وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بابل – كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الضغوط الاسرية والمدرسية وعلاقتها بمستوى الطموح الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية

بحث مقدم الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية - جامعة بابل
وهي جزء من متطلبات نيل درجة البكالوريوس في العلوم التربوية والنفسية

من الطالبة

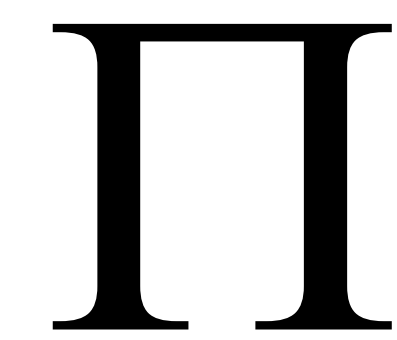
فاطمة صالح بريهي

إشراف

أ.م.د. نبيل كاظم نهير الشمري

1444هـ

2023م



قال I : [نَرْفَعُ دَرَجَاتٍ مَنْ
نَشَاءُ وَفَوْقَ كُلِّ ذِي عِلْمٍ عَلِيمٌ]

سورة يوسف : الآية (76)

أ

الإهداء ...

إلى ... قرة عيني نبيّنا محمد الصادق الأمين
(صلى الله عليه وسلم وآله)

أُهدي جهدي المتواضع

الباحثة

شكر وتقدير

بعد حمدٍ للهِ حمداً كثيرا على ما أفاض عليَّ من نعم وهداني لهذا وما كنت لأهتدي لو لا أن هداني الله...

أتقدم بالشكر الجزيل، والامتنان الوافي المقرونين بآيات الاحترام والتقدير لأساتذتي في كلية التربية للعلوم الانسانية واخص بالذكر منهم **(أ.م.د. نبيل كاظم نهير الشمري)** لما كان له من الفضل في انجاز هذا البحث من خلال متابعته الدقيقة لي وشكراً من الأعماق لكل من مد يد العون لي بكلمة أو توجيه أو نصح والله ولي التوفيق.

المحتويات

ت	اسم الموضوع	الصفحة
1	الآية	أ
2	الإهداء	ب
3	الشكر والتقدير	ج
4	المحتويات	د
	ملخص البحث	هـ
5	الفصل الاول التعريف بالبحث	1
6	**الفصل الثاني** **الاطار النظري والدراسات السابقة**	11
7	**الفصل الثالث** **منهجية البحث واجراءاته**	21
8	الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها	30
9	الفصل الخامس الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات	41

10	المصادر	42

د

ملخص البحث

يمر المجتمع العراقي بتغيرات سياسية واقتصادية واجتماعية سريعة يشهدها المواطن العراقي بشكل واضح ، هذه التغيرات ادت الى تعرض العاملين ومنهم المعلمون بشكل خاص الى مستويات عالية من مصادر الضغوط الدراسية والاسرية . وتزداد ضغوط الحياة عندما يتعرض المجتمع الى ازمات وكوارث اجتماعية واقتصادية وسياسية وعسكرية كالذي حصل للمجتمع العراقي من جراء الحروب التي مر بها منذ سنة 1980 والى حد الان ، فضلا عن سنوات الحصار القاسية التي تركت اثارا في واقع المدرسة وامكاناتها المادية والمعنوية

يعد موضوع الضغوط من الموضوعات ذات الأهمية القصوى ، وفي مقدمة الموضوعات التي تناقش في مجالات كثيرة مثل التعليم والطب والصحة العامة وعلم النفس والتحليل النفسي ، وعلم وظائف الأعضاء والهندسة والطبيعة ،وغيرها من المجالات التي تهم الأفراد ليس فقط بسبب التأثيرات العقلية والجسمية التي يمكن أن يسببها للفرد ولكن بسبب قدرته على ايجاد مشكلات اجتماعية واقتصادية في المجتمع وان لم يكن بصورة مباشرة

ولكي تؤدي المدرسة وظيفتها بالنسبة للفرد والمجتمع لابد من توافر عناصر اساسية لها منها ماهو مادي ومنها ماهو بشري ولايمكن تفضيل احدها على الاخر في الوظيفة ولكن يبقى العنصر البشري من بين العوامل المهمة في عمليتي التربية والتعليم لذا فقد اصبحت مدارس اليوم اكثر منها في اي وقت مضى تواجه صعوبات كثيرة في مسايرة حاجات مجتمع سريع التطور , وتوافق المدرسة مع التطور اصبح حاجة ملحة ان هي شاءت الا تظل متخلفة عن ركب الحياة

إن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه مثلا وأهدافا ومستويات للطموح ، ويسعى للوصول إليها، حتى وان كانت بعيدة المنال ، فالتكيف المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في تحقيق الأهداف ومستويات الطموح التي يضعها الفرد لنفسه0

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية في محافظة بابل للعام الدراسي 2022-2023

الفصل الأول

التعريف بالبحث

مشكلة البحث

أهمية البحث

اهداف البحث

حدود البحث

تحديد المصطلحات

مشكله البحث:

يمر المجتمع العراقي بتغيرات سياسية واقتصادية واجتماعية سريعة يشهدها المواطن العراقي بشكل واضح ، هذه التغيرات ادت الى تعرض العاملين ومنهم المعلمون بشكل خاص الى مستويات عالية من مصادر الضغوط الدراسية والاسرية . وتزداد ضغوط الحياة عندما يتعرض المجتمع الى ازمات وكوارث اجتماعية واقتصادية وسياسية وعسكرية كالذي حصل للمجتمع العراقي من جراء الحروب التي مر بها منذ سنة 1980 والى حد الان ، فضلا عن سنوات الحصار القاسية التي تركت اثارا في واقع المدرسة وامكاناتها المادية والمعنوية ، اذ تبدو الحياة الاجتماعية من خلال الملاحظة الميدانية مشحونة بالتوتر والخوف والقلق وضعف الامن النفسي والاجتماعي والتي يترتب عليه ظهور مشكلات وامراض نفسية وانحرافات اجتماعية تؤدي الى تصدع ذات الفرد .

تولى معظم دول العالم المتقدمة منها والنامية في العصر الحالي العملية التربوية والتعليمية اهتماما متزايدا, وذلك لما لها من اهمية كبيرة في حركة تقدم المجتمع وتحقيق اهداف التنمية القومية , فهي اداة فعالة في بناء الانسان وتطوير شخصيته وتفجير طاقاته وقدراته الابداعية . (الحبيب , 1981 : ص21) . ومن البديهي أن العملية التربوية والتعليمية عملية موجهة بالاساس الى المتعلم بغية تطوير قابلياته وتنمية قدراته واعداده اعداداً سليماً ليصبح عضواً نافعاً باتجاه خدمة مجتمعه . (داود وأخرون , 1991 : ص145) . لذلك كان من الطبيعي ان تسهم العملية التربوية والتعليمية بشكل فاعل بمختلف المراحل الدراسية في اعداد الجيل بما يتكافأ وحجم المهمات الملغاة على عاتقه فظلاً عن دورها في بناء الشخصية المتوازنة والمتكاملة في ابعادها وخصائصها من خلال مناهجها الدراسية وانشطتها وفعاليتها وما يرافقها من ارشاد وتوجيه ورعاية لمتطلبات النمو والحاجات الاساسية بما يحقق الصحة النفسية التي تعد غاية الانسان ووسيلته في حياة سليمة قادرة على الابداع والتفاعل الاجتماعي .

لقد ازدادت الحاجة الى الارشاد النفسي والتوجيه التربوي نتيجة لتعقيد الحياة وشعب مجالاتها .بسب ما يشهده العالم اليوم من تغيرات سريعة في مختلف جوانب الحياة الفكرية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي صاحبت التطور العلمي والتقدم الصناعي والتكنلوجي فتوسعت المدارس وازداد عدد التلاميذ وكثرت مشاكلهم النفسية والتربوية والمهنية التي توثر سلباً على العملية التربوية وتعيقها من تحقيق اهدافها .

– ما هي علاقة الضغوط الاسرية والمدرسية بمستوى الطموح الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية؟

أهمية البحث:

تتنازع في النفس الإنسانية قوتان هما قوة الخير بما تمثله من قدرة الأنسان على إتيان الأفعال الحسنة و المعاني السامية في الحياة ، و قوة الشر بكل ما تحمله من معان سيئة ، و في هذا الجانب يقول الله سبحانه و تعالى ((و نفس و ما سواها فالهمها فجورها و تقواها)) الشمس / الآية6،7 ، و من هنا تبرز قوتا الخير و الشر و ما بينهما من تفاعل للصراعات داخل قوى النفس التي تنبثق منها تحقيق الهوية على فعل الخير .

و عند البحث في العمق التاريخي لهذا التحدي الذي يجابه بني البشر يرى الباحث بأن الإرادة عميقة الغور في الفكر الإنساني بل أن الأمر يعود إلى آلاف السنين أي مع بدء أعمار الأرض من قبل الأنسان و يستدل على ذلك من قدرة الأنسان على التوافق مع المتغيرات حوله و قابليته على حل المشكلات التي تبدأ مع نهوضه في الصباح و لا تتوقف حتى أثناء النوم و تلعب الهوية دورا في حياة الفرد فتعلم مهارة معينة يتطلب الصبر على المطاولة .

ان التربية التي كانت تقتصر اغراضها على اعداد الفرد للكسب المهني او تعليمه او تثقيفه لاستثمار اوقات فراغه . تربية تنظر الى الفرد من ناحية واحدة بصرف النظر عن النواحي الاخرى .

اما التربية الصحيحة هي التي تهدف الى اعداد الفرد للحياة في المجتمع اعداداً متكاملاً تتناول مختلف نواحيه والوصول به الى اقصى ماتؤهله له مواهبه والى توجيه ميوله واستعداداته توجيهاً يجعل منه قوة فعالة وعضواً نافعاً في المجتمع الذي يعيش فيه (رمضان , 1984 , ص9) .

ان هذا الاعداد يمر به الفرد خلال انتقاله بين الاسرة والمدرسة والمجتمع وبغية ترجمة ماتقدم عملياً ادخلت الكثير من دول العالم برامج الارشاد التربوي في نظمها التعليمية لما لهذه البرامج من اهمية بالغة في بناء شخصيات المعلمين .

ان فكرة التوجيه ليست جديدة على المجتمع الانساني طالما التمس الانسان مساعدة الاخرين في حل مشكلاته , والتاريخ مليء بالشواهد والأمثال على ذلك . فالزمن الذي تحل مشاكله بالنصائح قد اصبح قليل الفائدة ولذلك فأن التوجيه والارشاد كان موجوداً فيما مضى ولكنه

تطورت واستحدثت خدماته بشكل يتلائم مع طبيعة العصر الحاضر (وزارة التخطيط , 1977 , ص5) .

ولكي تؤدي المدرسة وظيفتها بالنسبة للفرد والمجتمع لابد من توافر عناصر اساسية لها منها ماهو مادي ومنها ماهو بشري ولايمكن تفضيل احدها على الاخر في الوظيفة ولكن يبقى العنصر البشري من بين العوامل المهمة في عمليتي التربية والتعليم لذا فقد اصبحت مدارس اليوم اكثر منها في اي وقت مضى تواجه صعوبات كثيرة في مسايرة حاجات مجتمع سريع التطور , وتوافق المدرسة مع التطور اصبح حاجة ملحة ان هي شاءت الا تظل متخلفة عن ركب الحياة (وزارة التربية 1966 , ص3) .

وان المتغيرات التي طرأت على وظيفة المدرسة . اهتمامها بالطالب ككل داخل المدرسة وخارجها فهو لم يأت ليحفظ ويلقن العديد من المعارف بل لينمي شخصيته ويفهم نفسه وبيئته ويتوافق لحاضره وغده توافقاً سليماً كي يستطيع ان يتفاعل مع بيئته تفاعلاً ايجابياً . (القيس 1986 , ص8) .

تتجلى أهمية البحث خلال أهمية دور الأسرة في بناء النظام الاجتماعي الذي يتلقى فيه الفرد ويتعلم منه طرائق التفكير السائد، ويتشرب فيه عادات وتقاليد المجتمع الذي يعيش فيه، ويؤكد سيرز Sears أن البيئة الأسرية التي يعيش فيها الطفل هي خلاصة علاقته بوالديه وأساليب تعاملهم معه، وهي التي تساهم في تشكيل معظم أنماط سلوكه وصحته النفسية ،ويشير برم إلى أن البيئة الأسرية هي التي تكسب الأفراد أساس المعارف والمهارات التي تمكنهم من المشاركة الفعالة في بناء المجتمع، ويحتل الوالدان الدور الأساس والمهم في إشباع جميع حاجاته الاجتماعية والعقلية والنفسية (برم، 1982، 103).

وتعد الأسرة ممثلة بالوالدين النواة الأولى في بناء الصرح الاجتماعي، وذلك لكونها البيئة الأولى التي ينشأ فيها الأبناء، وتتوقف صلاحية هذا الصرح على صلاحية الأسرة نفسها، باعتبارها الخلية الأولى فيه وتساعد الأسرة في تنمية الأجواء المبنية على الحب والمودة والتراحم ليسود بين الجميع أجواء الألفة والإحساس بالرضا، ويقول المولى سبحانه في كتابه العزيز: بسم الله الرحمن الرحيم "هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا" (سورة الأعراف/ آية (189))

وفي دراسة لليونسكو حول الحروب والأطفال تبين أن المعاناة النفسية للأطفال هي ليست ناتجة عن الحرب نفسها، لكن تأثيرات أحداث الحرب على العلاقات العائلية، وفصل الطفل عن والديه هي من أهم أسباب (آل خليفة، 2001، 29).

وبالنسبة لمستوى الطموح فانه يعد احد المتغيرات ذات التأثير البالغ فيما يصدر عن الإنسان من نشاط، فهو احد الدوافع التي تحرك سلوك الفرد وتحدد وجهته التي يشبع بها هذا الدافع، وهو مظهر من مظاهر الشخصية واحد أبعادها الأساسية التي تمثل شعور الفرد في تقدير إمكانياته للقيام بفعالية ما في موقف معين، ولعل الكثير من إنجازات الأفراد وتقدم الأمم يرجع إلى توفير القدر المناسب من مستوى الطموح، بالإضافة إلى العوامل التي تساعد على هذا الإنجاز والتقدم. (الدوري، 1980: 2).

إن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه مثلا وأهدافا ومستويات للطموح ، ويسعى للوصول إليها، حتى وان كانت بعيدة المنال ، فالتكيف المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في تحقيق الأهداف ومستويات الطموح التي يضعها الفرد لنفسه0 (طه وعلي خان،1990: 446).

وقد اشار قاموس المصطلحات النفسية بان مستوى الطموح Level of Aspiration قد استخدم في التجارب النفسية على اساس المعيار الذي بموجبه يحكم الفرد على درجة أدائه من حيث كونه أداءً ناجحا أو فاشلا، وانه قد وصل أو لم يصل للدرجة التي توقعها لنفسه، والطموح بهذا المعنى يعني إن النجاح الذي حققه الفرد سيزيد من احترام الذات ويزداد اعتباره، وتقديره لنفسه في حين يؤدي الفشل إلى إحساس الفرد بالخيبة، والى ضعف ثقته بنفسه والى انخفاض مستوى تقديره لها (العبيدي،1987: 33).

وتتبين أهمية مستوى الطموح، من خلال النتائج المهمة لدراسته في وضع الأهداف السلوكية المستقبلية للفرد وعندما يلاقي فشلا في إنجاز أهدافه المعلقة، أو غير المعلقة فالفرد الذي خبر الفشل سيكون أكثر جدارة من غيره في إنماء طموحه غير الواقعي وتطويره، لأنه سيقدر أدائه السابق، مادام لا يقدر على أداء أعلى، وعليه سيكون ميالا للواقع بصورة كبيرة في تقدير أدائه المستقبلي. (رسول،1984: 46).

فضلاً عن ان للآباء تأثيراً ملموساً في زيادة الطموح لدى أبنائهم عن طريق التشجيع والتعزيز واستخدام وقت الفراغ فيما ينفعهم وينمي ثقافتهم ويوسع مداركهم، ومنح الحرية الكافية لهم حتى يقوموا بانجاز الأعمال المطلوبة منهم وعدم التدخل المباشر دون الحاجة لذلك، (السعادات، 2003).

أهداف البحث :

ستهدف البحث الاجابة عن الأسئلة الآتية :

1- ما هو مستوى الضغوط المدرسية والاسرية؟

2- ما مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

3- العلاقة الارتباطية بين الضغوط المدرسية والاسرية بالطموح الدراسي.

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية في محافظة بابل للعام الدراسي 2022-2023

تحديد المصطلحات :

الضغوط الدراسية والاسرية -

لقد كثرت التعريفات المتعلقة بالتوتر وتعددت فهناك من عرف التوتر من خلال المسببات وأثرها , ومنهم من عرفها من خلال العلاقة بين المثير والاستجابة وما يتوسطهما من عمليات داخلية , ومنهم من ركز على دور الظروف البيئية كسبب كامن في احداث التوتر والظروف التي نطلق عليها الضواغط , ومن هذه التعريفات فقد :

1- وعرف موري Murray . التوتر : بأنه كل موقف فعال غير خامد في البيئة الخارجية المادية او الاجتماعية , يؤثر في سلامة الفرد بصورة فعلية او محتملة وقد يكون التوتر مرغوباً فيه او غير مرغوب فيه , لانه اما يكون (وعداً) لاشباع حاجه او (تهديداً) لاحباطها وصدها

2- وعرف لازاروس وزملاؤه . Lazarus .et al الضغوط بانها متغيرات وسيطة لها اسباب سابقة ونتائج سلوكيه . وانها خبرة عاطفية غير سارة تتزامن مع عناصر من خوف وفزع وقلق . وسخط , او انزعاج , وغضب واسى , واكتئاب

3- وعرف العجيلي والحلو الضغوط بأنها الاحداث النفسية التي يحس معها الفرد بالتحدي والتهديد . (العجيلي والحلو ,1997 :ص 48) .

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها الباحثة من خلال اجابات المستجيبين على المقياس .

الطموح:

1- تعريف الجوهري1956:

الطموح يعني في اللغة الارتفاع ، يقال : طمح فلان بصره أي رفعه وطمح بصره أي ارتفع0(الجوهري،1956: 448) 0

2- تعريف Wrench 1969 :

هو الأداء الذي يكافح الفرد من اجل الوصول إليه (Wrench, 1969:376)

3- تعريف راجح 1972:

هو المستوى الذي يضعه الفرد لنفسه ويرغب في بلوغه، أو يشعر انه قادر على بلوغه وهو يسعى لتحقيق أهدافه في الحياة أو إنجاز أعماله اليومية0(راجح،1972: 103)0

4- تعريف Good 1973 :

هدف أو خاصية الفرد أو الجماعة فيما يتعلق بالرغبة في أداء نشاط معين0 (Good 0(,1973:43

5- تعريف الحفني 1975:

معيار الطموح الذي يقاس إليه نجاح الشخص أو فشله0(الحفني،1975: 70)

6- تعريف رزوق 1977: هو معيار أو مقياس يتسنى للمرء بالاستناد إليه أن يشعر بنجاحه أو فشله أو أن يقدر هذا النجاح أو الفشل، وهو بمثابة إطار مرجعي ينطوي على احترم الذات وتقديرها0(رزوق،1977: 287) 0

7- تعريف رسول 1984:

هو مستوى توقعات الشخص،ورغبته المتمايزة في تحقيق أهدافه المستقبلية،على ضوء خبراته السابقة وإطاره المرجعي0(رسول،1984: 57)0

9 – تعريف شريف 2001: عملية تخطيط الفرد في وضع أهدافه القريبة والبعيدة في ضوء قدراته وإطاره المرجعي بما يعزز أدائه وامكاناته الدراسية وفقا لما يتطلع إليه في المستقبل . (شريف،2001: 11).

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها الباحثة من خلال اجابات المستجيبين على المقياس .

الفصل الثاني
الإطار النظري و الدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري و الدراسات السابقة

تضمن الإطار النظري (الضغوط النفسية ، النظريات وكيفية تفسيرها للضغوط)

أولاً : الضغوط النفسية .

يعد موضوع الضغوط من الموضوعات ذات الأهمية القصوى ، وفي مقدمة الموضوعات التي تناقش في مجالات كثيرة مثل التعليم والطب والصحة العامة وعلم النفس والتحليل النفسي ، وعلم وظائف الأعضاء والهندسة والطبيعة ،وغيرها من المجالات التي تهم الأفراد ليس فقط بسبب التأثيرات العقلية والجسمية التي يمكن أن يسببها للفرد ولكن بسبب قدرته على ايجاد مشكلات اجتماعية واقتصادية في المجتمع وان لم يكن بصورة مباشرة . وقد وصفه كثير من العلماء بأنه طاعون القرن العشرين الذي لا يمكن تجاهله . والتوتر (Press) كلمة مشتقة من اللاتينية استخدمت سابقاً في القرن التاسع عشر لتعني الشدة أو الضيق أو العسر أو المحنه أو الحزن أو الأسى أو الألم والمرض وخلال القرن الثامن عشر استخدم التوتر ليعني القوة أو الجهد أو المجهود القوي (ابو جادو ،1988: 43) وتعد الضغوط النفسية احدى ظواهر الحياة الانسانية التي يتعرض لها الانسان في مواقف متباينة ، فهي تتطلب منه التوافق واعادة التوافق مع البيئة وأن ظاهرة الضغوط لا تختلف عن بقية الظواهر النفسية كالقلق والاحباط . فهي من نواتج ملازمة الوجود الانساني ، وانها لا تكون دائماً على نحو سلبي ،فمحاولة الهروب منها تعني بوضوح نقص فعاليات الفرد واخفاقه في الحياة . والضغوط في نظر العلماء تعد عنصراً مجدداً للطاقة الانسانية ، وبدون التوتر تصبح الحياة دون معنى ، فالفرد القادر على احتواء المتطلبات والاستمتاع بالاستثارة التي تسببها الضغوط فان الضغوط تكون مقبولة ومفيدة وقد حدد ماك لين عدة عوامل تؤثر في ادراك الفرد للضغوط منها : متغيرات شخصية وتمثل في قدرات الفرد على الايفاء بمتطلبات البيئة ومهارات التعامل مع المواقف وسماته الشخصية وخبراته الماضية والحالة الانفعالية للفرد ، ومتغيرات بيئة العمل وتتمثل في زيادة أعباء العمل كالصراع وغموض الدور وعدم الرضا الوظيفي ، والعلاقات الانسانية داخل بيئة العمل الطبيعية مع التغاير الاجتماعي مع الزملاء والرؤساء . وتغيرات الموقف الضاغط المتمثل في شدة الموقف وحداثته ،ومدى تهديده لحاجات الفرد وأهمية هذه الحاجات .

ويشير ولمان Wolman الى أن الافراد يتعرضون للضغط بشكل أو بآخر ولكنهم لا يتعرضون جميعاً لمخاطرها بالدرجة نفسها لأن تأثير التوتر يختلف من فرد الى آخر ، اذ يعتمد ذلك على قدرات الفرد وخبراته الماضية وتقوية لذاته ، والكيفية التي يدرك بها الفرد الظروف والمتغيرات المحيطة به . أما أنواع التوتر فقد وصفت في الأدبيات وصفاً دقيقاً مثل وصف مور ((Moore, T(1975).الذي أشار الى وجود ثلاث أنواع من الضغوط (التوترات الناشئة من الحياة اليومية Ordirary Tensions – والضغوط النمائية Developmental Stress – والأزمات أو الصدمات الحياتية Life Crises .كما وصفت الضغوط بحسب مداها الزمني اذا وصفها كل من برنت رد و سكواب (Pritchard & Schwab) الى ثلاثة أقسام هي : (الضغوط الخفيفة ويستمر تأثيرها من ثوان الى ساعات . والضغوط المتوسطة التي يستمر تأثيرها من ساعات الى أيام ((Janis , L.L & Leventha , E(1968) .كما وصفت الضغوط بحسب نتائجها فقد ميز سيلي (Selye) بين نمطين من الضغوط الأول أسماه بالضغوط المفرطة (Over Stress)الذي يسبب معاناة وآلام وأسى مثل الخبرات والأحداث غير السارة ، والثاني يدعى (Eustres) والمتمثل بالخبرات الانفعالية السارة كالشعور بالفرح والنشوة والابتهاج والمتعة . أما مصادر الضغوط فتؤكد الدراسات النفسية أن مصادر الضغوط متباينة ومتداخلة في آن واحد يمكن أن تتمثل في البيئة الخارجية كما يمكن أن تتجسد أيضاً من خلال المتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية مما تؤدي الى الخوف والقلق والاحباط والحرمان وتبرز دراسات أخرى مصادر الضغوط الشائعة من خلال أبعادها الفسيولوجية ، اذ يعد ارتفاع درجة الحرارة والرطوبة وتفشي المكروبات من الاعراض الفسيولوجية للضغوط المهددة للجسم التي تنشط على أثرها الآليات الدفاعية لمقاومة الفايروسات والمحافظة على الحياة .

نظريات الضغوط :

اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط تبعاً لاختلاف المنطلقات النظرية التي انطلقت منها . وبناءً على مسلمات كل منها فتبين لنا أن هناك مجموعتين من النظريات تمثلان اتجاهين في .

تفسير الضغوط هما :

1- **النظريات الفسيولوجية** : ركزت هذه النظريات في تفسيرها للضغوط على التغيرات الفسيولوجية أو البيولوجية التي تطرأ على جسم الكائن الحي كردود أفعال بيولوجية أو فسيولوجية للضغوط التي يتعرض لها الفرد (كزيادة ضربات القلب ، والاختلال في افراز الهرمونات في الجسم ،ارتفاع ضغط الدم ، قرحة المعدة ، والقولون ....الخ) كما وترى أن الكثير من الأحداث الضاغطة تؤدي الى تكوين تلك الاستجابات التي عبر عنها بملازمة التكيف العام . ومن أبرز النظريات الفسيولوجية ، نظرية كالتون ، نظرية سيلس، ونظرية المعرفة والتعلم .

2- **النظريات البيئية** : والتي ركزت على العوامل البيئية المسببة للضغوط والآثار النفسية التي يمكن أن تتركها على الفرد عند تعرضه لها ، أي انها تركز على الجوانب النفسية و الاجتماعية ، فضلاً عن اهتمامها الخاص بالتعلم . اذ ترى انه يمكن التنبؤ بالأحداث الضاغطة ، ومن ثم التعامل معها بضبطها أو التحكم فيها أو تعديلها أو التخفيف من حدتها عليه . وركزت هذه النظريات على الفروق الفردية في الضغوط . وترى أن نتائج الضغوط تختلف باختلاف مسبباتها ، ومن أبرز هذه النظريات (نظرية موراي ، نظرية لازاروس ، ونظرية هولمز وراهي).

3- وقد التقت معطيات النظريات الفسيولوجية والنظريات البيئية في حقيقة واحدة وهي أن الضغوط النفسية أعباء تبعث على التهديد والتحدي وتستلزم من الفرد أن يتكيف لها ، وبعكس ذلك سيكون عرضة لأعباء نفسية كثيرة وسلوكيات غير مقبولة اجتماعياً .

4- وحاولت الدراسة الحالية الافادة من معطيات نظرية البيئة التي ترى أن الضغوط تظهر عندما يتعرض الفرد لصعوبات بيئية مستمرة (مادية ، معنوية ، نفسية ، جسمية).

5- واذا لم يستطيع التغلب على تلك الصعوبات التي تفرضها البيئة فانه يعيش في توتر وقلق وضيق واجهاد ، مما يؤكد بأن مصدر الضغوط يأتي غالباً من مثيرات البيئة المحيطة بالفرد (أبو جادو، 2000: 32).

مصادر الضغوط النفسية وانواعها

يتطرق هذا المبحث الى مصادر الضغوط النفسية بوصفها امراً حتمياً ينبغي توضيحه بعد تناول مفهوم الضغوط وانواعها ، حيث ان التعريف بمصادر الضغوط يرشد او يكشف عن عنصر مهم لابد من توضيحه عند دراسة الموضوع ، وهو التعريف بالعوامل والاسباب التي تؤدي الى شعور الفرد بالضغوط النفسية . ويندر ان نجد دراسة بحثت في مجال الضغوط النفسية لم تتطرق للكشف عن مصادرها . لذا ظهرت العديد من التصانيف والنماذج التي وضعها الباحثون لتصنيف مصادر الضغوط تبعاً لمصادرها المسببة لها ، والتي تباينت بحسب نظرة مصنفيها لمصادر الضغوط او تطويرها بوصفها معايير يمكن بواسطتها قياس الضغوط في الدراسات التطبيقية التي طوعت لتناسب بعض المهن .

اذ أكدت الدراسات النفسية ان مصادر الضغوط النفسية متباينة ومتداخلة في آن واحد ، ويمكن ان تمثل في البيئة الخارجية ، كما يمكن ان تتجسد ايضا من خلال المتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية ، وقد تبرز معالم هذه الضغوط من النظم والقواعد واللوائح المجتمعة ، مما تؤدي الى الخوف والقلق والاحباط والحرمان التي تعتبر من مصادر الضغوط الشائعة

ويرى (جودة و اليافي) ان الباحثين الذين اجتهدوا في وضع تصانيف لمصادر الضغوط النفسية سلكوا ثلاثة مسارات تتكون مما يأتي :

اولا : الانموذج الثنائي : يصنف مصادر الضغوط النفسية الى مجموعتين .

ثانياً : الانموذج الثلاثي : يصنف مصادر الضغوط النفسية في ثلاث مجموعات رئيسة .

ثالثاً : الانموذج متعدد الابعاد : يصنف مصادر الضغوط النفسية في اربع مجموعات رئيسة فأكثر (جودة و اليافي ، 2002 : 75) .

ولامتياز تنظيم (جودة واليافي) السابق بالمنطقية في تنظيم مذاهب الباحثين في ايراد مصادر الضغوط النفسية فسيعتمد على هذا التنظيم في عرض هذا المبحث ، كما تجدر الاشارة الى انه سيتم استعراض اشهر النماذج المعروفة التي تناولت مصادر الضغوط ، وذلك بهدف التعريف بها وليس حصرها :

اولا : الانموذج الثنائي : يصنف مصادر الضغوط النفسية في مجموعتين

فقد سار (عسكر، 1988) على هذا المسار في تقسيم مصادر الضغوط النفسية التي يواجهها الفرد ، حيث يتكون تصنيفه للضغوط من مجموعتين ، تشمل كل منها ايضاً عدداً من العناصر الفرعية على النحو الأتي :

المجموعة الاولى : تضم المصادر التنظيمية للضغوط النفسية ، والتي من اهمها الاختلاف المهني ، وغموض الدور ، وصراع الدور ، وعبء الدور ، والمسؤولية عن الافراد ، والمستقبل الوظيفي ، والافتقار الى المشاركة في اتخاذ القرارات ، والمساندة الاجتماعية .

المجموعة الثانية : وتضم المصادر الفردية للضغوط النفسية ، ومن اهمها نمط الشخصية ، والقدرة على التحكم في الاحداث ، والقدرات والحاجات ، ومعدل التغير في حياة الفرد ، والسمات الشخصية الاخرى (عسكر ، 1988 : 70 ؛ Otto , 2002 : 6) .

في حين لم يخرج (ابو طالب) عن التقسيم السابق لعسكر حيث صنفت مصادر الضغوط النفسية ايضاً الى مجموعتين رئيستين هما :

1- مصادر الضغوط التنظيمية : وهي التي تتعلق بمحيط العمل والمتغيرات المرتبطة به ، مثل عبء الدور ، وغموض الدور ، وصراع الدور ، وعوائق الترقية والتقدم المهني ، والمشاركة في صنع القرار .

2- مصادر الضغوط الشخصية : وهي التي تتعلق بشخصية المعلم واعتقاداته ومدى توافقه مع التغيرات الحاصلة في حياته ومدى قدرته على التحكم فيها والاستجابة لها (ابو طالب ، 2000: 188) .

ويتألف انموذج مصادر الضغوط النفسية الذي وضعه Brief مع كل من Randall & Van sell ، وقد اختص هذا النموذج بمحاولة تحديد مجموعة من العوامل المسببة للضغوط . ووفقاً لهذا النموذج فقد تم تقسيم العوامل المسببة للضغوط النفسية الى مجموعتين رئيسيتين هما :

1- المجموعة الاولى تشمل على ثلاث مجموعات فرعية :

أ- السياسات التنظيمية : وتشمل تقييم اداء غير عادل او غير متساو ، مرتبات او أجور غير مناسبة ، عدم ملائمة نظم الحوافز ، نظم وسياسات غامضة او غير موضوعية ، ووجبات عمل غير منتظمة . تكرار تعديل وتبديل السياسات .

ب-الهيكل التنظيمي : ويشمل مركزية القرارات وضعف المشاركة في صنعها ، ضعف فرص الترقي والتقدم الوظيفي ، حجم عمل اكبر من اللازم ، اساليب تنظيمية معقدة وغير مرنة ، تخصص وتقسيم عمل بشكل مبالغ فيه ، عدم وضوح الاختصاصات ، تمييع المسؤولية وعدم تحديدها .

جـ- المراحل التنظيمية : وتشمل نظم اتصال ضعيفة وغير فعالة ، نظم تغذية استرجاعية ضعيفة او غير ملائمة ، تعارض وتضارب الاهداف المحددة او غموضها ، تفويض غير مناسب للسلطات ، عدم فاعلية او ملائمة نظم التدريب (جودة و اليافي ، 2002 : 75) .

2- المجموعة الثانية تشمل على خمس مجموعات فرعية هي :

أ- تجهيزات بيئة العمل المادية : وتشمل ازدحام مكان العمل ، افتقار مكان العمل للخصوصية ، الضوضاء ، شدة الحرارة او البرودة ، عدم مناسبة التأثيثات ، عدم كفاية الاضاءة او التهوية ، عدم مناسبة مساحة مكان العمل .

ب- السلامة والصحة المهنية : وتشمل عدم توافر احتياطات او معدات السلامة المهنية ، عدم نقاء الجو وتلوثه ، التعرض لمواد ضارة او اشعاعات ، عدم توافر وسائل العلاج او الاسعافات الاولية .

جـ- علاقات العمل الشخصية : وتشمل علاقات غير سوية بالرؤساء او المشرفين ، ضعف او انعدام التقدير للجهد المبذول ، ضعف او انعدام الثقة من الرؤساء ، شدة المنافسة والتواء اساليبها ، عدم اتباع المرؤوسين للتعليمات ، تعارض في العلاقات داخل جماعة العمل ، تعارض في العلاقات بين جماعة العمل وغيرها .

د- متطلبات الوظيفة : وتشمل تكرار العمل اكثر من مرة ، ضغوط الوقت وضرورة الانتهاء في تاريخ محدد ، ضعف القدرات المطلوبة للاداء ، المسئولية على ارواح او اموال الاخرين ، العجز في اعداد الافراد اللازمين لاداء العمل ، الزيادة في اعداد الافراد اللازمين لاداء العمل .

هـــ- خصائص الدور : وتشمل تعارض المهام ، عدم وضوح المهام ، زيادة المهام الموكولة عن المعدل المقبول ، نقص المهام الموكولة عن المعدل المقبول ، تعارض المهام مع المعتقدات والقيم الشخصية ، اضافة مهام جديدة عشوائياً (الهنداوي ، 1994 : 97) . وتشير الادبيات الى ان عدم المعرفة بالتوقعات حول العمل وطبيعة العمل وكثرة العمل والمسؤولية الناجمة عن عمل ما وكذلك طبيعة العلاقة مع المدير كل ذلك يمكن ان يؤدي الى الضغوط والتوتر النفسي

ثانياً : الانموذج الثلاثي : يصنف مصادر الضغوط النفسية الى ثلاث مجموعات :

يرجع اصحاب هذا الاتجاه بشكل عام مسببات الضغوط النفسية الى ثلاثة مصادر رئيسة هي العوامل المتعلقة بالفرد ، والعوامل المتعلقة بالمنظمة ، العوامل المتعلقة بالبيئة .

ويتبع (احمد) انموذجاً ثلاثيا تنقسم فيه الضغوط النفسية الى ثلاثة انماط تتمثل في ان مصادر الضغط تكمن في الاجهاد الناتج عن احداث الحياة كضغوط البيئة المادية والضغوط الناتجة عن النظام الشخصي للفرد ومن الممكن ان تكون مصادر الضغط من تجارب محيط العمل والتفاعل مع الناس ولكل هذه الحالات ولها ثلاثة مصادر رئيسة هي :

1- ضغوط ناتجة عن البيئة المادية التي يتعرض لها الفرد داخل المنظمة في اثناء تأدية الاعمال والواجبات وممارسة المسؤوليات المتنوعة .

2- ضغوط ناتجة عن البيئة الاجتماعية في العمل من خلال التفاعل مع الزملاء .

3- ضغوط ناتجة عن النظام الشخصي للفرد ذاته كالخصائص الشخصية مثل القلق ، والاساليب الادراكية (احمد ، 1992 : 482) .

بينما صنف كل من سزليجي و وليس (Szilagy & Wallace) مصادر الضغوط النفسية الى ثلاث اصناف ، او مجاميع رئيسية :

1- الاسباب التنظيمية : ويندرج ضمنها من الاسباب الفرعية ما يأتي (زيادة او نقص عبء العمل ، والمحفزات ، وتقييم الاداء ومدى موضوعيته ، وطبيعة العمل ، واساليب التنظيم ، وغموض الدور ، وتعارض الدور ، والمستقبل الوظيفي)

2-الاسـباب الوظيفية : ويندرج ضـمنها ما يأتي من الاسـباب الفرعية (بيئة العمل المادية ، والمسـؤولية عن الغير ، احتياجات السـلامة المهنية ، ومحدوديات الوقت ، وضعف التغذية الراجعة ، ومحدوديات المشاركة في صنع القرار .

3-الاسباب الشـخصـية : ويندرج تحتها الاسباب الاتية هي (المشكلات الاسرية ، والمشكلات الاقتصادية ، وعوامل الضغط الوسيطة ، والنمط السلوكي الشخصي) (حتاملة ، 2002 : 204) .

وقد اشار حريم ان اهم مصادر الضغوط التي يتعرض لها الفرد تقع في ثلاثة مجالات رئيسة تؤثر على حياة الفرد وهي :

1- عمل الفرد : ان أي جانب من جوانب العمل الذي يؤديه الفرد ، يمكن ان يكون احد مصادر الضغوط النفسية التي يواجهها الفرد . ومن اهم مسببات الضغوط ذات العلاقة بعمل الفرد ما يأتي : الاحباط ، تعارض اهداف الفرد ، غموض الدور الذي يؤديه الفرد ، تعارض الادوار ، عبء العمل ، ضـغط الوقت ، تعارض قيم الفرد مع قيم المنظمة ، وغيرها .

2- جماعة العمل : من بين مصـادر الضـغوط التي تسـببها جماعة العمل للفرد العضـو في الجماعة : النزاع والتعارض ، عدم تماسـك الجماعة ، التنافس الحاد ، عدم التجانس ، افتقار الفرد لدعم ومؤازرة الجماعة .

3- بالاضـافة الى الضـغوط الوظيفية الناشـئة عن عمل الفرد والجماعة التي يعمل معها ، فان المنظمة بصـورة عامة يمكن ان تسـبب الكثير من الضـغوط التي تؤثر على اعداد كبيرة من الافراد . وقد تنشـأ هذه الضـغوط عن سـياسـات المنظمة او هيكلها التنظيمي او عملياتها او مناخها او ظروف العمل فيها (حريم ، 2003 : 101-102) .

ثالثاً : الانموذج متعدد الابعاد : يصـنف مصـادر الضـغوط النفسـية في اربع مجموعات رئيسة فأكثر .

وتبنى كل من جيمس كويك وجونثان كويك (J.D. Quick & J.C. Quick 1984 ,) انموذجاً متعدد الابعاد في تصنيف مصادر الضغوط والذي لا يختلف كثيراً

عن سابقه الا انه يصنف هذه المصادر التنظيمية للضغط الى اربع مجموعات رئيسة كما يلخصها الشكل رقم (1) الاتي وهي :

- مطالب المهمة : ترتبط هذه المطالب بالانشـــطة المحددة التي يجب القيام بها لاداء عمل معين ، وتكشـــف الدراســـات ان نوع العمل الذي يقوم به الفرد وما يتضـمنه من واجبات ومسـؤوليات واعباء تعتبر من المحددات الهامة لمقدار ونوع الضغط .
- مطالب الدور : يقصـد بالدور مجموعة التوقعات السـلوكية التي يتوقعها الاخرون من الشـــخص القائم بدور معين ، ويتعرض الفرد في المؤســـســـة لمجموعة من التوقعـات تـاتي اليـه مجموعـة الـدور التي ينتمي اليهـا ، وكثيراً مـا تكون هـذه التوقعات متضـاربة فتخلق له صـراعاً نفسـياً تتوقف حدته على قوة هذه الضـغوط وعلى قوة شخصيته . وتشمل صراع الدور سواء أخارجياً كان أم داخلياً ، والدور المؤدى ، والدور المدرك ، والعبء الزائد ، وغموض الدور .
- المطـالـب البيئيـة او الفيزيقيـة : تتمثل في الظروف البيئيـة التي يعمل فيهـا الفرد منها : تلوث الجو ، والضوضاء ، الحرارة والبرودة ، والاضاءة المبهرة او الخافتة ، وذبذبة الصـوت ، وسـوء تصـميم اماكن العمل ، والترددات ، ومخاطر العمل مثل الحوادث وامراض المهنة.
- المطالب الشخصية : وتشمل انسجام وتعارض المكانة ، والعبء الاجتماعي ، والتفاعل الاجتماعي ، واسلوب القيادة ، وضغوط الجماعة (يوسف بار ، 2005 : 27) .

ثانيا: الطموح

<u>التوجهات النظرية في دراسة مستوى الطموح</u> :

هناك مصطلحان مترادفتان للطموح وغالبا ما تستخدمان الواحدة بدل الأخرى،وهما Aspiration , Ambition 0 فكلمة Ambition تعني الرغبة أو الرغبة المتحمسة لإنجاز غاية خاصة أو الوصول إلى مكانة مرموقة أو شهرة أو شرف رفيع أو سمو أو سلطة 0وكلمة Aspiration تعني التطلع والنضال إلى شئ ذي مستوى أو مكانة أفضل وهذا التطلع قد يكون نحو الارتقاء أو قد يكون لا مسوغ له 0

والاختلاف الدقيق بين استعمالي 1- Aspiration و 2- Ambition : هو تأكيد الأولى على الوصول الى مستوى أعلى او مكانة أفضل،وفيه يكون الدافع للإنجاز هو التقدم 0في حين يكون الدافع في الثانية هو النتيجة النهائية نفسها0(رسول،1984: 20)0

عن كلمة الطموح اصطلاحا متداولا لدى العامة من الناس ومعروف لدى الخاصة من الباحثين0وقد كان هذا الاصطلاح (الطموح) شائعا على نحو غير دقيق حتى جاءت بحوث ليفين (Lewin) وتلاميذه فتحدد مفهوم الطموح،وقد انتهت الكثير من الدراسات والبحوث الى تحديد مصطلح (مستوى الطموح Level of Aspiration)0

فقد ورد لأول مرة في كتابات تمارا دامبو (Dembo.T,1929) حينما حاولت دراسة بعض المسائل العقدة،مثل النجاح والفشل والتعويض والصراع دراسة تجريبية 0

ودرس هوب (Hoppe,1930) علاقة النجاح والفشل بمستوى الطموح، الذي عرفه بأنه أهداف الفرد وغاياته أو ما ينتظر القيام به في مهنة معينة0(جريو،2001: 21)0

وقد دلت الكثير من الدراسات على إن النجاح يرفع من مستوى طموح الفرد ويشعره بنوع من الرضا عن الذات،وان معرفته لدرجة نجاحه كثيرا ما تستخدم دافعا مهما للتعلم0(الغريب،1971: 329)0

وتعد دراسة مستوى الطموح من الدراسات الحديثة التي تعتمد أساسا على الملاحظة والتجريب والإحصاء،فضلا عن انها تساعد على فهم الشخصية ودراستها

الدراسة التجريبية إذ يمكن القاء الضوء على أسباب الاضطراب النفسي الذي يعتري بعض الأفراد من دون الآخرين بحيث تصبح معرفة مستوى الطموح احد العوامل الرئيسة في التشخيص والتنبؤ بما سيكون عليه الفرد،ذلك ان اهداف الفرد وطموحاته تمثل عنصرا مهما في فكرته عن ذاته0 (الداهري،2001: 30) 0

ومستوى الطموح من الدوافع المهمة في توجيه السلوك ، ويقصد به الصورة المستقبلية للفرد والتي يسعى لتحقيقها0وان مستوى الطموح يمر بخطوات ومراحل متعددة قبل أن يأخذ صورته النهائية لأنه يعتمد على القيم الاجتماعية، وعلى توجيهات العائلة وإيحائهم ويتأثر بنجاح الأشخاص الآخرين من ذوي الطموح المشترك أو فشلهم،ويعتمد كثيرا على فكرة الفرد عن نفسه وخلال هذه المتغيرات قد يتغير مستوى طموح الفرد إلى الأعلى أو يتحول إلى حقل آخر وبأهداف غير الأهداف الأولى0(الآلوسي، 1988: 182)0

ثانيا : دراسات سابقة :

الدراسات التي تناولت الضغوط المدرسية والاسرية

1 . دراسة فيليبس Philips 1984 .

استهدفت هذه الدراسة معرفة الضغوط النفسية لمجموعة من المعلمين اللبنانين أثر أزمة حصار الكيان الصهيوني لغرب لبنان .

وقد شملت عينة البحث (25) طالبآ ممن صمدوا بالداخل من الذكور والاناث و(35) طالبا ممن رحلوا بعد اسبوع من الحصار الى اماكن أكثر أمنآ . واستخدم فيها ثلاثة مقاييس لقياس عدد من الضغوط والاضطرابات النفسية , فأظهرت نتائج البحث الى ان معاناة افراد العينة ممن صمدوا بالداخل والذين رحلوا ومعهم كثير من اعراض القلق والآكتئاب واضطراب النوم . وتبلد المشاعر والذاكرة . ولم تظهر فروق دالة احصائيا بين درجات الصامدين والراحلين في الاختبار القبلي للمقاييس الثلاث , وان درجات العينة الكلية على قائمة المخاوف اللبنانية قبل الحصار اعلى مما هي عليه بعد الحصار . في حين ظهر انخفاض في درجة اعراض القلق والأكتئاب واضطراب النوم وتبلد المشاعر والذاكرة انخفاضا دالآ احصائيا في الاختبار البعدي الذي اجرى بعد ستة اشهر بعد الحصار (Philips , 1984 , p : 167-170) .

2. دراسة عودة 1985 .

استهدفت هذه الدراسة تعرف نوعية استجابات المراهق الكويتي لأحداث الحياة التي يتعرض اليها في مجالات حياته المختلفة وتحديد درجة تأثيرها عليه , وتعرف الفروق بين الجنسين فيها والمقارنة بين المراهقين الكويتيين وأقرانهم من العرب المقيمين في الكويت في نوعيه أحداث الحياة التي يتعرضون اليها , والجهد الذي يبذلونه للتوافق معها .

تكونت عينة الدراسة من (81) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية (51) من الذكور و (30) من الاناث تراوحت اعمارهم ما بين (16 – 20) .

واستخدمت اداة بشكل استمارة لجمع البيانات تكونت من (48) حادثه حياتية شخصية , اعتمد في تصميمها على استمارة مماثلة أعدت في جامعة لويزيانا الامريكية , وقننت في الجزائر عام 1981 .

واظهرت النتائج ان كمية الجهد المبذول لاستعادة التوافق لدى المراهق لحادثة تختلف تبعا لنوعية تلك الحادثة , ويتطلب من المراهق ان يبذل جهدا كبيراً لأستعادة التوافق لبعض الاحداث المتعلقة بمجال البيت والاسرة , كالوفاة , والطلاق , والهجر ... الخ , او في المجال الدراسي او المجال الشخصي والاجتماعي كوفاة صديق , او التلبس بتعاطي المخدرات ... الخ .

واظهرت النتائج هناك وجود فروق ذات دلالة احصائية في استجابات المعلمين (ذكور , اناث) على حوادث الطلاق الوفاة والزواج الثاني للأب او الام (عودة , 1985 . ص76 – 101)

دراسة الحسن 1995 :

استهدفت هذه الدراسة تعرف مستوى ومصادر التوتر النفسي التي تؤثر في طلبة السنة الاولى والثانية في كليات المجتمع الخاصة في عمان والزرقاء . لذلك اختيرت عينة عشوائية طبقية مكونة من (500) طالباً وطالبة . واستخدمت اداتين : الاولى لقياس التوتر النفسي , والثانية لقياس مصادر التوتر النفسي .

ومن النتائج المهمة التي تم التوصل اليها ، ان درجة التوتر النفسي لدى الاناث ولدى طلبة السنة الثانية اعلى منها لدى الذكور ولدى طلبة الصف الاول في كل من البعدين الفسيولوجي والنفسي . ولم تظهر دلالة احصائية للتفاعل بين متغيري الجنس والسنة الدراسية في اختلاف الدرجة على البعدين نفسيهما , كما لم تظهر

النتائج وجود فروق ذات دلالة احصـائية لكل من الجنس والسـنة الدراسـية والتفاعل بينهما في اختلاف درجة التوتر النفســـي على البعد المعرفي , وظهر ان الضـــغوط الاســـرية واسـلوب المدرس , هي مصـادر التوتر الاكثر شـيوعآ بين المعلمين (المدرس , 2000 , ص63).

. دراسة العبادي 1995

استهدفت هذه الدراسة بناء مقياس للضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة . وقياس شـدة الضـغوط التي يتعرض لها المعلمين الجامعيين , وتعرف الفروق بين المعلمين في شدة الضغوط تبعآ لمتغيرات الجنس والتخصص ومحل السكن الدائم.

وبَني مقياس للضـغوط النفسـية تكون من (113) فقرة موزعة على سـت مجالات هي (مجال الضـغوط الاسرية , مجال الضـغوط الاجتماعية والمدرسية , مجال الضـغوط الاقتصـادية , مجال الضـغوط الصـحية واخيرآ مجـــال الضـغوط العاطفية). وطبق المقياس على عينة بلغت (604) طالبآ وطالبة من جامعة البصرة . وأظهرت النتائج ان المعلمين يعانون من ضـغوط نفسية بدرجة منخفضـة مقارنة بالمتوسط المعياري للمقياس , كما ان هناك فروق ذات دلالة احصـائية في عموم الضــغوط بين الذكور والاناث لصــالح الذكور . وان هناك فروقآ ذات دلالة احصائية في شدة الضغوط النفسية بين طلبة التخصصات الانسانية , وفي عموم الضـغوط النفسـية للطلبة السـاكنين في البصـرة , والوافدين من محافظات اخرى , ولسكنة البصرة بشكل اكبر (العبادي , 1995: ص آ- ب) .

<u>الدراسات تناولت مستوى الطموح:</u>

<u>دراسات عربية:</u>

1 – <u>دراسة العيسى (1968م):</u>

أجريت الدراســة في بغداد ، واســتهدفت معرفة العلاقة بين مســتوى الطموح وبين سمتي الانبساط والانطواء عند كلا الجنسين من طلاب جامعة بغداد وطالباتها، واثر كل من متغيرات الجنس، والتخصــص الدراســي (علمي، ادبي)، والمســتوى الاقتصادي والاجتماعي في مستوى الطموح وفي سمتي الانبساط والانطواء.

تكونت عينة البحث من (491) طالبا وطالبة، بواقع (294) طالباو (197) طالبة اختيروا عشوائيا من كليات جامعة بغداد . (البنات، والادب، الشريعة، التربية، العلوم).

واستخدمت الدراسة استبيانا اعده الباحث لقياس مستوى الطموح مشتقا من استبيان (راجح) لمستوى الطموح مع بعض التعديل والاضافات وتكونت الاداة من ستة وثلاثين سؤالا سبعة منها مكرر، والاجابه عنها (نعم او لا) . وقد اعتمد صدق المحتوى بوصفه صدقا للاداة ، إذ عرضت على مجموعة من المحكمين لمعرفة مدى صدق الفقرات فيما تقيسه . في حين استخدمت طريقة اعادة الاختبار لاستخراج الثبات بفاصل زمني امده اسبوعان فبلغ معامل الثبات (0.81) وهو معامل ثبات عال . ومن النتائج التي اظهرتها الدراسة:

يتاثر طموح الطلبة تبعا لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي ، فالطلاب اظهروا طموحا اعلى من الطالبات، واظهر طلاب الفروع العلمية وطالباتها طموحا اعلى من طموح طلاب الفروع الادبية وطالباتها. (العيسى، 1968: 1 – 138).

2 – <u>دراسة عبد الفتاح (1972م):</u>

أجريت الدراسة في مصر، وهدفت الى المقارنة بين الطلاب والطالبات في مستوى الطموح.

وقد شملت عينة البحث التي اختيرت عشوائيا من مجموعتين من المعهد العالي للخدمة الاجتماعية في القاهرة، ضمت المجموعة الاولى (94) طالبا، وضمت المجموعة الثانية (132) طالبة،وكانت اعمار العينة بين 19– 21 سنة.

أما الأداة التي قاست مستوى الطموح عند عينة البحث فقد كانت استبيان عبد الفتاح لمستوى طموح الراشدين.

واظهرت نتائج الدراسة، ان مستوى الطموح يختلف تبعا لمتغير الجنس ، إذ ظهر ان مستوى طموح الطلاب اعلى من مستوى طموح الطالبات عند مستوى دلالة (0.01). (عبد الفتاح، 1972: 166 – 170).

3 – دراسة رسول (1984م):

اجريت الدراســـة في بغداد، واســـتهدفت بناء مقياس لمســـتوى الطموح لدى طلبة المرحلة الاعدادية ومعرفة طبيعة العلاقة بين مستوى الطموح وعوامل الجنس، والتخصص الدراســـي، والمنزلة الاقتصـــادية – الاجتماعية، وتكونت عينة البحث من (556) طالبا وطالبة بواقع (285) طالبا، (271) طالبة ، بلغ متوسـط اعمارهم (17.5) سـنة، وتكون المقياس من (76) فقرة منها (10) فقرات مكررة، وقد بني المقياس على وفق طريقة Likert، وبلغ صـدق التلازم (0.547) وثباته (0.959) الذي اسـتخرج بوسـاطة تحليل التباين.

واســـتخدم الباحث معامل ارتباط بيرســـون، ومعامل الارتباط الثنائي والاصـــيل، والاختبار التائي والاوســـاط الحســـابية، والانحرافات المعيارية، ووســـائل احصـــائية اخرى لمعالجة بيانات البحث.

وقد أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين مســـتوى الطموح والتخصـص الدراسـي لصـالح الفروع العلمية، وان متغير الجنس ليس له اثر على مستوى الطموح ، كما لم تظهر علاقة بين مستوى الطموح والمنزلة الاقتصادية والاجتماعية (رسول، 1984: 8 – 12).

4 – دراسة محمود (1988م):

اســـتهدفت الدراســـة تعرف مدى تأثير ما يتوفر لدى الافراد من قدرة على التفكير الناقد ومن مستوى التطلع – مستوى الطموح – على ابعاد مفهوم الذات.

وقد اجري البحث على عينة قوامها (200) طالبا وطالبة من طلبة الدراســـات العليا، واســـتخدم معامل ارتباط بيرســـون والارباعيات كوســـائل احصـــائية وكان من بين ادوات البحث، استبيان مستوى التطلع (Lievl of Aspirtion) والذي تكون من (48) سؤالا معتمدا على مقياس ثلاثي في الاســـتجابة على كل ســـؤال، وتم التحقق من صـــدقه بعد عرضـــه على اســـاتذة مختصـــين، و التحقق من ثباته بطريقة التجزئة النصـــفية حيث بلغ (0.78)، فضلاً عن استخدام مقاييس اخرى على فق متطلبات البحث.

وقد اظهرت نتائج الدراسة ما يأتي:

1) – وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة معنويا بين درجات الطلبة في مفهوم الذات ودرجاتهم في مســـتوى التطلع، أي ان مســـتوى التطلع يزداد بازدياد مفهوم الذات

وينخفض بانخفاضه، فضلاً عن وجود علاقة ارتباطية بين الثقة بالنفس ممثلة بالرضا عن الذات ومستوى التطلع .

2) – وجودعلاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين درجات الطلبة في مستوى التطلع والقدرة على التفكير الناقد0(محمود، 1988: 237 – 245).

5 – <u>دراسة عباس (1990م):</u>

أجريت الدراسة في العراق (بغداد،ونينوى،والبصرة)، واستهدفت قياس مستوى الطموح لدى ابناء الشهداء من طلبة مرحلة الدراسة المتوسطة للعام الدراسي (1989 – 1990م). وتعرف الفروق في مستوى الطموح بين ابناء الشهداء،وأقرانهم الذين يعيشون مع ابائهم، علوفق متغير الجنس(ذكور، اناث) ،وتعرف علاقة مستوى الطموح لدى أبناء الشهداء بالمتغيرات الآتية(مدة الاستشهاد، التحصيل الدراسي للام). وقد اختار الباحث عينة طبقية عشوائية من محافظات (بغداد، ونينوى، والبصرة) ضمنت (500) طالبا وطالبة من ابناء الشهداء، و (200)طالبا وطالبة من اقرانهم الذين يعيشون مع ابائهم.

وقد استخدم معامل ارتباط بيرسون، والاختبار التائي، وتحليل التباين للتوصل الى نتائج البحث التي اظهرت ما ياتي:

1) – عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين ابناء الشهداء واقرانهم ممن يعيشون مع ابائهم من مستوى الطموح.

2) – وجود فروق معنوية بين الذكور والاناث في مستوى الطموح، لصالح الاناث.

3) – وجود علاقة دالة معنويا بين مستوى الطموح ومدة الأستشهاد 0

4) – عدم وجود علاقة دالة معنويا بين مستوى الطموح لدى الطلبة والتحصيل الدراسي لامهاتهم . (عباس، 1990: 9 – 11).

6 – <u>دراسة الركابي (2000م):</u>

اجريت الدراسة في بغداد ، واستهدفت تعرف العلاقة بين مستوى الطموح والثقة بالنفس، والفروق بينهما تبعا لمتغيرات الجنس ، والتخصص الدراسي، والمرحلة الدراسية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية0

وتكونت عينة البحث من (277) طالبا وطالبة تراوحت اعمارهم ما بين (19 – 27) سنة ، اجابوا عن مقياس (رسول 1984) للطموح بعد ان تحققت الباحثة من صدقه وثباته ، وقد استخدمت الوسائل الاحصائية الاتية في تفسير النتائج وتحليلها : (الاختبار التائي، وتحليل التباين الاحادي، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعامل الفاكرونباخ).

وقد أظهرت النتائج ما ياتي:

1) – مستوى طموح الطلبة اعلى من الوسط الافتراضي، والاناث أعلى طموحًا من الذكور.

2) – لا توجد فروق ذات دلالة معنوية تبعا (للتخصص الدراسي، والمرحلة الدراسية) في كل من مستوى الطموح ، ومستوى الثقة بالنفس (الركابي، 2000: 48 – 58).

ب – دراسات أجنبية:

1 – دراسة والتر و مارزولف (Walter and Marzolf 1951):

أجريت الدراسة في الولايات المتحدة ، وهدفت الى تعرف العلاقة بين التحصيل المدرسي ومستوى الطموح. وقد استخدم الباحثان في هذه الدراسة الاسلوب المعملي مع عينة من طلاب المدارس العملية. وتشير نتائج هذه الدراسة الى ان هناك فروقا ذات دلالة معنوية بين الطلاب والطالبات من حيث مستوى الطموح ، فضلاً عن انه يتحدد بدرجة اختلاف الهدف ، وكانت هذه الفروق لصالح مجموعة الطلاب (الذكور) (Walter and Marzolf, 1951: 285 – 292).

الافادة من الجانب النظري

1- ترتبط هذه المطالب بالانشطة المحددة التي يجب القيام بها لاداء عمل معين ، وتكشف الدراسات ان نوع العمل الذي يقوم به الفرد وما يتضمنه من واجبات ومسؤوليات واعباء تعتبر من المحددات الهامة لمقدار ونوع الضغط

2- وتشمل انسجام وتعارض المكانة ، والعبء الاجتماعي ، والتفاعل الاجتماعي ، واسلوب القيادة ، وضغوط الجماعة

3- دلت الكثير من الدراسات على إن النجاح يرفع من مستوى طموح الفرد ويشعره بنوع من الرضا عن الذات،وان معرفته لدرجة نجاحه كثيرا ما تستخدم دافعا مهما للتعلم

4- دراسة مستوى الطموح من الدراسات الحديثة التي تعتمد أساسا على الملاحظة والتجريب والإحصاء،فضلا عن انها تساعد على فهم الشخصية ودراستها الدراسة التجريبية إذ يمكن القاء الضوء على أسباب الاضطراب النفسي الذي يعتري بعض الأفراد من دون الآخرين بحيث تصبح معرفة مستوى الطموح احد العوامل الرئيسة في التشخيص والتنبؤ بما سيكون عليه الفرد،ذلك ان اهداف الفرد وطموحاته تمثل عنصرا مهما في فكرته عن ذاته0

موازنة الدراسات السابقة بالدراسة الحالية

تباينت الدراسات في اهدافها ونتائجها وعيناتها فدراسة فيليبس Philips 1984
استهدفت هذه الدراسة معرفة الضغوط النفسية لمجموعة من المعلمين اللبنانين أثر أزمة حصار الكيان الصهيوني لغرب لبنان .وقد شملت عينة البحث (25) طالباً ممن صمدوا بالداخل من الذكور والاناث و(35) طالبا *ودراسة عودة 1985* استهدفت هذه الدراسة تعرف نوعية استجابات المراهق الكويتي لأحداث الحياة التي يتعرض اليها في مجالات حياته المختلفة وتحديد درجة تأثيرها عليه , وتعرف الفروق بين الجنسين فيها والمقارنة بين المراهقين الكويتيين وأقرانهم من العرب المقيمين في الكويت في نوعيه أحداث الحياة التي يتعرضون اليها , والجهد الذي يبذلونه للتوافق معها ، ودراسة الحسن 1995 :استهدفت هذه الدراسة تعرف مستوى ومصادر التوتر النفسي التي تؤثر في طلبة السنة الاولى والثانية في كليات المجتمع الخاصة في عمان والزرقاء . لذلك اختيرت عينة عشوائية طبقية مكونة من (500) طالباً وطالبة ودراسة العبادي 1995استهدفت هذه الدراسة بناء مقياس للضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة . وقياس شدة الضغوط التي يتعرض لها المعلمين الجامعيين , وتعرف الفروق بين المعلمين في شدة الضغوط تبعآ لمتغيرات الجنس والتخصص ومحل السكن الدائم ودراسة العيسى (1968م): أجريت الدراسة في بغداد ، واستهدفت معرفة العلاقة بين مستوى الطموح وبين سمتي الانبساط والانطواء عند كلا الجنسين من طلاب جامعة بغداد وطالباتها، واثر كل من متغيرات الجنس، والتخصص الدراسي (علمي، ادبي)، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي في مستوى الطموح وفي سمتي الانبساط والانطواء. و دراسة عبد الفتاح (1972م): أجريت الدراسة في مصر، وهدفت الى المقارنة بين الطلاب والطالبات في مستوى الطموح. وقد شملت عينة البحث التي اختيرت عشوائيا من مجموعتين من المعهد العالي للخدمة الاجتماعية في القاهرة، ضمت المجموعة الاولى (94) طالبا، وضمت المجموعة الثانية (132) طالبة،وكانت اعمار العينة بين 19– 21 سنة. ودراسة محمود (1988م): استهدفت الدراسة تعرف مدى تأثير ما يتوفر لدى الافراد من قدرة على التفكير الناقد ومن مستوى التطلع – مستوى الطموح – على ابعاد مفهوم الذات. ودراسة عباس (1990م): أجريت الدراسة في العراق (بغداد،ونينوى،والبصرة)،

واستهدفت قياس مستوى الطموح لدى ابناء الشهداء من طلبة مرحلة الدراسة المتوسطة للعام الدراســـي (1989 – 1990م). وتعرف الفروق في مســـتوى الطموح بين ابناء الشهداء،وأقرانهم الذين يعيشون مع ابائهم، علىوفق متغير الجنس(ذكور، اناث) ودراسة الركابي (2000م): اجريت الدراسة في بغداد ، واستهدفت تعرف العلاقة بين مستوى الطموح والثقة بالنفس، والفروق بينهما تبعا لمتغيرات الجنس ، والتخصــص الدراســي، والمرحلة الدراسية لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية0

بينما الدراسة الحالية فقد هدفت الى التعرف على الضغوط المدرسية والاسرية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الاعدادية بعينة بلغت (50) طالبا وطالبة.

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

لغرض تحقيق أهداف هذا البحث كان لابد من اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي وتحديد مجتمع البحث واختيار عينة ممثلة له وإعداد مقياس يتسم بالصدق والثبات والموضوعية. ومن ثم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل بيانات هذا البحث ومعالجتها. وسوف يتم في هذا الفصل استعراض هذه الإجراءات وكما يأتي:-

اولا: منهج البحث

يعد منهج البحث طريق اجرائي مركب ومتكامل يعتمد الباحث عليه للوصول الى حقيقة جديدة ينشدها للتغلب على مشكلة تسهويه او غامضة عليه ، وهو الطريق الذي يوصل من المشكلة الى النتائج والادوات والاجراءات التي يستعملها عادة في جمع البيانات المطلوبة وتحليلها وتفسيرها لغرض الحصول على الاجابات الناجحة لحل المشكلة (حمدان،1989: 52 – 53)

اعتمدت الباحثة البحث الوصفي فهو تقريري في جوهرة ، فهو لا يصف الظاهرة فقط ، بل يتعداها الى تفسير والتنبؤ . بما تؤول اليه الظاهرة ، يميل كثير من الباحثين الى البحث الوصفي لسهولة اجراءاته موازنة بالبحوث او المناهج الاخرى ، كالبحث التجريبي والتاريخي ، فهو لا يتبع الملاحظات السطحية العرضية ، وانما يستخدم خطوات علمية مركزة ودقيقة للظاهرة المدروسة (الجابري، وصبري، 2013: 67)

وفي هذا البحث الحالي اعتمدت الباحثة الوصفي الارتباطي وهو يعني بالكشف عن العلاقات بين متغيرين او اكثر لمعرفة مدى الارتباط بينهما أي انها تستعمل لتحديد درجة العلاقة بين هذه المتغيرات او الى أي حد تكون

درجة العلاقة عالية في عامل واحد مع متغيرات في عامل اخر(الجابري، وصبري،2013: 80)

ثانيا: مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية ، للعام الدراسي 2022-2023 ، والجدول (1) يبين ذلك

الجدول (1)توزيع أفراد عينة البحث

المدارس	الذكور	الاناث
العمادية	129	358
الحلة	163	321
صفي الدين	105	183
البشائر	154	342
الفرات	62	296
مج	613	1500

ثالثا: عينة البحث

تألفت عينة البحث من (50) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المدارس الاعدادية. والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2) عينة البحث

ت	المدارس			
		ذكور	اناث	
1-	العمادية للبنين	25		
2-	العمادية للبنات		25	
	المجموع	25	25	50

رابعاً: أداتا البحث:

1 : مقياس الضغوط الاسرية والمدرسية

اعتمدت الباحثة مقياس الضغوط الاسرية والمدرسية

مؤشرات الصدق والثبات

اتبعت الباحثة مقياس الضغوط الاسرية والمدرسية وفق الاتي

الصدق الظاهري Face Validity

يتمثل الصدق الظاهري من خلال عرض الفقرات المقياس وبدائله وتعليماته على مجموعة من المحكمين الذين يتصفون بالخبرة التي تمكنهم من الحكم على صلاحية المقياس في قياس الخاصية والمتغير المراد قياس وصلاحية تعليمات المقياس وبدائله(الكبيسي، 2010: 35)

ويشير ابيل الى ان افضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري هي قيام عدد من الخبراء المختصين بتقدير مدى تمثيل المقياس للصفة المراد قياسها.

لقد تمّ عرض المقياس الضغوط الاسرية والمدرسية على مجموعة من المحكمين المختصين بالعلوم التربوية والنفسية للتقرير فيما اذا كانت الفقرة صالحة او بحاجة الى تعديل مع ذكر الملاحظة او المقترح ان وجد، الملحق (2) يوضح ذلك. وقد اعتمد الباحث نسبة اتفاق المحكمين (80%) على صلاحية الفقرة، فاذا كانت نسبة الاتفاق على صلاحيتها تساوي او اعلى من (80%) تعتمد الفقرة .

الثبات

يشـير الثبات الى الدقة والاتسـاق في درجات المقياس التي تفترض ان تقيس مايجب قياسه، واعتمد الباحث في حساب الثبات على طريقة التجزئة النصفية: يسمى معامل الثبـات المحســـوب بهـذه الطريقـة بمعـامـل الاتســـاق الـداخلي (Internal Consistency).

اذا بلغ معامل الارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficiency) (0.79) وعند تصـــحيحه بمعادلة (Spearman-Brown) بلغ (0.95)، ويعد معامل الثبات المحسوب مؤشراً جيد لثبات مقياس الدراسة الحالية.

2- مقياس الطموح الدراسي

قام الباحث بتبني مقياس الطموح الدراســـي ، وهُناك عدّة خَطوات رئيســـة تمرُّ بها عملية بناء أي مقياس كما أشار أليه ألن و ين (Allen & Yen 1979) وهي :-

مؤشّرات صدق وثبات المقياس :

تتضـمّن الخصـائص السـيكومتريه للمقياس، قدرة المقياس على قياس ما أُعدّ لقيـاســـهِ، كمـا يتضـــمن أن يقيس درجـة مقبولـة من الـدقـة وبـأقـل خطـأ ممكن (عوده،1998،ص335). ويتّفق المختصـــون في القياس والتقويم النفســـي على أنّ الصـدق والثبات هما أهم خاصـيتين من الخصـائص السـيكومتريه للقياس النفسـي، إذ يؤمَّل أن توفر هذه الإجراءات مقياسـاً يقيس ما أُعدّ لقياسـهِ بمعنى أن يكون صـادقاً، كما يؤمَّل أن توفر هذه الإجراءات مقياســـاً يقيس بدرجة من الدقّة وبأقل خطأ مُمكن بمعنى أن يكون ثابتاً (عودة، 2002،ص335) .وقد تحقّقت الباحثة من الخصـائص السيكومترية على النحو الآتي :

أولاً - صدق المقياس Validity :

يعد صـــدق المقياس من الخصـــائص الســـيكومترية الأكثر أهمية مقارنة مع الخصائص الأخرى كالثبات (النبهان، 2004، ص : 272) ، وقد اعتمد الباحث في التحقق من صدق مقياسه بمؤشري:

الصدق الظاهري :

يُعرّف الصـــدق الظاهري بأنه المظهر العام للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفيّة صياغتها ومدى وضوح هذه المفردات وتعليمات المقياس ودقّتها وما تتمتّع به من موضوعية (الغريب،1970،ص670) . وقد توّفر هذا النوع من الصدق في مقياس الطموح الدراســي في البحث الحالي من خلال عرضــهِ على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس والطب النفسي، ملحق ( ) .

ثانياً- ثبات المقياس:

يُعرّف الثبات إحصائياً بأنه نسبة التباين الحقيقي إلى التباين الكلي لدرجات المفحوصين (عبده وعثمان، 2002، ص : 36) .

ويُعدّ حســاب الثبات من خصــائص المقياس الجيد لأنه يؤشــر على اتّســاق فقرات المقياس في قياس ما يُفترض أن يقيســـه المقياس بدرجة مقبولة من الدقّة، (عودة،1993، ص235) . وهناك طرائق عديدة لإيجاد ثبات المقياس وقد ارتأى الباحث اســتخدام أكثر من طريقة لحســاب الثبات لغرض التحقّق بشــكل أكثر دقّة وكالآتي :

طريقة الاختبار و إعادة الاختيار :

و يُسمّى أيضاً بمعامل الاتساق الخارجيExternal Consistency يكشف معامل الثبات الذي يتم حسابه بطريقة إعادة الاختبار استقرار استجابات المفحوصين على المقياس عبر الزمن،إذ يُفترض أن الســمة ثابتة مســتقرة خلال مدة من الزمن ، وتقوم فكرة هذه الطريقة على حســـاب الارتباط بين درجات مجموعة من أفراد العينة (مجموعة الثبات) على الاختبار عند تطبيقه وإعادة تطبيقه بعد مرور مدة زمنية على التطبيق في المدة الأولى، ولذلك يكشـــف هذا النوع من المعاملات عن درجة ثبات السمة المقاسة خلال هذه المدة (عودة،2002، ص345) . لهذا قامَ الباحث بحساب الثبات بهذه الطريقة بعد إعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغ عددها (50) طالبا وطالبة ،وبعد مرور (14) يوماً من التطبيق الأول تمّ حســـاب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني، وقد بلغتْ قيمة معامل الارتباط (0.73) وتُشير هذه النتيجة إلى ثبات جيد للمقياس .

- التطبيق النهائي:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس بصـــورته النهائية على أفراد عينة البحث التي تتكون من (50) طالباً وطالبة من طلبة الكلية وعند توزيع المقياس على افراد العينة تحدث الباحث عن اهمية البحث وفائدته وان الضـــرورة العلمية تتطلب ان تكون الإجابة دقيقة وصريحة فضلاً عن بيان الهدف الاساس من اجراء البحث مع الإشارة إلى ســرية المعلومات وعدم الاطلاع عليها من قبل اشــخاص آخرين ســوى الباحث لاجل طمأنتهم والحصول على اجابات سليمة.واستغرقت مدة التطبيق (5) ايام.

الوسائل الإحصائية :

استعملت الباحثة في إجراءات بحثه وتحليل نتائجه الوسائل الإحصائية الآتية :

1- **معامل ارتباط " بيرسون "** :

2- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T – test)

3-معامل سبيرمان – براون (Spearman – Brown).

4- الاختبار التائي لعينة واحدة .

الفصل الرابع

نتائج البحث ومناقشتها

عرض النتائج وتفسيرها

سيتم في هذا الفصل استعراض النتائج التي توصل اليها البحث وعلى وفق أهدافه ومناقشة هذه النتائج في ضوء الدراسات السابقة وتفسيرها في ضوء الإطار النظري وكما يأتي أدناه، علماً بأن التحليلات الإحصائية قد تم إجرائها باستخدام برنامج الحقيبة الإحصائية .

الهدف الاول:ما مستوى الضغوط الاسرية والمدرسية لدى طلبة المرحلة الاعدادية؟

وقد تحقق هذا الهدف من خلال أتباع الاجراءات العلمية المتعلقة ببناء هذا المقياس وقد تم استعراض هذه الاجراءات في الفصل السابق .

أظهرت نتائج البحث أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الضغوط الاسرية والمدرسية بلغ (158.92) وبانحراف معياري قدرهُ (15.64) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي* للمقياس الذي بلغ (114) درجة وباستخدام معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة ، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (29.3) درجة وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) مما يشير إلى أن الطلبة يتصفون بمستوى عالٍ بالشعور بالضغوط الاسرية والمدرسية ويمكن تفسير هذه النتيجة بان طلبة الاعدادية مازالوا يمتلكون مناعة نفسية قوية ساعدتهم على الاحتفاظ بهذا المستوى المرتفع من الشعور بوطنهم والاعتزاز به بالرغم من الظروف الصعبة التي احاطت بهم والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي الحقيقي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
50	158.92	15.64	114	29.3	2.33	0.05

* تم استخراج المتوسط الفرضي من خلال جمع درجات البدائل وتقسيمها على عدد البدائل وضربها في عدد فقرات المقياس بشكله النهائي .

الهدف الثاني: مستوى الطموح الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية :

بلغ عدد الطلبة (**50**) طالبا وطالبة ، كان الوسط الحسابي لعينة الذكور والبالغ عددهم (50) هو (**37.9**) والتباين (**28.41**) بينما كان الوسط الحسابي لعينة الاناث باضطراب والبالغ عددهن (**31**) هو (**36.8**) والتباين (**53.6**) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر ان القيمة التائية المستخرجة (**0.80**) لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية هي غير ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (**0.05**) ودرجة حرية (49) .

جدول (4)

المقارنة في البيئة الصفية على وفق متغير الجنس (ذكور ـ أناث)

ت	نوع العينة	الوسط الحسابي	التباين	القيمة التائية المستخرجة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
1	ذكور	**37.9**	**28.41**	**0.808**	**2.021**	غير دلالة
2	اناث	**36.8**	**53.6**			

وان دلت هذه النتائج فهي تدل على ان نسبة الذكور في مستوى الطموح اعلى بقليل من الاناث ولكن تباين درجاتهم مختلفة عند قيمة جدولة غير دالية .

الهدف الثالث : العلاقة الارتباطية بين الضغوط الاسرية والمدرسية والطموح لدى الطلبة .

تحقيقا للهدف الثالث من اهداف البحث الحالي والذي يهدف الى تعرف العلاقة الارتباطية البالغ عددهم (50) طالبا وطالبة، استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لايجاد تلك العلاقة فيما بينهما والجدول(5) يوضح ذلك.

الجدول(5)

قيمة معامل الارتباط للعلاقة

العدد	قيمة معامل الارتباط المحسوبة	قيمة معامل الارتباط الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
50	0.090	0.072	49	دالة عند مستوى دلالة (0.01)

فقد اظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين متغير الضغوط الاسرية والمدرسية على الطموح، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط المحسوبة (0.090) وهي اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة قيمتها (0.072) درجة عند مستوى دلالة (0.01) وبدرجة حرية (49) مما يدل على ان هناك علاقة دالة احصائيا لصالح الضغوط .

الفصل الخامس

اولا: الاستنتاجات:

في ضوء ما تَمّ التوصل إليه من نتائج يمكن الخروج بالاستنتاجات الآتية :

1- الفروض الدلالية للضغوط المدرسية بين الذكور والاناث.

2- النتائج كانت أسلوب فعال في خفض الطموح الدراسي لدى الطلبة.

3- أثبت الطموح أنه أسلوب فعال في خفض الضغوط الاسرية والمدرسية لدى الطلبة .

ثانيا: التوصيات :

في ضوء نتائج البحث الحالي واستنتاجاته توصي الباحثة بما يأتي :

1- استخدام مقياس الطموح الدراسي الذي أعدّه الباحث ، في قياس الطموح الدراسي لدى الطلبة.

2- استخدام مقاييس اخرى لفهم الطموح الدراسي

3- ضرورة أن تتقدّم وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ، بإعداد وتدريب معالجين نفسيّين للقيام بتطبيق مثل هذه البرامج العلاجية على الأحداث الجانحين الذين يُعانون من اضطرابات نفسية .

ثالثا: المقترحات:

استكمالاً للبحث الحالي تقترح الباحثة الآتي:

1- إجراء دراسة مماثلة على الطلبة ، ولنفس العمر ودرجة الإصابة بالطموح الدراسي

2- إجراء دراسة لمعرفة أثر العلاج المعرفي السلوكي في خفض الطموح الدراسي لدى طلبة الكلية .

المصادر

1.أبو جادو، صالح محمد علي (2000): علم النفس التربوي ، ط2، الاردن ، عمان ، كلية العلوم التربوية ، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة .

2.2- أبو سماحة ، كمال كمال (1997) : ادارة وتنظيم برامج المتفوقين ، أمانة اللجنة الوطنية القطرية للتربية والثقافة والعلوم ، الخليج العربي ، دولة قطر ، الدوحة ، مجلة التربية ، العدد (120).

3.البيلي , محمد عبد الله (1997) : علم النفس التلربوي وتطبيقاته , قسم علم النفس , جامعة الامارات , مكتبة الفلاح .

4.الحبيب , مصدق جميل (1981) : التعليم والتنمية الاقتصادية , بغداد دار الرشيد .

5.حواشين , زيدان نجيب , ومفيد نجيب حواشين (1989): تعليم الاطفال الموهوبين , ط 1 , الاردن , عمان , دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع .

6.الخالدي , اديب محمد علي (1976) : سيكولوجية المتفوقين عقلياً , وزارة التربية , بغداد , ط2, مطبعة دار السلام .

7.داود , عزيز حنا , وأخرون (1991) : الشخصية بين السواء والمرض , القاهرة , مكتبة الانجلو المصرية .

8.الزوبعي , عبد الجليل , ابراهيم عبد الحسن الكناني (1992) : دراسة مقارنة للعلاقة بين القدرة العقلية والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي المرشحين لمدارس المتميزين في العراق للسنتين 1990- 1991 / 1992 , المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم , المجلة العربية للتربية , المجلد الثاني عشر , العدد الثاني .

9. (1994) : تقويم الخلفية الاسرية والخصائص النفسية والتحصيل الدراسي للطبة المسرعين في العراق , دراسة تتبعية , جامعة بغداد , مركز البحوث التربوية والنفسية .

10.السيد , فؤاد بهي (1975) : الاسس النفسية للنمو , القاهرة دار الفكر العربي

11.العبادي , عامر عبد النبي كَبن (1995) : مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة (بناء وتطبيق) , كلية التربية , جامعة البصرة (رسالة ماجستير غير نمشورة) .

12.طه , فرج عبد القادر (1988) : علم النفس وقضايا العصر , القاهرة , دار المعارف .

13.عودة , احمد (1993) : القياس والتقويم في العملية التدريسية , كلية العلوم التربوية , جامعة اليرموك , دار الامل للنشر والتوزيع , اربد , الاردن .

14.عودة , احمد سليمان والخليلي , خليل يوسف (1993) : القياس والتقويم في العملية التدريسة , ط2 , اربد , الاردن , دار الامل للنشر والتوزيع .

15.القيسي , عامر ياسر خضير (1990) : الصعوبات التي تواجه تجربة تسريع الطلبة الموهوبين في العراق , جامعة بغداد , كلية التربية , ابن رشد , (رسالة ماجستير غير منشورة) .

16.العجيلي , صباح حسين , وحكمت الحلو (1997) : السلوك العدواني للمراهق العراقي وعلاقته بجنسه وعمره والضغوط النفسية التي يتعرض لها , مجلة العلوم التربوية والنفسية , الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية , العدد (26) , بغداد .

17.يعقوب , أمال احمد , وسامية مظفر (1983) : بناء اختبار وتشخيص لميول العمال وتوجيههم في المؤسسة العامة للعمل والتدريب المهني , مجلة التربوي , العددان (1– 2) , المؤسسة العامة للعمل والتدريب المهني , بغداد

18.إبراهيم، عبد الستار (1988): أسس علم النفس. الرياض، دار المريخ للنشر.

19. الأزيرجاوي، فاضل محسن (1991): أسس علم النفس التربوي. الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر.

20. البياتي، عبد الجبار توفيق وزكريا أثناسيوس (1977): الإحصاء الوصفي الاستدلالي في التربية وعلم النفس، بغداد، الجامعة المستنصرية.

21.. بيسك، أرون (2000). العلاج المعرفي للاضطرابات الانفعالية، ط1. ترجمة عادل مصطفى، بيروت، دار النهضة العربية.

22. التكريتي، واثق عمر موسى (1989): بناء مقياس للتوافق النفسي، جامعة بغداد / كلية الآداب، رسالة ماجستير غير منشورة.

23. الجلالي، لمعان مصطفى (1989): بناء مقياس قلق الامتحان لدى طلبة الجامعة المستنصرية. كلية التربية، الجامعة المستنصرية، رسالة ماجستير غير منشورة.

24. جوارد، سيدني، م. لندزمن، تيد (1988): الشخصية السوية. ترجمة حمد دلي الكربولي، موفق الحمداني، بغداد، مطبعة التعليم العالي.

25. حسن، عبد الحميد سعيد (1983): دراسة مقارنة بين الطلبة ذوي القلق العالي والطلبة ذوي القلق الواطئ لبعض المتغيرات المدرسية. جامعة بغداد، كلية التربية.

26. دافيدوف، لندال (1980): مدخل علم النفس، ط2، ترجمة سيد الطواب وآخرون، القاهرة، دار ماكجروهيل للنشر.

27. زهران، حامد عبد السلام (1977). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط2. القاهرة.

28. الزغبي، أحمد محمد (1997). مستوى القلق كحالة وكسمة لدى طلبة جامعة صنعاء. مجلة البحوث التربوية، جامعة قطر. العدد (12).

29. الشيباني، عمر محمد التومي (1973): الأسس التقنية والتربوية لرعاية الشباب. ط1، بيروت، دار الثقافة.

30. الصوفي، عبد المجيد رشيد (1985)، اختبار مربع كاي – استخدامه في التحليل الإحصائي. بيروت، دار النضال.

31. عبد الخالق، أحمد محمد (1978) قلق الموت، الكويت، سلسلة عام المعرفة، العدد (111).

32. عدس، عبد الرحمن وتوق، محي الدين (1993). المدخل إلى علم النفس. ط3، عمان، مركز الكتب الأردني.

33. فرويد، سيجموند (1989): الكف والعرض والقلق., ترجمة محمد نجاتي، ط4، القاهرة، دار النهضة العربية.

34. فهمي، مصطفى (1967): علم النفس الإكلينيكي. القاهرة، مكتبة مصر.

35. فيركسون، جورج، أي (1991): التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس. ترجمة د. هناء محسن العكيلي، بغداد، وزارة التعليم العالي، دار الحكمة للطباعة والنشر.

36. الكبيسي، وهيب مجيد (1989): الأسلوب المعرفي (التصلب والمرونة) وعلاقتها بحل المشكلات. جامعة بغداد، كلية التربية الأولى، رسالة دكتوراه غير منشورة.

37. كمال، علي (1988): النفس – انفعالاتها وأمراضها وعلاجها. ط2، بغداد، الدار العربية.

38. الكيال، دحام علي محمد (1977): صلاحية اختبار مقياس القلق للأطفال للاستعمال في العراق. جامعة بغداد، كلية التربية.

39. الملا، سلوى (1982): التوتر النفسي كمقياس للدافعية. ط1، الكويت، دار القلم.

40. مليكة، لويس كامل وآخرون (1959): الشخصية وقياسها. ط1، القاهرة، مكتبة النهضة العربية.

الملاحق

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة بابل
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

م/أستبانة آراء الخبراء والمحكمين في صالحية فقرات المقياس الضغوط (الأسرية)

الأستاذ الفاضل ..... المحترم.
الأستاذة الفاضلة ..... المحترمة.
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تروم الباحثة القيام ببحث علمي تحت عنوان **(الضغوط (الأسرية والمدرسية) وعلاقتها بمستوى الطموح الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية)**، ونظراً لما تمتلكون من خبرة وكفاءة في مجال إعداد الكوادر التدريسية علمياً وتربوياً ، وبعد أن جمعت فقرات االمقياس من والادبيات والدراسات السابقة ، **وعرّفت الضغوط الأسرية إنّها " و يتمثل في أوامر و نواهي الوالدين ، و مشاكل الأسرة واحتياجاتها التي يتعرض لها الطلبة ." (عسكر ، 2000 : 21)** ترجو الباحثة منكم الأجابة على صلاحية هذه الفقرات من عدم صلاحيتها، أو اجراء بعض التعديلات عليها ، وذلك من خلال وضع علامة (√) أمام كل فقرة من فقرات المقياس.

ولكم منا جزيل الشكر والأمتنان

الباحثة
فاطمة صالح
المرحلة الرابعة

فقرات المقياس

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	بحاجة الى تعديل
1	أتضايق من املاءات الوالدين المكررة.			
2	أشعر بالبكاء من أوضاعي الأسرية.			
3	أشعر بالإحباط من إهمال والدي لإنجازاتي الدراسية.			
4	أشعر بانفجار رأسي من نصائح والدي حول الدراسة.			
5	أشعر بالألم من عجزي على حل مشاكل الأسرة.			
6	أشعر بارتفاع ضغط الدم من المشكلات الاسرية المتكررة .			
7	أشعر بالذنب من رفضي لتلبية مطالب الأسرة.			
8	أشعر بعدم الارتياح من مرض أحد أفراد الأسرة.			
9	أشعر بالألم من فقدان شخص عزيز علي من أسرتي.			
10	أشعر بتأنيب الضمير من تصرفاتي مع أفراد عائلتي .			
11	أشعر بالإجهاد في قضاء حوائج الأسرة.			
12	أتضايق من تعليمات وأوامر الأخوة وأفراد الأسرة.			
13	أشعر بالحرمان لرفض والدي تلبية احتياجاتي.			
14	أشعر بنقص الحنان الأسري من جراء عقاب الأهل.			
15	أشعر بالغضب من تردد الأقارب لمنزلنا.			
16	أتضايق من رعاية والدي الزائدة لي.			
17	أشعر بالإنزعاج من أوامر والوالدين المتكررة لي .			
18	أشعر بالفشل من عدم انجازي الاعمال الاسرية بنجاح.			
19	أتضايق من تعامل أسرتي معي بأنني طفل أو طفلة .			
20	تكليفي الوالدين بإمور تتعلق بالإسرة فوق طاقتي .			
21	قلة متابعة أسرتي لمستقبلي الدراسي .			
22	إهتمام الوالدين بأخوتي الاخرين من دوني .			
23	اهمال الوالدين من الحضور الى اجتماع مجلس الاباء في المدرسة .			
24	عدم متابعة افراد اسرتي من انجاز واجباتي المدرسية .			
25	اهمال افراد اسرتي مشاعري وافكاري التي اقدمها للاخرين داخل الاسرة.			

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة بابل
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

م/أستبانة آراء الخبراء والمحكمين في صالحية فقرات المقياس الضغوط (المدرسية)

الأستاذ الفاضل ..... المحترم.
الأستاذة الفاضلة ..... المحترمة.
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تروم الباحثة القيام ببحث علمي تحت عنوان **(الضغوط (الأسرية والمدرسية) وعلاقتها بمستوى الطموح الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية)**، ونظراً لما تمتلكون من خبرة وكفاءة في مجال إعداد الكوادر التدريسية علمياً وتربوياً ، وبعد أن جمعت فقرات االمقياس من والادبيات والدراسات السابقة ، **وعرّفت الضغوط المدرسية إنّها " و يتمثل في قوانين المدرسة، و كثافة ساعات الدراسة و نصائح المدرسين والمدرسات ، و تعليمات الإدارة ، والتي يتعرض لها الطلبة داخلها. " (الصافي ، 2001 :34)** ترجو الباحثة منكم الأجابة على صلاحية هذه الفقرات من عدم صلاحيتها، أو اجراء بعض التعديلات عليها ، وذلك من خلال وضع علامة (√) أمام كل فقرة من فقرات المقياس.

ولكم منا جزيل الشكر والأمتنان

الباحثة
فاطمة صالح
المرحلة الرابعة

فقرات المقياس

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	بحاجة الى تعديل
1	أشعر بالاختناق عند الذهاب للثانوية.			
2	أشعر بدوران ودوخة من مراجعة الدروس.			
3	أشعر بالضيق عند قرب موعد الامتحان.			
4	أشعر بالإغماء من وجودي في المدرسة.			
5	أشعر بالتوتر أثناء المراجعة.			
6	أشعر بإنهماك من شدة تحضيري للإمتحانات .			
7	أشعر بالانزعاج من حديث الأستاذ عن الدراسة.			
8	أشعر بالخوف من صعوبة أسئلة الامتحان.			
9	أشعر العزلة من تهميش المدرسين لي.			
10	أشعر بتعب شديد من المراجعة المستمرة.			
11	أصاب بالإرهاق في ليلة الامتحان .			
12	أتضايق من إهمال الآساتذة لأفكاري			
13	أشعر بالقلق يوم الامتحان داخل المدرسة			
14	أشعر بضيق التنفس في بعض الحصص الدراسية.			
15	أتضايق من سخرية زملائي على مظهري العام (اللباس) في اثناء الدوام المدرسي .			
16	أشعر بالحسرة من تفريطي في المراجعة المدرسية .			
17	أشعر بانهيار عصبي من طول اليوم الدراسي.			
18	أتضايق من استهزاء زملائي عندما أناقشهم.			
19	لا أصبر على انتظار نتيجة الامتحانات.			
20	أتضايق من القوانين المدرسية.			
21	أشعر بالأسى من رسوبي في الامتحان.			
22	أشعر بعدم الراحة النفسية عند دخول مدير المدرسة الى الصف .			
23	أشعر بالصداع من ضجيج الساحة المدرسية.			
24	أشعر بالتعب من الواجبات المدرسية والبيتية .			
25	أعاني من عدم القدرة على التركيز في الدروس.			

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة بابل
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

م/ آراء الخبراء والمحكمين في صالحية فقرات المقياس (مستوى الطموح الدراسي)

الأستاذ الفاضل ..... المحترم.
الأستاذة الفاضلة ..... المحترمة.
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تروم الباحثة القيام ببحث علمي تحت عنوان **(الضغوط (الأسرية ، والمدرسية) وعلاقتها بمستوى الطموح الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية)**، ونظراً لما تمتلكون من خبرة وكفاءة في مجال إعداد الكوادر التدريسية علمياً وتربوياً ، وبعد أن جمعت فقرات االمقياس من والادبيات والدراسات السابقة ، **وعرّف مستوى الطموح الدراسي إنّه "المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه على أساس تقديره لمستوى قدراته وإمكانياته" (أحمد ، 1999 :184)** ترجو الباحثة منكم الأجابة على صلاحية هذه الفقرات من عدم صلاحيتها، أو اجراء بعض التعديلات عليها ، وذلك من خلال وضع علامة (√) أمام كل فقرة من فقرات المقياس.

ولكم منا جزيل الشكر والأمتنان

الباحثة
فاطمة صالح
المرحلة الرابعة

فقرات المقياس

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	بحاجة الى تعديل
1	أفضل الحصول على عمل عوض مواصلة الدراسة.			
2	أسيء لعائلتي إذا رسبت في البكالوريا.			
3	إن الجامعة أفضل مكان لتجسيد أفكاري المستقبلية.			
4	أرى أن الدراسة لا قيمة لها في المجتمع.			
5	أنا راض عما حققته من مستوى دراسي.			
6	أدرس وأثابر لأحقق النجاح الدراسي.			
7	أتطلع لتحقيق إنجاز عمل دراسي جامعي ذي أهمية علمية.			
8	أحتقر الطالب المنسحب من التعليم.			
9	أرى أن إمكانياتي الدراسية لا تسمح لي بالتفكير في الدراسة.			
10	أحب أن أقدم أفضل عمل مدرسي في القسم.			
11	أرغب في الالتحاق بتخصص دراسي جامعي هام.			
12	ثقتي في نفسي كبيرة لتحقيق ما أسعى إليه.			
13	أركز على الزمن الحاضر أفضل من لي من الاهتمام بالمستقبل.			
14	رسوبي في الامتحان لا يقلل من طموحاتي الدراسية.			
15	أتشوق للاستماع لأحاديث التخصصات الجامعية.			
16	أحب مشاهدة وسماع الحكايات والقصص التي تروي حياة العلماء والأبطال والمشاهير والزعماء.			
17	يصعب عليّ تقرير ما أفعله بعد النجاح في البكالوريا.			

18	أرتاح عندما أجيب عن الأسئلة التي يعجز عنها زملائي في الصف			
19	أطمح في الإحراز على مستوى دراسي أعلى مما أنا عليه.			
20	يعجبني الشخص الناجح في حياته العملية.			
21	أتوقع أن ألتحق بالتكوين المهني في نهاية السنة الدراسية.			
22	نتائج الامتحانات تدفعني للتطلع للمستقبل.			
23	الدراسة الجامعية تشجعني على تحقيق أهدافي الدراسية.			
24	أتمنى أن أكون شخصا مهما في المجتمع.			
25	أتضايق من حديث الزملاء عن الدراسة.			

اسماء السادة الخبراء

١. أ.د. علي حسين المعموري / اختصاصه علم النفس التربوي
٢. ا.م.د رقيه هادي عبد الصاحب/ علم النفس التربوي
٣. ا.م.د. مدين نوري طلاك / علم النفس التربوي
٤. ا.د. احمد يحيى حسن / طرائق تدريس عامة
٥. ا.م.د. فارس مطشر حسن / طرائق تدريس اللغة العربية
٦. ا.د. علي محمود الجبوري / علم النفس الشخصية
٧. ا.د بسام عبد الخالق الأسدي/ طرائق تدريس اللغة العربية
٨. ا.م.د. وفيه جبار محمد / طرائق تدريس اللغة العربية
٩.م.د. حنان علي حسين / علم النفس التربوي
١٠. ا.م.د. عمران عبد صكب / طرائق تدريس اللغة العربية