وزارة التعليم العالي والبحث العلمـــــــي
جامعة القادسيـــــــــــــــــــــــــه
كلية التربية/ قسم العلوم التربيوية والنفسية
الدراسات الصباحيـــــــــــــــــــــــة

((الضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية))

بحث مقدم من الطالب

(علي حسن سلمان)

الى مجلس الكلية التربية قسم العلوم التربوية والنفسية

وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في العلوم التربوية النفسية

بإشراف

د (هدى عباس فيصل)

1439 هـ 2018 م

الفصل الأول:

مشكلة البحث:

لم يشهد عصر من العصور الماضية تغيرات سريعة في مختلف مجالات الحياة مثلما شهد عصرنا الحالي اذ يحفل عالم اليوم بالكثير من التغيرات والتحولات التي فرضتها الإنجازات في شتى حقول المعرفة وبقدر ما كان لتلك التحولات والتغيرات في المجتمع من اثار إيجابية في مسيرة البشرية فأن لها مساوئ وتحديات طالت العالم اجمع وقد كان للفرد العراقي النصيب الاوفر منها نتيجة لمرور العراق ولمدة طويلة بظروف عصيبة خلفتها الحروب المتتالية اذ تركت ورائها فقراً ودماراً وجهلاً وانتشاراً للاضطرابات السلوكية والانفعالية فضلاً عن غياب السلطة والرقابة والقانون وخاصة في الفترة الحالية التي كان لها اثراً سلبياً في نفسية الفرد وخاصةً الطالب، فعندما لا تتحقق الأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها ولا تشبع الحاجات المادية والمعنوية تضارب القيم من حوله ويؤدي ذلك إلى أنْ تضطرب النفس البشرية وتحدث لدى الفرد صراعات ، وعدم تكيف ، وأزمة هوية، وإحباط من شأنها ان تترك بصماتها على الفرد .

إنَّ التقدم العلمي والتكنولوجي في مختلف مجالات الحياة منذ نهاية القرن العشرين وبداية القرن الحادي والعشرين جعل إنسان العصر الحالي يعيش ظروفا حياتية قاسية تنوعت وسائلها وتعقدت أساليب العيش فيها وأصبح التغير السريع سمة أساسية من سمات هذا العصر ونتيجة لهذا التغير السريع قد يصاب الفرد بالعجز والشعور بخيبة الأمل وأنَّ عجزه عن مواجهة المتغيرات السريعة والمتصارعة جعله يعاني من الضغوط وأصبح مغتربا عن نفسه وعن الآخرين وعن عمله (شرابي ،1977: 67).

فالضغوط بكل أنواعها هي نتاج التقدم الحضاري المتسارع الذي يؤدي الى افراز الانحرافات التي تشكل عبئاً على قدرة الافراد ومقاومتهم في التحمل، فرياح الحضارة تحمل في طياتها أفات تستهدف النفس الإنسانية، وزيادة التطور تحّمل الفرد أعباء فوق طاقته وينتج عنها زيادة في الضغط (الامارة،2001: 3).

حيث أصبحت الضغوط سمة من سمات الحياة المعاصرة، تساير تغيرات المجتمعات الإنسانية وتحولاتها بأبعادها المختلفة (ماجدة،2008: 19). فالضغوط التي يعاني منها الطالب نتيجة للظروف التي يمر بها البلد تحد وبشكل واضح من تحصيله العلمي والأكاديمي فالضغوط المدرسية التي يواجهها الطلاب في المدرسة والتي تكون نتيجة لأحداث دراسية ضاغطة قد تؤدي الى القلق والعدوان والاكتئاب وانخفاض التحصيل الدراسي والفشل في المدرسة (بداري،1990: 28). فبعض المواقف المدرسية التي يتعرض لها الطلبة تسبب لهم اضطراباً في بنائهم النفسي سواء بطريقة مباشرة او غير مباشرة، وفي بيئة المدرسة قد تتفاقم الضغوط ويشتد خطرها عندما تعاني المدرسة من قصور في امكانياتها المادية، والمعنوية فتؤدي تلقائياً الى هبوط في مستوى خدماتها العلمية والتربوية، مما يؤثر سلباً في شخصية الطالب وتزداد تلك الضغوط عند طلبة المرحلة الثانوية نظراً لطبيعة المرحلة العمرية التي تقابل هذه المرحلة الدراسية الا وهي مرحلة المراهقة وما يصاحبها من تغيرات وتتمثل الضغوط المدرسية بالجوانب الاكاديمية في المدرسة وعلاقة الطالب بالمدرسين وعلاقته بزملائه (السلطاني،1994: 2-3). وتتعدد مصادر الضغوط فمنها نفسية مثل القلق وضعف الثقة بالنفس واضطراب المزاج والخجل والشعور بالوحدة والاكتئاب فالطالب في مرحلة المدرسة الإعدادية يشعر بتغيرات تشمل جسمه وشخصيته على اعتبار ان مرحلة الإعدادية تقابل مرحلة المراهقة لدى الطلاب لذا فهي مرحلة تغيرات جسمية وشخصية يتهيأ الفرد فيها للانتقال الى مرحلة الرشد فيصبح الطالب في هذه المرحلة قادر على التفكير المجرد واكثر ادراكاً للمحيط من حولة والتفكير بعقلانية (Seta&seta,2001:193). ويرى كوهلبرج Kohlberg ان هذه المرحلة هي مرحلة اكتساب المعايير والعادات والمبادئ الأخلاقية بينما يرى بياجه Piaget ان هذه المرحلة هي مرحلة حاسمة في حياه الفرد حيث يعطى الفرد فيها اهتماماً بحاضره ومستقبله(King,2004:11-12).

من هنا تبرز مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. ما مصادر الضغوط التعليمية لدى الطلبة

<u>أهمية البحث :</u>

ان الاهتمام بموضوع الضغوط يعود الى هيبوقراط الا انه لم يبحث في العصر الحديث إلاعلى يد العالم كانون الذي يعد اول باحث يهتم بدراسة الضغوط حيث قادته دراسته الى التوصل الى ان الضغوط عندما تكون طويلة الأمد تترك اثاراً قاسية على شخصية الفرد وتؤدي بالنهاية الى اضطراب النظام البيولوجي لديه، وقد بينت نتائج الدراسات التي قام بها (لازورس وزملائه 1985) الى ان هناك علاقة طردية بين درجة الضغوط التي يخبرها الفرد بسبب الاحداث اليومية المزعجة وبين المصاعب النفسية والصحية التي يمر بها (Lazarus,1985:175). فالفرد في عملية نموه بحسب نظرية (ليفين) يكون معرضاً للضغوط المتنوعة من الخارج فضلاً عن ضغوط التوترات من الداخل والتي تنجم عن عدم التوازن بين الفرد والبيئة الفيزيقية والسيكولوجية (داود والعبيدي،1990: 209).

ويرى ماسلو ان شعور الفرد بأنه غير مسيطر وليست لديه القدرة على معالجة الموقف تشكل ضغطا كبيرا وان هذا الضغط قد يزول بإيمان الفرد المتزايد بقوته الذاتية، وقدرته على التغلب على الضغوط (محمد،2004: 99).

ويؤكد سيلي ان الضغوط لها دور في ظهور الامراض النفسية وتكون احدى العوامل المسببة للأمراض الجسمية ولاسيما المزمنة منها، وغالباً ما يتعرض الافراد بشكل عام والمراهقين بشكل خاص الى أزمات وضغوط نفسية من جراء مواجهتهم لمطالب متلاحقة تتجاوز امكاناتهم وقدراتهم (الاميري،1998: 4).

وهذا يعني أنَّ الضغوط ليست مجرد حالة مرتبطة بمجتمع معين وإنما هي ظاهرة إنسانية موجودة في مختلف أنماط الحياة الاجتماعية وفي كل الثقافات نتيجة للظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية، وبما أنَّ الإنسان وليد مجتمعه ومرحلته التي يعيشها فأنَّ متغيراته النفسية ترتبط بتلك المعطيات الحياتية التي يعيشها في تلك المرحلة وقد تظهر بصورة أكثر وضوحا لدى طلبة المرحلة الإعدادية كونهم فئة تمثل من الناحية السيكولوجية مرحلة حساسة من مراحل التطور الإنمائي، يكون الطلبة فيها في حالة من عدم الاستقرار والاتزان، وهذا يشكل جانبا جوهريا من جوانب المشكلات التي يواجها الطالب، ويمكن أنْ تظهر على شكل

مؤثرات معينة تهدد صحة الطالب أو تتعرض لسوء فهمهم لذواتهم . اذ يعتبر التعليم ظاهرة متعددة الجوانب يشارك فيها المدرسون والطلاب والمواد الدراسية في تفاعل دينامي داخل المدرسة وعلى ذلك تعتبر المدرسة بيئة اجتماعية نفسية ذات اثر كبير على حياه الطالب النفسية والاجتماعية، حيث قد تؤدي الى نجاح الطالب في التعامل مع زملائه ومدرسيه او الى فشله، ان مصادر الضغوط المدرسية ترتبط عادةً بتدني مستوى التحصيل في مواد معينة وبالعلاقة مع المدرسين والاقران والتركيز الزائد على التفوق الاكاديمي والتقييم بناءً على نتائج الاختبارات، فالرغبة في الحصول على درجات عالية تعد ايضاً مصدراً من الضغوط التعليمية لدى الطلاب (Seth,2000:850).

أ. دراسة مصادر الضغوط التعليمية التي تواجه الطلبة في المرحلة الإعدادية.

ب.الاهتمام بالمراهقين (طلبة المرحلة الإعدادية) لأنهم سوف يكونون بناة الغد، وهم مصدر التغير الاجتماعي.

1. الأهمية التطبيقية:

أ. يستفاد من نتائج هذه الدراسة المختصون في مجال التربية والتعليم، والإرشاد التربوي والنفسي.

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف الى:

1. مصادر الضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
2. مستوى الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مصادر الضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية على وفق متغيري (الجنس، التخصص).

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على دراسة مصادر الضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية في ناحية السنية محافظة القادسية للدراسة الصباحية من التخصصات العلمية والأدبية للعام الدراسي (2017-2018).

تحديد المصطلحات:

أ. الضغوط:

1. سيلي(1976)

مجموعة من استجابات فسيولوجية لعوامل البيئة الضارة او أي مطلب يوجه الى الفرد ويكون مجبراً على القيام به (Selye,1976:281).

2. السلطاني(1994)

المواقف او المشاكل التي يتعرض لها المراهق في المدرسة وتسبب له الضيق والتوتر (السلطاني،1994: 101).

3. الأميري(2001)

مجمل الاحداث والظروف التي تواجه الفرد في حياته الدراسية وتسبب له ضيقاً وعدم راحة (الأميري،2001: 230).

ب. مصادر الضغوط المدرسية:

1. كندلير (1981)

ان الضغوط المدرسية تنشئ من علاقة الطالب بالمدرس وعلاقته بزملائه وعدم تقبلهم له وعادةً بتدني مستوى التحصيل في مواد معينة

(Chandler,1981: 28)

2. هيمان وزيلكوف(1999)

يشيران الى ان الضغوط المدرسية ترتبط بالمدرسة مثل فرض النظام واستخدام النقد والسخرية والتجاهل وفرض المطالب الكثيرة التي يستجيب لها الطالب عادةً بتجنب الذهاب الى المدرسة، وفقدان الثقة بالنفس.(Hyman & Zelikoff,1999:1)

يعريف الباحث الضغوط المدرسية: وهي التي تنشأ من علاقة الفرد بالمدرسين وعلاقته مع زملائه ونتائجه التي يحصل من خلال الاختبارات التحصيلية.

التعريف الاجرائي لمصادر الضغوط المدرسية: هو عينة ممثلة لمحتوى السلوكيات التي تمثل هذا المفهوم منظمة في أداة يعبر عنها بدرجة لهذا البحث.

الفصل الثاني:

النظريات التي فسرت مصادر الضغوط المدرسية:

توجد عدة نظريات فسرت الضغوط منها نظريات فسيولوجية، نظريات نفسية واجتماعية وهي على النحو الاتي:

1. نظرية المواجه والهرب لولتر كانون Walter cannon1932

يعد كانون من أوائل الذين درسوا الضغوط النفسية يعني بها ردة الفعل في حاله الطوارئ واستخدم مفهوم الضغوط وربطها بتجاربه المختبرية في الهرب وردة فعل الهرب فوصف البشر والحيوانات بأنهم واقعون تحت الضغط وذلك من خلال ملاحظة ردود فعل الغدة الكظريه والجهاز العصبي السمبثاوي في مواقف البرد والحاجة الى الاوكسجين (السلطاني،1994: 18).

وتستند هذه النظرية الى مفهوم الاتزان (Homestsis) الذي يعبر عن فاعلية الجسم من اجل المحافظة على استقرار خصائصه الأساسية ويمثل مفهوم الاتزان العامل الرئيسي في قدرة الانسان والحيوان على مقاومة العوامل الضاغطة، ووفقاً لكانون فأن الجسم يمتلك اليات داخلية للحفاظ على استقرار أداء الجسم وللحفاظ على توازنه فعندما يواجه الكائن الحي تحديات من البيئة من حوله فأن الجسم يقوم بالاستجابة لهذه التحديات من خلال تعديل أنظمة فسيولوجية ويرى كانون ان فشل الجسم في الاستجابة للتحديات البيئية من خلال الحفاظ على التوازن الجسمي يؤدي الى معاناة الجسم من الضغوط والى الحاق الاضرار في الأعضاء المستهدفة والتي قد تؤدي في نهاية المطاف الى الموت وقد ركز كانون في اعمالة على الجانب النفسي من أنشطة الجسم وحاول تفسير الضغوط من خلال استجابة الكائن الحي للمثيرات البيئية فأذا كانت استجابة الكائن الحي لتهديد كبير يتضمن الاثارة الانفعالية من الجهاز العصبي فأن معدل التنفس ومعدل ضربات القلب تزداد بشكل ملحوظ وينبغي ان تكون هنالك استجابة تعويضيه من الجسم للاستجابة للضغوط ، وقد بين كانون في دراسته ان مصادر الضغط الانفعالية كالالم والخوف والغضب بسبب تغير في الوظائف الفسيولوجيه للكائن الحي يرجع الى التغيرات في افراز عدد من الهرمونات أبرزها هرمون الادرينالين (Adrenaline) الذي يهيئ الجسم لمواجهة المواقف الطارئة

(حسن ،2002: 33).

2. نظرية التكيف العام لسيلي Seyle1956

تنطلق نظرية سيلي من مسلمة ترى ان الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص على أساس استجابته للبيئة الضاغطة (عثمان،2001: 98). سيلي درس مفهوم الضغوط النفسية وعلاقتها بفسيولوجيا الجسم من خلال تركيزه على عدد كبير من الهرمونات ودورها في إصابة الفرد بالعديد من الامراض الخطيرة بما في ذلك انسداد الشرايين ونزف الدماغ وتصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم (Selye,1981:3).ويرى سيلي انه مع اختلاف مصادر الضغوط فأنه ينتج عنه أنماط متشابه من التغيرات الجسمية التي اطلق عليها مفهوم زملة اعراض التكيف العام التي تمثل العنصر الأساسي في موضوع الضغوط النفسية (Barry,2002:179) (Taylor,1995: 220).. فزملة اعراض التكيف العام هي مفهوم قدمه سيلي اثناء وضعه نظريته التي أطلق عليها نظرية الضغط للامراض والتي تتلخص في الدفاعات الهرمونية التي يقوم بها الجسم عند تعرضة للضغط وذلك من خلال الجهاز العصبي اللاارادي والتي يحدث لها نوع من سوء التعويض الفسيولوجي للنظام الهرموني الرابط بين الغدة النخامية في المخ والغدة الكظرية وذلك عند التعرض المستمر لموقف ضاغط فهو ميكانزم دفاعي لدى جسم الفرد لمواجه المثيرات التي تهدد الاتزان (فايد،2005: 14). وقد وضع سيلي ثلاث مراحل لزملة التكيف العام وهي:

<u>المرحلة الأولى: مرحلة الإنذار:</u> وتمثل هذه المرحلة ردة الفعل للموقف الضاغط وذلك عندما يدرك المرء نوع وحجم التهديد الذي يواجهه وفي هذه الحالة تحدث في الجسم تغيرات فسيولوجية مثل زيادة افراز هرمون الادرنالين وزيادة سرعة ضربات القلب وشدة العضلات واتساع حدقة العين (Krohne,2002: 4).

وفي هذه المرحلة يؤدي الضغط الى تنشيط ميكانزمات التكيف فعند مواجهة أي خطر فان الجهاز العصبي يرسل مباشرة إشارة الى الدماغ ينذره بوجود حاله طوارئ وهذا يؤدي الى ان جميع أجزاء الجسم المختلفة ووظائفها تنسق معاً لمكافحة الخطر ومقاومته (Sawyer,2005:14) .

وان اكثر أجهزة الجسم فاعلية في هذه المرحلة هي القلب والرئتين والدماغ والجهاز العصبي والعضلات حيث تحفز جميعها لافراز هرمونات مختلفة وأول هذه الافرازات هو افراز هرمون الاندورفين من المهاد وهو يعد من اهم المسكنات الطبيعية التي يفرزها الجسم طبيعياً لتسكين الألم وايضاً يتم افراز هرمون الادرينالين الذي يسبب زيادة في ضربات القلب وايضاً افراز هرمون

الكورتيزول الي يقوم بتحويل الجليكوجين المخزون في الكبد الى سكر في الدم (Babu,2006:3). ويعتقد سيلي ان الموت يمكن ان يحدث خلال هذه المرحلة اذا كان الضغط شديداً جدا

المرحلة الثانية: مرحلة المقاومة: في هذه المرحلة يستطيع الجسم التكيف مع المواقف الضاغطة كما تظهر تغيرات فسيولوجية تدل على التكيف (عبد الوهاب،2006: 82). وفي هذه المرحلة يهيئ الانسان نفسه لمواجهة مصادر الضغوط، وذلك لان الجسم يزيد من تنشيط مختلف اليات الدفاع الكيميائية والحيوية والنفسية والسلوكية حيث يكون مستوى الادرينالين في الجسم اعلى من المستوى العادي مما يؤدي الى نقص فعالية جهاز المناعة،

1. **المرحلة الثالثة: مرحلة الاجهاد او الاستنزاف:** ان استمرار الضغط او التهديد يؤدي الى استنفاذ الأعضاء الحيوية لقوتها الازمة للصمود (Seyle,1983: 46).
2. وإذا استمر الضغط الشديد وكانت الاستجابة الدفاعية شديدة ولم يستطع الفرد التكيف فان طاقته قد تستنفذ وتنهار مقاومة الجسم مما يؤدي الى الموت (عسكر،2000: 34) (Sawyer,2005: 15)

3. نظرية التقدير المعرفي لازورس Lazarus1970

وهي من اشهر النظريات في تفسير الضغوط وتعرف هذه النظرية باسم النظرية المعرفية العلائقية وتنص هذه النظرية على ان الفرد والبيئة يتعايشان معاً في علاقة ديناميكية وترى هذه النظرية ان الضغوط تشير الى الحاله النفسية والعاطفية التي يتم تمثيلها داخل الفرد، ويقسم لازاروس العوامل التي تكون الضغوط الى ثلاث فئات تتسم باحتمالية تداخلها مع بعضها واختلافها في درجة التعقيد **اولها المشاحنات اليومية** التي تميز التعاملات اليومية مع المجتمع ويدخل تحت هذه الفئة من الضغوط التانيب القاسي من المدرسين للطلاب لعدم إتمام الواجبات المدرسية **والثانية التوترات المزمنة مدى الحياة** والتي تعرض الفرد الى الارق لمدة زمنية طويلة مثل الذهاب لاداء بعض الاعمال بعد المدرسة **والثالثة الاحداث الخطيرة في الحياه** وهي اكثر مأساوية ولها تأثير قاسي على الطالب مثل وجود اخ او اخت مصاب بمرض مزمن اوانفصال الوالدين او وجود ابوين يتشاجران طوال الوقت (Ross,2003:17) وتتمثل فكرة هذه النظرية في استعمال الفرد

لاساليب مواجهه غير فعالة اثناء تعرضه لحدث ضاغط ويشير لازاروس ان استجابة الطالب وردود افعاله في مواجه هذه الضغوط تعتمد جزئياً على التفاعل المعقد بين مجموعة من العوامل مثل الحالة المزاجية وطبيعة الشخصية والعلاقات الاجتماعية، لقد وضع لازورس فكرة التقيم ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها (العوامل الشخصية، العوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، العوامل المتصلة بالموقف نفسه) وذكر نوعين من التقيم هما:

أ- تقييم الاولي: وهو يسمى إدراك الفرد للحدث فالافراد عندما يواجهون بيئة جديدة ومتغيرة فأنهم يتهكمون في عملية التقدير الاولي والاحداث يمكن فهمها على انها إيجابية محايدة او سلبية في نتائجها.

ب- تقييم الثانوي: وهو تقيم الفرد لامكانياته الشخصة والمادية والاجتماعية لمواجهة الحدث الذي قدره كحدث ضاغط،

نظرية التحليل النفسي لفرويد

يرى فرويد ان دينامية الشخصية على التفاعلات المتبادلة وعلى الهدم بين المكونات (فالهو) الذي يمثل الجانب البيولوجي للشخصية يحاول دائماً السعي نحو اشباع دوافع الغريزية لكن (الانا) لايسمح لهذه الرغبات الغريزية بالاشباع ما دام الاخر لايتماشى مع قيم المجتمع ويتم ذلك عندما تكون (الانا) فريسة الصراعات والتوترات والتهديدات ومن ثم لايستطيع (الانا) القيام بوظائفه ولايحقق ذلك التوازن بين مطالب الهو ومتطلبات الواقع وعلى هذا الأساس ينتج الضغط.

(الجبوري ،2008: 12)

4. نظرية موراي Morray

وتعرف هذه النظرية بالتفسير الفكري وكذلك باسم الدينامية النفسية وينطلق موراي في تفسيره للضغوط من مسلمة ان الانسان قد يصل الى لحظة التكيف والتوازن النفسي كنتيجة نهائية للدينامية النفسية التي تحدث في داخلة. ويعتبر موراي ان مفهوم الحاجة والضغط مفهومين مركزيين ومتكافئين في تفسير سلوك الانسان ويعد الفصل بينهما تحريفاً خطرا ويرى موراي ان الحاجة من محددات السلوك والضغط هي القوة التي تعترض هذا السلوك لبلوغ أهدافه وتتم عملية الربط بينهما مما يحدث بينهما من تفاعل ديناميكي ويعبر عنه موراي بمفهوم التفهم او الفكر

(ربيع،2000: 359). (البرعاوي ،2001: 68).

ويصنف موراي الحاجات الى حاجات نفسية مثل الحاجة الى الماء والهواء والطعام وحاجات ظاهرية تأتي او تستثار من البيئة وهي تمثل ضغوطاً خارجية (عثمان،2001: 100).

ويميز موراي بين نوعين من الضغوط هي :

أ- ضغوط بيتا Beta Stress: وتشير الى دلاله الموضوعات البيئية كما يدركها الافراد.

ب- ضغوط الفاAlpha Stress: وتشير الى خصائص الموضوعات البيئية كما هي في الواقع وهو الضغط الفعلي (حسنين،2003 :13-14).

ويرى موراي ان الضغط النفسي ينشأ من وجود الحاجة لدى الفرد والتي تعبر عن حالة من النقص والافتقار الجسمي والنفسي لم تلق الاشباع بعد وتعمل على دفعه للاشباع فتصبح عاملاً مهدداً للفرد اذ لم يتم اشباعها فيسعى للبحث عن طرق تساعده على اشباعها فيتصادم مع الأشخاص الذين يمكن ان يعيقوا اشباعه (الحنفي ،1995: 398).

الدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت مصادر الضغوط المدرسية:

العنوان	العينة	النتائج
دراسة البرعاوي(2001)	**650**	وجود فروق في تقدير الطلبة وتعزى لمتغير مستوى الدراسة ومكان الإقامة بينما لاتوجد فروق لمتغير الجنس ونوع الدراسة
دراسة العمر والدغيم**2007**	**572**	ان البيئة المدرسية لها تأثيرات غير مباشرة على مظاهر الضغوط النفسية
1. دراسة كاديفار وارون Kadivar et al 2011	**300**	وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين التوجه نحو الهدف والضغوط النفسية الاكاديمية

الفصل الثالث:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للمنهجية وللإجراءات التي اتبعتها الباحث لتحقيق أهداف بحثها من خلال اعتماد منهج البحث المناسب، وتحديد مجتمع البحث، واختيار عينة ممثله له، وتحديد خصائصها، فضلاً عن إعداد أدوات البحث واستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل بياناته.

أولاً : منهج البحث :

استعمل الباحث في الدراسة الحالية المنهج الوصفي(دراسة مقارنة) ،كونه أنسب المناهج، إذ يمكن استعمالهُ في دراسة السمات والقدرات، والاتجاهات، والميول، والمتغيرات النفسية الأخرى من اجل الحصول على حقائق وبيانات مع تفسير لكيفية ارتباط هذه البيانات بمشكلة الدراسة إنَّ البحث الوصفي يجب أنْ يمتد أبعد من مجرد جمع البيانات ،فإذا لم تكن البيانات بمثابة الدليل الذي يحمل معنى لمشكلة البحث فان عملية جمع البيانات غير ذات قيمة ولكي يصبح البحث ذا معنى يجب ألاّ يقتصر عمل الباحث فيه على أن يقرر ماهية البيانات التي تتطلبها الدراسة ولكنه يجب أنْ يقوم بتفسير هذه البيانات وتحليلها من اجل مقابلة أغراض الدراسة

(إبراهيم،2002: 89).

كما أنَّ المنهج الوصفي يدرس الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كيفيا وكميا فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها أمّا التغير الكمي فيعطينا أرقاماً ويوضح مقدار هذه الظاهرة

(عبيدات وآخرون، 1996: 289) (عليان واخرون، 2010: 66).

ثانيا: مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة الاعدادية في ناحية السنية للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (2017_2018) وبذلك يتكون المجتمع الاصلي من (1200) طالباً وطالبة منهم (400) طالبة و(800) طالباً موزعين على (3) مدرسة اعدادية منها(1) مدرسة للبنات و(2) مدرسة للبنين

ثالثاً : عينة البحث

استعمل الباحث في اختيار العينة الطريقة الطبقة العشوائية، ولتحديد حجم العينة المناسبة أشار(البطش 2007 واختار الباحث عينة قوامها (60) طالباً وطالبة من مجتمع البحث وتوزعت العينة على(2) مدرسة منها(1) مدارس للبنات و(1) مدارس للبنين

ثالثاً: أدوات البحث

تحقيقا لأهداف البحث والتي تقتضي قياس الضغوط المدرسية، قام الباحث بتبني مقياس فيصل 2015

.

صلاحية فقرات مقياس مصادر الضغوط:

يشير أيبل Ebel الى أنَّه وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات وهي قيام عدد من المحكمين المختصين بتقدير صلاحيتها لقياس ما وضعت من أجله (Eibe,1972: 555).ولتحقيق ذلك قام الباحث بعرض فقرات المقياس مع مجالاتها ملحق(3) على مجموعة مؤلفة من (10) من المحكمين والمتخصصين في التربية وعلم النفس ملحق (2) لبيان آرائهم في مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله، ومدى ملاءمتها للمجال الذي تقيسه، وبعد الاطلاع على ملاحظات المحكمين ولغرض معرفة مدى موافقتهم على صلاحية الفقرات استعمل الباحث مربع كاي لمعرفة طبيعة الفروق بين المحكمين كما مبين في الجدول (2).

جدول (2) اراء المحكمين في مدى صلاحية مقياس الضغوط المدرسية **لدى الطلبة**

المجالات	الفقرات	الموافقون	المعارضون	قيمة مربع كاي		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
العلاقة مع المدرس	1,8,9	12		12	3.84	**دالة**
	2,3,4,5,6,7	11	1	8.33		**دالة**
العلاقة مع الزملاء	3,5,6,7,8	12		12		دالة
	1,2,4	11	1	8.33		دالة
الضغوط الاكاديمية	1,2,3,4	11	1	8.33		دالة
الذات الاكاديمية	1,5,6,7	12		12		دالة
	2,3,4	11	1	8.33		دالة

التطبيق الاستطلاعي للمقياس:

يهدف هذا الإجراء إلى التعرف على مدى وضوح فقرات المقياس، وتعليماته، والكشف عن الفقرات الغامضة، وغير الواضحة بالنسبة للمستجيب، والزمن اللازم للإجابة وقد تم اختيار عينة من الطلبة يبلغ عددهم (20) طالباً وطالبة بواقع (10) الذكور، و(10) اناث من ضمن مجتمع البحث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وقد تبين أنَّ جميع الفقرات كانت واضحة ومفهومة من الطلبة، وكان متوسط وقت الإجابة على المقياس هو (15) دقيقة.

التحليل الإحصائي للفقرات:

ويشير ايبل (Ebel 2009) أن التحليل الإحصائي للفقرات يعد أداة فعالة لتحسين الاختبار ويسهم في تجميع مجموعة من الفقرات عالية الجودة بحيث تكون دقيقة في قياس ما وضعت لأجل قياسه (Ebel & Frisbie 2009:225) . اعتمد الباحث عينة مؤلفة من(60) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية ولغرض تحليل الفقرات اعتمد الباحث (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية) لمعرفة مدى اتساق الفقرات وتحليلها وهي على النحو الاتي:

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

يعد هذا الأسلوب من أدق الوسائل المعتمد عليها في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، لمعرفة فيما إذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس (العيسوي،1985: 95).

وباستعمال معامل ارتباط بيرسون قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس. وقد بلغت الاستمارات التي خضعت للتحليل الإحصائي بهذا الأسلوب (60) استمارة وهي نفسها التي خضعت للتحليل في ضوء اسلوب المجموعتين المتطرفتين إذ كانت قيمة معامل الارتباط تتراوح بين كما موضح في الجدول (4)

جدول (4) علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.577	8	0.621	15	0.207	22	0.082
2	0.589	9	0.634	16	0.400	23	0.467
3	0.523	10	0.579	17	0.425	24	0.267
4	0.661	11	0.084	18	0.202	25	0.499
5	0.412	12	0.463	19	0.518	26	0.311
6	0.485	13	0.127	20	0.350	27	0.349
7	0.489	14	0.609	21	0.434	28	0.513

وعند مقارنة قيم معامل الارتباط بالقيمة الجدولية البالغة (0.250) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية(59) تبين ان جميعها دالة احصائياً وبذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس وبذلك اصبح المقياس في صورته النهائية مؤلف من(28) فقرة ملحق(3).

لخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط المدرسية :

قام الباحث باستخراج الخصائص السيكومترية المناسبة لأجل ملاءمة المقياس لأفراد عينة البحث الحالي وفقاً لما يأتي:

الصـــــــــدق:

يعد الصدق من الخصائص السيكومترية المهمة في الاختبارات فالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس القدرة أو السمة والاتجاه والاستعداد والظاهرة التي وضع الاختبار لقياسها أو ما يقصد أنْ يقيسه، يشير الصدق الى ما اذا كان مقياس معين يقيس بالفعل ما وضع لقياسه ولا يقيس شيء اخر سواه (Mclonchlin&Lewis ,2008:138)وقد تحقق الصدق في مقياس الضغوط المدرسية من خلال المؤشرات الاتية:

1. **الصدق الظاهري:** أنَّ أفضل طريقة لاستخراج الصدق الظاهري هي عن طريق عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس ملحق(2) كما تمت الإشارة اليه انفاً في فقرة صلاحية الفقرات **جدول رقم (2).**

2-صدق البناء

يعد صدق البناء أكثر أنواع الصدق قبولاً من وجهة نظر عدد كبير من المختصين إذ أنَّه يتفق مع جوهر مفهوم أيبل Ebel للصدق من حيث تتبع المقياس بالمعنى العام (الأمام وآخرون ,1990: 131) وقد تحقق من صدق البناء للمقياس عن طريق التحليل الإحصائي للفقرات علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كما مبين في الجدولين (3) اللذين تمت الإشارة أليهما سابقاً وهذا يعد مؤشراً على الاتساق الداخلي لفقرات المقياس.

الثبـــــات:

الثبات يشير إلى درجة الدقة والضبط والإحكام في عملية القياس، بحيث تعطي معاملات الثبات فكرة عن درجة الاتساق والتوافق في نتيجة القياس عند تكراره (ملحم,2002: 307). فالثبات هو اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأشخاص عندما يعاد اختبارهم بنفس الاختبار في ظروف مختلفة أو بمجموعات مختلفة من مفردات مكافئة أو في ظروف قياس أخرى متغيرة (Anastasi & Urbina 2010:84)

ولأجل الحصول على الثبات المناسب تحقق الباحث منه من خلال:

1. **إعادة الاختبار**

ولاستخراج الثبات بطريقة أعادة الاختبار طبقت الباحثة المقياس على عينة مكونة من (20) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الاعدادية، وبفارق زمني (14) يوماً من التطبيق الأول

(Anastasi&Urbina , 2010: 91-92). وباستعمال معامل ارتباط بيرسون ظهر ان معامل الثبات للمقياس

ككل(0,87) وقد استخرجت الباحثة معامل ثبات لكل مجال على حدة وذلك لمعرفة ثبات المجال بالنسبة للمقياس كما مبين في الجدول (5).

جدول (5) قيم معاملات الثبات لمقياس مصادر الضغوط المدرسية

ت	المجالات	معامل الثبات
1	العلاقة مع المدرس	0.87
2	العلاقة مع الزملاء	0.90
3	الضغوط الاكاديمية	0.92
4	الذات الاكاديمية	0.85
	الثبات الكلي	0.85

وعند مقارنة قيم معامل الارتباط بالقيمة الجدولية البالغة (0.24) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(19) تبين ان جميعها دالة احصائيا. وكما يرى هنكل واخرون (1979) ان قيمة معامل الثبات إذا تراوحت بين (70%_89%) فهي قيمة عالية وإذا تراوحت بين (90%–100%) فهي قيمة ثبات عالية جدا بالنسبة للمقياس (عودة وخليل،2000: 146)

2. معادلة ألفا كرونباخ:

تستند فكرة هذه الطريقة التي تمتاز بتناسبها وامكانية الوثوق بنتائجها الى حساب الارتباطات بين جميع فقرات المقياس على اعتبار ان الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته (عودة ،1993: 254). ولغرض استخراج الثبات لمجالات المقياس والمقياس ككل استعمل الباحث معادلة الفاكرونباخ للاتساق. كما هو موضح في الجدول(6).

الجدول رقم (6) قيم معاملات ثبات بطريقة الفاكروميباخ

ت	المجالات	معامل الثبات
1	العلاقة مع المدرس	0.91
2	العلاقة مع الزملاء	0.88
3	الضغوط الاكاديمية	0.85
4	الذات الاكاديمية	0.77
	الثبات الكلي	0.73

الوسائل الإحصائية

1. مربع كاي لاستخراج الصدق الظاهري واستخراج الفروق وفق متغيري النوع والتخصص
2. معامل ارتباط بيرسون person correlation coefficient لحساب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، (الضغوط المدرسية).

3. معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخليAlpha -cronbach formula لحساب الثبات لمقايس (الضغوط المدرسية).
4. الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة للتعرف على مستوى الضغوط المدرسية لدى لدى طلبة المرحلة الإعدادية .
5. تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق في متغيرات البحث.

الفصل الرابع:

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي في ضوء اهدافه، ومناقشة تلك النتائج وتفسيرها في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري وهي على النحو الاتي:

الهدف الأول: التعرف على الضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية:

لتحقيق هذا الهدف طبق الباحث مقياس الضغوط على عينة البحث البلغة (60) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية وضهرت النتائج الموضحة في الجدول (6) ولغرض التعرف فيما اذا كانت هذه المصادر تشكل ضغوطاً تعليمية تواجه الطلبة استعمل الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة وكما موضح في الجدول(6).

جدول (6)

الاختبار التائي لمصادر الضغوط التعليمية

المجال	المتوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيم التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الكلي	42.73	36	4.52	36.41	1.96	دالة
التفاعل مع المدرس	28.68	24	3.87	29.65		دالة
التفاعل مع الزملاء	114	96	10.38	42.476		دالة
الضغوط الاكاديمية	42.58	36	3.85	41.81		دالة
الذات الاكاديمية	14.57	12	2.71	23.26		داله

ويظهر من الجدول (6) ان القيم التائية المحسوبة الضغوط المدرسية كانت جميعها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلاله (0.05) ودرجة حرية (59) أي انها دالة احصائياً مما يعني ان هذه تشكل ضغوطاً تعليمية تواجه طلبة المرحلة الإعدادية اذ تنشأ الضغوط عند الشعور بالتهديد ويرجع هذا الشعور الى توقع العجز في التعامل مع موقف ، ان هناك الكثير من المواقف والاحداث التي تحدث في الحياة اليومية تكون بمثابة مصادر الضغط على الطالب مثل الامتحانات وغيرها من المواقف الضاغطة التي يدركها الفرد ويشعر بتهديدها له وقد تؤدي الى حدوث استجابات نفسية او جسمية او سلوكية وظهور نتائج سلبية اوإيجابية لدى الفرد بناءً على تعرضه لهذه المصادر الضاغطة (Margret.et.al,1994: 88). فالطلاب يواجهون صعوبات بطريقة مباشرة او غير مباشرة في المواقف المدرسية المختلفة حيث تظهر في علاقة الطلاب بالمدرسين وعلاقتهم بأقرانهم من الطلاب زملاء الدراسة والمناهج الدراسية والامتحانات حيث يشعر الطلاب بالضيق والقلق اثناء ادائهم للامتحانات وتؤثر عليهم وتسبب لهم شعورا بالضيق وتقاس شدة هذه الضغوط من خلال استجابات الطلاب التي تجري عن ادراكه لها وشعوره بانها تضايقه كثيراً (عبد الغني،1985 :9). وقد يثير الجو المدرسي

في بعض الأحيان مشاعر القلق والتوتر والخوف وعدم الاقبال على التعليم والاحجام عن التحصيل، كما تعد الرغبة في الحصول على درجات عالية من اهم الضغوط المدرسية لدى الطلبة كما وجاءت هذه النتيجة مشابه لنتائج دراسة (سيباتيش) saipanish2003 ودراسة(لي)و(كانك)و(يوم) Lee,Kang&yum2005 (العمر ،الدغيم،2007 :18-19).

الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في لضغوط المدرسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية على وفق متغيري

أ. الجنس (ذكور، اناث):

ب. تخصص(علمي، ادبي):

للغرض تحقيق هذا الهدف استعمل الباحث تحليل التباين الثنائي للعينات غير متساوية الحجم وتوصلت إلى النتائج المبينة في الجدول (7).

الجدول (7)

تحليل التباين الثنائي الضغوط المدرسية على وفق متغيري التخصص والجنس

مصدر التباين	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف		مستوى الدلالة
			المحسوبة	الجدولية	
الجنس(ذكور * إناث)	1	12.072	15.522	3.84	دالة
التخصص (علمي*ادبي)	1	6.242	8.0255		دالة
التفاعل (الجنس *التخصص)	1	0.320	0.411		غير دالة
داخل الخلايا	596	0.777			

من خلال ملاحظة النتائج في الجدول (7) يظهر إن قيمة (F) المحسوبة بالعامل (أ) لمتغير الجنس أعلى من قيمة (F) الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (59،1) إذ يشير ذلك إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط على وفق متغير (الجنس) لصالح الذكور لان المتوسط الحسابي للذكور قد بغ (97.48) هو أعلى من المتوسط الحسابي للإناث البالغ(87.66). في حين كانت قيمة (F) المحسوبة للعامل (ب) لمتغير التخصص اعلى من القيمة الجدولية و لصالح (العلمي) لأن المتوسط الحسابي (للتخصص العلمي) قد بلغ (67.89) هو أعلى من المتوسط الحسابي (للتخصص الأدبي) البالغ (56.87) أما التفاعل ما بين العاملين (أ *ب) قد بلغ (0.411) وهذا يشير إلى عدم وجود تفاعل ما بين الجنس والتخصص

أ- **الجنس (ذكور – إناث)**

نلاحظ من الجدول (7) أن الفروق كانت لصالح الذكور على حساب الإناث لمتغير (الجنس) وتعزى هذه النتيجة إلى حسب رأي الباحث الى البيئة المدرسية حيث تشكل البيئة المدرسية بقوانينها الصارمة ضغوطا واعبائا على الطلبة من كلا الجنسين والظروف الحالية التي يمر بها البلد لها تاثير على انتشار الضغوط المدرسية لدى الطلبة اذ يتعرض الطلبة في العراق الى العديد من الظروف التي تؤدي الى انتشار الضغوط المدرسية ومن هذه الظروف كثرة التفجرات وفقدات اشخاص اعزاء وما حدث موخرا في العراق من احداث لنزوح العديد من الطلبة من المناطق الشمالية والغربية في العراق الى مناطق الوسط والجنوب لها تاثيرعلى مستوى التعليم لديهم وايضا العديد من المعلمين المنسبين من المدارس في المحافظات الشمالية والغربية بسبب لارهاب الى المدارس في المحافظات الوسطى والجنوبية لهم تاثير سلبي على نفسية الطلبة الذين يدرسونهم بسبب الضغوط الاجتماعية التي يعاني منها المدرسين وهذا كله ينعكس سلبا على نفسية الطلبة وادائهم الاكاديمي وعلاقاتهم الاجتماعية. وجاءت نتيجة الدراسة الحالية مشابه لنتيجة دراسة كل من (المطارنة2000)، (النعامي،2005)، (Folkman&lazarus1980) حيث بينت ان الذكور اكثر نسبة من الضغوط لديهم وكانت مختلفة مع ما توصلت دراسة(Magaya et al2005) حيث توصلت دراسة الى ان الاناث لكثر إصابة بالضغوط المدرسية اكثر من الذكور ،وترى الباحثة ان المدرسين يتعاملون بقسوة مع الذكور اكثر من الاناث بسب التركيب الاجتماعية للمجتمع فحسب رأي الباحثة ان الطلاب الذكور يكونون اقل التزاما من الاناث بالانظمة والقوانين.

أ. **التخصص (علمي – أدبي)**

نلاحظ أن النتيجة كانت لصالح الطلبة (العلمي) على حساب الطلبة (الأدبي) ويعزى سبب الاختلاف إلى طبيعة المقررات التي يدرسها طلبة العلمي فان الضغوط تكون اكثر في التخصص العلمي بسبب نظرة مجتمع المدرسة والاسرة الى التخصص االعلمي .

يرى كانون cannon ان الحياة تجلب معها العديد من الاحداث الضاغطة المرغوبة وغير المرغوبة والتي قد تهدد الحياه مما يفرض على الافراد مقاومة هذه الاحداث او الهروب بعيدا عنها (الاميري ،2001 :42).

ويرى الباحث ان المرحلة العمرية لها تاثير في ظهور الضغوط لدى الطلاب وخاصة انهم في سن المراهقة وفيه العديد من التغيرات الفسيولوجية والسايكولوجية ومطالب وتحديات قد يؤدي الفشل في مواجهتها الى العديد من المشاكل النفسية والاجتماعية والدراسية.