالجة البيانات لأفراد العينة البالغ عددهم (344) طالب وطالبة .

وعليه سعى الباحث الى تحقيق الهدف الأول إلى التعرف على مستوى اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لدى طلبة الدراسات العليا (عينة البحث) ، وقد استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة بعد استخراج الوسط الحسابي والوسط الفرضي والإنحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة واختبارها عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (343) ، وجدول (2) يُبين ذلك، وكما موضح أدناه :

جدول (2)

جدول الأختبار التائي للفرق بين متوسط درجات مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية والمتوسط الفرضي للمقياس لدى عينة البحث.

الابعاد	الوسط	الانحراف	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	مستوى

	الحسابي	المعياري					الدلالة 0.05
اسلوب المواجهة المعرفية	20.831	2.497	15	43.318	343	0.000	دالة
اسلوب المواجهة الإنفعالية	20.782	2.462	15	43.562	343	0.000	دالة
اسلوب المواجهة الاجتماعية	20.770	2.400	15	44.603	343	0.000	دالة
اسلوب المواجهة الصحية	20.872	2.394	15	45.487	343	0.000	دالة
اسلوب المواجهة القانونية	20.680	2.607	15	40.415	343	0.000	دالة
المواجهة باعتماد البحث العلمي	20.619	2.589	15	40.255	343	0.000	دالة
اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية	124.555	6.354	90	100.863	343	0.000	دالة

لغرض تحقيق هذا الهدف طُبّق مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لطلبة الدراسات العليا والبالغ عددهم (344) طالب وطالبة ، وبعد تحليل اجاباتهم ومعالجتها احصائياً تبين ان الوسط الحسابي للمجال اسلوب المواجهة المعرفية بلغ (20.831) درجة وبانحراف معياري (2.497) ، بينما كان الوسط الفرضي (15) ، وعند اجراء الاختبار التائي لعينة واحدة أظهر فروقاً معنوية وان القيمة التائية المحسوبة (43.318) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما ان القيم التائية المحسوبة اكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967) عند مستوى دلالة (0.05) فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية ، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من المجال اسلوب المواجهة المعرفية .

أما في المجال اسلوب المواجهة الإنفعالية بلغ الوسط الحسابي (20.782) درجة وبانحراف معياري (2.462) ، بينما كان الوسط الفرضي (15) ، والقيمة التائية المحسوبة (43.562) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما أن القيم التائية المحسوبة أكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967) عند مستوى دلالة (0.05) فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من المجال اسلوب المواجهة الإنفعالية .

وفي المجال اسلوب المواجهة الاجتماعية بلغ الوسط الحسابي (20.770) درجة وبانحراف معياري (2.400) ، بينما كان الوسط الفرضي (15) ، والقيمة التائية المحسوبة (44.603) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما أن القيم التائية المحسوبة أكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967) عند مستوى دلالة (0.05) فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط

الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية ، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من المجال اسلوب المواجهة الاجتماعية.

أما في مجال اسلوب المواجهة الصحية بلغ الوسط الحسابي (20.872) درجة وبانحراف معياري (2.394) ، بينما كان الوسط الفرضي (15) ، والقيمة التائية المحسوبة (45.487) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما أن القيم التائية المحسوبة أكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967) عند مستوى دلالة (0.05)، فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية ، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من مجال اسلوب المواجهة الصحية .

وفي مجال اسلوب المواجهة القانونية بلغ الوسط الحسابي (20.680) درجة وبانحراف معياري (2.607) ، بينما كان الوسط الفرضي (15) ، والقيمة التائية المحسوبة (40.415) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما أن القيم التائية المحسوبة أكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967) عند مستوى دلالة (0.05) فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية ، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من مجال اسلوب المواجهة القانونية.

أما في مجال المواجهة باعتماد البحث العلمي بلغ الوسط الحسابي (20.619) درجة وبأنحراف معياري (2.589) ، بينما كان الوسط الفرضي (15) ، والقيمة التائية المحسوبة (40.255) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما أن القيم التائية المحسوبة أكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967) عند مستوى دلالة (0.05) فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية ، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من مجال المواجهة باعتماد البحث العلمي.

وفي مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية بلغ الوسط الحسابي (124.555) درجة وبانحراف معياري (6.354) ، بينما كان الوسط الفرضي (90) ، والقيمة التائية المحسوبة (100.863) وعند مستوى دلالة (0.000) وبدرجة حرية (343) وبما أن القيم التائية المحسوبة أكبر من القيم التائية الجدولية والبالغة (1.967)عند مستوى دلالة (0.05) فهذا يعني المتوسط الحسابي لا يساوي الوسط الفرضي وبدلالة إحصائية معنوية ، مما يدل ان طلبة الدراسات العليا (عينة الدراسة الحالية) يتمتعون بمستوى عالٍ من مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية.

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق الإحصائية في مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لطلبة الدراسات العليا تبعا لمتغيرات الجنس (ذكور- اناث) الشهادة (ماجستير – دكتوراه) التخصص (علمي – انساني).

لغرض التعرف على دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية لدرجات طلبة الدراسات العليا في مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات تبعا لمتغيرات الجنس (ذكور- اناث) الشهادة (ماجستير – دكتوراه) التخصص (علمي – انساني) استعمل الباحث تحليل التباين الثلاثي (three way Anova) عند مستوى دلالة (0,05) و الجدولين (3 ، 4) يبينان ذلك .

جدول(3) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات طلبة الدراسات العليا على مقياس أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية.

الجنس	الشهادة	التخصص	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة
الذكور	ماجستير	علمي	124.161	5.116	62
		انساني	123.500	3.451	18

80	4.780	124.013	Total		
29	6.031	124.655	علمي	دكتوراه	
23	6.712	125.348	انساني		
52	6.287	124.962	Total		
91	5.395	124.319	علمي	Total	
41	5.541	124.537	انساني		
132	5.421	124.386	Total		
100	6.532	124.440	علمي	ماجستير	الاناث
77	6.560	125.091	انساني		
177	6.534	124.723	Total		
29	9.151	124.034	علمي	دكتوراه	
6	4.792	125.833	انساني		
35	8.533	124.343	Total		
129	7.166	124.349	علمي	Total	
83	6.428	125.145	انساني		
212	6.882	124.660	Total		
162	6.014	124.333	علمي	ماجستير	Total
95	6.110	124.789	انساني		
257	6.042	124.502	Total		
58	7.688	124.345	علمي	دكتوراه	
29	6.288	125.448	انساني		
87	7.233	124.713	Total		
220	6.479	124.336	علمي	Total	
124	6.133	124.944	انساني		
344	6.354	124.555	Total		

جدول (4) دلالة الفروق في مقياس اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية تبعا لمتغيرات الجنس (ذكور- اناث) الشهادة (ماجستير – دكتوراه) التخصص (علمي – انساني)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
الجنس	8.048	1.000	8.048	0.196	0.658	غير دالة
الشهادة	19.196	1.000	19.196	0.469	0.494	غير دالة
الخبرة	16.469	1.000	16.469	0.402	0.526	غير دالة
الشهادة * الجنس	10.753	1.000	10.753	0.263	0.609	غير دالة
التخصص * الجنس	15.647	1.000	15.647	0.382	0.537	غير دالة
التخصص * الشهادة	16.746	1.000	16.746	0.409	0.523	غير دالة
التخصص * الشهادة *الجنس	0.114	1.000	0.114	0.003	0.958	غير دالة
الخطأ	13763.459	336.000	40.963			
الكلي	5350667.000	344.000				

تبين من جدول(4) النتائج الآتية:

أ- الفرق على وفق متغير الجنس (ذكور ، أناث) :- تبين أن القيمة الفائية المحسوبة (0.196) عند مستوى دلالة (0.658) هي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05) مما يدل على عدم وجود فروق ذو دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لطلبة الدراسات العليا في اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية .

ب- الفرق على وفق متغير الشهادة تبعا (ماجستير – دكتوراه) :- تبين أن القيمة الفائية المحسوبة (0.469) عند مستوى دلالة (0.494) هي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (2,60) عند مستوى دلالة (0,05) مما يدل على عدم وجود فروق ذو دلالة إحصائية في متغير الشهادة لطلبة الدراسات العليا في اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية .

ج- الفرق على تبعا لمتغيرات التخصص (علمي – انساني) : - تبين أن القيمة الفائية المحسوبة (0.402) عند مستوى دلالة (0.526) وهي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3,00) عند مستوى دلالة (0,05) مما يدل على عدم وجود فروق ذو دلالة إحصائية بين في الخبرة لطلبة الدراسات العليا في اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية .

د-تفاعل الشهادة * الجنس :- لم تظهر النتائج فروقاً معنوية بين متغير الشهادة ومتغير الجنس من الذكور والإناث عند مقارنة القيمة الفائية المحسوبة (0.263) عند مستوى دلالة (0.609) وهي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (2.60) عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك لم يكن هناك تفاعلاً بين الشهادة والجنس في التأثير لطلبة الدراسات العليا في اساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية .

ه- تفاعل التخصص * الجنس :- لم تظهر النتائج فروقاً معنوية بين متغير الخبرة ومتغير الجنس من الذكور والاناث عند مقارنة القيمة الفائية المحسوبة (0.382) عند مستوى دلالة (0.537) وهي اصغر

من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.00) عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك لم يكن هناك تفاعل بين متغير الخبرة ومتغير الجنس في التأثير لطلبة الدراسات العليا في المسؤولية الوطنية .

و-تفاعل التخصص * الشهادة :- لم تظهر النتائج فروقاً معنوية بين متغير الخبرة ومتغير الشهادة عند مقارنة القيمة الفائية المحسوبة (0.409) عند مستوى دلالة (0.523) وهي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (2.10) عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك لم يكن هناك تفاعل بين متغير الخبرة ومتغير الشهادة في التأثير لطلبة الدراسات العليا في أساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية .

ز-تفاعل التخصص * الشهادة * الجنس :- تبين أن القيمة الفائية المحسوبة (0.003) عند مستوى دلالة (0.958) للتفاعل بين (الخبرة * الشهادة * الجنس) هي أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (2,10) عند مستوى دلالة (0,05) مما يشير إلى أنه لم يكن هناك تفاعلاً بين هذه المتغيرات في التأثير بأساليب مواجهة المخدرات والمؤثرات العقلية لطلبة الدراسات العليا وعليه لم يلجأ الباحث الى إجراء (اختبار شيفيه) للمقارنات البعدية بين المجموعات .

التوصيات :

1.الاهتمام بأساليب مواجهة المشكلات لأهميتها في مجابهة التحديات والتعامل معها.

2.التركيز على الجوانب الإيجابية في الشخصية الانسانية، من خلال تحديد الأساليب المواجهة التي بواسطتها تتم المعالجة.

3.ضرورة الاهتمام بالصحة النفسية لدى الأفراد، لأنها الدرع الواقي التي يواجه الأفراد بها المتقلبات.

4.فتح المجال أمام طلبة الدراسات العليا لإقامة الندوات العلمية التي تفتح افاقا جديدة لمواجهة أي طارئ يصيب الأفراد.

5.وضع خطط بديلة من أجل التصورات المستقبلية التي تحدث أثناء العملية التعليمية في مثل هذه الظروف.

6.بناء أدوات صالحة تمثل هكذا متغيرات تفيد الباحثين وينتفع منها الدراسيين.

7.اقامة السفرات السياحية فيما بين الطلبة لإشاعة روح التعاون والانتماء والتعزيز الروحي

قائمة المصادر :

القران الكريم

- أحمد، حاج والمبارك، أم العز يوسف (2014) *تعاطي المخدرات وسط طالبات الجامعات* ، رسالة ماجستير غير منشورة ، مركز دراسات المرأة الرياض، جامعة نايف للعلوم الأمنية.
- ابو علام، صلاح الدين محمود .(1987). *تحليل البيانات في البحوث النفسية والتربوية* . القاهرة /مصر . دار الفكر العربي .
- ابن منظور: *لسان العرب*، المجلد الرابع، ص 232
- الصاوي ، محمد منصور (1984) : *احكام القانون الدولي في مكافحة المخدرات* ، دار المعارف الاسكندرية ، ط 1 .
- المعجم الوسيط (1972): *مجمع اللغة العربية* ، ط1 ، دار المعارف ، القاهرة ، مصر.
- الحراشة ، احمد حسن والجزازي ، جلال علي (2012) : *إدمان المخدرات والكحوليات أساليب العلاج* ، عمان الاردن ، دار الحامد للنشر والتوزيع .
- حسين فايد(2001)، حسين فايد (2001): *الاضطرابات السلوكية - تشخيصها - أسبابه - علاجها* - مؤسسة طيبة للنشر، ط1، القاهرة.
- الحوسني(2020)، الحوسني ، محمد اسماعيل (2020) : *الطبقة الاجتماعية وتعاطي المخدرات في دولة الامارات العربية دراسة ميدانية على عينة من مدمني المركز الوطني للتأهيل بأمارة أبو ضبي* ، مجلة الشارقة للعلوم الانسانية ، العدد 17 .
- داود، عزيز حنا وعبد الرحمن، أنور حسين (1995): *مناهج البحث التربوي*، بغداد، مطابع عمّان.

- الخزاعلة، عبد العزيز . (2003). *الجوانب الاجتماعية لظاهرة تعاطي المخدرات في الأردن*، رسالة غير منشورة ، دراسة ميدانية ، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- الركابي، لمياء ياسين. (2011) *أسباب تعاطي المواد المخدرة لدى طلبة المرحلة الإبتدائية*. مجلة العلوم النفسية، القاهرة ، ع (19).
- عبد الجواد، أنعام (2018). *تعاطي المخدرات وإدمانها في الريف المصري الواقع وأساليب المواجهة* ، رسالة ماجستير غير منشورة .
- العيسوي(2005)، العيسوي ، عبد الرحمن محمد (2005) **:** *المخدرات واخطارها* ، دار الفكر الجامعي ، الاسكندرية ، ط1 مصر .
- القذافي ، رمضان محمد (1992) *: الصحة النفسية والتوافق* ، ط1 ، دار الرواد للنشر والتوزيع والطباعة .
- قوجيل محمد (2005) *: الحشيش المغربي الكوكايين والهيروين يغزوان الجزائر*، جريدة الخبر اليومية، 18 جويلية
- مجدي(2003)، مجدي أحمد عبد الله (2003) : *السلوك الاجتماعي وديناميا ته محاولة تفسيرية* ، دار المعرفة الجامعية ، (د ، ط) الإسكندرية
- هاني ، عبد القادر ، (2009) :*السموم والمخدرات بين العلم والخيال* ، دار زهران للنشر ، الاردن
- هيئة الامم المتحدة(٢٠٠١)،*الامم المتحدة ومراقبة اساءة استعمال المخدرات* ، ترجمة المركز العربي للعلوم الأمنية والتدريب.
- يوسف(2012)، يوسف ، عبد الحميد (2009) : *جريمة المخدرات افه تهدد المجتمع الدولي* ، دار الحامد للطباعة والنشر.

المصادر الاجنبية:

- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984):*Stress processes and depressive symptomatology*. Journal of abnormal psychology, 43(2),107
- Dunkley, D. M Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., &Winkworth, G. (2000). *Therelation between perfectionism and distress*: Hassles, coping, and perceived social support asmediators and moderators. Journal of Counseling Psychology