

جامعة غارداية
معهد العلوم الإنسانية و الاجتماعية
شعبة علم النفس



الموضوع:

الضغوط الأسرية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من طالبات

السنة الأولى بجامعة غارداية

دراسة ميدانية على عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية وعلم النفس
تخصص إرشاد أسري

تحت اشراف: د/ باهى سلامى
المشرف مساعد: د/ بن الطاهر تيجاني

إعداد الطالبة:
أولاد العيد غزالة

السنة الجامعية 2014 / 2015

ملخص الدراسة:

هدف البحث الحالي إلى دراسة علاقة الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية وذلك في ضوء متغيرات السن، الترتيب في الأسرة، عدد الإخوة والكلية (التخصص).

شملت عينة البحث 322 طالبة، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي مستعينة في ذلك بمجموعة من أدوات القياس تمثلت أساساً في: مقياس مستوى الطموح، واستبيان من إعداد الباحثة مقياس الضغوط الأسرية، وقد تمت معالجة البيانات باستخدام برنامج SPSS بالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية، المتوسط الحسابي، تحليل التباين الأحادي، معامل الارتباط "بيرسون"، و اختبار "ت". و من خلال اختبار الفروض التالية:

- توجد علاقة بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية .
 - مستوى الضغوط الأسرية مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية.
 - مستوى الطموح مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية .
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن .
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة .
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة .
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية (التخصص).
- توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية
- مستوى الضغوط الأسرية منخفض لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية.
- مستوى الطموح مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غارداية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية (التخصص).

Abstract

Abstract

The goal of the present study is to investigate the relationship between the family pressure and the level of aspiration among a sample of First year students at the University of Ghardaia in terms of age, order of brotherhood within a family, number of brothers, and the university specialty variables.

The research sample included 322 female students and we used a descriptive study. We used as tools of research a questionnaire, a gauge of the family pressure, and a gauge of the level of aspiration.

After analysing the findings using the SPSS programme and relying on statistical methods (Mean, ANOVA, Pearson Correlation, T-Test) and through the hypotheses testing, we found the following:

- There is a correlational relationship between the family pressure and the level of aspiration among a sample of First year students at the University of Ghardaia.
- the level of family pressure is high among a sample of First year students at the University of Ghardaia.
- the level of aspiration is high among a sample of First year students at the University of Ghardaia.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the age variables.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the order of brotherhood within the family variables.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the Number of Brothers variables.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the university specialty.

The study ends to the following results:

- There is a correlational relationship between the family pressure and the level of aspiration among a sample of First year students at the University of Ghardaia.
- the level of family pressure is low among a sample of First year students at the University of Ghardaia.
- the level of aspiration is high among a sample of First year students at the University of Ghardaia..
- There is no significant difference in the level of aspiration of the age variable.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the family rank variable.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the number of brothers' variable.
- There is no significant difference in the level of aspiration of the university specialty.

الإهداء

أقدم عملي المتواضع هذا:

إلى الذين أناروا حياتنا بحبهم , وأسكنوا السعادة في قلوبنا بحنانهم فكانوا

مصباحا ينير دربنا للعلم والمعرفة إلى أغلى الناس:

أبي وأمي الأعزاء

إلى إخواني الأحباء

إلى عائلتي الكريمة

إلى أصدقائي الأوفياء

إلى كل السواعد الكادحة والعقول المبدعة التي تتفانى في خدمة الإنسانية,

إليكم جميعا أهدي ثمرة جهدي عرفانا وحباً وتقديراً.....

وشكراً.

شكر

نشكر الله عز وجل و نحمده كثيرا على نعمه التي وهبنا

إياها وعلى إيمانه لي في إتمام هذا العمل المتواضع .مهما حاول الفرد بذل

مجهوداته للنجاح في مشواره الدراسي خاصة و في حياته عامة، فهناك من هو في

حاجة إليهم يساعدهم. عرفانا مني وامتنانا لمن ساندني في هذا البحث المتواضع،

وأمدني بالنصح وأرشدني لما فيه صواب وأعانني على العمل والتفاني في إنجازه،

أتقدم بتشكراتي الخاصة إلى المشرفين الأستاذ "باهي سلامي" والأستاذ "بن

الطاهر تيجاني" اللذين أشرفا على إتمام هذا البحث. كما أقدم شكري إلى كل

من ساعدني من قريب أو من بعيد ولو بكلمة، وإلى كل الأساتذة الذين ساهموا

في مشواري الدراسي من المدرسة الابتدائية إلى

الجامعة.

فهرس المحتويات

ملخص الدراسة.....	
الإهداء	
شكر.....	
I فهرس المحتويات.....	
IV. فهرس الجداول	
IV فهرس الأشكال.....	
VI فهرس الملاحق.....	
01 مقدمة	
العنوان	الصفحة

الفصل الأول: إشكاليه الدراسة و اعتباراتها

04	1. إشكاليه الدراسة.....
17	2. فرضيات الدراسة.....
18	3. أهمية و أهداف الدراسة.....
18	4. التعريف الإجرائي لمفاهيم الدراسة.....

الجانب النظري

الفصل الثاني: الضغوط الأسرية

تمهيد.

أولا / الضغط النفسي

20	1. مفهوم الضغط النفسي.....
----------	----------------------------

- 22 2. أنواع الضغط النفسي.....
- 27 3. نظريات الضغط النفسي.....
- 32 4. استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي.....

ثانيا/ الضغوط الأسرية

- 36 1. تعريف الضغوط الأسرية.....
- 39 2. مصادر الضغوط الأسرية.....
- 41 3. تصنيف الضغوط الأسرية.....
- 42 4. نموذج هيل (HILL)الضغط على الأسرة.....
- 44 5. الفتيات و الضغوط الأسرية.....
- 45 6. آثار الضغوط الأسرية.....

خلاصة الفصل.

الفصل الثالث: مستوى الطموح

تمهيد.

- 49 1. مفهوم مستوى الطموح.....
- 51 2. نمو مستوى الطموح.....
- 52 3. خصائص الفرد الطموح:.....
- 53 4. النظريات المفسرة لمستوى الطموح:.....
- 57 5. بعض العوامل المؤثرة في مستوى الطموح.....
- 60 6. قياس مستوي الطموح.....

خلاصة الفصل.

الجانب الميداني

الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد.

1. منهج الدراسة 64
2. حدود الدراسة..... 64
3. عينة الدراسة 65
4. أدوات البحث:..... 68
5. التقنيات الإحصائية المستعملة في الدراسة 79

الفصل الخامس: عرض و مناقشة نتائج الدراسة.

تمهيد :

1. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى..... 81
2. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية..... 83
3. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة..... 85
4. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة..... 86
5. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة..... 88
6. عرض و مناقشة نتائج الفرضية السادسة..... 89
7. عرض و مناقشة نتائج الفرضية السابعة..... 91
- الاستنتاج العام..... 93
- المراجع..... 95
- الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	مقارنة بين الضغوط الإيجابية والسلبية ل(Killy).	24
02	مسيبات الضغوط الخارجية.	26
03	كيفية اختيار العينة حسب التخصصات للموسم الجامعي 2013/2014.	65
04	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الكليات.	66
05	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب السن.	67
06	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الترتيب في الأسرة .	67
07	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب عدد الإخوة.	68
08	نسب نتائج صدق التحكيم لكل بند.	69
09	البنود الصالحة والبنود المستبعدة.	70
10	نسب نتائج صدق التحكيم للبدائل والموازن.	70
11	نسب نتائج صدق التحكيم للأبعاد.	70
12	قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات " البعد النفسي " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .	71
13	قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات " البعد الاجتماعي " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .	72
14	قيم معاملات ارتباط بيرسون لكل بعد مع الدرجة الكلية .	73
15	معامل ثبات التجزئة النصفية (فردي / زوجي) بمعادلة سيبرمان براون لاستبيان الضغوط الأسرية.	73
16	قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الأول من مقياس مستوى الطموح " بعد التفاؤل " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .	75
17	قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الثاني من مقياس مستوى الطموح " بعد المقدرة على	76

	وضع الأهداف " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي.	
77	قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الثالث من مقياس مستوى الطموح " بعد تقبل الجديد " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .	18
77	قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الرابع من مقياس مستوى الطموح " بعد تحمل الإحباط " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .	19
78	قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد و مقياس الطموح كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .	20
78	معامل ثبات التجزئة النصفية (فردي / زوجي) بمعادلة سيبرمان براون لاستبيان مستوى الطموح	21
81	نتائج معامل الارتباط " بيرسون" بين مستوى الضغوط الأسرية ومستوى الطموح النفسي.	22
83	توزيع أفراد العينة حسب مستويات الضغوط الأسرية.	23
85	توزيع أفراد العينة حسب مستويات الطموح النفسي.	24
87	المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لإجابات أفراد العينة(السن) في درجات مقياس مستوى الطموح.	25
88	المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لإجابات أفراد العينة(ترتيب في الأسرة) في درجات مقياس مستوى الطموح.	26
90	المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لإجابات أفراد العينة(عدد الإخوة) في درجات مقياس مستوى الطموح.	27
91	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات طالبات في مستوى الطموح النفسي وفقا لمتغير الكلية.	28

فهرس الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
28	تخطيط عام لنظرية " هانز سيلبي " .	01
30	التفسير أو التقييم الذهني للضغط.	02
43	نموذج هيل (HILL) للضغط على الأسرة.	03

فهرس الملاحق

العنوان	الرقم
قائمة الأساتذة المحكمين.	(I)
استمارة صدق التحكيم.	(II)
مقياس الضغط الأسرية.	(III)
مقياس الطموح النفسي.	(V)
مخرجات نتائج الدراسة .	(VI)

مقدمة :

حياة الإنسان تحفل بضغوط تحيط به منذ مولده وحتى نهاية حياته، هي متعددة الأنواع ومتعددة المصادر فكل شخص معرض لها مهما كان سنه أو جنسه أو مستواه التعليمي والاجتماعي، فيمكن القول بأن الضغوط هي الحالة التي يدركها الفرد الذي يتعرض لأحداث أو ظروف معينة بأنها غير مريحة أو مزعجة أو على الأقل تحتاج إلى نوع من التكيف أو إعادة التكيف، واستمرارها قد يؤدي إلى آثار سلبية.

والقاسم المشترك الذي يجمع كل الضغوط هو الجانب النفسي ومن ثم فإن الضغوط الأسرية تتحدد بمدى المواءمة بين الشخص والبيئة الأسرية فعندما تكون مصادر الفرد كافية ومناسبة للتعامل مع الموقف الصعب فسوف يشعر بقليل من الضغوط، وعندما يدرك الفرد أن مصادره ربما لن تكون كافية للتعامل مع الموقف بشق الأنفس و بدل جهد كبير فسوف يشعر الفرد بمقدار متوسط من الضغط أما عندما يدرك الفرد أن مصادره لن تكون كافية لتلبية متطلبات البيئة فسوف يشعر بتعرضه لكم هائل من الضغوط.

وتظهر الضغوط في الأنشطة والأحداث اليومية لذلك لا يمكن عزلها عن نظام الأسرة ولكن بمساعدة أفرادها يمكن حلها والتكيف معها، فالأسرة هي أول رابط يربط الفرد بالوجود، وهي تعتبر أهم عوامل التربية والتنشئة الاجتماعية فهي التي تشكل شخصية الفرد وتحدد سلوكه ومبادئه وهي التي تسهم بشكل كبير في النمو الاجتماعي للفرد والثقافة الاجتماعية. وللأسرة وظيفة اجتماعية نفسية هامة جدا فهي المدرسة الاجتماعية الأولى للفرد فهي التي تسهم في إشباع رغبات الفرد النفسية والبناء النفسي السليم.

ويعد مستوى الطموح جزءا مهما وأساسيا في البناء النفسي للإنسان فهو يبلور ويعزز الاعتقادات التفاضلية عند الفرد بكونه قادرا على التعامل مع أشكال مختلفة من الضغوط النفسية، فالشخص الذي يؤمن بقدرته على تحقيق أهداف معينة يكون قادرا على إدارة مسار حياته الذي يحدده بصورة ذاتية وبنشاط أكبر، وهذا بدوره يؤدي إلى الإحساس بالسيطرة على البيئة وتحدياتها.

هذه الدراسة تحاول الوصول إلى معرفة علاقة بين مستوى الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية. إضافة إلى دور بعض المتغيرات (السن، ترتيب في الأسرة، عدد الإخوة والكلية (التخصص)).

وقد قمنا بتقسيم مضمون هذه الدراسة إلى قسمين رئيسيين:

- خصص القسم الأول للجانب النظري، أين تناولنا فيه ثلاث فصول نظرية هي كما يلي:

الفصل الأول: إشكاليه الدراسة واعتباراتها، حيث تناولنا فيه تقديم البحث من خلال تحديد الإشكالية وصياغة

الفرضيات، وتوضيح أهمية وأهداف الدراسة ثم التعريف بمتغيرات البحث وإجراءاتها.

الفصل الثاني: خصصناه للمتغير الأول وهو "الضغوط الأسرية"، حيث تعرضنا فيه لمختلف العناصر التي تخدم

موضوع دراستنا، حيث أبرزنا في البداية الضغط النفسي؛ من مفهومه، أنواعه، نظرياته ثم استراتيجيات مواجهته، بعد ذلك

تطرقنا للضغوط الأسرية، ويحتوي على: تعريف الضغوط الأسرية، مصادرها، نموذج "هيل" (Hill) الضغط على الأسرة،

تصنيفها ثم الفتيات والضغوط الأسرية وأخيرا آثار الضغوط الأسرية.

الفصل الثالث: خصصناه للمتغير الثاني وهو "مستوى الطموح"، وذلك بتحديد مفهومه، نمو مستوى الطموح،

خصائص الفرد الطموح، نظرياته، بعض العوامل المؤثرة فيه وأخيرا أساليب قياسه.

- أما القسم الثاني فقد خصصناه للجانب الميداني أين تناولنا فيه فصلين هما:

الفصل الرابع: الذي تم فيه عرض إجراءات الدراسة الاستطلاعية، وإجراءات الدراسة الأساسية.

الفصل الخامس: تناولنا فيه عرض ومناقشة نتائج الدراسة بعد معالجة البيانات إحصائيا، ثم قدمنا استنتاجا عاما

لدراسة، وبعدها تم تقديم بعض الإقتراحات، التي تعتبر نقطة نهاية للنتائج المتوصل إليها في هذا البحث، ونقطة بداية

لبحوث لاحقة.

الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها

1. إشكالية الدراسة واعتباراتها

2. فرضيات الدراسة

3. أهمية وأهداف الدراسة

4. التعريف الإجرائي لمفاهيم الدراسة

1- إشكالية الدراسة:

تعد الأسرة البيئة الاجتماعية والخلية الرئيسية في المجتمع التي يقع عليها عبء التنشئة الاجتماعية لأبنائها وإشباع مختلف احتياجاتهم.

ويعتبر تكامل وتكوين البناء أو التكوين الأسرى من أهم العوامل التي تساعد على تماسك الأسرة والحفاظ على قدرتها على الأداء الاجتماعي السليم لوظائفها الاجتماعية. من العوامل التي يزداد تأثيرها في وظيفة الأسرة تلك الضغوط الاجتماعية والاقتصادية والنفسية الناجمة عن التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتي تحد من أداء الأسرة لوظائفها بكفاءة وفاعلية.

فالبيئة الأسرية هي الوسط الرئيسي والدائم لنمو الطفل، كما تلعب الإستجابات الأسرية إتجاه الطفل دورا فاعلا في تشكيل الكيفية التي يدركها الطفل ذاته وفي تحديد الطريقة التي يتعامل بها مع العالم الخارجي.

كما أن الإنسان يواجه في حياته كثيرا من المواقف التي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها أو مهددة له بحيث تتعرض رفاهية الفرد وتكامله للخطر نتيجة ذلك. حيث لا يكاد يخلو جانب من جوانب البيئة التي يعيش فيها الناس من مصدر من مصادر الضغوط فهي موجودة في الفرد نفسه وفي أسرته وفي مدرسته وجامعته وفي المكان الذي يعيش فيه وفي عمله وعلاقاته.

والضغوط النفسية عبارة عن حالة من التوتر الناشئة عن المتطلبات أو التغيرات التي تستلزم نوعا من إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية. (ماجدة بهاء الدين السيد، 2008: 21)

كذلك تعرف أيضا على أنها حالة من التوتر والضييق وعدم الراحة الناجمة عن الأحداث والمشكلات التي تواجه الفرد في حياته الخاصة والعامة وتشكل له تهديداً يعيقه عن التوافق السليم. (شايح عبد الله مجلي، 2011: 201)

توجد عديد من الدراسات التي تناولت مصادر الضغوط لدى المراهقين منها دراسة "محمد قدور السليمان"، تهدف الدراسة إلى الكشف عن مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها طالب المرحلة الثانوية والمدرس والمرشد، أجريت الدراسة على عينة مؤلفة من (200) مدرس ومدرسة، و(95) مرشدا ومرشدة، و(200) طالب وطالبة من محافظة إدلب. أعدت استبانة تتضمن (97) موقفا يغطي مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد. من بين النتائج التي توصلت لها الدراسة هي:

- أكثر الضغوط التي يتعرض لها مدرسين والمرشدين الذكور هي الضغوط الاقتصادية، أما المدرسات فهي الضغوط الأسرية والاجتماعية.

- أكثر الضغوط التي يتعرض لها طلاب وطالبات المرحلة الثانوي فهي الضغوط الانفعالية والعاطفية ثم الضغوط الأسرية. (مجلة اتحاد الجامعات العربية، 187:2010)

كذلك دراسة "الحافظ" (2007) هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية وضغوط الحياة وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة، وقد تألفت عينة الدراسة من (350) طالبا وطالبة واستخدم الباحث لتحقيق أهداف الدراسة مقياس مصادر الضغوط النفسية، ضغوط الحياة، مقياس القلق و الاكتئاب، و توصلت الدراسة في نتائجها إلى أن أكثر مصادر الضغوط النفسية هي الضغوط الأسرية والضغوط الدراسية والضغوط الإجتماعية. (نايف فدعوس الحمد ، 135:2013)

أما دراسة "نايف فدعوس علوان الحمد" و"ثامر حسين علي السمران"(2011) والتي استهدفت التعرف على الضغوط النفسية التي تواجه طالبات كلية اربد الجامعية، وتألفت عينة الدراسة من (381) طالبة. فقد توصلت الدراسة إلى نتائج منها أن الطالبات يواجهن ضغوطا نفسية مرتفعة فيما يتعلق بالمجال الدراسي، وضغوطا نفسية متوسطة على المجالات الأسري والاجتماعي. (نايف فدعوس علوان الحمد و ثامر حسين علي السمران ، 117:2011)

تشكل الضغوط النفسية الأساس الرئيس الذي تبني عليه بقية الضغوط، فهي تعد العامل المشترك في جميع الأنواع الأخرى مثل: الضغوط الاجتماعية، ضغوط العمل (المهنية)، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الدراسية، الضغوط العاطفية والضغوط الأسرية. نظرا لطبيعة المجتمع الذي نعيش فيه فان الفتيات هن أكثر عرضة للضغوط الأسرية، من وجهة نظر الباحثة لأننا نعيش في مجتمع ذكوري تغلب عليه العادات والتقاليد.

تعرف الضغوط الأسرية بانها" الإحساس بالضيق والتوتر الذي يشعر به الفرد أثناء تعاملاته مع والديه أو إخوته أو أقاربه وأفراد أسرته ". (إيناس ماهر بدير، 2013 : 231)

كما تعرف على انها "هي نتيجة لأساليب المعاملة الوالدية من رفض وإهمال وتسلط وتفرقة بين الأبناء التي من شأنها أن تشكل ضغوطا نفسية على الأبناء ، علاوة على أن بعض الأسر قد تواجه ظروفًا قاسية وأحداثًا طارئة من شأنها أن تجعلها غير قادرة على القيام بدورها في رعاية وتربية الأبناء ". (سهير إبراهيم الشافعي ، 2012 : 320) .

وعلى حسب اطلاعنا فإنه لا توجد كثير من الدراسات التي تناولت الضغوط الأسرية في الأسرة الجزائرية إلا دراسة وحيدة تحصلنا عليها هي دراسة "بوروي رجاح فريدة" (2013) حيث هدفت هذه الدراسة لمعرفة الضغوط الأسرية لدى الأسرة الجزائرية حسب المتغيرات التالية: جنس، سن، المستوى التعليمي، الحالة العائلية لرب الأسرة، وكذلك المستوى الاقتصادي الأسري، ونوع السكن الذي تقطن به الأسرة. وللقيام بذلك تم استعمال استمارة لجمع البيانات حول الأسرة، كما تم تطبيق مقياس الضغوط الأسرية الذي كيف في هذه الدراسة للبيئة الجزائرية، وهو من إعداد الباحثان الأمريكيان "هانسون" (Hanson) و"بيركي" (Berkey) عام (1991). وبلغت عينة الدراسة (400) رب(رية) أسرة والتي اختيرت بطريقة الحصة من مجموع العائلات القاطنة بولاية الجزائر. وكانت النتائج هناك فروق في مستوى الضغوط الأسرية بين الأسر الجزائرية القاطنة بولاية الجزائر حسب كل من المتغيرات التالية: جنس رب الأسرة، المستوى التعليمي، الحالة العائلية، المستوى الاقتصادي، ونوع السكن. وليس هناك فروق في مستوى الضغوط الأسرية بين الأسر الجزائرية القاطنة بولاية الجزائر حسب سن رب الأسرة. (بوروي رجاح فريدة ، 2013 :1)

وكما ذكرنا سابقا بان البيئة الأسرية هي الوسط الرئيس والدائم لنمو الطفل، فأبي خلل في هذه البيئة يؤثر على الطفل، هذا ما أكدته دراسة "كرينك" و"جرينبرج" (cinic & Greenberg,1990)، تناولت الدراسة العلاقة بين الضغوط الوالدية الثانوية وعلاقتها بالأطفال الصغار، وأظهرت نتائج منها أن ضغوط الحياة والمشاجرات الوالدية اليومية تؤثر تأثيرا سلبا على خصائص كل من الطفل، والوالدين والحالة الأسرية. (2013:462 , Kyong-Mee et al)

وتؤدي أساليب التعامل دوراً مهماً في حالة معاناة الفرد من الضغوط أو اضطرابات عدم التكيف، والشخص ذو المهارات غير الملائمة في التعامل هو الأكثر قابلية للتعرض إلى الضغوط النفسية والمشكلات السلوكية، وعلى العكس من ذلك فإن الشخص القادر على التعامل مع الضغوط بشكل أكثر فاعلية، هو الذي تقل معاناته أثناء تعرضه للمواقف الضاغطة، فليست للضغوط دائماً عواقب سلبية. (Halgin & Whitbourne, 249:1997)

فعندما يتفاعل الوالدان مع الطفل تفاعلا إيجابيا فان الطفل ينمو نمو سويا ويكون فردا ذا شخصية متكاملة أم اذا كان التفاعل بين الوالدين وطفلها تفاعلا سلبيا، فان الجو الأسري يصبح جوا يسوده الاضطراب والصراع والتوتر. (إيمان عبد المقصود الجندي، 2013: 169)

وهذا ما أكدته أيضا دراسة "ميخاليس" (Michalis K. et al, 2001) والتي تناولت تأثير البيئة المنزلية على الدافع لدى طلاب المدارس الثانوية من الذكور والإناث. كان من بين النتائج أن ضغوط الوالدية لها اثر سلبي على الدافع خاصة لدى فتيات. (Michalis K. Et al, 108:2001)

أما دراسة "نيكولاس" (Nicolas, 2009): عنوان الدراسة "الضغوط الأسرية والاستجابات الوالدية حيال العواطف السلبية لأطفالهم، بحثت هذه الدراسة علاقة اربع مصادر للضغوط الأسرية وهي: (عدم الرضا الزوجي والفوضى واكتئاب الوالدين وعدم الرضا الوظيفي) وكذلك المشاعر العاطفية الاجتماعية للوالدين تجاه العواطف السلبية للأطفال وتكونت عينة الدراسة من (101) من الأزواج والأطفال بلغ سن الأطفال 7 سنوات وأكدت نتائج الدراسة أن قياسات الضغوط الأسرية ترتبط مباشرة بالاستجابات الوالدية، وكثير من الأشكال هذا الارتباط يختلف حسب عمر الوالدين، وكونهم أمهات أم آباء، وقد حصل هذا البحث على جائزة من المعهد الوطني للصحة النفسية. (جيهان على السيد سويد، 2012 : 253)

وللضغوط الأسرية آثار سلبية هذا ما أكدته دراسة "ماكويين وآخرون" (1994, Mcbbien,H,etal) والتي كانت تهدف إلى التعرف على مصادر الضغوط الأسرية لدي المراهقين واستراتيجياتهم لمواجهة هذه الضغوط، وعلاقة ذلك بالاضطرابات السلوكية الصحية مثل (تدخين السجائر، وتعاطي الكحوليات، وتدخين المار جونا) حيث تم تطبيق بطارية من الأدوات والمقاييس على مجموعة قوامها (505) من الإناث اللاتي تتراوح أعمارهن ما بين 13- 12 عاماً . وأظهرت النتائج أن الضغوط الأسرية يؤثر سلباً على المراهقات، كما يؤثر التنافس على أسلوب حل المشكلة الأسرية، وأن كل مصادر الضغوط الأسرية إذا عملت معاً تؤثر سلباً على استراتيجيات المواجهة مثل الصداقة والمساندة الاجتماعية كذلك تفاعل أساليب المواجهة يؤثر على بداية أو استمرارية هذه السلوكيات الصحية الخاطئة(تدخين السجائر، وتعاطي الكحوليات، وتدخين المار جونا) والتي يمكن أن تغير من أساليب مواجهة المراهقات السلبية للاستجابة لمصادر الضغوط الأسرية . (صباح قاسم و شاهين عبد الستار ، 2008 : 22)

و توجد أيضا دراسة "فان دورت و أخرون" (Van Dort.et al, 2010) والتي كانت من نتائجها أن الضغوط الأسرية تندر بحالة من القلق، وأن الوقاية من القلق يأتي من خلال معرفة الضغوط الأسرية والتخفيف منها، وإن الاختلال في الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية يؤدي إلى الإصابة بالقلق والاكتئاب.

أما دراسة "ويدل و أخرون" (Wudil , Carol el al,2009) فكانت من بين نتائجها أن الضغوط الأسرية والتوترات العائلية وقلة الدعم الاجتماعي يؤدي إلى ظهور أعراض الاكتئاب، وأكدت الدراسة على توفير الدعم الاجتماعي وقلة الضغوط الملقاة على الأسرة يحمي أفراد الأسرة من آثار الضغوط، ويجعلها تتمتع بصحة نفسية وعقلية جيدة. (محمد شحاتة مبروك شحاته، 2011 :5508)

وفي دراسة "سوزان عادل محمد" (2010) فتحدد المشكلة الرئيسية للدراسة في تساؤل مؤداه " ما العلاقة بين الضغوط الأسرية كما يدركها الطلاب والتحصيل الدراسي لدى طلاب الثانوية العامة؟". وتحدد أهداف الدراسة في الآتي:

- أ- تحديد العلاقة بين الضغوط الأسرية كما يدركها الطلاب والتحصيل الدراسي لدى طلاب الثانوية العامة؟
ب- التوصل إلى مؤشرات لدور الأخصائي الاجتماعي عند التعامل مع الضغوط الأسرية لدى طلاب مرحلة الثانوية العامة.

وتتنمى هذه الدراسة إلى نمط الدراسات الوصفية، حيث استخدمت الباحثة منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة العشوائية، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الضغوط الأسرية كما يدركها الطلاب من إعداد الباحثة، من أهم نتائج الدراسة وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين الضغوط الأسرية كما يدركها الطلاب والتحصيل الدراسي، لا توجد علاقة طردية دالة إحصائيا بين قوة النظام الأسري في مواجهة الضغوط كما يدركها الطلاب والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. (سوزان عادل محمد، 2010 : 1)

توجد دراسات تناولت الضغوط الأسرية بدوي الاحتياجات الخاصة منها دراسة "السيد سعد الخميسي" (2011) هي دراسة بعنوان "الضغوط الأسرية كما يدركها أباء وأمهات الأطفال والمراهقين التوحديين". هدفت الدراسة إلى الكشف عن أشكال الضغوط التي يتعرض لها أسر الأشخاص التوحديين وكذلك الفروق بين هذه الضغوط وبين أسر الأطفال والمراهقين التوحديين. وقد تكونت عينة الدراسة من (54) أب وأم لعدد (49) من الأطفال والمراهقين التوحديين في مدارس ومراكز التوحد والتربية الخاصة بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية.

وأظهرت نتائج الدراسة أن كلا من الضغوط الناتجة عن خصائص الابن هي أكثر الضغوط التي تعاني منها أسر الأطفال والمراهقين التوحديين، في حين أن أسر المراهقين التوحديين لديهم يعانون أكثر من أسر الأطفال التوحديين في كل

من الضغوط الاجتماعية والضغوط النفسية والضغوط المنزلية والضغوط المتعلقة بخصائص الطفل. في حين لم توجد فروق بين المجموعتين في الضغوط المتعلقة بنقص المعلومات والضغوط المالية. (السيد سعد الخميس ، 2011 : 3)

كذلك دراسة "وفاء على محروس محمد زاهر" (2002) هي دراسة بعنوان "الضغوط النفسية الأسرية والسلوك التوافقي لطفل الروضة الكفيف" وقد تم اختيار عينة الدراسة من أطفال الروضة المكفوفين وتكونت العينة من (60) طفلاً وطفلة مكفوفين كلياً، واستخدم مقياس الضغوط النفسية الأسرية لأطفال الروضة المعاقين، ومقياس السلوك التوافقي للأطفال المكفوفين، من نتائج الدراسة كلما انخفضت درجة الضغوط النفسية الأسرية الواقعة على الطفل الكفيف ارتفعت درجة السلوك التوافقي الإيجابي لديه.

واتضح أن تنظيم الضغوط النفسية الأسرية التي يعانيها طفل الروضة الكفيف من حيث ارتفاع درجة الضغوط نتيجة لسوء العلاقة بينة وبين أسرته تتخذ الترتيب التالي:

- 1- الضغوط الناتجة عن سوء علاقة الإخوة العاديين بالطفل الكفيف.
- 2- الضغوط الناتجة عن سوء علاقة الأب بالطفل الكفيف .
- 3- الضغوط الناتجة عن سوء علاقة الأم بالطفل الكفيف. (دراسة وفاء على محروس ، 2002 : 1)

أما دراسة "جفين بن محمد العيافي" فتتمثل مشكلة الدراسة في تقصي وقياس الضغوط الأسرية والوظيفية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى العاملين في البنوك السعودية بالرياض. من النتائج أن مستوى الطموح لدى مجتمع الدراسة مرتفع، كما أظهرت أيضاً أن الضغوط الأسرية ترتبط ارتباطاً ذا دلالة إحصائية بمتغير العمر وعدد الزوجات، وعدد أفراد الأسرة، وعدد الأولاد، وعدد البنات، وحجم الأسرة وعدد الأفراد المعالين. وأظهرت أيضاً أنه كلما زاد عدد الأفراد المعالين زادت الضغوط الأسرية. وأظهرت النتائج أيضاً بأن الضغوط الوظيفية ترتبط ارتباطاً ذا دلالة إحصائية سالبة بمتغير الدخل الشهري. فكلما قل الدخل الشهري زادت الضغوط الوظيفية ومن جهة أخرى فقد تبين من النتائج أن الضغوط الوظيفية لا ترتبط ارتباطاً ذا دلالة إحصائية بمتغير العمر، ومدة الخدمة. (جفين بن محمد العيافي ، 2005 : 3)

وفي دراسة أجريت من طرف مؤسسة ترقية الصحة السويسرية وهذا من خلال مقارنة بين الضغوط العائلية والضغوط المهنية توصلت إلى نتائج من بينها أن الضغوط العائلية لها تأثير كبير على الصحة النفسية أكثر من الضغوط المهنية. (Marcel Schär , 2014 : 15)

كذلك دراسة "سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي" (2012) تنطلق مشكلة الدراسة من تساؤلات التالية: هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط (النفسية والأسرية والدراسية) وبين مستوى الطموح (الأسري والدراسي والمهني) لدى طلبة السنة الأولى من الثانوية العامة؟. هل يمكن التنبؤ بمستوى الطموح من خلال أنواع الضغوط؟. هل تختلف الضغوط ومستوى الطموح لدى طلبة باختلاف الجنسين الذكور والإناث؟. تكونت عينة الدراسة من (80) طالبة و(80) طالب تتراوح أعمارهم ما بين 16-17 سنة. استخدم الباحث مقياس للضغوط (النفسية والأسرية والمهنية) ومقياس الطموح (الأسري ودراسي والمهني). كانت النتائج توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الضغوط (النفسية والأسرية والدراسية) وبين مستوى الطموح (الأسري والدراسي والمهني) لدى طلبة السنة الأولى من الثانوية العامة. (دراسة سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي، 2012 : 317)

لا يعنى مما سبق أن الضغوط سيئة وسلبية دائما، فهناك ضغوط إيجابية تولد الحماس لدى الفرد وتستنفذ لدى الفرد طاقته الكامنة وتجعله أكثر تحدى وإصرار. وبالتالي تولد لدى الفرد قوى إيجابية قد تكون طموح. هذا ما أكدته دراسة "بوفاتح محمد" (2005) بعنوان "الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي" هدفت الدراسة إلى معرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، وأيضا تحديد الفروق بين التلاميذ في كل من الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي حسب متغيرات البحث: الجنس، صفة الدراسة، التخصص الدراسي، منطقة الإقامة، شملت عينة الدراسة (400) تلميذ وتلميذة في السنة الثالثة ثانوي موزعين على تخصصين هما شعبة الآداب والعلوم الإنسانية وشعبة علوم الطبيعة والحياة. وأسفرت نتائج الدراسة عما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي.
 - وجود فروق في الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي بين الذكور والإناث لصالح الإناث.
 - عدم وجود فروق في الضغط النفسي ومستوى الطموح الدراسي بين تلاميذ الريف.
 - عدم وجود فروق في الضغط النفسي بين التلاميذ الأدبيين والعلميين. (محمد بوفاتح، 2005:1)
- والطموح يتأثر بالعديد من المتغيرات سواء بالإيجاب أو بالسلب وهذا ما أكدته العديد من الدراسات نذكر منها:
- دراسة "أبو ناهيه" (1989) هدفت الدراسة إلى معرفة الاتجاهات الوالدية في التنشئة وعلاقتها بمستوى الطموح الأكاديمي لدى الأبناء في الأسرة الفلسطينية، تكونت عينة الدراسة من (195) طالبا وطالبة منهم (105) طالبا،

و(90) طالبه. وقد استخدمت الباحثة في هذه الدراسة قائمة المعاملة الوالدية، ومقياس الطموح الأكاديمي من إعداد الباحثة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة موجبه داله بين مستوى الطموح الأكاديمي عند الأبناء والتقبل من الوالدين.
 - توجد علاقة سالبه داله بين مستوى الطموح الأكاديمي عند الأبناء والتحكم السيكولوجي من الوالدين.
 - لا توجد علاقة موجبه داله بين مستوى الطموح الأكاديمي عند الأبناء والاستقلال عن الوالدين.
 - يوجد ارتباط دال إحصائيا بين مستوى الطموح الأكاديمي عند الذكور وإدراكهم للتمركز حول الطفل من الأب.
- أما دراسة "نجلاء مسعد" (2000) فهدفت الدراسة إلى معرفة علاقة الاستقرار الأسري بمستوي طموح الأبناء في مرحلة المراهقة وتأثير المستوي الاجتماعي والاقتصادي علي كل من الاستقرار الأسري ومستوي الطموح وتكونت العينة من (218) طالب وطالبة من المدارس الثانوية (111 ذكور، 107 إناث) وتتراوح أعمارهم (15 و 17) سنة وينتمون إلى أسر حضرية وريفية متكاملة (أب، أم، إخوة، أخوات) من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة. أسفرت النتائج عن وجود فروق بين كل من أبناء الأسر المستقرة وأبناء الأسر غير المستقرة في مستوى الطموح بصفة عامة وذلك لصالح أبناء الأسر المستقرة، وحدت علاقة ارتباطية دالة بين أبعاد مستوى الطموح وأبعاد الاستقرار الأسري وبين متغيرات المستوي الاجتماعي والاقتصادي لدي الأبناء المراهقين. (زياد بركات، 2008: 13)

كذلك دراسة "أبو ناهية" (1981) هدفت هذه الدراسة إلى معرفة اثر بعض العوامل على مستوى الطموح الأكاديمي. تكونت عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية. استخدم الباحث من الأدوات دليل الوضع الاقتصادي الاجتماعي من إعداد "عبد السلام عبد الغفار" و"إبراهيم قشقوش". ومقياس التقبل من تقنين الباحث، واختبار الشخصية من إعداد "عطية هنا" واختبار الذكاء المصور من إعداد "احمد زكي صالح". ومقياس الطموح الأكاديمي من إعداد الباحث. وقد عالج الباحث بياناته إحصائياً باستخدام معامل الارتباط لبيرسون، اختبار (ت) للفروق بين المتوسطات. وتوصلت الدراسة إلى النتائج منها:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح الأكاديمي بين التلاميذ مرتفعي الوضع الاقتصادي الاجتماعي والتلاميذ منخفضي الوضع الاقتصادي الاجتماعي لصالح التلاميذ مرتفعي الوضع الاقتصادي الاجتماعي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) في مستوى الطموح الأكاديمي بين التلاميذ مرتفعي عدد أفراد الأسرة والتلاميذ منخفضي عدد أفراد الأسرة لصالح منخفضي عدد أفراد الأسرة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) في مستوى الطموح الأكاديمي بين التلاميذ مرتفعي تقبل الأب والتلاميذ منخفضي تقبل الأب لصالح التلاميذ مرتفعي تقبل الأب.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) في مستوى الطموح الأكاديمي بين التلاميذ مرتفعي التوافق الاجتماعي والتلاميذ منخفضي التوافق الاجتماعي لصالح التلاميذ مرتفعي التوافق الاجتماعي.
- أما دراسة "خطيب" (1990) فهدف الدراسة إلى معرفة مدى اختلاف مستوى الطموح المهني والأكاديمي عند الطلبة باختلاف التخصص والجنس. وتكونت عينة الدراسة من (280) طالبا وطالبة . وقد استخدمت الباحثة كلا من الأدوات التالية: مقياس مستوى الطموح الأكاديمي من إعداد إبراهيم قشقوش، ومقياس مستوى الطموح المهني من إعداد إبراهيم قشقوش. وقد عالجت الباحثة البيانات إحصائيا باستخدام أسلوب تحليل التباين الحادي والمتوسطات الحسابية والانحراف المعياري واختبار (T.test) للفروق بين المتوسطات. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات متغير الطموح المهني لدى طلبة الجامعة تعزى إلى الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات متغير الطموح المهني لدى طلبة الجامعة تعزى إلى التخصص ونوع الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات متغير الطموح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة تعزى إلى الجنس والتخصص ونوع الدراسة.
- توجد علاقة ارتباطية بين كل من الطموح الأكاديمي والسن.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين كل من الطموح المهني والسن. (توفيق محمد توفيق شبير ، 2005: 91)
- كذلك دراسة "جابر وعمر" (1992) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الترتيب الولادي والحاجات النفسية ومستوى الطموح من منطلق أن كلاً من مستوى الطموح والحاجات النفسية تتشكل من خلال عملية التفاعل المستمرة بين الفرد والمحيطين به من جانب، وبينه وبين عناصر الثقافة والعناصر الاجتماعية من جانب آخر .وتكونت عينه الدراسة من (336) طالبة. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- إن نواحي التشابه بين مجموعة الطالبات ذات الترتيب الولادي الأوسط والترتيب الولادي الأخير في بنية الحاجات النفسية أكبر مما وجد من تشابه بين كل منهما ومجموعة الطالبات ذات الترتيب الولادي الأول.
- لم تظهر فروق دالة إحصائية بين المجموعات الثلاث في درجات مستوى الطموح.
- لم تظهر فروق دالة إحصائية عند مقارنه متوسطات درجات الحاجات النفسية لكل من مجموعة الطالبات ذات الترتيب الولادي الأوسط والطالبات ذات الترتيب الولادي الأخير. (جابر وعمر، 1992: 137)
- أما دراسة "متشيل وآخرون" (Mitchell, et Al, 1995) فهدفت الدراسة إلى تحديد ملامح وسمات شخصية الطلبة الجدد الذين يعانون من صعوبات التعلم، ومن ثم التعرف على حاجاتهم واهتماماتهم وعلاقة ذلك بمستوى طموحهم. وقد تكونت عينة الدراسة من (85) طالبا وطالبة من طلبة الجامعات الجدد من الجنسين. وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة استمارة جمع البيانات المتعلقة بحياتهم الجامعية وأنشطتهم واحتياجاتهم. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- انخفاض مستوى الطموح الأكاديمي والمهني عندهم.
- يعانون من ضعف في التحصيل الدراسي نظرا لقصور وضعف المهارات الأكاديمية الأساسية عندهم.
- وجود علاقة ارتباطية عكسية بين صعوبات التعلم وبين مستوى طموحهم والتوافق النفسي الاجتماعي لديهم.
- كذلك دراسة "التويجري" (2002) هدفت الدراسة إلى معرفة المتغيرات الاجتماعية المحددة لمستويات وأنماط الطموح الاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبا وعاملا. واستخدمت الباحثة استبيان مستوى الطموح الاجتماعي من إعداد الباحثة، واستبيان المستوى الاقتصادي الاجتماعي من إعداد الباحثة. وعالجت الباحثة بياناتها إحصائيا باستخدام الجداول التكرارية البسيطة واختبار "لا " للتعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- وجود فاعلية محددة لمتغير الدخل في التأثير على مستوى الطموح الاجتماعي.
- أن المستوى التعليمي للوالدين لا يؤثر على نمط الطموح.
- عدم وجود فروق في مستويات الطموح تعزى إلى التخصص الدراسي.
- توجد علاقة بين مهنة الأب وأنماط معينة من الطموح.

- لا توجد فروق في مستوى الطموح الاجتماعي يعزى إلى الجنس.

أما دراسة "عبد الملك" (1981) هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مستوى الطموح والتفوق الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة، وقد تكونت عينة الدراسة من (935) طالب وطالبة من محافظة الشرقية. واستخدم الباحث في هذه الدراسة استبيان مستوى الطموح للراشدين من إعداد كاميليا عبد الفتاح، واختبار المستوى الاقتصادي الاجتماعي من إعداد "عبد السلام عبد الغفار" و"إبراهيم قشقوش"، واختبار القدرات العقلية الأولية من إعداد "أحمد زكي صالح" ودرجات الطلاب التحصيلية في نهاية العام الدراسي. وقد عالج الباحث بياناته إحصائياً باستخدام معامل الارتباط لبيرسون، واختبار T.test. توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- لا توجد فروق في مستوى الطموح تعزى إلى الجنس .

- توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الطموح لصالح طلبة الكليات العلمية .

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح والدرجات التحصيلية لصالح المتفوقين والمتفوقات. (توفيق محمد توفيق شبير ، 2005 : 86)

ايضا دراسة "تشنج وتشي ينج و وكي وبماك" (Chung, et.al.,1997) والتي تهدف لمعرفة الانجازات والطموحات للطلبة الصينيين في نيوزلندا مقرنة بالطلبة الاوريين .بلغت عينة الدراسة (108) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية. اظهرت نتائج الدراسة فروقا في مستوى الطموح بين أفراد العينة يرجع لتعليم الوالدين، وأن مستوى الطموح ينخفض عند الطلبة الذين يعانون الضغوط الابوية .

توجد ايضا دراسة "اونيومى" (Oniwme, 1980) والتي تهدف لمعرفة مستوى الطموح الاكاديمي والمهني لطلبة المرحلة الثانوية في نيجيريا. وقد اختار عينة الدراسة ست مدارس ثانوية، ثلاث للذكور وثلاثا أخرى للاناث. اظهرت نتائج الدراسة انه لا توجد فروق في مستوى الطموح بين الذكور والاناث. واطهرت نتائج الدراسة ايضا أن مستوى الطموح يتأثر بحجم العائلة ولا يتأثر بمكان الإقامة أو العمر أو ثقافة الأم. (حسن عمر شاكر منسي، 2003: 178)

أما دراسة "غالب بن محمد على المشيخي" (2009) فهدفت إلى معرفة قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. بلغ حجم العينة (720) طالبا. توصلت إلى نتائج منها:

- توجد علاقة سالبة بين الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في مستوى الطموح.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس مستوى الطموح . (غالب بن محمد على المشيخي ، 2009 :11)
- كذلك دراسة "زهرا" (2006) هدفت إلى دراسة و وصف طبيعة الطموح عبر المراحل المختلفة في النمو، والتعرف على بعض المتغيرات المؤثرة في الطموح. شملت عينة الدراسة (71) فرد من الذكور والإناث، وتوصلت النتائج إلى أن الطموح يتأثر بالسن، في حين أنه لا يتأثر بكل من الجنس والمستوى الاقتصادي. (سمية حسام ، 2013 : 14)
- أما دراسة "باندي" (Bandey,2002) التي هدفت إلى معرفة مستوى الطموح لدى طلاب العلوم والآداب وعلاقته بالإنبساطية والعصائية. تكونت عينة الدراسة من (100) طالبًا وطالبة، نصفهم من كلية العلوم والنصف الآخر من كلية الآداب. فقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة في مستوى الطموح تعزى لنوع الكلية لصالح طلاب كلية العلوم، كما بينت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الطموح تبعًا لمتغير الجنس. كما بينت النتائج أن مستوى الطموح لدى الطلاب كان مرتفعًا إجمالاً. (Bandey, B , 2002:46)
- كذلك هدفت "دراسة الزيايدي" (1999) التجريبية إلى مقارنة الفروق بين الجنسين في مستوى الطموح في ضوء بعض المتغيرات . ولقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الطموح سمة عامة ومرتفعة من سمات الشخصية المتوفرة لدى أفراد الدراسة، كما أظهرت النتائج وجود فروق في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس والتحصيل للذكور والطلاب ذوي التحصيل المرتفع، بينما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى الطموح تبعًا لمتغير التخصص والعمر.
- أيضا دراسة "أبو شهبة" (1987) بهدف التعرف على العلاقة بين مستوى الطموح وبعض المتغيرات الدراسية والاجتماعية لدى طالبات الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (560) طالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة موجبة بين مستوى الطموح والتحصيل الدراسي، وعلاقة دالة وموجبة بين مستوى الطموح والتخصص الدراسي. كما بينت وجود مستوى متوسط من مستوى الطموح لدى عينة الدراسة.
- وفي دراسة "حمادي" (1993) والتي هدفها التعرف إلى مستوى الطموح وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلاب جامعة الإسكندرية، وتكونت عينة الدراسة من (53) طالبًا وطالبة، أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الطموح لدى الطلاب تبعًا لمتغيرات العمر والمستوى الدراسي، بينما توجد فروق في مستوى الطموح تبعًا لمتغير التخصص والجنس

وذلك لصالح الذكور من جهة ولصالح طلاب التخصصات العملية والعلمية التطبيقية من جهة أخرى. (زياد بركات 2008: 12)

و قد أشارت بيانات جمعيتها "ترنر" (Turner Ralph, 1962) عن العلاقة السلبية المتوقعة بين حجم الأسرة و الطموح، إلى أن الأولاد من الأسر ذات الحجم الكبير أقل احتمالا أن يكون لديهم طموح مرتفع عن أولاد الأسر الصغيرة، وأن هناك علاقة بين حجم الأسرة و التأكيد النسبي على الطموح التعليمي أو المادي. وقد أظهرت نتائج أيضا أن عينة الإناث اللائي لديهن إخوة كان طموحهن منخفضا عن الأولاد الذين لديهم أخ أو أكثر (1966:628 Abrams, Richard P. Boyle, و نفس التفسير أكدته دراسة "ابرامز" و "سباركز" وآخرين (1985, Abrams & Others) على أن الإخوة الذين لديهم عدد كبير من الأخوات طمحووا إلى مستويات مهنية منخفضة، وأن طموح الإناث الأكاديمي سريع التأثير بالإخوة الذكور. (محمد بوفاتح ، 2005 : 105)

كذلك دراسة "ادواردز" و "كليماك" (1973) التي كانت تهدف لمعرفة الطموحات المهنية، العينة (272) من طالبات الجامعة. أسفرت النتائج: الإناث ذوي الترتيب الأول لديهن طموح أكبر من الإناث ذوي الترتيب الأخير. أيضا دراسة "شيللا" و "كيلفر" (1978) هدفت لمعرفة تأثيرات كل من الترتيب الولادي وجنس الإخوة في عملية التنشئة الاجتماعية المتبعة من جانب الراشدين، تكونت العينة من (939) من الإناث تتراوح أعمارهم بين (14-24 سنة) وكان من بين النتائج: مستوى طموح المفحوصات الأكبر ذوات الأخوات الإناث فقط أعلى من دواة الإخوة الذكور فقط. بينما كان مستوى طموح المفحوصات الأصغر بين أخواتهن والوحيديات منخفضةا.

كذلك دراسة "ناتل" و "ناتل" (1987) اهتمت بالعلاقة بين حجم الأسرة، والفترة الزمنية الفاصلة بين ولادة الأشقاء وبين النمو العقلي والاجتماعي. تكونت العينة من (300) تلميذة و (233) تلميذا تتراوح أعمارهم بين (13-18 سنة). كان من بين النتائج أن الطفل الأصغر يكون أكثر اتران انفعالي وأكثر طموحا مهنية و أكثر طاعة من الطفل الأكبر. (جابر وعمر، 1992 : 154)

وقد وجد " ثروت عبد المنعم" في دراسته سنة (1976) أن الطلاب والطالبات ذوو مستوى الطموح المرتفع يتصفون بأنهم أكثر مرحا، وتكيفا، وثقة بالنفس، وتعاونا، واتزان، وجدية من أقرانهم ذوي مستوى الطموح المنخفض. (سهير إبراهيم، 2012 : 185)

وفي نفس السياق توصلت الدراسة التي أجراها " مصطفى محمد الصفطي " (1983) إلى أن الطلبة الأكثر طموحا هم أكثر توافقا في المجال الشخصي، الاجتماعي، والدراسي، مقارنة بنظرائهم الأقل طموحا. (فتيحة حمادي، 1993: 169)

و بناء على كل ما سبق تتبلور إشكالية بحثنا في التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية؟.
- ما مستوى الضغوط الأسرية لدى طالبات السنة الأولى جامعي؟.
- ما مستوى الطموح لدى طالبات السنة الأولى جامعي؟.
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة ؟.
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية (التخصص)؟

2- فرضيات الدراسة :

في ضوء التساؤلات المطروحة نفترض ما يلي:

- توجد علاقة بين الضغوط الأسرية و مستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية .
- مستوى الضغوط الأسرية مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية.
- مستوى الطموح مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية (التخصص).

3- أهمية وأهداف الدراسة :

- تناول موضوع الضغوط الأسرية التي تعتبر لها آثار على البنية النفسية للفرد.
- التعرف أكثر على طبيعة الضغوط الأسرية بمنطقة غار داية .
- توضيح العلاقة بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح.
- الكشف عن مستويات الضغوط الأسرية والطموح النفسي لدى عينة الدراسة.
- معرفة الفروق في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن.
- معرفة الفروق في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة.
- معرفة الفروق في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة.
- معرفة الفروق في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية (التخصص).

4- التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة :

- مستوى الطموح:

يعرفه معوض وعبد العظيم بأنه سمة ثابتة نسبيا تشير إلى أن الشخص الطموح هو الذي يتسم بالتفاؤل، المقدرة على وضع الأهداف، تقبل كل ما هو جديد وتحمل الفشل والإحباط. وعليه نعرف إجرائيا مستوى الطموح بأنها الدرجة التي تتحصل عليها الطالبة في مقياس مستوى الطموح الذي أعده كل من "معوض" و"عبد العظيم" سنة (2005)، و التي تظهر من خلال إجاباتها عليه.

- مستوى الضغوط الأسرية:

تعرفها "ساره" (Sarah Flynn) بأنها المعاناة التي يشعر بها الفرد اتجاه المواقف التي تحدث في حياته الأسرية ونتيجة لذلك يشعر بانفعالات قوية يصعب عليه التحكم فيها.

وعليه نعرف إجرائيا مستوى الضغوط الاسرية بانها الدرجة التي تتحصل عليها الطالبة على مقياس الضغوط الأسرية الذى أعدهته الباحثة والمكون من بعد نفسي و بعد اجتماعي ، والتي تظهر من خلال الإجابة على بنوده .

الجانب النظري

الفصل الثاني: الضغوط الأسرية

تمهيد.

أولاً: الضغط النفسي

1. مفهوم الضغط النفسي
2. أنواع الضغط النفسي
3. نظريات الضغط النفسي
4. استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي

ثانياً: الضغوط الأسرية

1. تعريف الضغوط الأسرية
2. مصادر الضغوط الأسرية
3. تصنيف الضغوط الأسرية
4. نموذج هيل (HILL) الضغط على الأسرة
5. نتائج الضغوط الأسرية

خلاصة الفصل

تمهيد :

جميعنا بلا استثناء نتعرض يوميا إلى مصادر متنوعة من الضغوط الأسرية، ضغوط تربية الأطفال ومعالجة مشكلات الصحة... الخ. بعبارة أخرى فإن قائمة الضغوط النفسية واسعة وممتدة وتشمل بالنسبة للإنسان العادي خبرات ومواقف متنوعة نستجيب لها في حالة تزايدها وتراكمها وفي حالة العجز عن التعامل مع بعض نتائجها السلبية بالمرض والاضطرابات نفسيا كان أو عضويا .

أولا : الضغط النفسي

1) مفهوم الضغط النفسي:

اهتم العلماء منذ أواخر القرن الثامن عشر وحتى الآن بمفهوم الضغط النفسي وتفسيره وتعريفه ومسبباته، ولعل من أوائل هؤلاء العلماء أبرزهم "بيرنارد" (Bernard) حيث تحدث عن الطرق التي تجعل حياة الكائنات الحية أسهل وأبسط بعيداً عن الضغط النفسي، ويعتقد بأن "كانون" (Canon) هو أول من استخدم مفهوم الضغط النفسي على أساس أنه ناتج عن الخبرات الإنسانية. (حداد وأبو سليمان، 2003:119)

مازال مفهوم الضغط النفسي من أكثر المفاهيم غموضا ، وهناك صعوبة في تحديده وتعريفه ودراسته بشكل دقيق، وذلك لارتباطه بعدة مفاهيم متقاربة من حيث المعنى وارتباطه كذلك باتجاهات نظرية مختلفة، فهناك من يعرف الضغط النفسي انطلاقا من المثير الذي يحدثه، وآخر يعرفه من خلال الاستجابة التي يحدثها الجسم الذي يتعرض لمواقف ضاغطة، وثالث يعرفه انطلاقا من التفاعل بين الاثنين، ورابع يعرفه انطلاقا من النتائج المترتبة عليه. وفيما يلي بعض التعريفات:

- يعرفه "سيلبي" (selye) بانه: "استجابة الجسم الغير محددة نحو أي مطلب يُفرض عليه". (2012:23)

(Virginia Hill Rice) هذا التعريف حصر استجابة الفرد لمثير ضاغط في الجانب الفيزيولوجي فقط.

- يعرفه "لازاروس" (1970, lazarus) بانه: " نتيجة لعملية تقييمية يقيم بها الفرد مصادره الذاتية ليرى

مدى كفاءتها لتلبية متطلبات البيئة، أي مدى الملائمة بين متطلبات الفرد الداخلية والبيئة الخارجية ". (ايمن غريب قطب

ناصر، 2011:165)

- يعرفه "سيك" (1993, Speck) بانه : " صراع ضميري يقود الإنسان إلى الانطواء، وهو مشكلة معنوية قابلة للحل، بتقييم الإنسان لنفسه، ليتعرف الصحيح من الخطأ، وهو إحساس الفرد بالقلق، عند تعامله مع منبهات خارجية أو يتأثر بمنبهات داخلية . " (احمد عريبات وعمر الخرايشة، 2007:53)
- يعرفه "انتوني دي .باريل" بانه : "الضغوط قوة حياة فطرية للطبيعة، فالعامل البنائي للجسم لا يستطيع تطوير بناء عضلي بدون إضافة (الضغوط) أو التوتر للعضلات في الجسم، باستخدام تكرار مستمر وتطبيق منظم للضغط والوزن". (انتوني دي .باريل, ام اس دبليو، 2011:16) يشير هذا التعريف إلى أن الضغط امر لا بد منه وأنها إيجابية.
- يعرفه "فاروق عثمان" بانه: " تلك الظروف المرتبطة بالضبط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تستلزم نوعا من إعادة توافق عند الفرد وما ينتج من ذلك من آثار جسمية ونفسية، وقد تنتج كذلك الصداع والإحباط والحرقان والقلق ". (فاروق السيد عثمان، 2001:46)
- تعرفه "ممدوحة سلامة" (2000) بانه: " كل ما من شأنه أن يجبر الفرد على تغيير نمط قائم لحياته أو لجانب من جوانبها بحيث يتطلب منه ذلك أن يعيد أو يغير من توافقاته السابقة ". (عايدة شكري حسن، 2001 :19)
- يعرفه "اثكن و سكولش" (Aithken & Schloss, 1994) بأنه: " حالة نفسية وجسدية، ناتجة عن مواجهة الفرد لحوادث مزعجة تؤدي إلى شعوره بالتهديد". (عمر طالب الريماوي ، 2012 :472)
- يعرفه "السلطاني" (1994) بانه: " المواقف أو الظروف أو الأحداث التي تهدد أو تتحدى قدرة الفرد على التوافق معها مما تسبب له التوتر والقلق أو الضيق وتؤدي إلى عدم التوازن النفسي للفرد". (محسن محمود أحمد الكيكي ، 2007 : 260)
- يعرفه "عوض" بأنه: " حالة من التوتر الانفعالي تنشأ من المواقف التي يحدث فيها اضطرابات من الوظائف الفسيولوجية والبيولوجية وعدم كفاية الوظائف المعرفية اللازمة للموقف ". (مصطفى رشاد مصطفى الأسطل، 2010: 50)
- من خلال استعراضنا للتعريفات المختلفة، نستنتج أن الضغط النفسي عبارة عن موقف صعب من مظاهر الحياة، يحدث لدى الفرد عندما تكون مطالب الموقف أو الحدث الضاغطة تتجاوز مهارات المواجهة لديه، إذ يقيّم الفرد بأن قدراته على المواجهة غير كافية أو غير ملائمة. وتجدر الإشارة هنا على أن الضغط النفسي لا يؤدي بالضرورة إلى اضطرابات ضارة أو مدمرة للإنسان، فالأنشطة والممارسات اليومية يمكن أن تسبب نوعا من الضغط النفسي دون أن تلحق ضررا بالفرد، وعليه فهناك جانبين للضغط النفسي :

- جانب إيجابي: قد يكون الضغط عاملاً محفزاً لبذل الجهد ونبذ الكسل والخمول، والسعي نحو التقدم وحسن الأداء.
- جانب سلبي: قد يكون الضغط عاملاً مدمراً، ويتمثل في الألم والضيق الذي يعاني منه الفرد، إضافة إلى الانعكاسات السلبية على الجسم.

2) أنواع الضغط النفسي:

تشكل الضغوط النفسية الأساس الرئيسي الذي تبني عليه الضغوط الأخرى، والقاسم المشترك الذي يجمع كل الضغوط هو الجانب النفسي. وتعدد الضغوط النفسية تبعاً لتعدد مدارس علم النفس وتخصص علمائها.

فيرى "ساوير" (Sawyer) أن هنالك نوعين أساسيين من الضغوط النفسية هي:

1- الضغوط النفسية الحادة: يحصل هذا النوع من الضغوط عادة عندما يواجه الفرد خطر ما، أو عندما يكون تحت الضغط لإتمام التزام ما، عندها فإن دماغ الفرد يطلق العديد من المواد الكيميائية لزيادة معدل ضخ القلب، وهذا يزيد من ضغط الدم ويجعل الفرد أكثر نشاطاً لمحاربة الخطر أو الهروب منه، والعديد من الأفراد يمكنهم التجاوب والتكيف مع هذه الضغوط القصيرة. (Sawyer , 2005 : 13)

2- الضغوط النفسية المزمنة : يحصل هذا النوع من الضغوط بسبب حالة ثابتة أو العديد من الحوادث المجهدة التي تحدث للفرد بشكل متتالي، فإذا كان الفرد يعتني بشخص ما مصاب بمرض مزمن بشكل مستمر، أو يواجه مشاكل مع رئيس العمل، أو إذا فقد عمله أو خسر شركته، فإن الجسم يستجيب سلباً لمثل هذه الحالات، ويؤدي التعرض المستمر للمشاعر السلبية إلى إصابة الفرد بالعديد من الأمراض مثل السكري أو الربو، أو مشاكل النظام العصبي أو نظام المناعة. (عبدالهادي القحطاني ، 2013 : 17)

كما يشير "الخطيب" (2003) إلى أن هناك عدة أنواع منها:

- 1- ضغوط غير حادة: ينتج عنها استجابات طفيفة.
- 2- ضغوط حادة: ينتج عنها استجابات شديدة القوة لدرجة أنها تتجاوز قدرة الفرد على المواجهة
- 3- ضغوط متأخرة : وهي لا تظهر دائماً أثناء وقوع الحدث إنما تظهر بعد فترة .

4- ضغوط بعد الصدمة : وهي ناتجة عن حوادث عنيفة وشديدة وعالية وتترك آثارها على الكائن الحي بشكل

طويل المدى. (احمد نايل الغريير واحمد عبد اللطيف أبو سعد، 2009: 27)

أما (Babu) فيري أن لضغوط النفسية شكلين أساسيين هما :

1- الضغط الإيجابي (التكيفي) : يشير "سي موسي" إلى أن الضغط الإيجابي يجعل الجسم في استعداد للفعل ،

وهذا إضافة إلى قدراته العقلية التي يتم توجيهها نحو تقييم الخطر وتقويمه وكذا تسخير الإمكانيات لمواجهتها .ويضيف

"محمد قاسم" بقوله إن الضغوطات البسيطة تساعد الفرد على الأداء والإنجاز، وزيادة الكفاءة، لأنها بمثابة حافز

للنشاط، فللضغط دورٌ فعّالٌ في جعل الإنسان يبدع ويخترع مع القيام بأعمال مفيدة. (عبدي سميرة، 2011 : 45) إذًا

الضغط النفسي الإيجابي يمثل قدرة الفرد في التحكم في مصادر الضغط.

2- الضغط السلبي : عندما يخرج الضغط النفسي عن السيطرة، يصبح ضغطا سلبيا أو سيئا، و الذي يظهر الضعف

في أجسامنا ويجعلنا عرضة للتعب والمرض. وإذا استمر الضغط في التأثير على الشخص وخرج عن السيطرة، فإن ذلك

سوف يؤدي إلى ظهور مختلف التأثيرات السلبية للضغوط. (Babu، 2007 : 2) ويقدر الضغط انه السبب الأعم

للسحة السقيمة في المجتمع الحديث ، وهو على وجه الاحتمال في أساس ما يقارب (80%) من جميع الزيارات التي يقوم

بها الناس إلى عيادات أطباء العائلة، وكذلك يمثل دورا مهما في الأسباب الرئيسية للموت في العالم الغربي (كالسرطان

والأمراض القلبية الشريانية، والانتحار). (سمير الشبخاني، 2003 : 13)

و تري مجموعة (Klinic) أن هناك خصائص يتميز بها كل من الضغط الإيجابي والضغط السلبي وهي كتالي:

1- خصائص الضغط الإيجابي:

- يحفز ويركز الطاقة.
- قصير المدى .
- يحسن الأداء .
- هو في حدود قدراتنا على مواجهته.

2- خصائص الضغط السلبي:

- يسبب القلق و الانزعاج.
- يمكن أن يكون قصير أو طويل المدى.

- هو خارج حدود قدرتنا على الواجبة.
- يقلل من الأداء .
- يؤدي إلى مشاكل نفسية و جسمية. (4: 2010, Klinic)

أما (Killy) فقد قارن بين الضغوط الإيجابية و السلبية في الجدول التالي:

الجدول رقم(01): مقارنة بين الضغوط الإيجابية و السلبية ل(Killy) (1994).

الضغوط السلبية	الضغوط الإيجابية
1- تسبب انخفاض في الروح المعنوية، وشعور بتراكم العمل.	1- تمنح دافعاً للعمل ونظرة تحدي للعمل.
2- تولد ارتباكاً وتدعو للتفكير في المجهود المبذول.	2- تساعد على التفكير والتركيز على النتائج.
3- تعمل على ظهور الانفعالات وعدم القدرة على التعبير عنها.	3- توفير القدرة على التعبير عن الانفعالات والمشاعر.
4- تؤدي إلى الشعور بالقلق والفشل.	4- تمنح الإحساس بالمتعة والإنجاز.
5- تسبب للفرد الضعف والتشاؤم من المستقبل.	5- تمد الفرد بالقوة والتفاؤل بالمستقبل.
6- تسبب للفرد الشعور بالأرق.	6- تساعد الفرد على النوم الجيد.
7- عدم القدرة على الرجوع إلى التوازن النفسي بعد المرور بتجربة غير سارة.	7- تمنحه القدرة على الرجوع إلى التوازن النفسي بعد المرور بتجربة غير سارة.

(أمل سليمان تركي العنزي، 2004: 36)

نلاحظ الفرق بين الإيجابي والسلبي يكمن في درجة الضغوط، حيث كلما ارتفعت درجة الضغوط كانت سلبية على الفرد.

و يشير "سيلبي" (selye) إلى نوعين من الضغط النفسي هما:

أولاً : **الضغط النفسي السيئ "Bad Stress"** وهذا يزيد من حجم المتطلبات على الفرد ويسمى كذلك الألم "Distress" مثل فقدان عمل أو فقدان عزيز .

ثانياً : **الضغط النفسي الجيد "Good Stress"** وهذا يؤدي إلى إعادة التكيف مع الذات أو البيئة المحيطة كولادة طفل جديد أو سفر في عمل أو بعثة دراسية .

وتحدث "سيلبي" (selye) عن نوعين آخرين من الضغط هما :

- 1- الضغط النفسي الزائد "Hyper Stress" وينتج عن تراكم الأحداث السلبية للضغط النفسي المنخفض بحيث تتجاوز مصادر الفرد وقدراته على التكيف معها.
- 2- الضغط النفسي المنخفض "Over Stress" ويحدث عندما يشعر الفرد بالملل وانعدام التحدي و الشعور بالإثارة. (شايح عبد الله مجلي، 2011:207)

وهناك من يذكر أمثلة أخرى عن أنواع الضغوط وهي ما يلي:

- 1- الضغوط الانفعالية والنفسية (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية) .
- 2- الضغوط الأسرية بما فيها الصراعات الأسرية والانفصال، والطلاق وتربية الأطفال .. الخ .
- 3- الضغوط الاجتماعية: كالتفاعل مع الآخرين ، كثرة اللقاءات أو قتلها ، الإسراف في التزوير مع الحفلات ... الخ
- 4- ضغوطات العمل: كالصراعات مع الرؤساء، وضغوط الانتقال كالسفر، والهجرة والإساءة في استخدام العقاقير والكحول ... الخ.(ماجد بهاء الدين السيد عبيد، 2008: 25)

أما "سهير إبراهيم محمد" فقد قسم الضغوط تبعاً لمستواها إلى ثلاث مستويات هي :

- 1- الضغط العادي: هو أدنى مستويات الضغوط، يتعرض له كثير من الأفراد في معظم الأوقات و يمكن التعايش معه.
- 2- الضغط الحاد: هو يحتاج إلى تدخل و علاج للتغلب على المشكلات التي يسببها الضغط مثل القلق و الخوف.
- 3- الضغط الشاذ : وهو يضم مجموعة من الأمراض العصابية و الذهانية التي تظهر نتيجة لثورة الفرد ضد النفس و ضد الآخرين . (سهير إبراهيم محمد، 2012: 318)

و قد ميز "لازاروس" و "كوهين" (Lazarus & Cohen) بين نوعين من الضغوط :

- أولاً : الضغوط الداخلية (الشخصية) "Internal Personal Stress" التي تعني الأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي و النابع من فكرة و دات الفرد.
- ثانياً: الضغوط الخارجية "External Environmental Stress" التي تعني الأحداث الخارجية والمواقف المحيطة بالفرد وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة. (احمد نايل الغريب واحمد عبد اللطيف، 2009: 27) و الجدول التالي يوضح أهم مسببات الضغوط الخارجية :

الجدول رقم(02): مسببات الضغوط الخارجية.

الشخصية	البيئية	الوظيفية
- العلاقات الزوجية.	- الضوضاء الشديدة.	- أعباء العمل الأكبر من المعتاد.
- تربية الأطفال.	- الضباب و الدخان.	- تغيرات واجبات الوظيفة.
- الالتزامات الأطفال.	- درجة الحرارة .	- نقص الدعم في الرئيس.
- حالات الوفاة.	- الازدحام.	- نقص الاحترام من الزملاء.
- حالات الطلاق.	- نقص الإضاءة أو الإفراط فيها.	- تغيير المهنة.
- ضغوط الدراسية.		- حالات التسريع من العمل.
- العلاقة مع أسرة الزوج أو الزوجة.		- نقص التدريب.
- المشكلات القانونية.		- نقص المعلومات.
- النوبات المزاجية السيئة.		- المواعيد النهائية الصعبة.
- نقص الدعم الجماعي الأصدقاء.		- نقص الخبرات المهنية ونقص الراتب.

(ماجد بهاء الدين السيد عبيد، 2008: 32)

كما حدد "Evelyne Josse" خمس مستويات يظهر من خلالها أن الشخص يعيش حالة

الضغط:

- 1- المستوى العلائقي: ظهور سلوكيات غير اعتيادية منها: أفعال سيئة غير مبررة، الخوف، تجنب العلاقات العائلية، الاجتماعية، المهنية... الخ .
- 2- المستوى المهني: منها تدني الفعالية المهنية، صعوبة التركيز، مقاومة التغيير... الخ
- 3- المستوى السلوكي: منها اضطراب في النوم، اضطراب الشهية... الخ.
- 4- المستوى الجسدي: منها الشعور بالتعب المتواصل، مشاكل صحية (كآلام الراس، المعدة، الظهر، إنفلونزا متكررة، دوخة، ارتفاع نبضات القلب) .

5- المستوى العاطفي: العارض الأساسي هو تغير نظرتة لداته وللعالم وللآخرين (سلوك سلمي تجاه ذاته والشريك ولزملاء العمل...) إضافة إلى اضطرابات المزاج (فرط في الحساسية، أزمة بكاء وغضب اكتئاب). (7:2007) , (Evelyne Josse) الضغوط مهما كانت مصادرها، هي تهدد صحة الفرد، وتخلق له اختلال على جميع المستويات.

3) نظريات الضغط النفسي:

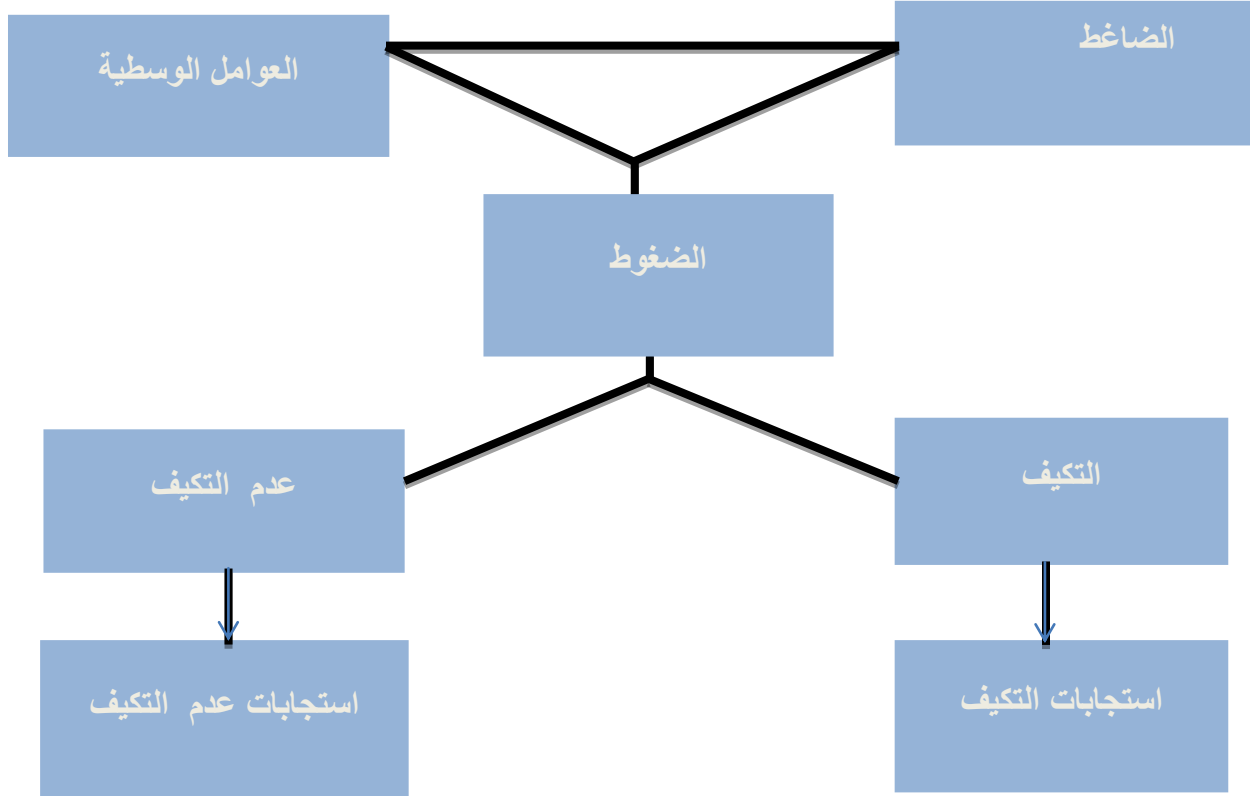
اهتمت جميع النظريات في علم النفس بالإشارة إلى طبيعة الضغط النفسي وتفسير الانفعالات ذات العلاقة والارتباط معه، ورغم الاختلاف ما بين اتجاهات كل نظرية من النظريات إلا أن هناك اتفاق عام ما بينهما على اثر الضغط النفسي على صحة الفرد وتوازنه و تكيفه . وفيما يلي عرض لبعض النظريات التي قامت بدراسة وتفسير الضغط النفسي، وهي كالتالي :

❖ نظرية "هانز سيللي" (Hans Seley) :

جاء اكتشافه للضغط بالصدفة خلال بحوثه على الهرمونات الجنسية في العشرينيات فقد لاحظ خلال تجاربه ردود فعل غير واضحة، وفي تجاربه اللاحقة وجد أن هذه الأعراض تظهر مع مصادر ضغط أخرى مثل (الحرارة ، البرد، المواد السامة) هذه الأعراض سماها "سيللي" مجموعة الأعراض الحيوية للضغط. (H. W. Krohnea,2002:4) كان "هانز سيللي" الطبيب متأثر بتفسير الضغط تفسيراً فيسيولوجياً. حيث تنطلق نظرية "هانز سيللي" من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط (stressor) يميز الشخص و يضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر "سيللي" أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط عالمية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة ، وحدد "سيللي" ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط. ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

- أ- الفزع: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئ للضاغط (stressor) ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم، وقد تحدث الوفاة عندما تنهار مقاومة الجسم ويكون الضاغط شديداً.
- ب- المقاومة: وتحدث عندما يكون التعرض للضاغط متلازماً مع التكيف فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف.

ت- الإجهاد: مرحلة تعقب المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف، غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفدت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فقد ينتج عنها أمراض التكيف وفي أحيان أخرى الموت. (Sandor Szabo, & Others, 2012:474). يمكن رصد هذه النظرية في الشكل التالي:



الشكل رقم (01): تخطيط عام لنظرية " هانز سيللي "

(فاروق السيد عثمان، 2001:98)

إن تعرض الفرد لعوامل ضاغطة، قد يتكيف معها مما ينتج استجابات تكيفية تجاه هذه الضغوط، أما إذا فشل في مواجهتها والتكيف معها ينجر عنها استجابات غير تكيفية للفرد تجاهها. و نظرية "سيللي" تفسر الضغوط فيزيولوجيا وتلفت الانتباه إلى الأثر الناتج عنها والتي يتعرض إليها الأفراد ودرجة مقاومة المواقف المسببة للضغط، وهذه تمر بثلاث مراحل: الفرع، المقاومة، الإجهاد.

❖ نظرية والتر كانون (Walter Cannon):

يشير " والتر كانون " في دراساته إلى أن مصادر الضغط ترجع إلى الوظائف الفيزيولوجية وذلك بسبب التغيرات في إفرازات عدد من الهرمونات أبرزها هرمون " الادرينالين " الذي يهيئ الجسم لمواجهة المواقف الطارئة، كما أولى "كانون"

اهتماما كبيرا لدور " الجهاز العصبي السمبتاوي " كأحد أقسام الجهاز العصبي الذاتي لدوره الهام في تهيئة الجسم لمواجهة المواقف الضاغطة ، وتمكين الجسم من الاحتفاظ بالتوازن المشار إليه. (على عسكر، 2003:32)

❖ نظرية لازاروس :

تعد نظرية " لازاروس " من أكثر النظريات شهرة في تفسير الضغوط النفسية، وتعرف هذه النظرية أحيانا باسم النظرية المعرفية العلائقية (cognitive-relational)، وترى هذه النظرية بأن الفرد وبيئته يتعايشان معا في إطار علاقة ديناميكية.

وترى النظرية المعرفية العلائقية أن الضغوط تشير إلى الحالة النفسية و العاطفية التي يتم تمثيلها داخل الفرد، وترتكز هذه النظرية على دور التفاعل والتداخل بين العوامل المتعلقة بالظاهرة باعتبارها مؤثرا وكذلك العمليات العقلية والمعرفية التي يستعملها الفرد للفهم والتحكم في المؤثر المهدد لكيانه و من ثمة تحديده لأساليب المقاومة التي بإمكانه استخدامها لمواجهة المفهومين الرئيسيين في هذه العملية هما التقدير المعرفي والمقاومة (appraisal and coping). (P.J. Dewe et al, 2012:26)

فالتقييم الذهني عبارة عن الكيفية، التي يدرك بها الفرد الموقف الذي يتعرض له، فيبدأ في تقويمه أو تقديره أي يصدر حكما على هذا الموقف وعلى أساس الحكم الذي يصل إليه الفرد يشعر بالضغط النفسي على أن إصدار الحكم يتأثر بالخبرات السابقة التي تعرض لها الفرد في حياته، فالحكم الذي يصدره الفرد على الموقف أو المثير من حيث أنه ضاغطا أم لا. (R. S. Lazarus, 7 :1993) ، يعتمد هذا التقييم المعرفي على عوامل منها:

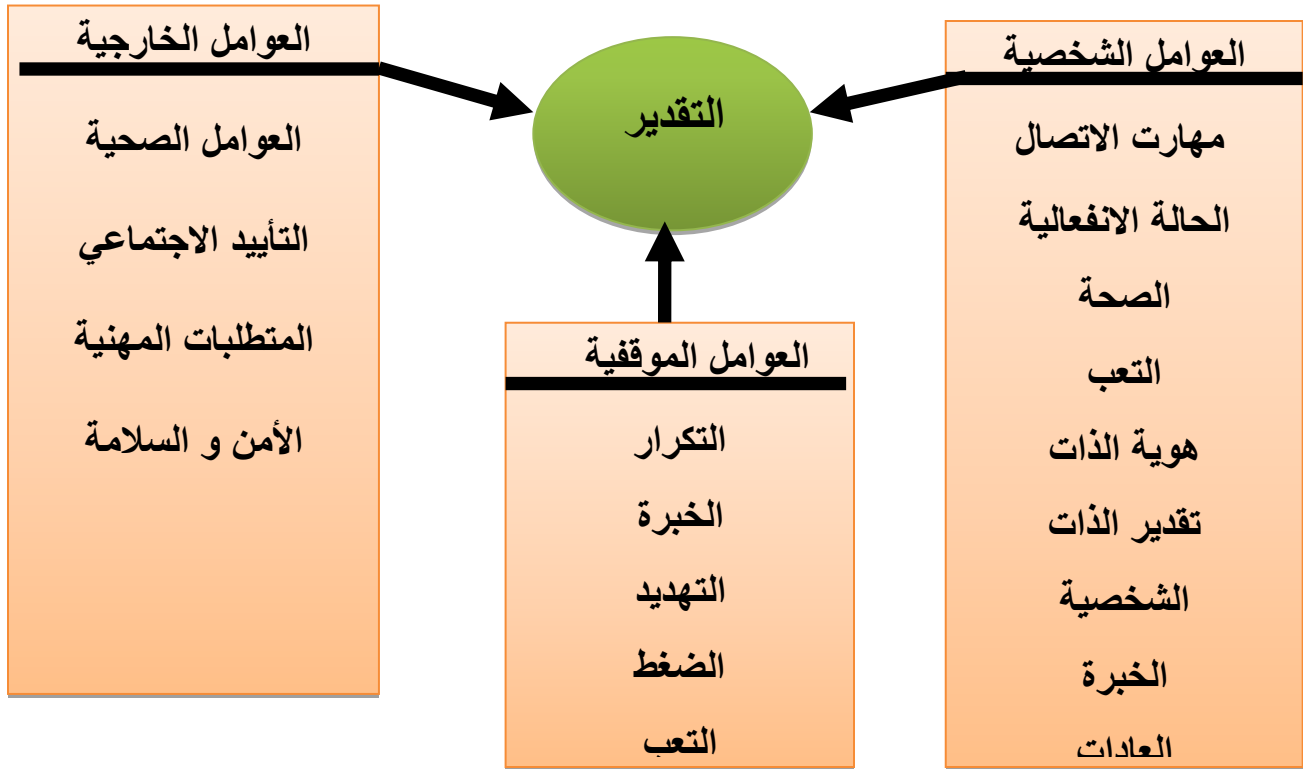
- العوامل الشخصية .
- العوامل الخارجية .
- العوامل المتعلقة بالموقف النفسي.

و تتم عملية التقييم الذهني في مرحلتين هما:

*- **المرحلة الأولى** :وهي ذلك الإدراك الذي يستخلص منه الإنسان أن بعض الأحداث هي في حد ذاتها شيء يسبب له الضغوط.

*- **المرحلة الثانية** :وهي عبارة عن الخطوات التي يتبعها الفرد في مواجهة المشكلات التي تظهر في الموقف والتغلب عليها.

والشكل التالي يوضح التصور العام لهذا التفسير:



الشكل رقم (02): التفسير أو التقييم الذهني للضغوط

(فاروق السيد عثمان، 2001:101)

ما نلاحظه من الشكل السابق أن تقدير الموقف الضاغط يتم بعوامل شخصية وعوامل موقفية وعوامل خارجية. فما يعتبر ضاغطا لشخص ما، لا يعتبر ضاغطا لشخص آخر.

❖ نظرية "سبيلبرجر" (Spielberger) :

يعتبر فهم "سبيلبرجر" (Spielberger) في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط. حيث ميز بين

نوعين من القلق (القلق كسمة والقلق كحالة) كما اعتبر أن للقلق شقين هما:

أ - الشق الأول: هو القلق العصبي أو القلق المزمن أو سمة القلق.

ب - الشق الثاني: يسمى القلق الموضوعي أو الموقف أو حالة القلق.

وانطلاقاً من هذا التفسير للقلق، وضع "سبيلبرجر" (Spielberger) نظريته في تفسير الضغط، فهو يربط

بين قلق الحالة والضغط، لأن قلق الحالة يشير إلى الظروف الضاغطة، وعلى هذا الأساس يربط

"سبيلبرجر" (Spielberger) بين الضغط وقلق الحالة ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق

يستبعد ذلك عن القلق كسمة. (هارون توفيق الرشدي، 2004 : 53)

وحدد " سبيلبرجر" (Spielberger) طبيعة الظروف البيئية المحيطة بالإنسان والتي تكون ضاغطة، ويعمل على تقديرها، وخاصة تلك التي أثارت حالة القلق لديه، ثم يستخدم ميكانيزمات دفاعية مناسبة للتخفيف من الضغط (كبت، إنكار، إسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح له بالهروب من الموقف الضاغط.

ويعتبر "سبيلبرجر" (Spielberger) القلق عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغوط. (فاروق السيد عثمان، 2001: 100)

❖ نظرية "هنري موراي" (Murray) :

ارتبط موضوع الضغوط عند "موراي" بالحاجة (Need) وعرف الضغط بأنه خاصية لموضوع بيئي أو لشخص، تيسر أو تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، وترتبط الضغوط بالأشخاص أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجته .
استطاع "موراي" أن يميز بين نمطين من الضغوط وهما:

أولاً: ضغط بيتا (Beta Stress). وهي دلالات الموضوعات البيئية كما يدركها الفرد.

ثانياً: ضغط ألفا (Alpha Stress). وهي خصائص الموضوعات البيئية كما توجد في الواقع أو كما يظهرها البحث الموضوعي. (شاهر يوسف ياغي، 2006: 18)

وكتب "هول وليندي" (1978) أن "موراي" أوضح أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينه، ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا. (فاروق السيد عثمان، 2001: 100)
هكذا وطبقاً لنظرية "موراي" تكون الحاجات النفسية قوى دافعة لكنها لا تعمل بمفردها وإنما تظافر مع القوى البيئية في ديناميكية من أجل انبثاق السلوك الإنساني، فالعوز الذي ينشأ عن وجود الحاجة يهدد كيان الفرد ويهز استقراره واتزانه ويزيد من التوتر والإلحاح لديه من أجل الإشباع ويظل الإنسان يكدح ويناضل في بيئته ويبحث عن ميسرات تيسر له الإشباع وتحقق له اللذة فيتواجه مع الأشخاص أو الموضوعات والوضعيات والقوى البيئية والنماذج الاجتماعية وهذه إما تيسر أو تعوق الإشباع، وفي حالة أن تكون هذه القوى ميسرة وقادرة على الإشباع فض التوتر واستعداد الإنسان اتزانه ونظامه، أما في حالة أن تعوق إشباع الحاجات المثارة يكون الضغط. (شاهر يوسف ياغي، 2006: 18)

و عليه نستنتج من خلال العرض السابق للمدارس أن كل نظرية حاولت تحديد مفهوم الضغط النفسي حسب ميولها واهتماماتها، وكل واحدة هي مكملة للأخرى، حيث هناك من نظر للضغوط على أنها استجابات فيزيولوجية وأخرى على أنها نتيجة دوافع وأخرى على أنها حاجات.

4) استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية :

الإنسان لا يقف، بطبيعة الحال، ساكناً في مواجهة الضغوط والشدائد والعقبات، ولكنه يسعى للتخلص منها، وإشباع حاجاته في الأمن مثلاً أو الانتماء، القول، المكانة الاجتماعية أو الاحترام إشباع حاجاته المادية كالطعام والشراب والملبس والمأوى والجنس .

يسعى الكائن البشري دائماً لاستعادة تكيفية، والاحتفاظ بتكامله ووحده، ومهما كان نوع الضغط الذي يواجه الإنسان فإنه يستجيب له ككل، أي يستجيب الإنسان بكامل وحدته الجسمية والعقلية و النفسية و الاجتماعية. يختار الفرد الموقف أو المواقف الأقل إثارة للقلق والاضطرابات ويترك الأكثر خطورة أو الأكثر تدميراً حفاظاً على توازنه النفسي، فلإنسان موقف انتقائي. (عبد الرحمن العيسوي، 1996: 118)

وخلص "الطريي" (1994) إلى ثلاث استراتيجيات يمكن استخدامها في مواجهة الضغوط النفسية هي:

- تحديد أسباب الضغط أو مصادره، والعمل على التخلص منها.
 - تحديد المتغيرات الوسيطة بين الأسباب والنتائج ومحاولة الحد من تلك التأثيرات .
 - تحديد الآثار المترتبة بالضغط أو الناتجة عنه، ومحاولة الحد من تلك الآثار. (غزلان شمسي، 2009: 31)
- ويعد التحكم في الضغوط النفسية وتعلم إدارتها والتخفيف من أعراضها مقدمة ضرورية لتجنب كثير من الأمراض الجسمية والنفسية والاضطرابات السلوكية، ويكون ذلك إلا بأساليب مناسبة سوف نعرض فيما يلي بعض الاستراتيجيات والأساليب التي تناولها علماء النفس لمواجهة الضغوط:

أولاً : الأساليب البدنية (النفسيةجسمية)

1- التمرينات الرياضية:

أثبتت العديد من الدراسات أن ممارسة الرياضة هامة جداً، لأنها تصرف طاقة الإنسان في أشياء مفيدة، والرياضة مفيد لجميع أجزاء الجسم لأنها:

- تعمل على زيادة إمداد المخ بالأوكسجين مما يجدد خلاياه وبالتالي القيام بكامل وظائفه (تفكير، حفظ، فهم... الخ).
- التنظيم الإيقاعي للنوم، مما يدخل الفرد في ممارسة هذا الطقس، دون الدخول في اضطرابات النوم المعروفة (الأرق، الكوابيس، تقطع النوم.... الخ).

- الزيادة على زيادة فعالية وكفاءة القلب، مما يؤدي إلى زيادة كمية الدم التي يضخها إلى أجهزة الجسم، مما يجعلها تقوم بكافة وظائفها مما ينعكس إيجاباً على نفسية الفرد.

وإذا حدث تغيرات جسدية فإنها بلا شك تنعكس على العديد من الجوانب النفسية، التي تصبح أكثر إيجابياً منها:

- حالة مزاجية جيدة. - انفعال متوازن.
- إنجاز اعلى. - زيادة درجة الطموح.
- تقبل الذات. - دافعية اعلى. (محمد حسن غانم، 2009: 108)

2- النشاط البدني المنتظم :

إن ممارسة النشاط البدني بصورة منتظمة يساعد الفرد من الحصول على تغيرات إيجابية في حياته وتمكن الجسم من التعامل الفعال مع المواقف الضاغطة. من الأنشطة البدنية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط اليومية كما يلي:

أ- نظام غذائي متوازن: علينا معرفة أن الجسم يميل إلى استهلاك طاقة أكبر تحت طائلة الضغط تفوق الحالات الأخرى من الاسترخاء والأوقات العادية، وبالتالي فالغذاء الصحي المتوازن يصبح ضروري لمواجهة الضغوط. (حسن مصطفى عبد المعطي، 2006: 106)

ب- اليوغا: تسمح "اليوغا" بتطوير الإنسان جسمياً ونفسياً، تتغلب بشكل واضح على أنواع الرياضات الغربية فيما تحققه من نتائج تخص الصحة والتوازن، فتمارينها تصل إلى عمق الأعضاء المختلفة عن طريق تقليص ولي العضلات والمفاصل، لهذه التمارين تأثير كبير على العمل الجيد للغدد الصماء والدورة الدموية، وعلى الشكل السليم للعمود الفقري، كما تحقق توازناً في وظائف الأعضاء، بإمكان الفرد الممارس لها أن يصل إلى التحكم الإرادي لأي عضلة من عضلات جسمه، هذه التمارين برمجت بشكل يسمح بتحقيق أقصى النتائج بأقل طاقة ممكنة. (بويكر عائشة، 2007:

53)

ثانياً: الأساليب المعرفية

هي أساليب تعتمد على التحليل المنطقي للمشكلة والمحاولات المعرفية تدبر الفرد للمشكلة وتقييمه للتهديد والبحث عن معلومات وسلوك حل المشكلة، وقد وجد أن هذه الأساليب ترتبط ارتباطاً إيجابياً بالتكيف. وأهم الأساليب المعرفية ما يلي:

1- الأسلوب التأملي: إن رد الفعل التأملي تجاه المشكلات قائم على البحث عن أسباب المشكلة ومحاولة حلها، يجعل المرء أكثر فاعلية في أداء عمله، كما يكسبه خبرة بالحياة، إن افتراض الفرد وجود أسباب منطقية وراء الموقف، يجنبه الانفعال الشديد ورد الفعل العنيف التلقائي تجاه المشكلات. كما يتميز التفكير التأملي بأنه:

- يؤدي إلى استخدام القشرة المخية المسؤولة عن التفكير وحل المشكلات.

- أكثر عقلانية ومنطقية.

- يساعد الفرد على انتظام ضربات قلبه مما يؤدي إلى زيادة الإبداع والصفاء.

- يضع في الاعتبار الخيارات والإمكانيات المتاحة أمام صاحبه.

- يوفر الإحساس بالفضول وحب معرفة السر وراء المشكل.

- لا يزول سريعاً. (آنا مارقيلاس، 2009: 112)

2- إعادة البرمجة العقلية: يقصد بها التعامل مع المواقف الضاغطة وذلك من خلال: إعادة التقييم المعرفي للمواقف، إعادة ترتيب الأفكار، وقف الأفكار المرتبطة بهذه المواقف الضاغطة.

- **إعادة التقييم المعرفي:** تساعد على إعادة التفكير، بمعنى أن التحكم في أي ضغط يتوقف على قدرة الفرد على التحكم في أفكاره وتفسير الأحداث التي يحدث أن تصبح ضغطاً، أو تعلم كيف يعيد التفكير في الضغوط من منظور واقعي يتيح رؤية صحيحة لجوانبه ونتائجه .

- **إعادة ترتيب الأفكار:** تتطلب هذه الفنية تعديل هذه الأفكار لتجعلهم من دوى الضبط الداخلي فيستطيعون التحكم في المواقف والظروف بأنفسهم.

- **وقف الأفكار السلبية وتعديلها:** أي التوقف الفوري عن الاسترسال في الأفكار السلبية المرتبطة بالمواقف الضاغطة بهدف التغلب على المشاعر المسببة للقلق والانزعاج. (حسن مصطفى عبد المعطي، 2006:125)

3- الوعي: الوعي يأتي من خلال المعرفة، أثبتت العديد من الدراسات أن الاستعداد للضغوط واعتبارها قاعدة في الحياة، هذا الرضى سوف يجعل أجهزة الجسم تفرز مواد بناءة ومفيدة وإيجابية، وهذه الإفرازات تقود الجسم إلى قيادة المعركة والعبور باقل قدر من الخسائر وفي الغالب بدون خسائر. عكس حال الشخص الذي ينكر وجود ضغوط في الحياة، أو هرب منها أو حتى تشاؤم. (محمد حسن غانم، 2009:103)

ثالثا : استراتيجيات تغيير أسلوب الحياة

يعتبر أسلوب الحياة (Life style) نمط سلوكي عام للفرد كما يعبر عنه بدوافعه وبأسلوبه في مواجهة المواقف، وباتجاهاته النفسية والاجتماعية. توجد عدة أساليب لتغييره تستهدف مواجهة أحداث الحياة الضاغطة منها:

1- **تخطيط الأهداف الحياتية:** تخطيط الأهداف يجعل الفرد يتوقع الصعوبات والعوائق ويحاول تجنبها ويتوقع احتياجات المستقبل مما يجعله اقل تعرضا لضغوط النفسية.

2- **إدارة الوقت:** هي العملية المستمرة لتحليل وتقييم المهام التي يقوم بها الفرد خلال فترة زمنية معينة بهدف تعظيم الوقت المتاح للوصول للي الأهداف المحددة.

3- **التدريب على الضبط الذاتي:** هو ضبط يمارسه الفرد على مشاعره وتصرفاته، القدرة على هداية سلوك المرء

الخاص ومقدرته على كبح اندفاعاته. (حسن مصطفى عبد المعطي، 2006: 128)

رابعا: الأساليب الروحية و الوجودية

1- الصلاة :

يؤكد الطب العقلي أن الصلاة والإيمان العميق يقللان من تأثيرات المشاغل والقلق والضغط والمخاوف على الفرد. فوقوف الإنسان في الصلاة أمام الله سبحانه وتعالى خالقه وخالق الكون كله، في خشوع وتضرع يمدده بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحي والأمن النفسي، فإذا ما أدى الفرد صلاته كما ينبغي متوجها بكل جوارحه وحواسه إلى الله تعالى، ومنصرفا عن كل مشاغل الدنيا ومشكلاتها، انبعثت فيه حالة من الاسترخاء التام وهدوء النفس وراحة العقل، بإمكانها تخفيف التوترات الناشئة عن ضغوط الحياة اليومية.

وفي ذلك قال الطبيب " توماس هايسلوب " : "إن أهم مقومات النوم التي عرفتها خلال سنين طويلة قضيتها في الخبرة والتجارب هو الصلاة، فالصلاة أهم أداة عرفت حتى الآن لبث الطمأنينة في النفوس، وبث الهدوء في الأعصاب " . وإضافة لما للصلاة من فوائد، فإن الوضوء -استعداد لها - ليس تطهير للجسم مما علق به من أوساخ فقط، وإنما هو أيضا تطهير للنفس من رجسها. (بوبكر عائشة، 2007: 54)

2- التفكير في معنى الحياة :

إن العلاج بالمعنى و جعل الفرد يفكر في معنى الحياة التي يعيشها هو خير وسيلة للتغلب على ضغوط الحياة التي أوجعها. فبقدر ما يجعله العلاج واعيا بالمعنى الكامن لوجوده، يكون الفرد قادرا على خفض التوترات المرتبطة بالضغوط

الحياتية التي يعيشها. ومن ثم يمكن أن نرى أن الصحة تستند إلى درجة ما انجزه الفرد بالفعل ، وما لا يزال عليه أن ينجزه، أو الفجوة بين واقع الفرد وما ينبغي أن يصير اليه وعليه ينبغي إلا نتردد في أن نضع أمام الفرد تحديات عليه أن يوجهها بما عنده من معان كامنة عليه أن يحققها، وكل ما نفعله في هذه الحالة أن نستدعي إرادة المعني عنده في حالة كموئها. (حسن مصطفى عبد المعطى، 2006: 140)

وعليه يمكن القول أن استراتيجيات المواجهة عبارة عن أساليب يستخدمها الفرد في التعامل مع الضغوط، وتتضمن سلوكيات فعالة تساعد الفرد على البحث عن معلومات والتفكير في الحلول للمشكلة.

ثانيا: الضغوط الأسرية

1) تعريف الضغوط الأسرية:

كانت بدايات الدراسة على الضغوط الأسرية في جامعة ميتشغان وجامعة شيكاغو في سنة (1930)، وهذا من خلال دراسة "روبن هيل" (Reuben Hill). ومع ذلك لا يوجد اتفاق على تعريف شامل لها، فيما يلي بعض التعاريف:

- يعرفها "محمد شحاته":

" هي الضغوط الناتجة عن مصادر منزلية، والضغوط التي مصدرها شريك أو شريكة الحياة، الضغوط التي مصدره أمور عائلية والتي تتمثل في الواجبات المنزلية التي تفوق طاقة احد الشريكين، الضغوط التي مصدرها الأطفال وتعليمهم وتربيتهم وعلاقاتهم، الجيران والرفقاء وضغوط مصدرها خارجي منعكس على حياة الأسرة يتمثل في سوء علاقة الأسرة بالجيران أو عدم ملاءمة المسكن ". (محمد شحاته مبروك شحاته، 2011: 5512)

- ويعرفها "ماكوبين" (Mccubin، 1979):

" هي حالة عدم توازن تقع فيها الأسرة عند تعرضها لأي حادث ضاغط وتستمر حالة عدم التوازن اذا لم تتحرك الأسرة بطرق فعالة لحل المشكلة لاستعادة ثبات الأسرة فسوف تستمر حالة عدم التوازن والتي ستؤدي إلى ارتباك السبل والأهداف للأسرة كلها ".

- ويعرفها "ماكوين" و "فيجلي" (Mccubin & Figley):
 "هي ممارسات مفاجئة وغير متوقعة ومخيفة غالبا ومصاحبة بإحساس بالعجز والتدمر والتمزق والضياع". (سمية طه جميل، 1998: 50)
- يعرفها "بوس" (Boss, 2002):
 "هي الضغط أو التوتر في نظام الأسرة، التي تخلق اضطرابا في الاستقرار الأسرة نتيجة حدث أو سلسلة من الأحداث إيجابية أو سلبية". (Jean W. & Others 2011: 27)
- وتعرفها "ساره" (Sarah Flynn):
 "هي المعاناة التي يشعر بها الفرد اتجاه المواقف التي تحدث في حياته الأسرية ونتيجة لذلك يشعر بانفعالات قوية يصعب عليه التحكم فيها". (Sarah Flynn, 2014)
- وعرفها "نومان" (Neuman):
 "هي تلك الضغوط التي تتضمن كل القوى (المشكلات) والظروف والمواقف التي يمكن أن تؤدي إلى عدم ثبات واستقرار نظام العائلة". يشير هذا التعريف إلى أن الضغوط الأسرية هي كل المشاكل والظروف والمواقف التي تهدد وتخل من توازن نظام العائلة، مما يضطر أفرادها إلى تغيير نظام حياتهم، وبالتالي تفقد من تماسكها مما يعرض وظيفتها للخطر. إلا أن هذا التعريف لم يحدد نوع المشاكل والظروف والمواقف التي قد تكون قوى ضاغطة على أفراد العائلة، كذلك لم يبين خطورة فقدانها لثباتها واستقرارها.
- يعرفها "بركي وهانسون" (Berkey & Hanson):
 "أن الضغوط الأسرية هي التوتر الناتج من مثير أو قوى تحدث داخل أو خارج الحدود البيئية للنظام العائلي، و تؤدي وتؤدي إلى عدم استقرار هذا النظام". (فريدة بوروي رجاح، 2010 : 96)
- يعتبر هذا التعريف الضغوط الأسرية توتر ينتج من قوى داخلية أو خارجية عن العائلة تؤدي إلى عدم استقرار نظامها. ويلاحظ أن هذا التعريف يتفق مع التعريف السابق في ذلك، إلا أنه يختلف عنه في الإشارة إلى مصادر الضغوط (القوى) التي تؤثر على العائلة وتكون هذه الضغوط إما داخلية أو خارجية.

- يعرفها "السيد سعد الخميسي":

" هي أي مثيرات أو تغيرات في البيئة الداخلية أو الخارجية بدرجة كبيرة من الشدة والدوام بما يتقل القدرة التكيفية للفرد إلى حده الأقصى، والتي في ظروف معينة يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك أو عدم التوافق أو الاختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض، ويقدر استمرار الضغوط بقدر ما يتبعها من استجابات جسمية ونفسية غير صحية ".
(السيد سعد الخميسي، 2011: 9)

- يعرفها "ديبور واخرون" (Deborah J, et al, 2009) :

" هي خلل حقيقي أو تصوري في مطالب الأسرة وقدرتها على تلبية هذه المطالب. يحدث داخل الأسرة يمكن أن يكون إيجابيا أو سلبيا يسبب تغيرا في أنماط تكيف العائلة ". (Deborah J et al, 2009:1)

- تعرفها "أمانى عبد المقصود" و"تهاني محمد عثمان":

" الضغوط الأسرية هي حالة يتعرض فيها الوالدين وأبنائهما لظروف أو مطالب تفرض عليهم نوعا من عدم التوافق، وكلما ازدادت وطأة تلك الظروف أو المطالب أو استمرت لفترات طويلة تزداد هذه الحالة خطورة".
يربط هذا التعريف بين الضغوط الأسرية والتوافق حيث يشير إلى أن هذه الضغوط هي عبارة عن كل المشاكل والأحداث والظروف والمتطلبات التي تعيق توافق أفراد العائلة (الآباء والأبناء) خاصة إذا اشتدت هذه الضغوط أو طالت. (فريدة بوروي رجاح ، 2010 : 96)

ويلاحظ أن هذا التعريف يركز على آثار الضغوط الأسرية التي تتمثل في سوء التوافق، إلا أنه لم يبين نوع هذه الضغوط، وفيما يظهر سوء توافق أفراد العائلة، إضافة إلى أنه حدد أن الآباء والأبناء فقط من أفراد العائلة الذين يعانون من الضغوط، في حين نعلم أن هناك عائلات لا تتكون فقط من الآباء وأبنائهم.

- و تعرفها إيناس ماهر بدير:

" هو الإحساس بالضيق والتوتر الذي يشعر به الفرد أثناء تعاملاته مع والديه أو إخوته أو أقاربه وأفراد أسرته ".
(إيناس ماهر بدير، 2013: 231)

وعليه يمكن تعريف الضغوط الأسرية بأنها حالة من عدم الاستقرار نتيجة المشاكل والظروف والمواقف تعيشها الأسرة ، تؤثر على أفراد الأسرة و تهددهم . حيث تكون آثاره واضحة على نفسية الأفراد وتفاعلمهم.

(2) مصادر الضغوط الأسرية:

مصادر الضغوط الأسرية عديدة ومتنوعة، وعلى العموم هي الأحداث التي تسبب ردود فعل الضغط أو الشعور بالضغط، ولقد حددت مجموعة من الباحثين "بومان" (Bauman)، "هاريس" (Harris)، "ماك كوبن" (Mccubbin)، "باترسن" (1989, Patterson) ستة مجالات لمصادر الضغوط الأسرية تتمثل:

- 1- التغيير في عدد أفراد الأسرة، وفي أدوارهم، وفي أساليب معيشتهم.
- 2- التغيير في القضايا الجنسية في الأسرة (الحمل)، وتحمل أعباء تربية الأبناء.
- 3- المسؤوليات المرتبطة بالشؤون العائلية، أو المرتبطة بالرعاية الصحية .
- 4- قضايا إدمان المخدرات.
- 5- قضايا الصدام مع القانون .
- 6- فقدان عضو من أعضاء الأسرة أو أحد الأقارب أو الأصدقاء، أو فقدان دخل أو ثروة. (Dottie 1:2006, Schulz,

بالنسبة لفقدان الشخص يوجد نوعان من هما:

- 1- شخص غيابه جسديا ولكن نفسيا أو عاطفيا حاضر (في عداد المفقودين، الأطفال والطلاق، أحد أفراد العائلة في السجن، المهاجرين).
 - 2- عندما يكون الشخص موجودا جسديا ولكن نفسيا / تغيب عاطفيا (شخص لديه مرض الزهايمر أو الأمراض المزمنة العقلية، وتعاطي المخدرات، انشغال الزوج في العمل) (Sharon J. 2009: 9)
- فالفرد إذا كان عرضة للمشاكل الشخصية، مثل: زواج فاشل، فقدان شخص عزيز... الخ. في هذه الحالات يصاب بالحسرة، ومن هنا يصبح قابلا على ادراك كل الحالات على أنها مصدر ضغط، ورد فعله يكون على شكل اضطرابات مصحوبة باستجابات للجهاز العصبي اليعاشي، ويظهر ذلك عن طريق الأعراض التالية: إفراز الأدرينالين، والنورادرينالين، وارتفاع ضغط الدم و إيقاع ضربات القلب، ومن هنا تكون المشاكل الناتجة عن الحياة الأسرية ذات تأثير كبير على الفرد وبالتالي يكون هذا الأخير قابلا للإصابة بالضغط. (عنو عزيزة ، 2009: 34)

واكد أيضا "ماكوبين" و "فيجلي" (Mcubin & Figley) أن هناك نوعين أساسيين من بواعث الضغوط الأسرية بعض هذه الضغوط طبيعية مثل نمو أعضاء الأسرة والتغيرات التي تحدث في العلاقات الأسرية، والأخرى ضغوط غير طبيعية ناتجة عن الكارثة التي تصيب الأسرة وهناك خصائص تميز الضغوط الطبيعية عن الضغوط غير الطبيعية وهي:

1- نقص في السيطرة و الإحساس بالعجز.

2- ضعف منابع الإرشاد.

3- عدم وجود وقت للاستعداد.

4- ضعف الممارسات حتي تكاد غير موجودة. (امال محمود عبد المنعم ، 2006: 60)

وأجرى "بيك وآخرون" (1985) دراسة استهدفت التعرف على أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال، وقام بتصنيف هذه المصادر ضمن سبعة مجالات هي: فقدان أحد أفراد الأسرة، ومجيء طفل جديد، ومشكلات أسرية، و مشكلات بين الإخوة، ومشكلات تتعلق بالبيئة، والإيذاء الجسدي، وأحداث مفاجئة. وتوصلت الدراسة إلى أن المشكلات في نطاق الأسرة هي العامل الأكثر تميزا بين المجموعتين.

وتوصلت دراسة أخرى إلى أن أهم مصادر الضغط النفسي لدى الأطفال هي الحرمان والتهديد والخلافات الزوجية والقسوة في التعامل مع الأطفال وإهمال الوالدين والعقاب المدرسي.

وأجرى "جيمس وهيتفي" (James and Hatife، 1999) دراسة هدفت إلى معرفة العوامل التي تسبب الضغط النفسي في المجال الأكاديمي، وتوصلت الدراسة إلى أن أهم هذه العوامل هي ضغط الوالدين والأقران والمدرسة، والخوف من الفشل في الدراسة، وفي ضوء ذلك أكدت الدراسة أهمية مصادر الضغط النفسي التي تنشأ عن مصادر خارج نطاق المدرسة مثل الأسرة والأقران والتي تحدث أثرا ضاغطا في المجال الأكاديمي. (م.علي هاشم الباوي ، 2009: 320)

وتذكر "سمية جميل طه" (1997) أن مصادر الضغوط الأسرية الواقعة على الأسر التي لديها ابن متخلف عقليا بعد خروجه من المؤسسات تتمثل في:

❖ ضغوط والدية متعلقة بخصائص الابن المتخلف عقليا و منها:

- المشكلات الجنسية.
- تأهيل المتخلف ودرجة استقلاليتته.
- المشاكل السلوكية للابن المتخلف عقليا.

- العزلة الاجتماعية.
- نسبة الذكاء.
- عمر الابن المتخلف وحالته الصحية.
- ❖ الضغوط المتعلقة بخصائص الوالدين:
- العلاقات الأسرية التوافق الزوجي.
- عدم اقتناع الوالدين بالخدمات المقدمة لأبنائهما في المجتمع .
- كبر سن الوالدين وحالتهم الصحية.(وليد السيد خليفة و آخرون ، 2008 : 156)
- ❖ الضغوط الواقعة على الإخوة العاديين للطفل.
- تحمل أعباء زائدة.
- الشعور بالإهمال قبل الوالدين.
- الشعور بالأبوة - صراع التضحية.
- العلاقات الأسرية والعزلة الاجتماعية. (آمال محمود عبد المنعم، 2006 : 62)

3) تصنيف الضغوط الأسرية:

تصنيف الضغوط الأسرية إلى أنواع التالية:

- الضغوط النفسية (بينشخصية) داخل الأسرة: وهي الضغوط التي تتعلق بالجوانب النفسية الانفعالية للأفراد داخلها، وتنشأ هذه الضغوط من البيئة الداخلية للأسرة والتي تعد المنطقة الأولى لمصادر الضغوط الأسرية.
 - الضغوط الداخلية المنشأ في الأسرة: وهي الضغوط التي تتعلق بالتفاعل بين أفرادها، وهي تلك الأشياء أو الأحداث التي يحتك بها النظام الأسري الداخلي بالبيئة الخارجية بطريقة مباشرة.
 - الضغوط الخارجية المنشأ في الأسرة: والتي هي الضغوط التي منشأها خارجي أي مصادرها خارج نظام الأسرة من البيئة المحيطة بها، وهي كل الأحداث التي تقع بين النظام الأسري وبين البيئة المحيطة بها.
- و اتفق أغلب الباحثين على أن أبرز الضغوط الأسرية الخارجية هي الضغوط الأسرية الاقتصادية، حيث تعتبر أشد الضغوط وطأة، حيث يرى "كونجر" (Conger) وآخرون (2002) إن انخفاض دخل الأسرة يقترن بالتغيرات المالية

السلبية والخسائر المالية المتتالية التي تؤثر عليها، لأن الأزمات الاقتصادية تؤثر على الانفعالات والسلوكيات والعلاقات داخل الأسرة. (فريدة بوروي رحاح ، 2013 : 9)

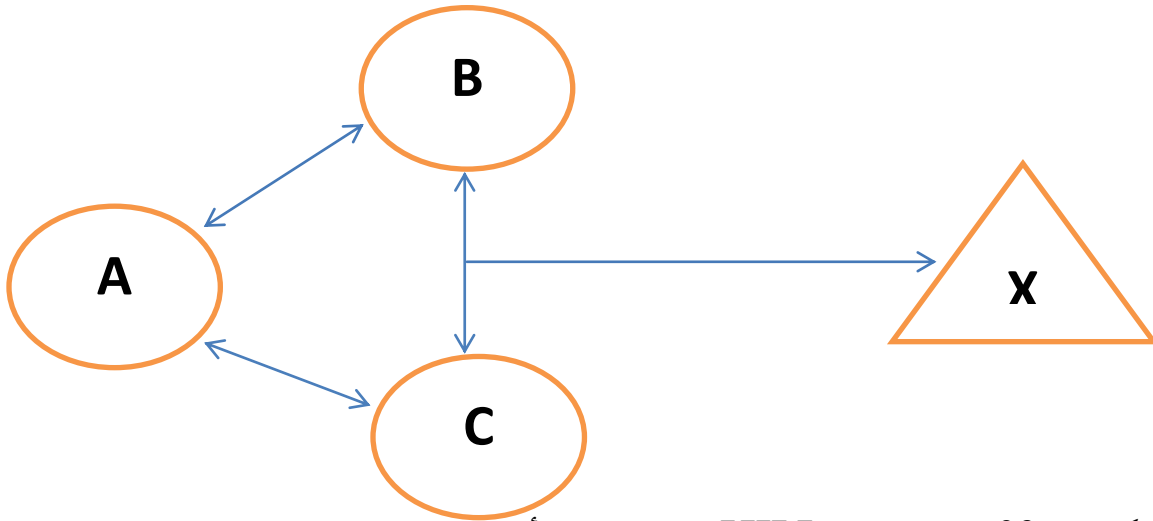
وقد ناقشت دراسة "ايتك" و"اخرون" (Aytac,all) تأثير الأزمة الاقتصادية على الأسر وزيادة المشاكل الزوجية، وقد اتضح من نتائج الدراسة أن المصاعب الاقتصادية أدت إلى زيادة المشاكل الزوجية، وقد أدت أيضا الاضطرابات العاطفية والمشاكل الاجتماعية إلى التأثير السلبي على العلاقات الزوجية وظهور الاضطرابات النفسية. (محمد شحاته مبروك شحاته ، 2011: 5507)

إضافة إلى الضغوط الأسرية الاقتصادية نجد ضغوط الإقامة التي تعتبر من الضغوط الأسرية الخارجية والتي منها ضغوط الانتقال من مكان إلى آخر، حيث يعتبر موقفا ضاغطا بدرجة شديدة لكل أفراد الأسرة وأعراض صدمة الانتقال لمكان جديد تشمل: الارتباك، البلادة أو الكسل، الأمراض الجسمية الخطيرة، والكآبة و السبب هو عدم التركيز أو التوجه الانفعالي الذي ينتج عن الظروف البيئية غير المعتادة بصفة عامة. ويتضمن الانتقال لمكان جديد أيضا الاعتماد الانفعالي للزوجين كلا منهما على الآخر، وفقد الأصدقاء. ومثل هذا الانتقال يزيد من الضغوط الأسرية للزوجين، و يؤثر كذلك على الأطفال. (فريدة بوروي رحاح ، 2013 : 9)

4) نموذج هيل (HILL)الضغط على الأسرة:

انشأ "هيل" (Hill,1949) أول نموذج نظري للضغط النفسي الواقع على الأسرة (ABC-X) الشكل رقم (03)، أوضح أن مجموعة الضغوط المفاجئة الحدوث (Sudden onset) التي تواجهها العائلة وأفرادها في تراكمها واستمرارها يؤدي إلى خلق أزمات عائلية (Family cries) مثل الأزمات النفسية والعاطفية والأزمات الفسيولوجية مما يؤدي إلى العنف المنزلي وتوتر العلاقات الاجتماعية وسوء التعامل والإهمال وتدني الطموح و الطلاق و المهجر و الهروب والإصابة بالأمراض العقلية. (الزبيدي، 2006 : 92)

فالضغط الأسري حسب نموذج هو نتيجة خلل في المطالب والقدرات بحيث يؤثر هذا الخلل على الأسرة. وعندما تكون الأسرة غير قادرة على تحقيق التوازن بين المطالب والقدرات دون إحداث تغيير في بنيتها وأنماط التفاعل تظهر الأزمة (العامل X). (Smith , Susanna D,1984:7)



الشكل رقم 03: نموذج هيل (HILL) للضغط على الأسرة.

(James Richard Hulbert, 11:1985)

العامل (A): الحدث الضاغط يكون حدثاً حياتياً أو تحولاً يؤثر على الأسرة ويمكن أن يحدث تغيراً في نظام الأسرة، وهذه الصعوبة يمكن أن تضع أعباء على أدوار ووظائف أفراد الأسرة، أو تؤثر في الأهداف الموضوعية، أو تقلل التفاعلات الأسرية، تتضمن تهديداً للأسرة أو لأحد أفرادها في النفس والعرض والممتلكات. من هذه الأحداث موت أو مرض أحد أفراد الأسرة، وولادة طفل معاق، وعقم أحد الزوجين، والتعثر الدراسي لأحد الأبناء، والفصل من العمل، والإفلاس، والحوادث والإصابات، والإدمان، والخلافات الزوجية، والطلاق، ومروق أحد الأبناء، والانحرافات السلوكية، وزواج رب الأسرة على زوجته، وتعرض أحد أفراد الأسرة للحرمان أو الإساءة من الآخرين، وغير ذلك من الأحداث الضاغطة على أفراد الأسرة، وتؤدي إلى اضطرابهم وتأزمهم (Joe D, Samantha, 155:2009)

العامل (B): موارد الأسرة وصف بأنه قدرة الأسرة على منع حدث ما أو تغير في الأسرة من إحداث الكارثة، وهو قدرة الأسرة على مقابلة العقبات وأن تقلص مدى الأحداث، وتتضمن خبرة أفراد الأسرة بإدارة الأزمات، وقدراتهم على تحمّل الضغوط وأسلوبهم في مواجهتها، وما لديهم من إيمان بالله وبقضائه وقدره، وعلاقاتهم الاجتماعية ببعضهم البعض قبل الأزمة، وما يجدونه من مواساة ومساندة معنوية ومادية من الأهل والأصدقاء والجيران ومن المجتمع.

(Janice Gauthier Weber, 2011:83)

العامل (C): فيقصد به التعريف الذي تضعه الأسرة لخطورة الحدث الضاغط الذي تعيشه وهو يعكس القيم الأسرية وتجاربها السابقة في التعامل مع الكارثة، فهو عمليات عقلية وجدانية، أو معرفية مزاجية، تتضمن فهم أفراد الأسرة

للحادث، واستيعابهم لأسبابه وظروف حدوثه، وتقديراتهم لآثاره عليهم، وانفعالهم بها. أفراد الأسرة لا يتأزمون بالحادث الضاغط كما هو في الواقع، ولكن وفق ما يفهمونه، منه ويستوعبونه من نتائجه وآثاره.

إدراك الأسرة للحادث عملية عقلية ونفسية تختلف من أسرة إلى أخرى، ومن فرد إلى آخر في الأسرة الواحدة، فالأسرة التي تدرك أنّ الحادث وآثاره السيئة كثيرة تنفعل به، وتتأزم منه بدرجة أكبر من الأسرة التي تدركه غير ذلك.

(McCubbin. & Others, 2013:9)

العامل: (X) الأزمة تعكس عجز الأسرة عن الاحتفاظ بالتوازن والثبات، و يتمثل في إحساس أفراد الأسرة بالألم النفسي من الحادث الضاغط، والذي يضم مجموعة من المشاعر المزعجة والمرهقة لأفراد الأسرة، ومن المهم أن نلاحظ أن الحدث الضاغط يمكن ألا يصبح أبدا أزمة لو أن الأسرة قادرة على استخدام الموارد الموجودة وتعريف الموقف كحدث يسهل التعامل معه. (McCubbin. & Others ,2014:11)

5) الفتيات والضغوط الأسرية:

لا شك أن الجميع يتعرض لضغوط الحياة باختلاف الفئة العمرية واختلاف الأسباب والمؤثرات من شخص إلى آخر، لكن كلما تعرض الإنسان لتلك الضغوط في فترة مبكرة من حياته كان لها الدور الأكبر في التأثير في حياته وصحته النفسية. (هاني رمزي عوض، 2012: 1)

وتعتبر مرحلة المراهقة من أخطر المراحل العمرية في حياة الإنسان، لأنها بمثابة فترة انتقالية بين عالم الأطفال وعالم البالغين، وفيها يشعر المرء بالحيرة لأنه يدرك أنه لم يعد ينتمي بعد لعالم الصغار، لكنه لم يحصل بعد بشكل كامل على رخصة تتيح له التصرف كالكبار، كما يمر فيها - وخاصة الفتيات - بالكثير من التغيرات الجسدية والسيكولوجية التي تعد عامل ضغط لا يستهان به على الأعصاب.

ونظرا لكل ذلك، فقد ركزت الكثير من الأبحاث والدراسات على رصد وتحليل أبرز السمات التي يتصف بها المراهقون، وأهم المخاطر التي يتعرضون لها في هذه السنوات الحرجة من عمرهم. كشفت أحد الأبحاث أن الصحة العقلية والاستقرار العاطفي للفتاة في مرحلة ما قبل العشرين من العمر تكون في خطر نتيجة تعرضها للكثير من الضغوط النفسية من اتجاهات مختلفة. (www. egyptladies.net)

وفي مجتمعنا العربي يري بعض المتخصص في علم الاجتماع أن هناك معاناة للفتاة داخل المجتمع الذكوري المنحاز للرجل، حيث تعيش الفتاة تحت وطأة جملة من الضوابط والضغوط المتراكمة منذ ولادتها إلى أن تصبح شابة، وبما مرحلة الشباب تتميز بالاندفاع والحيوية والطموح ورفض القيود، لذا فإن الفتاة تعيش حياة حاملة إلى أن تصطدم بالمجتمع البعيد عما تحلم به، وتكون النتيجة إما أن تعيش في عزلة عن ذاتها أو تنحرف بأشكال مختلفة من الهروب النفسي، ويظهر عندما تكون العلاقة بينها وبين أسرتها غير متوافقة لعدة أسباب منها تدني المستوى التعليمي لدى الأسرة وسيادة التفكير القائل إن الفتاة لها دور معين لا يجوز تجاوزه، في حين تكشف وسائل الإعلام واقع مجتمعات أخرى تقوم فيها الفتاة بأدوار مختلفة سواء كانت إيجابية أو سلبية مما يدفع الفتاة إلى التمرد. (مي عبدالله الشايع ، 2006 :1).

6) اثار الضغوط الأسرية :

إن ما يسود الحياة الأسرية من ضغوط تنعكس آثارها على الصحة الجسمية والنفسية لأفراد الأسرة، وقد تثقل الضغوط الأسرية التي تمتد لفترة طويلة كاهل البناء الأساسي لنظام الأسرة إلى الحد الذي يفكك كيانها، ويؤدي بها إلى عدم الاستقرار و عدم القيام بوظائفها، وقد تنعكس إيجابا.

فالضغوط النفسية بشكل عام يمكن أن تشكل طاقة إيجابية للفرد، وتنتج ردود فعل إيجابية، فعلى سبيل المثال عندما يكون الفرد في سباق مع الزمن للوفاء بموعد ما، فإن الضغوط يمكن أن تزيد من مستوى طاقته، وتجعله أكثر سرعة للوصول إلى مواعده؛ مكتبه، أو مدرسته، أو امتحانه في الكلية، وبشكل عام عندما تكون متأخرا عن موعد ما، فإن جسمك يتفاعل بطرق مختلفة مع إشارات الضغوط. ينطبق الشيء نفسه عند مواجهة أي خطر وشيك ، فالضغوط تمكن الفرد من تجميع طاقته وتركيزها نحو السلوك المناسب للخطر، كالتصدي له أو الهروب منه. (Sawyer, 2005:8) فنحن نستخدم الضغوط للوصف السلبي وهذا يعود إلى اعتقاد كثير من الناس أن الضغوط سيئة و هدا غير صحيح.

أما في الجانب الأخر قد تؤدي الضغوط الأسرية إلى آثار خطيرة، حيث يمكن أن تصبح لكل فرد من أفراد الأسرة ردود فعل شديدة للضغط، وإلى انخفاض مستوى تقدير الذات وعدم الاستقرار و الإحساس بالتوتر و عدم الثقة بالنفس ، و على مستوى العائلة فإن خطر و آثار الضغوط الأسرية يؤدي إلى تفكك الأسرة .

و يشير "نومان" (Neuman, 1989) إلى انه إذا لم يستطع أفراد الأسرة التحكم في مواقف حياتهم فان استمرارية تأثير الضغط يمكن أن يؤدي إلى تحطم نظام الأسرة. (فريدة بوروي رجاح ، ص 8، 2013)

فحين يشعر أفراد الأسرة بعدم الرضى، يظهرون بعض التصرفات التي تعبر عن الانزعاج هذا يؤدي إلى خلق نوع

من التوتر. (Joyce A , 2015:4)

والأطفال هم الأشخاص الأكثر تضررا من الضغوط الأسرية ، فالطلاق يسبب الخوف من فقدان أحد الوالدين ، ويقود تغيير الإقامة و تبديل ظروف الحياة اليومية في الأغلب إلى عدم الثقة و الأمان و إلى التساؤل عما اذا كان الإنسان قادرا على مواجهة الظروف الجديدة .

كما أن تفكك العلاقات بين أفراد الأسرة يقود في كثير من الأحيان إلى ضغوط مزمنة للفرد تؤدي إلى أضرار دائمة عنده . (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد ، 2008 :402)

و يظهر الضغط في معظم أنشطة أفراد الأسرة اليومية، مما يتطلب منهم إدارة مستويات الضغوط لكي يساعدهم ذلك على البقاء في حالة تيقظ ونشاط وعلى درجة عالية من الأداء. وتقع الأسرة دائما تحت مؤثرات ومصادر للضغوط تثير تغييرا في نظام الأسرة سواء من داخلها أو خارجها، وقد تنجح بعض الأسر في شحذ قواها وتبنى أساليب لمواجهتها أو التكيف مع الضغوط المتعددة، بينما البعض الآخر من الأسر قد يفشل في ذلك، ومعظم النظم الأسرية تخبر إلى ما حد ضواغط متشابهة خلال دورة حياتها، إلا أن بعض الأسر تكون أكثر نجاحا في إدارة الضغوط عن الأخرى، وبالتالي فهي تحول هذه الضغوط إلى قوى إيجابية دافعة، وهي الأسر التي تحافظ على ثبات نظامها وصلابتها، وهناك أسر أخرى تواجه نفس المتطلبات والمصاعب إلا أنها تفقد القدرة على التحكم أو التصرف بأساليب تعرض وظيفة الأسرة للخطر. (فريدة بورويي رجاح ، 2013 : 8)

ويستخدم أفراد الأسرة لإدارة الضغوط الأسرية أساليب واستراتيجيات مناسبة حيث يرى "بوس" (boss,1988) أن مواجهة الأسرة : "هي العملية الوجدانية والسلوكية المعرفية يقوم بها أفراد ونظام الأسرة ككل (وهنا لا يعنى القضاء على الضغوط الأسرية)" . (David C. Dollahite 1991:373)

حيث أن أساليب المواجهة تشير إلى الجهود المبذولة من قبل الأسرة كمجموعة أفراد في السيطرة على الظروف الصعبة والمهددة قابلين للتحدي فلا تكون الاستجابة روتينية وتلقائية بل مناسبة للموقف الذي تواجه الأسرة، لذلك فمواجهة الأزمة عملية تتضمن استجابات الأسرة المعرفية والانفعالية والسلوكية كوحدة. ومن ثم تحشد الأسرة كل مصادرها نحو مواجهة بناءة ناجحة أو مواجهة سلبية للأزمة .

خلاصة الفصل:

من خلال ما عرضناه نستنتج أن الضغوط الأسرية هي عبارة عن حالة من الضيق يعيشها الفرد داخل أسرته، وتكون الضغوط الأسرية نتيجة عدة مصادر نذكر منها: التغير في عدد أفراد الأسرة، وفي أدوارهم، وفي أساليب معيشتهم. التغير في القضايا الجنسية في الأسرة (الحمل)، وتحمل أعباء تربية الأبناء. فقدان احد أفراد الأسرة أو أحد الأقارب أو الأصدقاء، أو فقدان دخل أو ثروة، المسؤوليات المرتبطة بالشؤون العائلية، أو المرتبطة بالرعاية الصحية . قضايا إدمان المخدرات . قضايا الصدام مع القانون .ومما لا شك فيه أن للضغوط الأسرية آثار على الصحة النفسية والجسمية للفرد.

الفصل الثالث: مستوى الطموح

تمهيد.

1. مفهوم مستوى الطموح

2. نمو مستوى الطموح

3. خصائص الفرد الطموح

4. النظريات المفسرة لمستوى الطموح

5. بعض العوامل المؤثرة في مستوى الطموح

6. قياس مستوى الطموح

خلاصة الفصل

تمهيد :

الطموح له دور هام في حياة الفرد والجماعة، حيث أنه أحد المتغيرات ذات التأثير البالغ فيما يصدر عن الفرد من نشاط ولعل الكثير من إنجازات الأفراد وتقدم الأمم والشعوب يرجع إلى توفر القدر المناسب من مستوى الطموح. فالطموح من أهم أسرار نجاح الفرد والمجتمع ولقد أشارت العديد من الدراسات أن خبرات النجاح تؤثر إيجاباً في رفع مستوى الطموح، الإنسان عندما ينجح في أمر ما فإن ذلك يزيد من ثقته بنفسه ويرفع من مستوى طموحه.

1) مفهوم مستوى الطموح:

تعتبر سنة (1931) أول وأهم تجربة نفسية متعلقة بمستوى الطموح أنجزت من طرف "هوبي"، حيث قام بدراسة العوامل التي أثرت على السلوك وتحديد الأهداف من خلال قياس أثر النجاح والفشل على الأفراد. وهناك عدة تعاريف للمستوى الطموح نستعرض بعض منها:

- تعريف "هوبي" (1931):

" هو أهداف الشخص أو غايته، أو ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة ". (Russell J,129:1996) نلاحظ في هذا التعريف أن "هوبي" حصر مستوى الطموح في الأهداف التي يضعها الفرد وما يتوقعه الآخرين منه.

- تعريف "ايزنك" (1945):

عرف "ايزنك" الطموح بأنه: "الميل إلى تدليل العقبات وتدريب القوة، والمجاهدة في عمل شئى بصورة سريعة وجيدة لتحقيق مستوى عال، مع التفوق على النفس". نلاحظ أن هذا التعريف لم يفرق بين الطموح ومستوى الطموح، فليس بالضرورة أن تكون عملية تدليل العقبات طموحاً، وقد يتم الوصول إلى طموحاتنا بوتيرة بطيئة تتخللها بعض الإخفاقات.

- تعريف "كاميليا عبد الفتاح":

" هو سمة ثابتة ثباتاً نسبياً تفرق بين الافراد في الوصول إلى مستوي معين يتفق والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها". (كاميليا عبد الفتاح، 1972: 8)

تعريف "هوراس انجليش" و" افا انجليش" (1958) :

" هو حكم الفرد على مستوى الأداء الذي يتوقعه لنفسه والذي يأمل في بلوغه أو يشعر أنه قادر على بلوغه وهو يسعى اللي تحقيق أهدافه في الحياة وإنجاز أعماله اليومية ". (محمد حامد زهران، 2011: 75)

- تعريف "محمود الزيايدي" (1961):

"هو المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل اليه على اساس تقديره لمستوى قدراته وامكانياته".

- تعريف "ابراهيم زكي قشقوش" (1975):

"هو هدف ذو مستوى محدد متوقع أن يتطلع الفرد إلى تحقيقه في جانب معين من حياته وتختلف درجة أهمية هذا الهدف لدي الفرد ذاته باختلاف جوانب الحياة، كما تختلف هذه الدرجة بين الافراد في الجانب الواحد ومستوى هذا الهدف وأهميته في ضوء الاطار المرجعي". (هدى عبد الرحمن احمد، 2010: 33)

- تعريف "عباس" (1984):

عرف مستوى الطموح بأنه: "المستوى أو الهدف الذي يضعه الفرد لنفسه في مجالات الحياة المختلفة ويحاول الوصول بجد ومثابرة بناء على قدراته وامكانياته في ضوء خبراته السابقة".

- تعريف "رسول" (1984):

عرف مستوى الطموح بأنه: "مستوى توقعات الشخص، ورغبته المتميزة في تحقيق أهدافه المستقبلية، على ضوء خبراته السابقة واطاره المرجعي". (حسين عبيد جبر، 2012: 187)

- تعريف "محمد" (1996):

"هو معيار الذي يحكم به الفرد على أدائه في عمل ما بالنجاح أو الفشل".

- تعريف "بدر" (2005):

"هو المستوي أو الهدف الذي يتطلع إليه الفرد و يسعى لتحقيقه في المجال الأكاديمي". (سالي طالب علوان، 2013: 389)

ما نلاحظه من التعريفات السابقة:

- نلاحظ اتفاق بين تعريف "هوبى" و تعريف "زكى" و تعريف "عباس" و تعريف "بدر" حيث ترى أن مستوى الطموح هو الهدف الذي يضعه الفرد و يحاول الوصول إليه .

- بينما تعريف "هوراس انجليش" و "افا انجليش" و تعريف "محمود الزيايدي" و تعريف "رسول" اتفقوا على أن مستوى الطموح هو مستوى توقعات الفرد إلى ما يرغب في الوصول له.

- أما تعريف "كاميليا عبد الفتاح" فقد اشتمل على كثير من الجوانب ذات الأهمية، وذلك كمبدأ الفروق الفردية، الإطار المرجعي، وخبرات النجاح والفشل، بحيث تسهم كل هذه المبادئ بدرجات متفاوتة فيما يضعه الفرد لنفسه من مستويات للطموح، كما أنه قد أخذ بعين الاعتبار ما قد يكون من تفاعل بين جوانب الشخصية والإطار المرجعي لها. من خلال التعريفات السابقة ترى الباحثة أن التعريف المناسب هو تعريف كاميليا عبد الفتاح، هذا التعريف يعتبر من أكثر التعريفات شمولية، وأقربها إلى الواقعية.

(2) نمو مستوى الطموح:

بينت دراسات " ليفين " أن مستوى الطموح يظهر عند الأطفال في مرحلة مبكرة من العمر، فهو يظهر في رغبة الطفل تحطى الصعوبات مثل محاولته أن يقف على قدميه غير مستعين بأحد، أن يمشى وحده، أو محاولته الجلوس على كرسي، أو جذب قطعة من الملابس، و يعتبر "ليفين" ذلك دلائل على بزوغ مستوى الطموح، وهو في ذلك يفرق بين مستوى الطموح و الطموح المبدئي فيقول " الطفل في عمل أي شيء بنفسه دون الاستعانة بأحد تعتبر مرحلة إن رغبة تسبق مستوى الطموح الناضج " و هذا النمط من السلوك تسمية " فليز " الطموح المبدئي. (كاميليا عبد الفتاح، 1972: 13)

فالفرق بين الطموح المبدئي، ومستوى الطموح هو: اختلاف في الدرجة، الطفل الصغير يعبر عن طموحه، برفض مساعدة الآخرين له، وإصراره على تنفيذ ما يريد بنفسه، وهنا يأتي دور الأسرة والمجتمع في تعزيز هذه الرغبة عند الطفل. و هذا الطموح المبدئي يتميز وينمو بنمو الطفل، ففي مرحلة الشباب يطمح الأفراد في بناء بيت، أو إنهاء الدراسة، أو تكوين أسرة، أو الحصول على وظيفة مرموقة، وهذا ما لم يكن يفكر فيه الطفل من قبل.

إن مستوى الطموح في مرحلة الرشد نفسها يختلف من عام إلى عام آخر لاسيما، لو كان العام الجديد زاخراً بالأحداث السارة، ومليئاً بخبرات النجاح. فالإنسان يمر بخبرات جديدة وأحداث ووقائع جديدة، وهذا ما يرفع من مستوى طموحه. لا سيما، إذا كانت تلك الأحداث والخبرات إيجابية وهذا ما أكده الشيراوي بقوله: إن طموح الفرد قبل العشرينات يقل عنه في الثلاثينات من عمره، وهذا يؤكد أنه كلما زاد عمر الفرد، زاد طموحه. وبناءً على هذه الدراسات، فإن نمو مستوى الطموح يسير جنباً إلى جنب مع النمو العقلي، والاجتماعي، والعاطفي، إذا ما توفرت الظروف المناسبة المشجعة، أو المتهيئة لنموه. (أبو زايد، 1999: 17)

3) خصائص الفرد الطموح:

تشير "اولغا قندلفت" إلى أن هناك بعض السمات التي يتميز بها الإنسان الطموح والتي يمكن اكتشافها فيه ومعالته على أساسها وهي:

- الإنسان الطموح يحاول دائما الانتقال من نجاح لآخر وما يحققه ليس النهاية بل هي بداية لنجاح آخر جديد من خلال اعتماده على جهده الخاص و قدراته وإمكاناته وليس على حساب الآخرين.
- الإنسان الطموح يؤمن بأنه كلما بدل مزيدا من الجهد وعمل على تطوير نفسه وتنمية قدراته كان سببا للنجاح وأيضا يرى أن الإنسان الطموح هو الذي يرسم مستقبله بجهده وعمله ويضع الخطط المناسبة لتحقيق أهدافه و لا يتركها.
- الإنسان الطموح لا يخشى المنافسة بل يعتبرها عاملا مساعدا لتطوير نفسه .
- يعمل الإنسان الطموح على خلق الفرص التي تساعد على التقدم والرقى.
- الإنسان الطموح يعمل على الاستفادة من أخطائه وفشله كي تكون دافعا له للنجاح.
- يؤمن بان الجهد والمثابرة يساعده على التغلب على أي صعوبات تواجهه وأيضا يتحمل هذه الصعاب ويعمل على تنمية قدراته لتخطيها. (علاء سمير القنطاني ، 2011: 59)

أما "سرحان" فيري أن من خصائص الشخص الطموح:

- ✓ لا يقنع بالقليل، ولا يرضى بمستواه الراهن ويعمل دائما على النهوض به. أي: لا يرى أن وضعه الحاضر أحسن ما يمكن أن يصل إليه.
- ✓ لا يؤمن بالحظ، ولا يعتقد أن مستقبل الإنسان محدد لا يمكن تغييره، ولا يترك الأمور للظروف.
- ✓ لا يخشى المسؤولية، أو الفشل، أو المجهول.
- ✓ لا يجزع، إن لم تظهر نتائج جهوده سريعا.
- ✓ يتحمل الصعاب في سبيل الوصول إلى هدفه، ولا يثنيه الفشل عن معاودة جهوده.
- ✓ النظرة المتفائلة إلى الحياة، والاتجاه نحو التفوق، والميل نحو الكفاح، وتحديد الأهداف والخطوة، وتحمل المسؤولية، والاعتماد على النفس، والمثابرة، وعدم الإيمان بالحظ. (نظيمة سرحان، 1993: 114)

أما "حنان الحلبي" فتري أن هناك سمات ترتبط بالشخص الطموح هي:

- منتج ومستقر من الناحية الانفعالية.
- متكيف مع ذاته وبيئته.
- يشعر بنفسه و بوجوده من خلال الناس وحبهم .
- يفكر بشكل موضوعي.
- يتمتع بالثقة بالنفس. (حنان الحلبي، 2000: 59)

4) النظريات المفسرة لمستوى الطموح:

1- تفسير "كيرت ليفين" :

تعرف نظرية "ليفين" بنظرية المجال حيث يعتبر كل ما يحيط بالفرد مجالاً حيويًا يؤثر في عملية التعلم وذكر "ليفين" أن هناك أربع أنواع من التعلم هي :

- 1) اكتساب الخبرات المعرفية، وهذه تؤثر في المجال المعرفي للفرد .
- 2) الميول والاتجاهات، وهذه تؤثر في الدوافع والاتجاهات بالنسبة للفرد .
- 3) اكتساب صفات الجماعية الحضارية، وهذه تؤثر على علاقته وانتمائه لمجاله الاجتماعي .
- 4) تعلم المهارات والحركات الإدارية ويعني تغير في العالم المادي.(جمال مختار حمزة، 2004: 62)

ويذكر "ليفين" عند كلامه عن أثر القوى الدافعة في التكوين المعرفي للمجال، أن هناك عوامل متعددة من شأنها أن تعمل كدوافع للتعلم في المدرسة، وقد جمعها فيما سماه بمستوى الطموح. حيث يعمل هذا المستوى على خلق أهداف جديدة، بعد أن يشعر الفرد بحالة الرضا والاعتداد بالذات، فيسعى إلى الاستزادة بهذا الشعور المرضي، ويطمح في تحقيق أهداف أبعد، وإن كانت مترتبة عن الأولى إلا أنها في العادة تكون أصعب وأبعد منالاً، وتسمى هذه الحالة العقلية بمستوى الطموح.

وقد دلت دراسة الطموح السيكولوجية على أن الطموح على درجات، فقد يكون مجرد رغبة للقيام بتحقيق هدف، وقد يكون على درجة من القوة، بحيث يحدد الهدف، ويعبئ قوى الجسم لتحصيله، في هذه الحالة يقال إن مستوى الطموح عند الفرد عالٍ أو راقٍ.

وتعتبر نظرية المجال أول نظرية فسرت مستوى الطموح وعلاقته بالسلوك الإنساني بصفة عامة. هي النظرية الوحيدة التي تعرضت لتفسير مستوى الطموح مباشرة، وقد يرجع ذلك للأعمال المتعددة التي أسهم بها "ليفين" وتلاميذه في هذا المجال. (توفيق محمد توفيق شبير ، 2005: 34)

ويعتبر "ليفين" أن هناك عوامل متعددة تعتبر قوى دافعة تؤثر في مستوى الطموح، منها على سبيل المثال ما يأتي:

- **النجاح والفشل:** فالنجاح يرفع من مستوى الطموح، ويشعر صاحبه بالرضا، أما الفشل فيؤدي إلى الإحباط، وكثيرا ما يكون معرقلا للتقدم في العمل.
- **الثواب والعقاب:** الثواب المادي والمعنوي (الأجر، الحوافز، الترقية) يرفع من مستوى الطموح، ويجعل الإنسان يقوم بتنظيم نشاطه ويوجهه نحو تحقيق الهدف.
- **القدرة العقلية:** كلما كان الفرد أكثر قدرة؛ كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف أكثر صعوبة.
- **القوى الانفعالية:** ويقصد بها الجو العام الذي يمارس فيه العمل مثل: شعور الفرد بتقدير الزملاء، وإعجابهم بنشاطه وإنتاجه، وعلاقاته الطيبة برؤسائه، وشعوره بأنه متقبل من جماعة العمل؛ كل ذلك يعتبر سببا في ارتفاع مستوى الطموح، وعكس ذلك يؤدي إلى كراهيته للمؤسسة وللعمل ويسبب في غيابه المتكرر وبالتالي إنقاص مستوى طموحه.
- **القوى الاجتماعية والمنافسة:** فقد تؤدي المنافسة بين الزملاء إلى رفع مستوى الطموح، ولكنها قد تنقلب إلى أنانية أو تنازع، ولذا يجب أخذ ذلك بعين الاعتبار.
- **مستوى الزملاء:** قد تكون معرفة الأخصائي لمستوى زملائه، ومقارنته بمستواه شخصيا سببا في رفع مستوى طموحه، ودفعه للعمل، وتعبئة جهوده نحو تحقيق الهدف.
- **نظرة الفرد إلى المستقبل:** تؤثر نظرة الفرد إلى المستقبل، وما يتوقع أن يحققه من أهداف في مستقبل حياته على أهدافه الحاضرة. فالشخص الذي يمتد بصره وتفكيره إلى مستقبل زاهر كون تحصيله مخالفا لشخص ينظر للمستقبل بمنظار أسود. (غالب بن محمد علي المشيخي ، 2009: 100)

2- تفسير "اسكالونا" (Escalona) :

قدمت " اسكالونا " (Escalona, 1940) نظرية القيمة الذاتية للهدف، وتمت دراسة هذه النظرية بعد ذلك على يد فستنجر، ثم ادخل عليها جولد وليفين تعديلات حيث ربطا هذه الدراسة بفكرة الإطار المرجعية وذلك على نطاق واسع . وتقوم النظرية على ثلاثة حقائق هي:

- هناك ميل لدى الأفراد للبحث عن مستوى طموح مرتفع نسبياً .
 - كما أن لديهم ميلاً لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه إلى حدود معينة .
 - الميل لوضع مستوى الطموح بعيداً جداً عن المنطقة الصعبة جداً والسهلة جداً.
- وترى " اسكالونا"(Escalona) أن هناك عوامل تقرر الاحتمالات الذاتية للنجاح أو الفشل في المستقبل أهمها:
- الخبرة الشخصية، وبناء هدف النشاط، والرغبة، والخوف، والتوقع، والمقاييس المرجعية التي تقوم عليها القيمة الذاتية للمستقبل، والواقعية، والاستعداد للمخاطرة، ودخول الفرد داخل أو خارج منطقة الفشل ورد الفعل لتحصيل أو عدم تحصيل مستوى الطموح .
- وتؤكد " اسكالونا"(Escalona) على الآتي:

- الفشل الحديث يميل إلى إنقاص مستوى الطموح، والحالات التي ترفع مستوى الطموح بعد الفشل تأتي إما نتيجة لإنقاص الشعور بالواقع، أو نتيجة لتقبل الفشل.
- مستوى الطموح يتناقص بشدة بعد الفشل القوي أكثر منه بعد الفشل الضعيف، ويزداد بعد النجاح.
- الشخص المعتاد على الفشل، يكون لديه درجة اختلاف أقل من الشخص الذي ينجح دائماً البحث عن النجاح، والابتعاد عن الفشل، هو الأساس في مستوى الطموح. (كاميليا عبد الفتاح، 1972: 47)

3- تفسير "ادلر" :

حيث يعتبر "ادلر" الإنسان كائن اجتماعي تحركه دوافع اجتماعية في الحياة، فهو له أهداف في حياته يسعى إلى تحقيقها، واضعه في اعتباره تقدير المجتمعات واعتباراته المختلفة، وتعتبر تلك الاعتبارات الاجتماعية بمثابة حوافز تحرك سلوكه، وتحدد الأهداف التي يحاول أن يحققها من خلال قدراته وتخطيطه لأعماله وتوجيهاته لها، وقد استخدم "ادلر" عدة مفاهيم منها:

- الذات الخلاقة: وتعني ذات الفرد التي تدفعه إلى البناء والابتكار وتوظيف المعطيات لتصنع منها شيئاً يطمح إليه الفرد.
- أسلوب الحياة ويتضمن نظرة الفرد للحياة من حيث التفاؤل والتشاؤم.
- الأهداف النهائية: حيث يفرق الفرد الناضج بين الأهداف النهائية القابلة للتحقق والأهداف الوهمية والتي لا يضع الفرد اعتباراً لحدود إمكاناته وقدراته لتحقيقها، ويرجع ذلك إلى سوء تقدير الفرد لذاته.
- الكفاح في سبيل التفوق. (جمال مختار حمزة، 2004: 60)

4- تفسير "ايزنك" :

بينت الدراسة التي قام بها "ايزنك" للفرقة بين العصبيين والأسوياء بالنسبة لمستوى الطموح فروقا بين الأسوياء والعصبيين وبين المستيريين وغير المستيريين من جهة أخرى. وقد فسر "ايزنك" هذه الفروق مستندا إلى النظرية التحليلية انه في عالم المثل يتوقف الكثير على ما نسميه المسافة بين الذات الحقيقية والذات كانت الفجوة واسعة بين الواقع و المثل فإننا نشعر بعدم الارتياح والإثم والنقص. وفسر الارتفاع المفرط في مستوى المثالية فادا الطموح بالنمو الزائد لانا الأعلى، أما الانخفاض المفرط فيفسره للهو. (خالد أبو ندى، 2004: 48)

5- تفسير "ستاچنر" (Estanger)

ناقش "ستاچنر" (Estanger) موضوع مستوى الطموح باعتباره من احسن وسائل قياس الشخصية في موقف الاستجابة. وقد استند على مفاهيم نظرية المجال فهو يرى أن تقييم صورة الذات تتم في ضوء اطار الفرد المرجعي وهذا بدوره يعتمد على علاقته بالجماعات، ذات المثالية، نجاحه أو فشله الشخصي ومفهومه لما هو ممكن، فمن المرجح أن حاجة الفرد إلى أن ينسب النجاح إلى صورة الذات، تدفعه إلى أن يحدد هدفه اعلى من أدائه . وقد أثار "ستاچنر" بعض الشك حول تفسير درجات الطموح، بأن الشخص الواحد لا يظهر عنده نفس الطموح في عدة اختبارات، و هو يعتمد في هذا على نتيجة بحث "جولد" حين لم تجد ارتباطا بين درجات الاختبارات الستة. (كاميليا عبد الفتاح، 1972: 50)

6- تفسير "هيملوويت" (Hemel White) :

لقد أثبتت التجارب التي أجرتها "هيملوويت" (Hemel White) أن هناك فروقا بين الأسوياء والعصبيين في مستوى الطموح. ولقد فسرت هذه الفروق أن الفرد يميل إلى وضع هدف أعلى له أمام أي احتمال تحسن قد يحصل عليه في المستقبل، وأن مستوى طموحه ليس ببساطة تقديره الذهني ولكنه تقدير مصبوغ بالرغبة في الإتقان والإجادة، وهذه تفسر في ضوء الجماعة التي اتجهت نحو وضع الهدف بالنسبة للمعرفة والتحصيل واصبح وصفا ذهنيا داخليا للفرد وهذا يؤثر على تقديره للتحسن للمستقبل وتحقيق حاجاته فإذا فشل أثرت على سويته وعلى مستوى طموحه بالسلب. (خالد أبو ندى، 2004: 48)

من خلال استعراض التفسيرات السابقة نلاحظ ما يلي:

- اتفقت أغلب النظريات على أن مستوى الطموح هو الأهداف التي يضعها الفرد، و يسعى لتحقيقها.
- هناك عوامل تؤثر في مستوى الطموح مثل النجاح والفشل، والثواب والعقاب، والنظرة للمستقبل... الخ.

5) بعض العوامل المؤثرة في مستوى الطموح:

هناك العديد من العوامل لها تأثير في مستوى الطموح نذكر منها:

1- التنشئة الأسرية:

ترى الباحثة "هيرلوك" (Hurlok.E, 1962) أن الأسرة بكل جوانبها تلقي الضوء على مستوى الطموح فأسلوب التربية الأسرية وأنماط التنشئة، إن كان يتضمن العقاب والقسوة، والحرمان واللوم، والإهمال وسوء المعاملة، وعدم إشباع الحاجات النفسية للأطفال، ولا يسمح لهم بالتعبير عن أنفسهم بكل حرية، فإن ذلك سيؤدي بلا شك إلى انخفاض مستوى طموحهم. (بوزرزور حمزة، 2011: 58)

وقد توصلت الباحثة "كاميليا عبد الفتاح" (1961) في دراستها عن (الاتزان الانفعالي ومستوى الطموح) إلى أن انخفاض مستوى طموح العصائيين عن الأسوياء يرجع أساسا إلى أسلوب تنشئتهم الأسرية. (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 119)

ولقد دلت دراسة "كميل عزمي" (1982)، ودراسة "صابر حجازي عبد المولى" (1984) على وجود علاقة إيجابية بين مستوى الطموح وبين اتجاهات الآباء في التنشئة الاجتماعية التي تتسم بالتقبل والديمقراطية، في حين وجدت علاقة سلبية بين مستوى الطموح وبين الاتجاهات التي تتسم بالتسلط والتدليل المفرط. (بوزرزور حمزة، 2011: 58) و هذا ما يراه كذلك "محمد عبد المؤمن حسين" في الأبناء الذين اتسم أسلوب تنشئتهم الأسرية بالإهمال وعدم الاهتمام، (فالطفل الذي ينشأ في جو مشبع بالبرودة و الجفاء والإهمال، يضع مستويات منخفضة من الطموح).

يمكننا القول أن مستوى طموح الفرد يرتفع وينخفض حسب ما يتلقاه من تربية أسرية داخل المنزل من طرف والديه وأفراد العائلة، فالعطف والحنان والود أمر ضروري في تربية الطفل، والضبط كذلك ضروري، فلا تسبب، ولا تشدد مع الطفل ليستطيع التكيف مع واقعه الاجتماعي، وخاصة في عصرنا الحالي الذي تعقدت معه مهمة الوالدين في التربية فلم تعد تُقدم الطعام والأمن بقدر ما تُقدم من رعاية، وتكوين شخصية الأبناء على أسس سليمة، وأساليب ناجعة لمجاهة الحياة، وخاصة مع شباب اليوم الأكثر تحمرا وحرية من شباب الأمس، وهذا بفعل أبعاد الحضارة الحديثة. (محمد بوفاتح ، 2005 : 100)

2- طموح الوالدين:

يشير "كلاركس" (klarks ,2000) أن الأسرة هي ركيزة حياة معظم الأطفال وتظل هي مدار الوجود طوال فترة الطفولة وعندما يغرس الوالدان الثقة ويساعدان على نمو طموحات إيجابية فذلك يؤدي بهم إلى النجاح، كذلك

الإرشاد وتشجيع الوالدين يكون مهما في نمو طموح الأبناء، ففي مرحلة الطفولة يدربان الطفل على وضع أهداف ومكافاته على النجاح في تحقيقها وعقابه على الفشل فيها، كذلك عندما يغرس الوالدان الثقة ويساعدان على نمو طموحات إيجابية، فذلك يؤدي بهم إلى النجاح، كذلك الإرشاد وتشجيع الوالدين يكون مهما في نمو طموحات الأبناء .
(جمال حمزة مختار ، 2003: 64)

وترى "هيرلوك" (Hurlok.E,1967) في كتابها (تطور المراهقة) أن طموح الوالدين له دور هام في تحديد مستوى طموح الأبناء، فالوالدين ذوي الطموح المنخفض قد يدفعان أبنائهما إلى خفض طموحهم خوفا من تعرضهم للفشل، وخوفا من مشاكل هم في غنى عنها. إن الوالدين ذوي الاتجاهات الأنانية يرغبان من أبنائهما رفع مستوى طموحهم كتعويض عن فشلها. (بوزرزور حمزة ، 2011: 59)

3- حجم الأسرة:

يعتبر حجم الأسرة من أهم العوامل المؤثرة في عملية التنشئة الأسرية، حيث أوضحت دراسات كل من "بوزارد وبول" (Bossard et Boll) أن حجم الأسرة يؤثر على تدريب الأطفال على الإنجاز، وعلى الإمداد العاطفي الذي يتلقاه الطفل من والديه فكلما زاد حجم الأسرة قل الدعم العاطفي الذي يتلقاه من والديه، وإذا كان حجم الأسرة بهذه الأهمية، فإنه يرتبط بكثير من العناصر المتمثلة في شكل التنظيم داخل الأسرة والضبط الذي يمارسه الوالدان على الأبناء، والتدريب على الإنجاز ودرجة الدعم العاطفي للوالدين. (زعيمية منى ، 2013: 120)

إن التشجيع والثواب والدعم الذي يلاقيه أفراد الأسرة الصغيرة العدد يميل إلى التكرار لسهولة الحصول عليه، مما يشجع ويدفع الأطفال إلى العمل على تحديد مستويات عالية من الطموح وقد يحدث العكس لأطفال الأسر الكبيرة الحجم، فنادرا ما يشجع الطفل على أعماله الدراسية فتتخفف فاعليته في الدراسة ومستوى طموحه، وبالرغم من أهمية حجم الأسرة كمحور مؤثر في مستوى طموح الفرد، غير أن ذلك التأثير ليس مطلقا بل نسبيا قد يختلف من أسرة ومن ثقافة إلى أخرى. (محمد بوفاتح ، 2005 : 106)

4- الترتيب الميلاي للطفل في الأسرة :

من بين العوامل التي تسهم في التكوين الجسمي والنفسي والاجتماعي للطفل ترتيبه الميلاي بين إخوته و قوة هذا المركز و يعتبر "ألفرد أدلر" (Adler) أحد أقطاب نظرية التحليل النفسي و صاحب علم النفس الفردي، أول من استعمل هذا المتغير، وأشار إلى أهميته باعتباره متغيرا من المتغيرات الأساسية في دراسة الأسرة، والمركز الذي يحتله الطفل في أسرته عامل مهم في نوع الإثارة التي يظفر بها من ذويه، فالبكر يحظى بأكثر نسبة من تشجيع الأهل له، وتحفيز طموحه،

ويليه الابن الأصغر، أما الذين يتوزعون في غير ذلك، أي بين المنزلتين فهم بين الاعتدال والإحباط في إثارة الأهل، ويتأثر طموح الطفل بمن حوله من إخوة ووالدين، وما يتلاقاه منهم من تشجيع وتوجيه، فقد يكون الطفل ذكرا وبقية الإخوة إناثا أو قد يحصل العكس، وقد يكون الطفل الثاني، أو الثالث، بعد أخ وأخت، أو بعد ذكور أو إناث، هذه المراكز المختلفة للطفل لها أثر على مستوى طموحه. إن الأوضاع الحقيقية بين الفرد وإخوته، والصفات الحقيقية لهم، قد تعزز طموحا مرتفعا لفرد آخر. (محمد بوفاتح، 2005: 107)

5- عامل النضج :

يتحدد هذا العامل على أساس انه كلما كان الفرد أكثر نضجا، كلما كان الفرد في متناول يده تحقيق أهداف الطموح وكلما كان اقدر علي التفكير في الوسائل والغايات على السواء.

فالفرد يتأثر مند ومولده بالوالدين ثم المدرسين في وضع مستويات طموحه، إلا أن الوصول إلى المستوى المناسب من الطموح يحتاج عادة إلى قدرات خاصة كامنة في الشخص نفسه، وإلى ظروف بيئية اجتماعية معينة، فالفرد قبل بلوغه مرحلة الشباب يكون قد رسم لنفسه طموحات قد تحدد مستقبله وما يريد تحقيقه فيكون قد تعلم كيف يميز نفسه بطموح معين ومحدد يميزه عن غيره من الأفراد. (جمال حمزة مختار ، 2003 : 63)

6- الذكاء:

للذكاء دورا كبير في مستوى طموح الفرد فكلما كانت قدرات الفرد العقلية أكبر كلما استطاع تحقيق أهداف وآمال أبعد وأكثر صعوبة. فالذكاء يساعد الفرد على التغلب على ما يواجهه من عقبات واستخلاص النتائج والاستبصار والقدرة على التوقع. (شريف محمود، 2001 : 51)

والذكاء يؤثر في مستوى الطموح بطرق وأشكال عديدة ومختلفة، فالأشخاص الأذكياء يستطيعون الاستبصار بقدراتهم والفرص المتاحة لهم، وما قد تواجههم من عوائق تمنعهم من الوصول لأهدافهم، وهذا يؤدي إلى أن يضع هؤلاء الأشخاص مستويات واقعية من الطموح تتناسب وقدراتهم، عكس الأفراد الأقل ذكاء، وأيضا اختلاف ردة فعل الأذكياء تجاه الفشل يؤثر في وضع مستويات طموحهم، حيث أن الأفراد مرتفعي الذكاء يحددون مستويات طموح واقعية تتناسب مع قدراتهم العقلية والبدنية، وما يتاح لهم من فرص، والعكس يكون لدى الأفراد الأقل ذكاء حيث يغالون في وضع أهداف لا تتناسب وقدراتهم الفعلية التي يدركونها. (صباح ابو شاهين ، 1995 : 50)

7- التحصيل:

إن الطلاب ذوي التحصيل المرتفع يكون مستوى الطموح لديهم مرتفعاً عكس الطلاب ذوي التحصيل المنخفض. (شريف محمود، 2001: 52)

يؤكد "بيديان" (Bedian, 2001) أن هناك علاقة وثيقة بين مستوى التحصيل ومستوى الطموح، وأن هناك فروقاً بين الطلاب ذوي مستوى التحصيل المرتفع وقرنائهم ذوي التحصيل المنخفض، من حيث مستوى الطموح لصالح الطلاب ذوي مستوى التحصيل المرتفع، وهذا ما أكدته أغلب الدراسات العربية والأجنبية. (جمال حمزة مختار، 2003: 63)

8- التنشئة الاجتماعية:

وهي كما يعرفها "حامد زهران" (1984) عملية تعلم وتعليم وتربية، تقوم على التفاعل الاجتماعي، وتهدف إلى إكساب الفرد (طفلاً فمراهقاً فراشداً فشيخاً) سلوكاً ومعايير. واتجاهات مناسبة لأدوار اجتماعية معينة. والتنشئة الاجتماعية التي تقوم على أسس سليمة وسوية يكون فيها النمو النفسي والاجتماعي للأطفال سريعاً، وأكثر طموحاً من الآخرين، ويسعون لبناء وحمل طموحات مجتمعهم إذ يؤثر نموذج الحياة الاجتماعية، وأشكال العلاقات بين أفراد الجماعة، وما يشيع بينهم من عادات وتقاليد وقيم، وما يعيشونه من نظم، تنسق هذه العلاقات الاجتماعية في تشكيل بعض الخصائص العامة للشخصية. (بوزرزور حمزة، 2011: 61)

6) قياس مستوى الطموح:

هناك محاولات عديدة قام بها عدد من الباحثين في مجال مستوى الطموح، بهدف الوصول إلى تحديد أساليب مناسبة لقياس هذه السمة التي تتميز بها شخصية الأفراد، في قياس مستوى الطموح نقطة البداية لمن جاء. وكانت محاولات "هوب" (Hoppe 1935) بعده من الباحثين في هذا المجال. ونميز بين أسلوبين أساسيين استعمالاً لقياس مستوى الطموح، نتطرق إليهما فيما يلي:

1- أسلوب التجارب المخبرية :

وتتكون هذه الطريقة من جهاز الاستخدام أو التجربة، ومن الجداول الخاصة بتدوين الإجابات، فعندما يعرض الجهاز على الشخص مع تقديم شرح وافي لطريقة استخدامه (التعليمات) يمنح فرصة التجريب والعمل على الجهاز لعدة مرات، وبعد التدريب يسأل الشخص عن الدرجة التي يتوقع الحصول عليها، أو ما هو مستوى طموحه، وتدوين إجابته

هذه في الجداول المعدة لذلك، ثم يشرع في الأداء الفعلي، وبعد الانتهاء منه يسأل عن الدرجة التي يظن أنه حققها في هذا الأداء، وتدون هذه الإجابة عن الدرجة المتوقعة، وبعدها تعلمه بالدرجة الحقيقية التي حصل عليها فعلا، وتكرر هذه العملية عدة مرات. ومعنى هذا أن هناك ثلاث درجات هي:

1- درجة الطموح :و تعبر عن الدرجة الأولى التي توقع الشخص الحصول عليها.

2- درجة الأداء الفعلي : وهي الدرجة التي صرح بها الشخص بعد القيام بالأداء.

3- درجة الحكم : وهي ما حصل عليه الشخص من درجات حقيقية.

وهكذا تكون أمام استنتاجات ذاتية لتحديد مستوى الطموح من خلال الملاحظات الذاتية التي يقوم بها المفحوص.

(بوزرزور حمزة ، 2011 : 66)

2- أسلوب الاستبيانات:

يتعذر على كثير من الباحثين إجراء التجارب المخبرية أو تطبيق مواقف الحياة على مفحوصيهم الأمر الذي استدعى منهم التفكير في طريقة قياس أخرى تسهل لهم العمل وتوفر الوقت والجهد والدقة في النتائج، لذلك تم اعتماد الاستبيان كأداة لقياس مستوى الطموح وعرفت هذه الأداة انتشارا في المجالات المهنية، حيث توجد مجموعة من الأسئلة للعمال للتعبير عن طموحاتهم المهنية.

ونشير هنا إلى استبيان "ريزمان" (Reissman ، 1953) واستبيان مستوى الطموح ل "بيشو رنس"

(Pichot ,P,Rennes ، 1960) واستبيان مستوى الطموح الرائدة هذا الموضوع في الوطن العربي "كاميليا عبد

الفتاح" الذي استخدمته في رسالتها للماجستير ويتكون من 79 سؤالا تقيس سبعة أبعاد هي: النظرة للحياة، الاتجاه نحو

التفوق، تحديد الأهداف والخطة، الميل إلى الكفاح، تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس، المثابرة، عدم الرضا بالوضع

الحاضر.

كما نجد استبيانات عربية أخرى أقل شهرة من استبيان "كاميليا عبد الفتاح" مثل استبيان "أحمد عزت راجح"

الذي أعده لقياس مستوى الطموح عند طلاب الجامعات، ويحتوي على 36 سؤالا، واستبيان "رسول خليل إبراهيم"

(1984) ، ويتضمن 66 فقرة تقيس مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية . (محمد بوفاتح، 2005 : 138)

خلاصة الفصل:

يعرف مستوى الطموح بعدة تعريفات، وهذا الاختلاف راجع إلى أن كل تعريف ينظر إلى مستوى الطموح من زاوية معينة، فمستوى الطموح يسير إلى جانب مراحل النمو لدى الفرد إذا ما توفرت الظروف المناسبة والمشجعة لنموه. كما أن مستوى الطموح يتأثر بعدة عوامل نذكر منها: التنشئة الأسرية، حجم الأسرة، الدكاء، التحصيل، البيئة الاجتماعية، طموح الوالدين، عامل النضج، الترتيب الميلادي .

ويقاس مستوى الطموح بالتجارب المخبرية أو بالاستبيان، لكن يفضل الكثير من الباحثين طريقة الاستبيان. وهذا ما تم التطرق له في هذا الفصل.

الجانب الميداني

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة

2. حدود الدراسة

3. عينة الدراسة

4. أدوات البحث

5. التقنيات الإحصائية المستعملة في الدراسة

تمهيد:

إن أهمية البحث وقيمته تتجلى في الإجراءات والأساليب المنهجية فيه، وعليه سنحاول في هذا الفصل عرض إجراءات الدراسة الميدانية التي تعتبر من أهم خطوات البحث العلمي، والتي من خلالها يقارن الباحث بين النظري والميداني حيث تتمثل في منهج الدراسة، حدود الدراسة، وصف العينة الأساسية وكيفية اختيارها وأدوات البحث وخصائصها السيكومترية المتمثلة في الصدق والثبات والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة واختبار صحة فرضيات الدراسة.

1) منهج الدراسة :

إن اختيار المنهج في أي بحث علمي يرتبط أساساً بطبيعة الموضوع أو مشكلة الدراسة، و يعرف المنهج على أنه " طريقة البحث أي الطريقة أو المسلك الذي يتخذه الباحث في المراحل المختلفة لعملية البحث". (صلاح الدين شروخ، 2003:150)

بالرجوع إلى طبيعة الدراسة التي نسعى من خلالها إلى معرفة العلاقة بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية. فإن المنهج الأنسب هو المنهج الوصفي الذي يعرف بأنه: " كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو الفنية كما هي قائمة في الحاضر ويقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية أخرى ". (تركي رابع، 1984:129)

وقد تم اتباع المنهج الوصفي المعتمد على الدراسات المقارنة؛ التي تقارن جوانب الاختلاف بين الظواهر لكي تكشف أي العوامل والظروف يبدو أنها تصاحب أحداثاً أو ظروفًا أو عمليات أو ممارسات معينة. (عبد الفتاح محمد دويدار، 1995: 170)

2) حدود الدراسة :

- الحد الزمني: تم إجراء الدراسة شهر ماى للموسم الجامعي: 2014/2013.
- الحد المكاني: تم إجراء الدراسة على طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية للموسم 2014 / 2013 .

3) عينة الدراسة:

مجتمع الدراسة هو طالبات السنة الأولى بجامعة غرداية للموسم الجامعي 2013/2014 والبالغ عددهم

(960) طالبة، تم حساب نسبة (33%) .

$960 \times 100 / 33 = 316$ طالبة، (316) طالبة عينة الدراسة الأساسية.

$316 \times 100 / 33 = 104$ طالبة، (104) طالبة تمثل عينة الدراسة الاستطلاعية.

الجدول التالي يوضح كيفية اختيار العينة الأساسية و الاستطلاعية حسب التخصص.

الجدول رقم (03): كيفية اختيار العينة حسب التخصصات للموسم الجامعي 2013/2014.

التخصصات	العدد الأصلي	النسبة %	الاستطلاعية	الأساسية
الأدب العربي	107	13%	14	41
فرنسية	100	11%	12	35
حقوق	56	5%	06	17
علوم اجتماعية	65	7%	08	22
علوم إنسانية	104	11%	11	35
علوم إسلامية	65	7%	08	22
ج.م. تكنولوجيا	64	6%	06	19
علوم اقتصادية	150	15%	16	48
علوم طبيعية	187	19%	20	60
رياضيات	62	6%	06	19
المجموع	960	100%	107	318

ملاحظة : يوجد اختلاف بين النسبة المحسوبة والموجودة في الجدول رقم (03) بالنسبة للعينة الكلية للدراسة

الاستطلاعية والأساسية، هذا يرجع لتقريب النتيجة المحصل عليها بعد الأخذ حسب التخصصات.

1- العينة الاستطلاعية:

- قبل الاستخدام النهائي لأداة الدراسة لابد من مراعاة عدة أمور منها:
- أ- تهيئة جو تطبيق الأداة والتعود عليها مما يسهل إجراءات التطبيق النهائي.
- ب- مراجعة الأسئلة قبل تطبيقها بإجرائها على مجموعة من المبحوثين تتفق في خصائصها ومواصفاتها مع أفراد البحث النهائي. (محمود السيد أبو النيل، 1987 : 37)
- ت- استكشاف ميدان الدراسة الأساسية.
- ث- التعرف على الصعوبات التي يتعرض لها ليتفادها في إجراءات الدراسة الأساسية.
- ج- الإلمام بالتصور الشامل للبحث. (بشير معمري، 2012 : 115)

تمت الدراسة الاستطلاعية للموسم الجامعي: 2014/2013، حيث تم توزيع الاستبيانين على عينة مكونة من 107 طالبة، كما تم إضافة (12) استمارة لاحتمال حذف الاستمارات الغير مناسبة، بمعنى تم توزيع (120) استمارة. بعد استرجاع الأداتين و حذف الاستبيانات الغير صالحة، تقلص العدد إلى (90) استبانة صالحة.

2- العينة الأساسية:

تمت الدراسة الأساسية على عينة تمثلت في (318) طالبة وتم إضافة (12) استمارة هذا لاحتمال حذف الاستمارات غير مناسبة، بمعنى تم توزيع (330) استمارة، وتم الحصول على (322) استمارة صالحة. تمت الدراسة الأساسية للموسم الجامعي: 2014/2013.

الجدول التالية توضح خصائص العينة الأساسية حسب الكليات، السن، الترتيب في الأسرة، عدد الإخوة.

الجدول رقم (04): توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الكليات.

النسبة المئوية	التكرارات	الكليات
31%	99	علوم و تكنولوجيا
23%	76	آداب و لغات
24%	79	علوم إنسانية و اجتماعية
16%	50	علوم اقتصادية
6%	18	الحقوق
%100	322	المجموع

يتضح لنا من الجدول رقم (04) أن النسبة الكبرى من أفراد العينة الموجودة في كلية العلوم والتكنولوجيا 31%، ثم تليها كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية (24%)، كلية الآداب واللغات (23%)، كلية العلوم الاقتصادية (16%)، وأخير كلية الحقوق (6%).

الجدول رقم (05) : توزيع أفراد العينة الأساسية حسب السن.

النسبة المئوية	التكرارات	فئات السن
62%	201	أقل من 21
38%	121	أكبر من 21
100%	322	المجموع

نلاحظ من الجدول رقم (05) أن نسبة (62%) من أفراد العينة في الفئة الأقل من (21) سنة وهي النسبة الأكبر بين الفئتين، ونسبة (38%) في فئة الأكبر من (21) سنة.

الجدول رقم (06): توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الترتيب في الأسرة .

النسبة المئوية	التكرارات	فئات ترتيب في الأسرة
54%	175	أقل من 3
46%	147	أكثر من 3
100%	322	المجموع

نلاحظ من الجدول رقم (06) أن نسبة (54%) من أفراد العينة في فئة ترتيب في الأسرة الأقل من (3) وهي النسبة الأكبر بين الفئتين، ونسبة (38%) في فئة ترتيب في الأسرة الأكثر من (3).

الجدول رقم (07): توزيع أفراد العينة الأساسية حسب عدد الإخوة.

النسبة المئوية	التكرارات	فئات عدد الإخوة
47%	152	أقل من 5
53%	170	أكثر من 5
100%	322	المجموع

نلاحظ من الجدول رقم (07) أن نسبة (47%) من أفراد العينة في فئة عدد الإخوة الأقل من (5)، ونسبة (53%) في فئة عدد الإخوة الأكثر من (5) وهي النسبة الأكبر بين الفئتين.

4 أدوات البحث:

تمشيا مع أهداف الدراسة وإجابة عن تساؤلاتها وما يتطلب ذلك من بيانات استخدمت الباحثة أداتين هما مقياس الضغوط الأسرية، مقياس مستوى الطموح.

1- مقياس الضغوط الأسرية: إعداد الباحثة

تم تصميم المقياس وفق عدة مراحل:

- 1- تم طرح أسئلة على عدد من الطالبات وهذا من خلال مقابلات شخصية؛ حيث طلب منهن تحديد الضغوط الأسرية التي يواجهنها داخل الأسرة.
- 2- بناء على إجابات الطالبات وبالرجوع إلى عدد من المقاييس السابقة، منها مقياس للباحثة "نصيرة طالح"، ومقياس للباحث "عبدالهادي بن محمد بن عبدالله القحطاني". قامت الباحثة بإعداد مقياس الضغوط الأسرية في صورته الأولية و الذي تكون من (49) بند موزع على بعدين هما :
 البعد النفسي : (30) بند .
 البعد الاجتماعي : (19) بند.
- 3- بعد إعداد المقياس في صورته الأولية تم التحقق من صدق المضمون من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (05) محكمين ، و هم أساتذة في قسم علم نفس ، وتم طلب منهم تحكيم المقياس والاطلاع عليه وتعديل ما يرونه مفيد ومناسبا لأهداف الدراسة و الجداول التالية توضح ذلك.

الجدول رقم (08): نسب نتائج صدق التحكيم لكل بند.

رقم البند	نسبة تقيس	رقم البند	نسبة تقيس	رقم البند	نسبة تقيس	رقم البند	نسبة تقيس
1	%80	16	%80	1	%20	16	%80
2	%100	17	%80	2	%40	17	%100
3	%100	18	%80	3	%40	18	%100
4	%80	19	%100	4	%20	19	%100
5			%20	5	%100	20	%40
6			%40	6	%20	21	%40
7			%80	7	%80	22	%80
8			%40	8	%100	23	%80
9			%100	9	%100	24	%80
10			%80	10	%100	25	%20
11			%80	11	%80	26	%80
12			%100	12	%20	27	%80
13			%100	13	%80	28	%80
14			%100	14	%40	29	%100
15			%80	15	%40	30	%20
البعد الاجتماعي				البعد النفسي			

بعد الحصول على نتائج الجدول رقم (08) تم استبعاد البنود التي أخذت أقل من (80%)، وتم الاحتفاظ بالبنود التي أخذت أكبر من نسبة (80%). وعليه تحصلنا على النتائج المبينة في الجداول التالية:

الجدول رقم (09) : البنود الصالحة والبنود المستبعدة.

البنود المستبعدة	البنود الصالحة	البنود الأبعاد
بند 12	بند 18	البعد النفسي
بند 03	بند 16	البعد الاجتماعي
بند 15	بند 34	المجموع

بناء على النتائج المتحصل عليها من الجدول رقم (09) تم حذف (15) بند وعليه تم الإبقاء على (34) بند.

❖ البدائل و الموازين :

الجدول رقم (10): نسب نتائج صدق التحكيم للبدائل والموازن.

نسبة المناسبة	بدائل الأجوبة	نسبة المناسبة	بدائل الأجوبة
%80	3	%80	موافق
%80	2	%80	محايد
%80	1	%80	معارض

نلاحظ من خلال الجدول (10) أن النسبة المئوية للبدائل والموازن مرتفعة (%80) وبالتالي هي مناسبة.

❖ قياس البعدين للخاصية :

الجدول رقم (11): نسب نتائج صدق التحكيم للأبعاد.

النسبة مناسب	الأبعاد
%80	البعد النفسي
%80	البعد الاجتماعي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن نسبة نتائج التحكيم للأبعاد مرتفعة (%80) وعليه هي مناسبة.

4- وعليه بعد الأخذ بآراء المحكمين تم حذف (15) بنداً وإعادة صياغة (05) بنود، وبذلك أصبح المقياس في صورته الأولى بعد صدق التحكيم موزع على بعدين: بعد نفسي (18) بند، وبعد اجتماعي (16) بند.

✓ تصحيح المقياس:

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (34 - 102)، ولقد وضعت ثلاث بدائل للإجابة عن كل بند من بنود المقياس والتي هي باتجاه واحد: موافق (3)، محايد (2)، معارض (1).

ثم قامت الباحثة بالتحقق من صدق البناء لمقياس الضغوط الأسرية، من خلال التطبيق على عينة استطلاعية (90) طالبة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية. ثم تم حساب مؤشرات صدق البناء من خلال حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون لبنود كل بعد.

الجدول رقم (12): قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات " البعد النفسي " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي.

رقم بند	ارتباط البند مع البعد.	الدرجة الكلية للمقياس	رقم بند	ارتباط البند مع البعد.	الدرجة الكلية للمقياس
1	**0.31	**0.31	10	**0.58	**0.54
2	**0.46	**0.47	11	**0.42	**0.34
3	**0.42	**0.35	12	**0.55	**0.49
4	**0.46	**0.43	13	**0.39	**0.37
5	**0.49	**0.46	14	**0.50	**0.50
6	**0.63	**0.60	15	**0.59	**0.55
7	**0.51	**0.49	16	**0.37	**0.40
8	**0.51	**0.49	19	**0.42	**0.41
9	**0.55	**0.47	32	**0.57	**0.61

**دال عند 0.01

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (12) جميع بنود البعد النفسي ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائياً، فقد كانت قيم معاملات ارتباطها مع البعد ومع المقياس عند مستوى الدلالة (0.01). وبهذا بقي عدد بنود البعد النفسي (18) بند.

الجدول رقم(13) : قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات " البعد الاجتماعي" كمؤشرات على صدق الاتساق

الداخلي .

رقم بند	ارتباط البند مع البعد.	ارتباط البند مع المقياس	رقم بند	ارتباط البند مع المقياس	ارتباط البند مع البعد.
17	**0.54	**0.49	26	**0.52	**0.52
18	**0.57	**0.60	27	**0.60	**0.52
20	**0.55	**0.51	28	**0.52	**0.48
21	**0.51	**0.47	29	**0.57	**0.57
22	**0.64	**0.58	30	**0.58	**0.58
23	**0.35	**0.30	31	**0.60	**0.53
24	**0.64	**0.61	33	**0.49	**0.48
25	**0.65	**0.61	34	**0.54	**0.51

**دال عند 0.01

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (13) جميع بنود البعد الاجتماعي ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائياً، فقد كانت قيم معاملات ارتباطها مع البعد ومع المقياس دالة إحصائياً عند (0.01)، وبهذا بقي عدد بنود البعد الاجتماعي (16) بند.

كما قامت الباحثة بعد ذلك بالتحقق من صدق البناء لمقياس الضغوط النفسية من خلال حساب معاملات

ارتباط بيرسون بين مكونات مقياس الضغوط الأسرية وبين الدرجة الكلية للمقياس، وهي مبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم(14) : قيم معاملات ارتباط بيرسون لكل بعد مع الدرجة الكلية.

الارتباط مع درجة الكلية للمقياس	البعد
**0.94	البعد النفسي
**0.94	البعد الاجتماعي

**دال عند 0.01

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (14) أن جميع مكونات مقياس الضغوط الأسرية ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائية، فقد كانت نتائج معاملات ارتباط البعدين مع المقياس دالة إحصائية عند(0.01). أما فيما يتعلق بثبات مقياس الضغوط الأسرية استخدمت الباحثة ثبات التجزئة النصفية.

الجدول رقم (15): معامل ثبات التجزئة النصفية (فردى/ زوجي) بمعادلة سييرمان براون لاستبيان الضغوط الأسرية.

معامل الارتباط	قبل التصحيح	بعد التصحيح
استبيان الضغوط الأسرية.	0.84	0.91

يتضح من الجدول رقم (15) أن قيمة معامل الثبات مرتفعة (0.91)، تدل على ثباته وبالتالي صلاحيته

للاستخدام.

2- مقياس مستوى الطموح :

✓ وصف مقياس مستوى الطموح :

قام بإعداد هذا المقياس كل من "معوض" و "عبد العظيم" (2005) ويتكون المقياس من (36) عبارة موزعة على

أربعة أبعاد هي:

- 1- التفاؤل: يقاس هذا البعد من خلال العبارات التي أرقامها (6، 7، 9، 11، 12، 13، 18، 19، 24، 25، 26، 32).
- 2- المقدرة على وضع الأهداف: ويقاس هذا البعد من خلال العبارات التي أرقامها (1، 2، 3، 4، 8، 10، 14، 16، 17، 36).
- 3- تقبل الجديد: ويقاس هذا البعد من خلال العبارات التي أرقامها (15، 28، 29، 30، 31، 33، 34، 35).
- 4- تحمل الإحباط: ويقاس هذا البعد من خلال العبارات التي أرقامها (5، 20، 21، 22، 23، 27).

✓ تصحيح المقياس:

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (صفر -108)، ولقد وضعت أربعة بدائل للإجابة عن كل بند من بنود المقياس وهي: دائما (3)، كثيرا (2)، أحيانا (1)، نادرا (صفر). وتعكس هذه الدرجات في البنود السالبة وهي أرقام: (6، 23، 30، 32، 36).

✓ صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس استخدم الصدق المرتبط بالمحك، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة المستخدمة في الثبات على المقياس الجديد، ودرجاتهم على استبيان مستوى الطموح للراشدين ل"كاميليا عبد الفتاح" (1975) فكان معامل الارتباط مساويا (0.86) وهو دال إحصائيا، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة البند والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية، الصدق العاملي، وأخيرا الصدق المرتبط بالمحك.

✓ ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بتطبيقه على عينة قوامها (152) فرد، بواقع (72) من الذكور، (80) من الإناث وذلك بطريقتين هما:

(أ) إعادة التطبيق: وذلك بعد فترة زمنية قدرها أسبوعان من التطبيق الأول، وقد وجد أن معامل الارتباط بين التطبيقين مساويا (0.78).

(ب) التجزئة النصفية: تم حساب معامل الارتباط بين جزئي المقياس فكان مساويا (0.65) وجميع هذه المعاملات دالة إحصائيا مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات.

✓ الصدق و الثبات لمقياس مستوى الطموح في الدراسة الحالية:

قامت الباحثة بعد ذلك بالتحقق من صدق البناء لمقياس مستوى الطموح من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية والبالغ عددها (90) طالبة من طالبات السنة الأولى جامعي بغار داية ، ثم تم حساب مؤشرات صدق البناء من خلال حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس، وهي مبينة في الجداول التالية: الجدول رقم (16): قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الأول من مقياس مستوى الطموح "بعد التفاؤل كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي".

الرقم	ارتباط البند مع البعد	ارتباط البند مع المقياس	الرقم	ارتباط البند مع البعد	ارتباط البند مع المقياس
6	0.20	0.02	18	**0.64	**0.53
7	**0.33	*0.22	19	**0.48	**0.54
9	**0.39	**0.27	24	**0.36	**0.36
11	**0.52	**0.40	25	*0.24	*0.22
12	**0.47	**0.30	26	**0.36	**0.36
13	**0.59	**0.47	32	**0.33	**0.34

**دال عند 0.01

*دال عند 0.05

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (16) أن جميع بنود البعد الأول "بعد التفاؤل" ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائية، فقد كانت قيم معاملات ارتباطها مع البعد ومع المقياس دالة إحصائية عند (0.01) و(0.05)، باستثناء ارتباط البند (6)، بما أنه بند واحد فقط غير دال والمقياس تم تبنيه، تم الإبقاء على هذا البند. وعليه بقي عدد بنود البعد الأول (12).

الجدول رقم (17) : قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الثاني من مقياس مستوى الطموح "بعد المقدرة على وضع الأهداف " كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي.

الرقم	ارتباط البند مع البعد	ارتباط البند مع للمقياس
1	**0.60	**0.32
2	**0.55	**0.40
3	**0.61	**0.32
4	**0.47	**0.37
8	**0.36	**0.32
10	**0.46	**0.34
14	**0.50	**0.42
16	**0.58	**0.47
17	**0.47	**0.49
36	**0.35	*0.23

** دال عند 0.01

* دال عند 0.05

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (17) أن جميع بنود البعد الثاني "بعد المقدرة على وضع الأهداف" ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائية، فقد كانت قيم معاملات ارتباطها مع البعد ومع المقياس دالة إحصائية عند (0.01) و (0.05) . و عليه بقي عدد بنود البعد الثاني (10) بنود.

الجدول رقم (18): قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الثالث من مقياس مستوى الطموح "بعد تقبل الجديد" كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .

الرقم	ارتباط البند مع البعد	ارتباط البند مع المقياس
15	**0.44	*0.26
28	**0.38	*0.22
29	**0.47	**0.30
30	**0.38	*0.22
31	**0.57	**0.38
33	**0.45	**0.32
34	**0.42	**0.34
35	**0.59	**0.45

**دال عند 0.01

*دال عند 0.05

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول (18) أن جميع بنود البعد الثالث "بعد تقبل الجديد" ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائية، فقد كانت قيم معاملات ارتباطها مع البعد ومع المقياس دالة إحصائية عند (0.01) و (0.05). و عليه بقي عدد بنود البعد الثالث (08) بنود.

الجدول رقم (19): قيم معاملات ارتباط بيرسون لعبارات البعد الرابع من مقياس مستوى الطموح "بعد تحمل الإحباط" كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .

الرقم	ارتباط البند مع البعد	ارتباط البند مع المقياس
5	**0.48	*0.22
20	**0.56	**0.44
21	**0.68	**0.40
22	**0.62	**0.41
23	**0.36	*0.24
27	**0.51	**0.48

**دال عند 0.01

*دال عند 0.05

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (19) أن جميع بنود البعد الرابع "بعد تحمل الإحباط" ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائياً، فقد كانت قيم معاملات ارتباطها مع البعد ومع المقياس دالة إحصائياً عند (0.01) و (0.05). وعليه بقي عدد بنود البعد الرابع (06) بنود.

الجدول رقم (20): قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد ومقياس الطموح كمؤشرات على صدق الاتساق الداخلي .

الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس	البعد
0.82**	التفاؤل
0.74**	المقدرة على وضع الأهداف
0.67**	تقبل الجديد
0.68**	تحمل الإحباط

**دال عند 0.01

يتضح من نتائج صدق البناء في الجدول رقم (20) أن جميع مكونات مقياس مستوى الطموح ذات مؤشرات صدق بناء دالة إحصائياً، فقد كانت مصفوفة معاملات ارتباطها مع المقياس دالة إحصائياً عند (0.01) . أما فيما يتعلق بثبات مقياس مستوى الطموح استخدمت الباحثة ثبات التجزئة النصفية.

الجدول رقم (21) : معامل ثبات التجزئة النصفية (فردي / زوجي) بمعادلة سييرمان براون لاستبيان مستوى الطموح .

معامل الارتباط	قبل التصحيح	بعد التصحيح
استبيان الطموح	0.76	0.86

يتبين من الجدول رقم (21) أن قيم ثبات التجزئة النصفية لمقياس مستوى الطموح بلغت (0.86)، هي قيمة مقبولة وتدل على ثباته وبالتالي صلاحيته للاستخدام.

5) التقنيات الإحصائية المستعملة في الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة وفروضها، ومنهجها وبعد جمع البيانات تمت معالجتها باستخدام برنامج الحزم الإحصائية spss بالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

- 1- معامل بيرسون: لحساب العلاقة بين مستوى الطموح والضغط الأسرية.
- 2- النسب المئوية : لحساب مستوى الطموح ومستوى الضغط الأسرية.
- 3- T-test : لحساب دلالة الفروق بين الطالبات حسب متغيرات (السن، عدد الإخوة، ترتيب في الأسرة)
- 4- تحليل التباين الأحادي: لحساب دلالة الفروق بين الطالبات حسب متغيرات (الكليات).

الفصل الخامس: عرض وتحليل نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى

2. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية

3. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

4. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة

5. عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة

6. عرض و مناقشة نتائج الفرضية السادسة

7. عرض و مناقشة نتائج الفرضية السابعة

الاستنتاج العام.

تمهيد :

سيتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية وتحليلها وذلك سعياً للإجابة عن التساؤلات التي تم طرحها. وكذا تأكيد فرضيات الدراسة أو نفيها ومن ثمة مناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، فقد استخدمت الطالبة الباحثة معامل الارتباط بيرسون (ر) في تحليل نتائج الفرضية الأولى واختبار صحتها في الكشف على نوع العلاقة وشدتها بين متغيرات الدراسة، ثم استخدمت اختبار " ت " وتحليل التباين في تحليل نتائج الفرضيات الفارقة للدراسة، والتحقق من صحتها .

1- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية : " توجد علاقة بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية " .

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط " بيرسون " لإبراز العلاقة بين الضغوط الأسرية و مستوى الطموح النفسي والجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها:

جدول رقم (22): نتائج معامل الارتباط "بيرسون" بين مستوى الضغوط الأسرية ومستوى الطموح النفسي.

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الضغوط الأسرية /الطموح النفسي	-0.22**	0.00

** دال عند 0.01

يتبين من الجدول رقم (22) أن قيمة معامل الارتباط (-0.22) عند مستوى دلالة (0.00) هي قيمة أقل من مستوى الدلالة المعتمدة لدينا (0.05)، إذن دالة إحصائية، يدل هذا على وجود علاقة ارتباطية ضعيفة سالبة، وعكسية بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى الطالبات، أي أن التغير يسير في اتجاه عكسي، حيث يفسر على

أنه كلما ارتفعت الضغوط الأسرية عند الطالبات الجامعيات، انخفض معه مستوى طموح، والعكس صحيح، أي كلما انخفضت الضغوط الأسرية، ارتفع معه مستوى الطموح عند الطالبات، وعليه نقبل الفرضية المطروحة، والتي تقول " توجد علاقة بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية "

واتفقت نتائجنا مع دراسة "سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي" (2012)، حيث كانت من نتائج الدراسة توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الضغوط (النفسية و الأسرية و الدراسية) وبين مستوى الطموح (الأسري والدراسي والمهني) لدي طلبة السنة الأولى من الثانوية العامة .

وفي دراسة "ماكويين" و"آخرون" (Mcbbien,H.,et al ,1994) أثبتت أن الضغوط الأسرية يؤثر سلبياً على المراهقات، كما تؤثر على التنافس على أسلوب حل المشكلة الأسرية، وأن كل مصادر الضغوط الأسرية إذا عملت معاً تؤثر سلباً على استراتيجيات المواجهة .

وفي دراسة "ويدل" و "آخرون" (Wudil ,Carol el al,2009) توصلت إلى أن الضغوط الأسرية والتوترات العائلية وقلة الدعم الاجتماعي يؤدي إلى ظهور أعراض الاكتئاب، وأكدت الدراسة على توفير الدعم الاجتماعي وقلة الضغوط الملقاة على الأسرة يحمي أفراد الأسرة من آثار الضغوط، ويجعلها تتمتع بصحة نفسية وعقلية جيدة.

وعليه يمكن القول أن النتائج المتحصل عليها منطقية كما اشرنا في الجانب النظري سابقا ومن خلال عرض الدراسات، نلاحظ أن الضغوط الأسرية المرتفعة تكبح الطموح لدى الطالبات ،فكلما انخفضت الضغوط زاد الطموح وهذا ما يبين العلاقة العكسية.

للضغوط الأسرية آثار خطيرة، حيث يمكن أن تصبح لكل فرد من أفراد الأسرة ردود فعل شديدة، وتؤدي أيضا إلى انخفاض مستوى تقدير الذات وعدم الاستقرار والإحساس بالتوتر وعدم الثقة بالنفس، وبالتالي طموح منخفض والعكس صحيح، حيث كلما قلت الضغوط كان الإنسان مرتاح وبالتالي مستوى تقدير ذات مرتفع ويكون أكثر إنتاجا وطموحا.

كذلك أسلوب التربية الأسرية وأنماط التنشئة إن كان يتضمن أسلوب العقاب، القسوة، الحرمان، اللوم، الإهمال، سوء المعاملة والحرمان من إشباع الحاجات النفسية للأطفال، فالطابع الغالب للتنشئة في المجتمعات العربية هو الطابع التسلطي، والتي لا تسمح لهم بالتعبير عن أنفسهم بكل حرية، فإن ذلك سيؤدي بلا شك إلى انخفاض مستوى

طموحهم. وهذا ما بينته دراسة "نجلاء مسعد" (2000) حيث وجدت علاقة بين الاستقرار الأسري بمستوى طموح الأبناء في مرحلة المراهقة وذلك لصالح أبناء الأسر المستقرة.

وهذا أيضا ما أكدته "دراسات هيرلوك" (1967, hurlick) حيث بينت أن استقرار الفرد داخل أسرته له دور كبير في مستوى الطموح فكلما كان مستقرا داخل أسرته كان مستوى طموحه أعلى. (غالب بن محمد المشيخي، 2009:98)

2- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية: " مستوى الضغوط الأسرية مرتفع لدى عينة طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية".
للتحقق من هذه الفرضية تم حساب النسبة المئوية ، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:
جدول رقم (23): توزيع أفراد العينة حسب مستويات الضغوط الأسرية.

النسبة المئوية	التكرارات	مستوى الضغوط الأسرية
10%	33	مرتفع
34%	108	متوسط
56%	181	منخفض
100%	322	المجموع

يلاحظ من الجدول رقم(23) أن مستوى الضغوط الأسرية منخفضة لدى طالبات السنة الأولى جامعي، حيث أن نسبة كبيرة من الطالبات موجودة في المستوى الثالث بنسبة(56%)، أما المستوى الثاني الذي يمثل مستوى متوسط توجد به نسبة (34%)، ويوجد في المستوى الأول الذي يمثل مستوى مرتفع نسبة(10%). مما يشير إلى عدم تحقق صحة هذا الفرض.

وهذه النتائج توافق ما توصل له "نايف فدعوس علوان الحمد" و"ثامر حسين علي السمران"(2011)، حيث وجد أن الضغوط النفسية التي تواجه طالبات كلية اربد الجامعية ضغوط نفسية مرتفعة فيما يتعلق بالمجال الدراسي، وضغوطا نفسية متوسطة على المجالات الأخرى والاجتماعي .

وتوافقته دراسة "محمد قدور السليمان" حيث وجدت أن أكثر الضغوط التي يتعرض لها طلاب وطالبات المرحلة الثانوي فهي الضغوط الانفعالية والعاطفية ثم الضغوط الأسرية على الترتيب بمعنى أن الضغوط الأسرية هي اقل الضغوط التي تتعرض لها عينة الدراسة.

واختلفت مع نتائج دراسة "الحافظ" (2007) حيث وجدت أن أكثر مصادر الضغوط النفسية التي لدى طلبة الجامعة هي الضغوط الأسرية والضغوط الدراسية والضغوط الاجتماعية .

وعليه يمكن تفسير النتائج المتحصل عليها كما اشرنا في الجانب النظري سابقا ومن خلال عرض الدراسات ، أن الضغوط الأسرية منخفضة لدى طالبات، بأول شيء العينة التي هي طالبات في الجامعة والتي تتميز بأنها أكثر وعى فهي تمر بمرحلة الشباب، حيث تكون أكثر ثقافة ووعى وبالتالي أكثر تقبل للمعاملة التي تواجهها في الأسرة، فكما أشار "لازاروس" أن الضغط يكون بناء على تقدير الشخص للموقف.

كذلك لا ننسى دور التغيير الاجتماعي الذي عرفه المجتمع الجزائري وخاصة في نظرتة للفتاة، حيث أن هذه التغييرات التي تواجهها الأسرة، فرضت على الأسرة النظر إلى الفتاة كعنصر مهم وفعال في الأسرة ووجب احترامه. فبعدما كان حصول الفتاة على مكانة مرموقة في المجتمع مرتبط ارتباطا وثيقا بقيامها بدورها كزوجة وأم، وعدم قيامها بهذا الدور كان يعرضها للكثير من المضايقات والضغوطات الأسرية والاجتماعية، أصبح اليوم بإمكانها الحصول على هذه المكانة من خلال عوامل أخرى كالتعليم والعمل والمشاركة في النشاطات الاجتماعية والثقافية وحتى السياسية والرياضية .

وبحكم تعلمها وخروجها للعمل وانخراطها في نشاطات المجتمع المختلفة، أصبحت لها الحرية في اتخاذ قراراتها بنفسها. وهذا ما تؤكدته الدكتورة "سناء الخولي" بقولها "إن عمل المرأة أثر على وضعها في المجتمع حيث أعطاه قسطا من الاستقلالية والحرية لم تكن تتمتع به من قبل، الأمر الذي جعل حقوقها وامتيازاتها تمتد إلى مجالات عديدة كالتعليم والأنشطة الرياضية". (حسين ذهبية، 2012:183)

3- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية : " مستوى الطموح مرتفع لدى طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية".

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب النسبة المئوية، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (24): توزيع أفراد العينة حسب مستويات الطموح النفسي.

النسبة المئوية	التكرارات	مستوى الطموح
56%	181	مرتفع
43.49%	140	متوسط
0.31%	01	منخفض
100%	322	المجموع

يتبين من الجدول رقم (24) أن نسبة مستوى الطموح مرتفع لدى عينة الدراسة، حيث توجد نسبة كبيرة من الطالبات في المستوى الأول الذي يمثل مستوى مرتفع بنسبة (56%)، ونسبة الطالبات في المستوى الثاني الذي يمثل متوسط هي (43.49%)، وفي المستوى الثالث الذي يمثل منخفض نسبة الطالبات هي (0.31%). مما يشير إلى تحقق صحة هذا الفرض.

وتتفق هذه النتائج مع "دراسة باندي" (2002). حيث بينت النتائج أن مستوى الطموح لدى طلاب العلوم والآداب كان مرتفعاً إجمالاً.

كذلك دراسة "الزيادي" (1999) التجريبية حيث بينت الدراسة أن مستوى الطموح سمة عامة ومرتفعة لدى الطلاب لدى أفراد الدراسة .

وأيضاً دراسة "أبو شهبه" (1987) بينت النتائج وجود مستوى متوسط من مستوى الطموح لدى عينة الدراسة والتي هي طالبات الجامعة .

وعليه نفسر الطموح مرتفع عند الطالبات لان الضغوط الأسرية منخفضة، ونفسر ذلك أيضا بانه في عصرنا الحالي يمكن القول اصبحنا اكثر ثقافة ووعي، وتغيرت النظرة إلى الفتاة التي كانت في وقت قريب ينظر لها كعالة أصبحت

الآن جزء جد فعال في الأسرة، فالفتاة تشارك في المصروف البيت، وهذا ما جعل الأولياء يشجعون الفتاة على الدراسة والعمل في أماكن يرون أنها مناسبة و محترمة .

كما أن الفتاة الجزائرية مند طفولتها تنشأ على فكرة أنها ضعيفة وتقوم الأسرة من خلال الأم بتحديد أدوارها تبعاً لجنسها، وفي هذا يري "سميد جمال" (2004) بان تربية الفتاة على هذا النحو يهدف إلى تهيئتها مند الصغر للأعمال المنزلية، وإعطاءها تعليماً دينياً ضمنه تكوين خلقي، فهي تتلقى جملة من القواعد تدخل كلها في اطار واحد وهو تهيئتها للحياة الزوجية . (فطيمة ونوغى، 2004: 92)

لكن تغيرت النظرة إلى دراسة وعمل الفتاة حيث اصبح من حقها هذا وأيضا الطموح إلى الأعلى ونرى هذا من خلال أن الجامعات وأماكن العمل أصبحت اغلبها نساء. فالنظرة الإيجابية للفتاة من قبل المجتمع دفعها إلى الرفع من مستوى طموحها، والعنصر النسوي أصبح في جميع مجالات العمل فنحن نرى نساء في مراكز حساسة كانت حكرًا في وقت قريب على الرجال. وبالتالي هذا يشجع الفتاة على أن تكون أكثر طموحاً.

كما أن من خصائص مرحلة الشباب والحياة الجامعية التي يخوضها الطلبة، مرحلة تتميز بالفتح على الآخرين، الانطلاق والشعور بالقوة والقدرة على العطاء إضافة إلى الإقبال على الحياة بفرح وطمأنينة يجعلها مرحلة تتميز بطموح مرتفع.

ونلاحظ أن النتائج المتوصل إليها في الفرضيتين الثانية والثالثة تؤكد نتائج الفرضية الأولى حيث أنها توجد علاقة ضعيفة بين مستوى الضغوط الأسرية ومستوى الطموح النفسي، وتجسد لنا هذا من خلال نتائج الجدول رقم (23) و الجدول رقم (24)، حيث أن اعلى نسبة للضغوط الأسرية هي في المستوى الأول الذي يمثل المنخفض، وادنى نسبة هي في المستوى مرتفع، وفي الجانب الآخر أعلى مستوى للطموح النفسي هو في المستوى المتوسط، وأدنى مستوى هو في المستوى منخفض .

4- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

نص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن".

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب قيمة "ت"، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (25): المتوسطات الحسابية للانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لإجابات أفراد العينة(السن) في درجات مقياس مستوى الطموح.

السن	التكرارات	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
اقل من 21	201	70.76	12.87	0.90	320	1.15	0.25
أكبر من 21	121	72.47	12.94	1.18			

يتبين من جدول رقم (25) أن قيمة "ت" هي (1.15) عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.25)، هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، بمعنى أنها غير دالة إحصائياً، كما أن متوسط الطالبات الأقل من سن (21) هو (70.76) ومتوسط الطالبات الأكبر من سن(21) هو (72.47)، فنلاحظ أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية.

هذا كله يدل على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين طالبات السنة الأولى جامعي حسب متغير السن"، و عليه تحقق الفرضية المطروحة.

وهذه النتيجة تتماشى مع دراسة "الزيادي" (1999) التي توصلت إلى النتائج منها عدم وجود فروق في مستوى الطموح تبعاً لمتغير التخصص والعمر.

وأيضاً دراسة "حمادي" (1993) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق في مستوى الطموح لدى الطلاب تبعاً لمتغير العمر.

كذلك دراسة "أونيومي" (Oniwme, 1980) حيث توصل إلى أن مستوى الطموح لا يتأثر بالعمر ويمكن الإقامة.

ونفسر هذه النتيجة إلى أن العينة كانت متسقة في السن والجنس، بحيث كلهن طالبات السنة الأولى جامعي ولم يكن فرق السن كبير لتظهر لنا فروق واضحة، فمستوى الطموح يرتبط بقدرة الفرد بغض النظر عن مستواه الدراسي، فما دامت عنده الإمكانيات والإرادة، إذن عنده إمكانيات النجاح ويشير "البنا" إلى ذلك بقوله " إن نجاح الفرد لا شك يعتمد على مدى كفاءته وقدراته على ملاءمة ظروفه وبيئته ". وأيضاً هذا ما يؤكد "معوض" بقوله " إن مستوى الطموح أكثر

وضوحا في نهاية مرحلة المراهقة عنه في بدايتها في كل من المدن والريف" (توفيق محمد شبير، 2005:193) بمعنى الطموح عادة يميل إلى الثبوت في نهاية المراهقة وبداية مرحلة الشباب.

كذلك تتعارض النتائج مع دراسة "خطيب" (1990) حيث كانت من بين النتائج التي توصل إليها أنها توجد علاقة ارتباطية بين كل من الطموح الأكاديمي والسن.

نفس النتيجة توصلت لها دراسة "زهرا" (2006) حيث كانت من بين النتائج أن مستوى الطموح يتأثر بالسن، وهذا الاختلاف راجع لأن دراسة "زهرا" كانت تهدف لمعرفة دراسة وصف طبيعة الطموح عبر المراحل المختلفة في النمو، والتعرف على بعض المتغيرات المؤثرة في الطموح وفي الدراسة الحالية كانت الأغلبية المطلقة للعينة في مستوى واحد هي في مرحلة الشباب .

5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

نص الفرضية: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة " .

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب قيمة "ت" وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (26): المتوسطات الحسابية الانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لإجابات أفراد العينة(ترتيب في الأسرة) في درجات مقياس مستوى الطموح.

الدرجة	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	المتوسط	التكرارات	ترتيب في الأسرة
3	0.92	12.27	72.52	175	اقل من 3
3	1.11	13.54	70.06	147	اكبر من 3

يتبين من جدول رقم (26) أن قيمة "ت" هي (1.70) عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.09)، هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، بمعنى أنها غير دالة إحصائية، كذلك متوسط الطالبات اللاتي ترتيبهم في الأسرة من الثلاثة الأوائل هو (72.52) أما متوسط الطالبات اللاتي ترتيبهم في الأسرة أكبر من ثلاثة هو (70.06)، فنلاحظ أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية.

هذا يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين طالبات السنة الأولى جامعي حسب متغير الترتيب في الأسرة، وعليه تحقق الفرضية المطروحة.

تتفق نتائج المتوصل إليها مع دراسة "جابر وعمر" (1992) حيث كان من بين النتائج أنها لم تظهر فروق دالة إحصائية لدى عينة الدراسة الطالبات في درجات مستوى الطموح وفق متغير ترتيبهم في الأسرة.

ونفسر هذه النتيجة أن الفتيات ذوات الترتيب الأخير يتعرضن لخبرات تخيفها من الفشل والإخفاق فتعمل على تجنبها، ذلك أن المقارنة بينها وبين إخوتها لا تكون في صالحها في أداء الأعمال المختلفة في مراحل نمو الأولى، قبل وصولها إلى مرحلة النضج لان إخوتها عادة أكثر نمواً و نضجاً، وقد تشعر عندما تقارن نفسها بيهم أنها مختلفة وأقل منهم (دون مراعاة الفروق في النمو)، إن هذه الخبرات قد تكون هي المسؤولة عن أن يكون طموح الفتيات ذوات الترتيب الأخير ليس أقل من طموح إخوتهن ذوات الترتيب الأول.

بينما اختلفت مع نتائج دراسة " ادواردز" و "كليماك" (1973) حيث توصلت إلى أن الإناث ذوات الترتيب الأول لديهن طموح أكبر من الإناث ذوات الترتيب الأخير.

ودراسة "شيللا" و "كيلفر" (1978) والتي كان من بين النتائج، أن مستوى طموح المفحوصات الأكبر (الترتيب الأكبر) ذوات الأخوات الإناث فقط اعلى من ذوات الإخوة الذكور فقط بينما كان مستوى طموح المفحوصات الأصغر بين أخواتهن والوحيديات منخفضة.

وكذلك دراسة "ناتل" و "ناتل" (1987) والتي كان من بين النتائج أن الطفل الذي ترتيبه الأصغر يكون أكثر اتزان انفعالي وأكثر طموحاً مهنياً وأكثر طاعة من الطفل الذي يكون ترتيبه الأكبر .

6- عرض و مناقشة نتائج الفرضية السادسة:

نص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة".
للتحقق من هذه الفرضية تم حساب قيمة "ت" وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (27): يوضح المتوسطات الحسابية للانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لإجابات أفراد العينة (عدد الإخوة) في درجات مقياس مستوى الطموح.

عدد الإخوة	التكرارات	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
أقل من 5	152	72.14	11.92	0.96	320	0.97	0.32
أكبر من 5	170	70.73	13.73	1.05			

يتبين من جدول رقم (27) أن قيمة "ت" هي (0.97) عند مستوى الدلالة الإحصائية (0.32)، هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، بمعنى أنها غير دالة إحصائية، ومتوسط الطالبات اللاتي لديهن عدد الإخوة أقل من (5) هو (72.14) أما متوسط الطالبات اللاتي لديهن عدد الإخوة أكبر من (5) هو (70.73)، فنلاحظ أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية.

هذا يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين طالبات السنة الأولى جامعي حسب متغير عدد الإخوة، وعليه تحقق الفرضية المطروحة.

بالرغم من أهمية حجم الأسرة كمحور مؤثر في مستوى طموح الفرد، غير أن ذلك التأثير ليس مطلقاً بل نسبياً قد يختلف من أسرة و من ثقافة إلى أخرى (محمد بوفاتح، 2005:105)

هذه النتيجة تتعارض مع بيانات التي جمعها "ترنر" (Turner Ralph, 1962) عن العلاقة السلبية المتوقعة بين حجم الأسرة والطموح، إلا أن الأولاد من الأسر ذات الحجم الكبير أقل احتمالاً أن يكون لديهم طموح مرتفع عن أولاد الأسر الصغيرة، وأن هناك علاقة بين حجم الأسرة والتأكيد النسبي على الطموح التعليمي أو المادي. وقد أظهرت نتائج أيضاً أن عينة الإناث اللاتي لديهن إخوة كان طموحهن منخفضاً عن الأولاد الذين لديهم أخ أو أكثر ونفس التفسير أكدته دراسة "ابرامز" و "سباركز" وآخرين (Abrams & Others, 1985) على أن الإخوة الذين لديهم عدد كبير من الأخوات طمحووا إلى مستويات مهنية منخفضة، وأن طموح الإناث الأكاديمي سريع

التأثر بالإخوة الذكور. كذلك دراسة "أونيومي" (Oniwme ، 1980) التي توصلت إلى أن مستوى الطموح يتأثر بحجم العائلة.

أيضا دراسة "أبو ناهية" (1981) التي كان من نتائجها توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح الأكاديمي بين التلاميذ مرتفعي عدد أفراد الأسرة والتلاميذ منخفضي عدد أفراد الأسرة، لصالح منخفضي عدد أفراد الأسرة.

7- عرض و مناقشة نتائج الفرضية السابعة:

نص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية".

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب قيمة "ف" وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (28): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات طالبات في مستوى

الطموح النفسي وفقا لمتغير الكلية.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
بين المجموعات	519.83	4	129.95	0.77	0.54
داخل المجموعات	52967.48	317	167.09		
المجموع	53487.32	321			

يتبين من الجدول رقم (28) أن قيمة "ف" هي (0.77) عند مستوى دلالة (0.54)، هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة المعتمدة لدينا (0.05)، بمعنى إنها غير دالة إحصائية، وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين طالبات السنة الأولى جامعي تعود إلى الاختلاف في الكلية، وعليه تحقق الفرضية المطروحة.

تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة "التويجوي" (2002) التي كان من نتائجها عدم وجود فروق في مستويات الطموح تعزى إلى التخصص الدراسي.

نفس النتائج المتوصل لها أن طالبات الكليات هن من نفس الجامعة، والسن، و الجنس(طالبات) ومن نفس المستوى السنة أولى جامعة. وبالتالي فإن الفروق بينهم لا تكون واضحة بشكل مناسب.

تعارضت النتائج مع دراسة "عبد الملك" (1981) التي توصلت إلى انه توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الطموح لصالح طلبة الكليات العلمية.

كذلك دراسة "باندي" (Bandey, 2002) التي أظهرت النتائج وجود فروق دالة في مستوى الطموح تعزى لنوع الكلية لصالح طلاب كلية العلوم.

أيضا دراسة "حمادي" (1993) بينما توجد فروق في مستوى الطموح تبعاً لمتغير التخصص والجنس وذلك لصالح الذكور من جهة ولصالح طلاب التخصصات العملية والعلمية التطبيقية من جهة أخرى.

كذلك دراسة "غالب بن محمد على المشيخي" (2009) حيث توصلت إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس مستوى الطموح. هذا الاختلاف في النتائج راجع إلى الاختلاف في البيئة الثقافية، صحيح بيئة عربية لكنها ليست جزائرية.

الاستنتاج العام:

لقد قمنا بهذه الدراسة بغية الكشف عن العلاقة بين مستوى الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية.

بعد تحليل وإثراء متغيرات الدراسة نظريا، شرعت الطالبة الباحثة بتطبيق أدوات القياس الملائمة على العينة التي اختارها، قصد جمع البيانات اللازمة للبحث، هذه الأخيرة التي تمت معالجتها باستعمال تقنيات إحصائية مناسبة. وبعد عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها، وذلك من حيث تأكيد أو نفي فرضيات الدراسة، تم تفسير هذه النتائج ومناقشتها بالاعتماد على المعطيات النظرية المستوحاة من التراث السيكولوجي الخاص بهذا المجال، وأيضا بناء على مختلف الآراء والدراسات المنجزة من طرف الباحثين، والتي لها صلة بموضوع البحث.

توصلت الطالبة الباحثة إلى استخلاص جملة من النتائج نوجزها في الآتي:

في الفرضية الأولى المتعلقة بعلاقة الضغوط الأسرية بمستوى الطموح لدى طالبات السنة الأولى جامعي، دلت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الأسرية ومستوى الطموح لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية، حيث كانت هذه علاقة ضعيفة عكسية، وبالتالي تتحقق الفرضية الأولى.

نستنتج من هذه النتيجة أن الضغوط الأسرية تعمل ككايح للطموح لدى الطالبات فهي بانخفاض الضغوط الأسرية يزداد مستوى الطموح لدي الطالبات، والعكس صحيح مع أن هذه العلاقة هي علاقة ضعيفة بين المتغيرين، هذا أيضا ما أكدته دراسة "سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي" (2012)، ودراسة "ماكويين" و"آخرون" (1994), (Mcbbien, H., et al) ، دراسة "ويدل" و"آخرون" (Wudil , Carol et al , 2009).

أما فيما يخص الفرضية الثانية التي نصت على انه مستوى الضغوط الأسرية مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية، فتوصلت إلى ان مستوى الضغوط الأسرية منخفض لدى عينة الدراسة، نستنتج من هذه النتيجة أن التغير الاجتماعي الذي عرفه المجتمع الجزائري وخاصة في نظرتة للفتاة، فرضت على الأسرة النظر إلى الفتاة كعنصر مهم وفعال في الأسرة وحب احترامه، كذلك من خصائص عينة الدراسة أنها تمر بمرحلة الشباب، حيث تكون أكثر ثقافة ووعي وبالتالي أكثر تقبل للمعاملة التي تواجهها في الأسرة، فكما أشار "لازاروس" أن الضغط يكون بناء على تقدير الشخص للموقف، هذه النتائج توافق ما توصل له "نايف فدعوس علوان الحمد" و"ثامر حسين علي السمران" (2011)، دراسة "محمد قدور سليمان". واختلفت مع نتائج دراسة "الحافظ" (2007).

أما الفرضية الثالثة والتي نصت على ان مستوي الطموح مرتفع لدى الطالبات فتوصلت الدراسة إلى انه مستوى الطموح مرتفع لدى عينة من طالبات السنة الأولى بجامعة غار داية، نستنتج من هذه النتيجة أن مستوى الضغوط الأسرية قابله مستوى الطموح مرتفع، كما نفسر هذا الارتفاع إلى كون مرحلة الشباب والحياة الجامعية التي يخوضها الطلبة، باعتبارها مرحلة تتميز بالفتوح على الآخرين، الانطلاق والشعور بالقوة والقدرة عمى العطاء إضافة إلى الإقبال على الحياة

بفرح وطمأنينة تجعلها أكثر طموح. وتتفق هذه النتائج مع دراسة "باندي" (2002)، دراسة "الزيادي" (1999)، دراسة "أبو شهبه" (1987). النتائج المتحصل عليها في الفرضية الثانية والثالثة تدعم الفرضية الأولى، حيث أن مستوى الضغوط الأسرية منخفضة قابلها مستوى طموح مرتفع.

وتحققت الفرضية الرابعة التي نصت على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير السن، نستنتج من هذه النتيجة أن متغير السن لم يكن له تأثير على مستوى الطموح، ذلك أن مرحلة العمرية كانت تقريبا متناسقة حيث تمثل مرحلة الشباب. وهذه النتيجة تتماشى دراسة "الزيادي" (1999)، دراسة "حمادي" (1993) دراسة "اونيومى" (Oniwme, 1980)، كذلك تعارضت نتائجها مع دراسة "خطيب" (1990)، دراسة "زهران" (2006).

أيضا الفرضية الخامسة تحققت والتي نصت على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير ترتيب في الأسرة، نستنتج من هذه النتيجة أن ترتيب في الأسرة ليس له تأثير على مستوى الطموح في هذه الدراسة. تتفق نتائج المتوصل لها مع دراسة "جابر" و"عمر" (1992) بينما اختلفت مع نتائج دراسة "ادواردز" و"كليماك" (1973) ودراسة "شيللا" و"كيلفر" (1978) وكذلك دراسة "ناتل" و"ناتل" (1987).

في الفرضية السادسة هي الأخرى تحققت والتي نصت على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير عدد الإخوة، نستنتج من هذه النتيجة أن حجم الأسرة له تأثير نسبي على مستوى الطموح قد يختلف من أسرة ومن ثقافة إلى أخرى، هذه النتيجة تتعارض مع بيانات التي جمعتها "تورنر" (1962، **Turner Ralph**) ونفس التفسير أكدته دراسة "ابرامز" وآخرين (Abrams & Others, 1985) على أن الأخوة الذين لديهم عدد كبير من الأخوات طمحووا إلى مستويات مهنية منخفضة، وأن طموح الإناث الأكاديمي سريع التأثير بالإخوة الذكور. أيضا دراسة "أبو ناهية" (1981) ودراسة اونيومى (Oniwme, 1980).

و أيضا أثبتت الدراسة انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطالبات حسب متغير الكلية (التخصص) وبالتالي تحقق الفرضية السابعة. نستنتج من هذه النتيجة أن متغير التخصص لم يكن له تأثير على مستوى الطموح، تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة "التويجري" (2002) وتعارضت النتائج مع دراسة "عبد الملك" (1981)، كذلك دراسة "باندي" (Bandey, 2002) أيضا دراسة "حمادي" (1993) كذلك دراسة "غالب بن محمد على المشيخي" (2009).

وعليه تبقى هذه النتائج خاصة بالدراسة الحالية فقط، حيث لا يمكن تعميمها، كوننا ضمن الدراسات النفسية والتي تبقى فيها النتائج نسبية.

قائمة المراجع:

الكتب:

- 1- أحمد نايل الغرير وأحمد عبد اللطيف أبو اسعد (2009)، التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشروق، الأردن.
- 2- آنا مارقيلاس (2009)، كيف تقلل من الضغوط و الصراعات داخل أماكن العمل، ط1، دار الفاروق، مصر.
- 3- أنتوني دي .باريل, أم إس دبليو، تعريب: طلعت اسعد عبد الحميد(2011)، القوانين السبعة لإدارة الضغوط النفسية، ط1، مكتبة الشقري، الرياض.
- 4- آمال محمود عبد المنعم (2006)، الإرشاد النفسي الأسرى، مكتبة زهراء الشرق، ط1، مصر.
- 5- بشير معمريّة (2012)، مصدر الضبط و الصحة النفسية ، ب ط، دار الخلدونية، الجزائر .
- 6- حسن مصطفى عبد المعطي (2006)، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط1، مكتبة زهراء، مصر.
- 7- رايح تركي(ب س)، مناهج البحث في التربية و علم النفس، ب ط، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر.
- 8- سمية طه جميل(1998)، التخلف العقلي واستراتيجيات مواجهة الضغوط الأسرية، ط1، مكتبة النهضة المصرية، مصر.
- 9- سمير الشيخخاني(2003)، الضغط النفسي: طبيعته، أسبابه، المساعدة الذاتية، ط1، دار الفكر العربي، بيروت.
- 10- عبد الفتاح محمد دويدار(2006) ، علم النفس الاجتماعي، ب ط، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- 11- على عسكر (2003)، ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها، ط3، دار الحديث للكتاب، الكويت.

- 12- صلاح الدين شروخ (2004)، علم الاجتماع التربوي، ب ط، دار العلوم، الجزائر.
- 13- كاميليا عبد الفتاح (1990)، دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح و الشخصية، ط3، دار النهضة، مصر.
- 14- ماجد بهاء الدين السيد عبيد (2008)، الضغط النفسي و مشكلاته و اثره على الصحة النفسية، ط 1، دار صفاء، عمان.
- 15- محمود السيد أبو النيل (1987)، الإحصاء النفسي و الاجتماعي و التربوي، ب ط، دار النهضة العربية، بيروت.
- 16- فاروق السيد عثمان (2001)، القلق و إدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، مصر.
- 17- هارون توفيق الرشيد (2004)، الضغوط النفسية طبيعتها نظرياتها، ط2، المكتبة الأنجلو مصرية، مصر.
- 18- وليد السيد خليفة، مراد علي عيسى (2008)، الضغوط النفسية و التخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي: المفاهيم، النظريات و البرامج، ط1، دار الوفاء، الإسكندرية.

المجلات و الدوريات و الجرائد:

- 19- احمد عربيات، عمر الخرايشة (2007)، الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون واستراتيجية التعامل معها، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية و علم النفس، المجلد الخامس، العدد الثاني، ص ص 48 - 68.
- 20- إيمان عبد المقصود الجندي (2013)، ضغوط الوالدية و علاقتها بالدافعية للإنجاز، مجلة علم النفس، العدد 96، ص ص 168 - 171.

- 21- إيناس ماهر بدير(2013)، الدعم الأسري وعلاقته بأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة للشباب الجامعي، مجلة علوم وفنون - دراسات وبحوث - مصر، المجلد 25، العدد 1، ص ص 227- 284.
- 22- السيد سعد الخميسي(2011)، الضغوط الأسرية كما يدركها آباء وأمهات الأطفال والمراهقين التوحديين، مجلة كلية التربية، العدد72، الجزء الأول، مصر، ص ص 4- 42.
- 23- بوروي رجاح فريدة(2010)، نوع السكن وعلاقته بالضغوط الأسرية، مجلة العلوم إنسانية والاجتماعية جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر، العدد34، ص ص 93- 108.
- 24- جابر عبد الحميد جابر ومحمود أحمد عمر(1992)، الترتيب الولادي وعلاقته بالحاجات النفسية ومستوى الطموح، مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر، السنة الأولى، العدد الأول، ص ص 137- 184.
- 25- جمال حمزة مختار(2003)، تأثير مستوى الطموح وفقا لمتغير جنس الأطفال ومستوى تعليم الأب، مجلة العلوم التربوية، العدد الأول، يناير، القاهرة. ص ص 52- 83 .
- 26- حسين عبيد جبر (2012)، المناخ الدراسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة كلية الفنون الجميلة في جامعة بابل، مجلة مركز بابل للدراسات الحضارية والتاريخية، المجلد2، العدد 2، كانون الأول، ص ص 184-211.
- 27- حسن عمر شاکر منسي (2003)، مستوى الطموح لدى عينة من طلبة الصف الثاني ثانوي في مدينة اربد بالأردن و علاقته ببعض المتغيرات، مجلة مركز البحوث التربوية جامعة قطر، السنة 12، العدد24، يوليو، ص ص 183- 215.

28- حداد، عفاف شكري وأبو سليمان، بھجت (2003)، فاعلية برنامج إرشادي جمعي في التدريب على

الضبط الذاتي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، مجلة العلوم التربوية، بحوث

ودراسات، الجامعة الأردنية، العدد3، ص ص 117-141.

29- زياد بركات (2008)، علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء

بعض المتغيرات، المجلة الفلسطينية للتربية المفتوحة، المجلد الأول، العدد الثاني، جامعة القدس المفتوحة: فلسطين

ص ص 1-32.

30- سالي طالب علوان (2013)، دعم وعدالة المدرسين وعلاقتها بمستوى الطموح عند طلبة المرحلة

الإعدادية، مجلة كلية التربية للبنات بغداد، المجلد 24 (2)، ص ص 382- 402 .

31- سمية حسام أبو بكر الصديق(2013)، الاتجاه نحو التغيير الإيجابي وعلاقته بمستوى الطموح لدى

الأطفال، المجلة العربية للدراسات التربوية والاجتماعية جامعة عين شمس، العدد الرابع، سبتمبر، ص ص 7-21.

32- سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي(2012)، الضغوط وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب

المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية بنها، العدد 92، أكتوبر، ص ص 216- 348.

33- سويد جيهان علي السيد(2012)، الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض الاضطرابات ومتغيرات الشخصية

لدى بعض تلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة من (9 - 12) سنة، مجلة علوم وفنون دراسات وبحوث - مصر،

المجلد 24، العدد الثالث، ص ص 235 - 284.

34- شايح عبد الله مجلي(2011)، الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية

بصعده - جامعة عمران، مجلة جامعة دمشق، المجلد 27، ص ص 193- 241.

- 35- شحاته محمد شحاته مبروك(2011)، ممارسة نموذج الحياة في خدمة الفرد لتخفيف الضغوط الأسرية
المصاحبة لحالات الاكتئاب، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية - مصر ، العدد 31، ج
12، ص ص5505-5552.
- 36- علي هاشم جاوش الباوي(2009)، مصادر الضغط النفسي كما يدركها الأطفال و المعلمون، مجلة العلوم
الإنسانية واسط - العراق، العدد42، ص ص1-26.
- 37- عمر طالب الربماوي وتيسير محمد عبدالله (2012)، الضغوط النفسية لدى الأم الحامل في منطقة رام الله
- فلسطين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد13، العدد 4، ص ص463-483.
- 38- عنو عزيزة (2009)، الانتحار والضغوط المهنية في الوسط المهني، مجلة دراسات في العلوم الإنسانية
والاجتماعية، جامعة الجزائر، العدد11، ص ص9-27.
- 39- نايف فدعوس الحمد (2013)، الضغوط النفسية التي تواجه طالبات كلية إربد الجامعية في ضوء بعض
المتغيرات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 14، العدد3 سبتمبر، ص ص130-154.
- 40- نايف فدعوس علوان الحمد وثامر حسين علي السمران (2011)، الضغوط النفسية التي تواجه طالبات
كلية اربد الجامعية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الثقافة والتنمية القاهرة، العدد51، ص ص117-156.
- 41- محسن محمود أحمد الكيكي (2007)، الضغوط النفسية التي تواجه طلبة ثانويتي المتميزين والمتميزات
في مركز محافظة نينوى، مجلة التربية والعلم، المجلد 14، العدد4، ص ص256-279.
- 42- مهرداد الزبير(2011)، الملف الاجتماعي: العنف التربوي ... الجذور الاجتماعية والأسباب النفسية
والمهنية، شؤون عربية (مصر)، العدد 146، ص ص100-119.

- 43-مي عبدالله الشايح (2006)، «الفراغ العاطفي» يقود إلى هروب الفتيات، الرياض جريدة يومية، السبت 12 المحرم 1427 هـ 11 فبراير، العدد 13746.
- 44-هدى عبد الرحمن احمد (2010)، تقدير الذات و علاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طالبات كلية المعلمات بجدة، مجلة كلية المعلمات جدة، المجلد السادس عشر، العدد الأول ، سعودية، ص ص 11-60.
- 45-هاني رمزي عوض (2012)، الفتيات .. والضغط النفسية المبكرة، الشرق الأوسط جريدة العرب الدولية، الجمعة 16 محرم 1434 هـ 30 نوفمبر، العدد 12421 .
- 46-نظيمة سرحان(1993)، العلاقة بين مستوى الطموح والرضا المهني لأخصائيين الاجتماعيين، مجلة علم النفس، السنة السابعة العدد 28، ص ص 96-121 .

قائمة المذكرات :

- 47-ابو زايد احمد عبدالله (1999)، دراسة مستوى الطموح وعلاقته بالقدرات الابتكارية لدي طلبة المرحلة الثانوية في ولاية الخرطوم و قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان.
- 48-أمل سليمان تركي العنزي(2004)، أساليب مواجهة الضغوط عند الصحاحات والمصابات بالاضطرابات النفسجسمية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود.
- 49-الزبيدي، عبد الرحيم عبد الله(2006)، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة الجامعة ، الجامعة المستنصرية، كلية الآداب، أطروحة دكتوراه غير منشورة.

- 50- بوزرور حمزة (2011)، دور التداخل بين مركز التحكم ومستوى الطموح في إدراك الضغط النفسي لدى الطلبة الجامعيين، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر(2) .
- 51- بوبكر عائشة (2007)، العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى الزوجة العاملة، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة منتوري قسنطينة .
- 52- توفيق محمد توفيق شبير(2005)، دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية بغزة .
- 53- خالد أبو ندى (2004)، التفكير الإبداعي وعلاقته بكل من العزو السببي ومستوى الطموح لدى تلاميذ الصفين الخامس والسادس الابتدائيين، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، الجامعة الإسلامية غزة.
- 54- حسين ذهبية (2012)، قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الجزائر2 .
- 55- حنان الحلبي (2000)، مستوى الطموح و دوره في العلاقات الزوجية، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة دمشق، سوريا.
- 56- زعيمية منى (2013)، الأسرة، المدرسة ومسارات التعلم (العلاقة ما بين خطاب الوالدين والتعليمات المدرسية للأطفال)، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة منتوري - قسنطينة-.
- 57- شاهر يوسف ياغي (2006)، الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية غزة.
- 58- شريف محمود(2001)، دراسة الاغتراب وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب الثانوي العام والفني الصناعي، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس، مصر.

59- صباح أبو شاهين (1995)، مستوى الطموح لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي المصابين

بشلل الأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس ، القاهرة.

60- غالب محمد علي المشيخي(2009)، قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح

لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى السعودية .

61- غزلان شمسي محمد الدعدي(2009) ، الضغوط النفسية والتوافق الأسري و الزواجي لدى عينة من أبناء

وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة

أم القرى السعودية.

62- عايدة شكري حسن(2001)، ضغوط الحياة والتوافق الزواجي والشخصية لدى المصابات بالاضطرابات

السيكوسوماتية والسويات، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس، مصر.

63- عبدالمهدي بن محمد بن عبدالله القحطاني (2012/2013)، الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم

وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة

البحرين.

64- عبدي سميرة (2011)، الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكيات العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق

المتدرس (15-17) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة مولود معمري تيزي وزو.

65- علاء سمير موسي القطناني(2011)، الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى

طالبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأزهر غزة.

66- فتيحة حسين حمادي (1993)، مستوى الطموح وعلاقته بكل من العصابية والتكيف النفسي والعائلي

لدى طلاب جامعة الإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإسكندرية، مصر.

67- فطيمة ونوغي (2014)، اثر سوء التوافق الزوجي في تكوين الميل إلى الأمراض النفسية لدى المرأة من

خلال تطبيق اختبار MMPI2، أطروحة دكتوراه، جامعة محمد خيضر -بسكرة-، الجزائر.

68- محمد بوفاتح(2005)، الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة

ثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ورقلة.

69- مصطفى رشاد مصطفى الأسطل (2010)، الذكاء العاطفي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط لدى طلبة

كليات التربية بجامعات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية غزة.

70- وفاء على محروس محمد زاهر(2002)، الضغوط النفسية الأسرية والسلوك التوافقي لطفل الروضة

الكفيف، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الزقازيق مصر .

المنتقيات الوطنية و الدولية:

71- ايمن غريب قطب ناصر (2011)، الذكاء الوجداني كمبني بمهارات إدارة الضغوط لدي طلاب جامعة

الأزهر، المؤتمر السنوي 16 مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس مصر .

72- بوروي رجاح فريدة (2013)، الضغوط الأسرية لدى الأسرة الجزائرية، الملتقي الوطني الثاني حول: الاتصال

وجودة الحياة في الأسرة ، 09-10 افريل، جامعة ورقلة.

73- محمد حامد زهران، سناء حامد زهران (2008)، مفهوم الذات الأكاديمي ومستوى الطموح لدى طلاب

وظالات الجامعات الحكومية والجامعات الخاصة، المؤتمر السنوي 13 مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين

شمس.

- 74- Babu, Hanish (2007), What are the different types of stress? ,
Skyline Harmony Villas, Trichur Dt, Kerala, India.
- 75- Bandey, B (2002) , "Level of aspiration of science and arts
college students in relation to neuroticism and extraversion",
Indiian Psychological Review, V. 32, N.7,p 44-67.
- 76- David C. Dollahite (1991) , life styles ; family and economic
issues, vol 12(4) winter 1991, human sciences press , Inc.
- 77- Deborah J et al,(2009), From Family Stress to Family
Strengths, CLEMSON EXTENTION, He leaflet 70, Revue ,
Jannury .
- 78- Dottie Schulz (2006) , Family Transitions: Adaptation to
Stress , Missions Resource Network,
<http://www.mrnet.org/taxonomy/term/42>, 15/03/2015 , à 6h45.
- 79- Evelyne Josse(2007), Le stress Quelques repères notionnels ,
14 avenue Fond du Diable, 1310 La Hulpe, Belgique.
- 80- Hamilton I. McCubbin, Marvin B. Sussman, Joan M. Patterson
(2013) , Social Stress and the Family :Advances and

- Developments in Family Stress Theory and Research** ,
Routledge ,711 Third Avenue, New York .
- 81- Hamilton I. McCubbin, Charles R. Figley,(2014), **Stress and the Family: Coping with normative transitions** , Vol 1,
Psychosocial Stress Series, réimprimée ,Routledge.
- 82- H .W .Krohne (2002) ,**Stress and coping theories** ,
Gutenberg-Universität , Mainz ,Germany .
- 83- Halgin, R. P., & Whitbourne, S. K. (1997). **Abnormal psychology: The human experience of psychological disorders**, London, Brown & Benchmark. Inc.
- 84- James Richard Hulbert(1985), **Family symptomology as a variable in family stress research** , Zeeb Road, Ann Arbor,
University Microfilms .
- 85- Janice Gauthier Weber (2011), **Individual and Family Stress and Crises**, SAGE Publications, Inc.
- 86- Jean W. & Others(2011) ,**rural Families and Work context and problems** , International Series on Consumer Science 1, ©
Springer Science +Business Media, LLC 2011.

- 87- Joe D. Wilmoth ,Samantha Smyser (2009) , **The ABC-X Model of Family Stress in the book of philippians** , Journal of Psychology and Theology, Mississippi State University USA, Vol. 37, No. 3, 155-162 .
- 88- Joyce A. Arditti,(2015) . **Family problems : stress** , risk and resilience ,John Wiley & Sons , Inc.
- 89- Clinic Community Health Centre (2010), **Stress & Stress Management**, 870 Portage Avenue, Winnipeg MB Canada.
- 90- Kyong-Mee Chung et al (2013), **Parenting Stress and Child Behavior Problems Among Clinic- Referred Youth** , Springer Science +Business Media New York, Child Psychiatry Hum Dev 44:460-468.
- 91- Marcel Schär (2014) , **Famille, stress et santé Relations entre stress dans la famille, stress au travail et indicateurs de santé,**
Promotion Santé Suisse, Suisse.
- 92- Michalis K. et al (2001), **Family Processes Affect Students' Motivation, and Science and Math Achievement in Cypriot**

- High Schools, Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, Vol 8, Issue 1.
- 93- P.J. Dewe et al.(2012) , Theories of Psychological Stress at Work , Handbook of Occupational Health and Wellness, © Springer Science +Business Media. New York.
- 94- Richard P. Boyle(1966) , The Effect of the High School on Students' Aspirations , American Journal of Sociology The University of Chicago, ,Vol. 71, No. 6 (May, 1966), pp. 628-639
- 95- R. S. Lazarus(1993) , FROM PSYCHOLOGICAL STRESS TO THE EMOTIONS: A History of Changing Outlooks, Annu. Rev. Psychol,44:1-22.
- 96- Russell J. Quaglia, Casey D. Cobb (1996), Toward a Theory of Student Aspirations, Journal of Research in Rural Education, winter, 1996, Vol. 12, No.3, 127-132.
- 97- Sarah Flynn (2014), family stress relief guide, <http://www.family-stress-relief-guide.com/family-life.html>.
[15/02/2015 . à 3h45.](http://www.family-stress-relief-guide.com/family-life.html)

- 98– Sandor Szabo, & Others(2012) , The legacy of Hans Selye and the origins of stress research: A retrospective 75 years after his landmark brief “Letter” to the Editor of Nature , q Informa Healthcare USA, Inc, September 2012; 15(5): 472–478 .
- 99– Sawyer, Ryan. (2005). Stress the silent killer. e-Book Wholesaler, Hitech United Australia Pty. Ltd . Hoddle Street Abbotsford ,Melbourne, Australia.
- 100– Sharon J & Others(2009), Families & change : coping with stressful events and transitions , 3th ed, United States , Los Angeles : SAGE.
- 101– Smith, Susanna D, (1984), Family stress theory : review and critique, San Francisco, California, National Council on Family Relations Annual Meeting.
- 102– Virginia Hill Rice (2012) , Handbook of Stress, Coping, and Health Implications for Nursing Research, Theory, and Practice ,Second Edition , SAGE Publications, Inc.

الملاحق

الملاحق

الملحق رقم (I): قائمة الأساتذة المحكمين

الدرجة العلمية	الأساتذة
أستاذ التعليم العالي بجامعة الجزائر	بلعربي الطيب
أستاذ محاضر بجامعة غار داية	بقادير عبد الرحمن
أستاذ محاضر بجامعة ورقلة	بن ساسي عقيل
أستاذ محاضر بجامعة غار داية	سعادة رشيد
أستاذ محاضر بجامعة ورقلة	قوارح محمد

الملحق رقم (II): استمارة صدق المحكمين

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة غار داية

قسم علم النفس.

السنة الثانية مدرسة الدكتوراه إرشاد اسري.

-استمارة صدق المحكمين-

الطالبة: أولاد العيد غزالة اسم الأستاذ(ة):.....

أستاذي الكريم أستاذي الكريمة:

نظرا لخبرتكم في هذا المجال نضع بين أيديكم هذه الأداة التي تهدف لقياس الضغوط الأسرية لدى عينة من طالبات السنة الأولى جامعي.

فالرجاء منكم تقويم هذه الأداة و تعديل ما يمكن تعديله و المطلوب هو:

-سلامة و صحة التعريف الإجرائي.

-مناسبة الفقرات و تغطيتها لكل بعد.

-مدى وضوح الفقرات من حيث الصيغة اللغوية.

-مناسبة البدائل و الموازين للفقرات.

- ملاحظات أخرى إن وجدت.

ويكون ذلك بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة في الجداول المرفقة مع تقديم البديل في حالة عدم الموافقة.

وأحيطكم علما أن موضوع الدراسة هو:

الضغوط الأسرية وعلاقتها بمستوى الطموح لدي عينة من طالبات السنة الأولى جامعي بغار داية .

الملاحق

العينة: طالبات السنة الأولى جامعي بغار داية .

❖ التعريف الإجرائي للضغوط الأسرية :

هو شعور طالبة سنة الأولى جامعي بغار داية بالتوتر والضييق الناتج عن مشكلات وقيود وأعباء أسرية وإدراك للمعاملة القاسية من الأهل، والتي تظهر من خلال الدرجة التي تتحصل عليها في المقياس .

الأبعاد	البنود	تقيس	لا تقيس	تقيس نوعا ما	البديل
البعد النفسي	1) يتتابني إحساس بأنني وحيد في هذه الحياة.				
	2) اشعر أن أسرتي لا تهتم بي.				
	3) اخجل من زيارة صديقاتي لبيتي لتواضع أثاثه.				
	4) اتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير مستلزماتي الضرورية.				
	5) يضايقني عدم اهتمام والداي بي.				
	6) يزعجني اهتمام أمي بإخوتي الذكور.				
	7) يضايقني تسلط إخوتي الذكور علي.				
	8) تزعجني أسئلة والدي لي عند عودتي من الجامعة				
	9) يضايقني مراقبة إخوتي لي خارج البيت.				
	10) تزعجني أسئلة والدي لي عند عودتي للبيت.				
	11) يضايقني عدم اهتمام والدي بمشكلاتي الشخصية				
	12) أتضايق لانتقاء أسرتي لأصدقائي والتشكيك فيهم.				
	13) يضايقني عدم سماح إخوتي لي بزيارة صديقاتي				
	14) يضايقني عدم سماح والدي أو احدهم بدعوة صديقاتي لزيارتي في البيت.				
	15) أتضايق من تدخل إخوتي في شئوني الخاصة				

				16) أتضايق من تدخل والدي في شئوني الخاصة.
				17) تزعجني كثرة المشاجرات في أسرتي.
				18) يزعجني اختلاف رأيي مع آراء والدي في كثير من الموضوعات.
				19) يضايقني عدم تفهم والداي لي.
				20) يقلقني تشاجر والداي أثناء وجودي.
				21) يضايقني معاملة أسرتي لي بطريقة لا تليق بي كفتاة.
				22) يضايقني تكليف أسرتي لي بأعمال تتعارض مع دراستي.
				23) أرى أن أسرتي تفتقد إلى الأخذ بمبدأ المشاركة بالرأي.
				24) أعاني من قلة الاحترام في التعامل بين أفراد أسرتي.
				25) أعاني من عدم التعاون بين أفراد أسرتي.
				26) اشعر أن حريتي محدودة رغم المستوي التعليمي الذي لدي .
				27) يزعجني تقييم سلوكياتي باستمرار داخل البيت
				28) يزعجني عدم ثقة والداي في قدراتي.
				29) أعاني من تدخل مباشر لإخوتي الذكور في أموري الخاصة.
				30) أعاني من عدم قدرتي على إبداء رأيي داخل أسرتي .
				1- تفرض علي أسرتي قيود تحد من طموحاتي في الحياة.
				2- تتدخل أسرتي في تحديد ما يجب أن افعل.

الملاحق

				3- تحملني أسرتي أعباء كثيرة فوق طاقتي.	البعد الاجتماع عي
				4- يحرمني والدي أو احدهما من التعبير عن رأيي داخل الأسرة .	
				5- يقلقني تمييز والدي أو احدهما بيني وبين أشقائي.	
				6- ينتقد والداي تصرفاتي ويتدخل في شؤوني الخاصة.	
				7- اجد صعوبة في التفاهم مع أفراد أسرتي .	
				8- تحملني أسرتي أعباء أسرية فوق طاقتي.	
				9- يعاملني والدي أو احدهما بقسوة.	
				10- توجد مفاضلة في التعامل بيني وبين أخوتي من طرف والداي.	
				11- اجد صعوبة في مصارحة الوالدي بمشاكلي الشخصية.	
				12- تفتقد أفراد أسرتي إلى التواصل السليم بينها.	
				13- اشعر أن هناك تباعد في العلاقات بين أفراد أسرتي.	
				14- يقلقني انشغال والداي عن الاهتمام بنا.	
				15- يتعامل والدي معي بطريقة تسلطية.	
				16- تزعجني الخلافات التي تحدث بين أفراد أسرتي	
				17- يتجاهل والدي إشباع حاجاتي النفسية والعاطفية	
				18- يصعب علينا مغادرة البيت دون مرافقة والدي أو احد إخوتي الذكور .	

الملاحق

				19- يتعامل والدي مع أخطائي وتقصيري بشدة وقسوة.	
--	--	--	--	--	--

❖ البدائل و الموازين :

أعراض	محايد	أوافق	البدائل
1	2	3	الموازين

البدائل	غير مناسبة	مناسبة	بدائل الأجوبة
			أوافق
			محايد
			أعارض

❖ قياس البعدين للخاصية :

البدائل	غير مناسبة	مناسبة	الأبعاد
			بعد نفسي
			بعد اجتماعي

ملاحظات أخرى :

.....

.....

.....

.....

الملحق رقم (III): مقياس الضغوط الأسرية.

جامعة غار دايدة

معهد العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس

- استبيان -

عزيزتي الطالبة:

يهدف هذا المقياس إلى معرفة موافقتك أو معارضتك لبعض العبارات المرتبطة بالضغوط الأسرية ، يتكون المقياس من (34) عبارة لكل منها ثلاث استجابات هي : (موافق - محايد - معارض) .
فالرجاء منك ان تقرأها بتمعن و فهما جيدا ، ثم تجيب بكل وضوح و ذلك بما ينطبق عليك و تعبر عن مشاعرك بصراحة . و تأكد بانك اجبت على كل الاسئلة دون استثناء .
و تكون اجابتك بوضع علامة (x) امام الخانة المناسبة من وجهة نظرك . علما انه لا توجد اجابة صحيحة و اخرى خاطئة ، و اعلم بان اجابتك سوف تحاط بالسرية التامة و لا تستخدم الا لغرض البحث العلمي .

البيانات الشخصية :

السن:

التخصص : الكلية :

المستوي الاقتصادي : - ممتاز - جيد - متوسط - ضعيف

عدد الاخوة : ترتيب في الاسرة :

الملاحق

م	العبارات	موافق	محايد	معارض
1	ينتابني إحساس بأنني وحيد في هذه الحياة.			
2	أشعر أن أسرتي لا تهتم بي.			
3	أضايقت لعدم قدرة أسرتي على توفير مستلزماتي الضرورية.			
4	يضايقني تسلط اخوتي الذكور علي .			
5	تزعجني أسئلة والداي الكثيرة عند عودتي من الجامعة .			
6	يضايقني مراقبة اخوتي لي خارج البيت.			
7	يضايقني عدم اهتمام والداي بمشكلاتي الشخصية.			
8	يضايقني عدم سماح والدي بدعوة صديقاتي لزيارتي في البيت.			
9	أضايقت لانقطاع اسرتي لأصدقائي و التشكيك فيهم دائما .			
10	يقلقني تشاجر والداي اثناء وجودي.			
11	يضايقني تكليف اسرتي لي بأعمال تتعارض مع دراستي .			
12	أرى ان اسرتي تفتقد الى الأخذ بمبدأ المشاركة بالرأي.			
13	أعاني من قلة الاحترام في التعامل بين افراد اسرتي.			
14	أعاني من عدم التعاون بين افراد اسرتي.			
15	يزعجني عدم ثقة والداي في قدراتي.			
16	أخجل من زيارة صديقاتي الى بيتي لتواضع اثاثة .			
17	تحملني اسرتي أعباء كثيرة فوق طاقتي .			
18	يحرمني والدي او احدهما من التعبير عن رأيي داخل الاسرة .			
19	يضايقني عدم سماح اخوتي لي دائما بزيارة صديقاتي لغرض الدراسة			
20	أجد صعوبة في التفاهم مع أفراد أسرتي .			
21	يعاملني والدي أو احدهما بقسوة .			
22	توجد مفاضلة في التعامل بيني وبين أخوتي من طرف والداي.			
23	أجد صعوبة في مصارحة الوالدي بمشاكلي الشخصية .			
24	تفتقد أفراد أسرتي الي التواصل السليم بينها.			
25	أشعر ان هناك تباعد في العلاقات بين أفراد أسرتي .			
26	يقلقني انشغال والداي عن الاهتمام بنا.			
27	يغلب التعامل القاسي بين افراد اسرتي .			
28	تكثر الخلافات بين افراد اسرتي يوميا .			
29	يتجاهل والدي اشباع حاجاتي النفسية .			
30	يصعب علينا مغادرة البيت دون مرافقة والدي او احد اخوتي الذكور.			
31	يتعامل والدي مع اخطائي و تقصيري بشدة و قسوة.			
32	أشعر ان حريتي محدودة رغم مستواي التعليمي .			
33	تفرض علي اسرتي قيود تحد من طموحاتي في الحياة .			
34	تتدخل اسرتي كثيرا في تحديد ما يجب ان افعل دون مراعاتي .			

الملحق رقم (V): مقياس الطموح النفسي.

جامعة غاردايية

معهد العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس

- استبيان -

البيانات الشخصية :

السن:.....

التخصص : الكلية :

عدد الاخوة :..... ترتيب في الاسرة :.....

المستوي الاقتصادي : - ممتاز - جيد - متوسط - ضعيف

عزيتي الطالبة :

يهدف هذا المقياس إلى معرفة موافقتك أو معارضتك لبعض العبارات المرتبطة بطموحك ، يتكون المقياس من (36) عبارة لكل منها أربع استجابات هي : (دائماً - كثيراً - أحياناً - نادراً)

لا توجد عبارة لها استجابة صحيحة أو خاطئة ولكن أفضل استجابة هي التي تعكس إحساسك الصادق .

اقرأ كل عبارة جيداً ثم ضع علامة (x) أسفل الإجابة التي تعبر عن رأيك في ورقة الإجابة المنفصلة والمخصصة لك .

إذا غيرت رأيك في أحد العبارات ، ضع دائرة حول العلامة التي وضعتها ، ثم ضع علامة

أخرى أسفل الاستجابة الجديدة ، لا تترك أي عبارة دون الاستجابة عليها .

تأكد أن استجابتك تعكس رأيك الشخصي ، وستكون موضع السرية التامة ولا تستخدم الا لغرض البحث العلمي .

الملاحق

م	العبرة	دائماً	كثيراً	أحياناً	نادراً
1	أسعى لتحقيق الأهداف التي رسمتها .				
2	أعرف جيداً ما أريد أن أفعله .				
3	انني واثق من تحقيق اهدافي .				
4	أستطيع التغلب على ما يواجهني من عقبات .				
5	من الأفضل أن يضع الفرد أهدافاً بديله .				
6	يشغلني التفكير في المستقبل .				
7	أرى أن الحياة ستستمر مهما حدث .				
8	أستطيع وضع أهداف واقعية في حياتي .				
9	ينبغي الاستفادة من التجارب الفاشلة .				
10	أحدد أهدافي في ضوء إمكانياتي .				
11	أشعر بالرغبة في الحياة .				
12	أتطلع إلى المستقبل .				
13	أسعى لتحقيق ما هو أفضل .				
14	لدى القدرة على تعديل أهدافي حسب الظروف .				
15	اعتقد أن توظيف التطورات التكنولوجية مطلوب .				
16	لدى المقدرة على تحديد أهدافي .				
17	أستطيع توجيه إمكانياتي والاستفادة منها .				
18	ينبغي عدم الاستسلام للفشل .				
19	أشعر بالتفاؤل نحو المستقبل .				
20	أستطيع استبدال أهدافي التي لا تتحقق .				
21	أعتقد أن الفشل أول خطوات النجاح .				
22	أؤمن بالقول " رب ضارة نافعة " .				
23	ينتابني الشعور باليأس .				
24	ينبغي أن يستعد الإنسان لمواجهة المستقبل بتحدياته .				
25	أعتقد أنه لا يوجد وقت يشبه الحاضر .				
26	أعتقد أن المعاناة تكون دافعاً للإنجاز .				
27	أؤمن بأن بعد العسر يسر .				
28	لدى الرغبة في مواكبة التحولات الجوهرية التي يشهدها العالم .				
29	أدرك أن الحياة متغيرة .				
30	أجد صعوبة في تقبل كل ما هو جديد .				
31	أرى أن التجديد أساس استمرارية الحياة بشكل جديد .				
32	يشغلني التفكير في الماضي بمشكلاته .				
33	أؤمن أن كل ما هو جديد ناتج لمجهودات سابقة .				
34	أسعى وراء المعرفة الجديدة .				
35	أرغب في الاطلاع على كل ما هو جديد ومثير .				
36	أجد صعوبة في تخطيط ما أقوم به من نشاط .				

الملحق رقم (VI): مخرجات نتائج spss

Correlations (صدق الاتساق الداخلي)

		var1	var2	var3	var4	var5	var6	var7	var8	var9	var10	var11	var12	var13	var14
sum	Pearson	.311	.471	.356	.439	.468	.600	.494	.493	.477	.543	.340	.492	.374	.506
	Correlation														
	Sig. (2-tailed)	.003	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000
	N	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90

var15	var16	var17	var18	var19	var20	var21	var22	var23	var24	var25	var26	var27	var28	var29	var30
.552	.407	.497	.607	.410	.515	.478	.586	.305	.615	.611	.526	.521	.484	.572	.584
.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.003	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90

var31	var32	var33	var34	sum
.539	.614	.486	.510	1
.000	.000	.000	.000	
90	90	90	90	90

Correlations (العبرة مع البعد النفسي)

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014
الضغوط	Pearson	.356	.461	.429	.464	.494	.638	.514	.518	.559	.586	.422	.559	.391	.504
	Correlation														
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90

VAR00015	VAR00016	VAR00019	VAR00032	الضغوط
.594	.373	.428	.573	1
.000	.000	.000	.000	
90	90	90	90	90

Correlations (العبرة مع البعد الاجتماعي)

		VAR00017	VAR00018	VAR00020	VAR00021	VAR00022	VAR00023	VAR00024	VAR00025	VAR00026	VAR00027	VAR00028	VAR00029	VAR00030
الاجتماعية	Pearson	.541	.579	.558	.513	.640	.359	.649	.654	.526	.604	.526	.572	.587
	Correlation													
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90

VAR00031	VAR00033	VAR00034	الاجتماعية
.604	.490	.548	1
.000	.000	.000	
90	90	90	90

Correlations

		sum	الضغط	الاجتماعية
sum	Pearson Correlation	1	.940	.942
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	90	90	90
الضغط	Pearson Correlation	.940	1	.772
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	90	90	90
الاجتماعية	Pearson Correlation	.942	.772	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	90	90	90

Reliability Statistics

Value	.788
Part N of Item	17
Cronbach's	Value
Alpha	.854
Part N of Item	2 17
Total N of Items	34
Correlation	.843
Between Forms	
Spearman Length	.915
- Unequal	
Brown Length	.915
Guttman Split-Half Coefficient	.909

Correlations(صدق الاتساق الداخلي)

Correlations

		VAR00032	VAR00033	VAR00034	VAR00035	VAR00036	VAR00037	VAR00038	VAR00039	الجديد
الجديد	Pearson Correlation	.448	.383	.474	.385	.577	.456	.422	.595	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	90	90	90	90	90	90	90	90	90

Correlations

		الأهداف	التداول	الإحباط	الجديد	الطموح
الأهداف	Pearson Correlation	1	.444	.338	.278	.744
	Sig. (2-tailed)		.000	.001	.008	.000
	N	90	90	90	90	90
التداول	Pearson Correlation	.444	1	.468	.467	.827
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000
	N	90	90	90	90	90
الإحباط	Pearson Correlation	.338	.468	1	.314	.682
	Sig. (2-tailed)	.001	.000		.003	.000
	N	90	90	90	90	90
الجديد	Pearson Correlation	.278	.467	.314	1	.672
	Sig. (2-tailed)	.008	.000	.003		.000
	N	90	90	90	90	90
الطموح	Pearson Correlation	.744	.827	.682	.672	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	90	90	90	90	90

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.589
	Part 2	Value	.672
	Total N of Items		36
Correlation Between Items			.715
Spearman-Brown	Equal Length		.834
Guttman Split-Half Coefficient	Unequal Length		.834
			.830

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	322	18.00	37.00	21.3789	2.08374
Valid N (listwise)	322				

NEW FILE.

DATASET NAME DataSet1 WINDOW=FRONT.

CORRELATIONS

/VARIABLES=Stress ASPERASTION

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/MISSING=PAIRWISE.

Correlations

[DataSet1]

Correlations

		Stress	الطموح
الضغوط الاسرية	Pearson Correlation	1	-.224**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	322	322
الطموح	Pearson Correlation	-.224**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	322	322

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

ONEWAY ASPERASTION BY Spicialite

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

Oneway

Descriptives

الطموح (حسب التخصص) الكلية

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
1.00	99	72.4545	11.76233	1.18216	70.1086	74.8005	44.00	102.00
2.00	76	70.3421	11.74002	1.34667	67.6594	73.0248	44.00	99.00
3.00	79	72.6076	12.53346	1.41012	69.8003	75.4149	42.00	101.00
4.00	50	69.7000	15.97479	2.25918	65.1600	74.2400	28.00	94.00
5.00	18	69.5000	15.93092	3.75495	61.5777	77.4223	48.00	95.00
Total	322	71.4006	12.90841	.71936	69.9854	72.8159	28.00	102.00

ANOVA

الطموح

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	519.834	4	129.958	.778	.540
Within Groups	52967.486	317	167.090		
Total	53487.320	321			

T-TEST GROUPS=Frere (5 6)
 /MISSING=ANALYSIS
 /VARIABLES= ASPERASTION
 /CRITERIA=CI (.95) .

T-Test

[DataSet1]

عدد الاخوة Group Statistics

	Frere	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الطموح	5.00	152	72.1447	11.92382	.96715
	6.00	170	70.7353	13.73009	1.05305

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الطموح	Equal variances assumed	2.520	.113	.978	320	.329	1.40944	1.44107	-1.42572	4.24460
	Equal variances not assumed			.986	319.737	.325	1.40944	1.42979	-1.40354	4.22242

T-TEST GROUPS=Clacement (3 4)
 /MISSING=ANALYSIS
 /VARIABLES= ASPERASTION
 /CRITERIA=CI (.95) .

T-Test

[DataSet1]

ترتيب في الاسرة Group Statistics

	Clacement	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الطموح	3.00	175	72.5200	12.27690	.92805
	4.00	147	70.0680	13.54377	1.11707

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
الطموح	Equal variances assumed	1.235	.267	1.703	320	.090	2.45197	1.43993	-.38096	5.28490
	Equal variances not assumed			1.688	297.981	.092	2.45197	1.45228	-.40605	5.31000

```

DATASET ACTIVATE DataSet1.
DATASET CLOSE DataSet0.
T-TEST GROUPS=Age(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES= ASPERASTION
  /CRITERIA=CI(.95).
    
```

T-Test

[DataSet1]

السن Group Statistics

	Age	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الطموح	1.00	202	70.7624	12.87378	.90580
	2.00	120	72.4750	12.94913	1.18209

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
الطموح	Equal variances assumed	.002	.969	-1.152	320	.250	-1.71262	1.48701	-4.63817	1.21293
	Equal variances not assumed			-1.150	248.957	.251	-1.71262	1.48923	-4.64572	1.22047

```

DESCRIPTIVES VARIABLES= ASPERASTION Stress
  /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX.
    
```

Descriptives

[DataSet1]

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
الطموح	322	28.00	102.00	71.4006	12.90841
الضغط الاسريّة	322	34.00	102.00	56.7391	15.47122
Valid N (listwise)	322				