الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشهيد حمه لخضر- الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: العلوم الاجتماعية

الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية
دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة الوادي

مذكرة مكملة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر
في علوم التربية تخصص علم النفس المدرسي

إعداد الطالبة:
أمال بورقعة

إشراف الأستاذ:
د. عمار حمامة

لجنة المناقشة

الأستاذ	الرتبة	الصفة	المؤسسة الأصلية
عمار حمامة	أستاذ محاضر_ب	مشرف	جامعة الشهيد حمه لخضر_الوادي
منصور بوبكر	أستاذ محاضر_أ	رئيس	جامعة الشهيد حمه لخضر_الوادي
مشري سلاف	أستاذ محاضر_أ	مناقش	جامعة الشهيد حمه لخضر_الوادي

السنة الجامعية:2019/2018

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد الخلق أجمعين

قال تعالى:

"رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه"

أما بعد:

أتقدم بأرقى وأسمى عبارات الشكر والمديح والثناء للأستاذة الدكتور المشرف على هذه الرسالة "عمار حمامة" على ما بذله من جهد في النصح والتوجيه

والشكر إلى كل الأساتذة المحكمين للأداة وإلى عينة الدراسة

كما أشكر السادة أعضاء اللجنة على قبولهم وتفضلهم لمناقشة هذه الرسالة ورغبتهم في إبداء نصائحهم وتوجيهاتهم من أجل تسديدها

وإلى كل من زرعوا التفاؤل في دروبنا وقدموا لنا المساعدات والتسهيلات والأفكار والمعلومات وربما دون أن يشعروا لدورهم وبذلك فلهم منا كل الشكر.

إهداء

أقدم عملي المتواضع هذا إلى

ملاكي الحارس الذي أفنى حياته لأجل كمل حياتي والذي تمنيت أن يراني وقد بلغت هذه الدرجة إلى الروح التي سافرت إلى ما بعد الغياب إلى... أبي رحمه الله ورزقه الجنة.

إلى من وهبت حياتها لتراني في المراتب العليا والتي انتظرت هذا النجاح بفارغ الصبر, إلى رمز التضحية, إلى سبب وجودي إلى... أمي أمدها الله العمر.

إلى من أعانني وساندني في كل الأوقات العصيبة منها والسعيدة, إلى من شاركني وحدتي و كان رفيق دربي وشمعة أضاءت ظلمة حياتي, إلى من أكتسب القوة بوجوده إلى أحب الناس على قلبي إلى... زوجي الغالي "رشيد"

إلى رياحين حياتي " أخوتي"

إلى كل من تجمعني بهم صلة الرحم والقرابة والصداقة.

أمال

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدارسة إلى الكشف عما إذا كانت هناك علاقة إرتباطية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز الدراسي.

أجريت الدراسة على 100 طالب وطالبة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية, قسم العلوم الإنسانية جامعة الشهيد حمه لخضر ولجمع البيانات استعملت الطالبة أداتين وهما: مقياس الضغوط النفسية لبشير إبراهيم الحجار ونبيل كمال دخان, واستبيان دافعية الإنجاز لسعاد أحمد مولى الساعدي.

وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى النتائج التالية:

_ توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للانجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ / إعلام واتصال).

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ/ إعلام واتصال).

Résumé de l'étude:

L' étude a pour but de déterminer s’il existait une relation corrélationnelle entre les pressions psychologiques et la motivation à l'accomplissement .

L’étude a été menée auprès de 100 étudiants de la faculté des sciences humaines et sociales, du département des sciences humaines de l’Université d'Eloued, et pour la collecte des données, l’étudiante a utilisé deux outils: l’échelle des pressions psychologiques de Bashir Ibrahim Al-Hajjar et Nabil Kamal Dukhan et le questionnaire de motivation à l'accomplissement de Souad Ahmed Mawla Assaedi.

Après le traitement statistique des données, les résultats suivants ont été obtenus:

- Il existe une relation corrélationnelle significative entre les pressions psychologiques et la motivation à l'accomplissement chez les étudiants de deuxième année sciences humaines.
- Il existe des différences statistiquement significative dans le niveau de la motivation à l'accomplissement chez les étudiants de deuxième année (sciences humaines) en fonction de la spécialité (histoire / communication).
- Il existe des différences statistiquement significative dans le degré des pressions psychologiques chez les étudiants de deuxième année (sciences humaines) en fonction du genre.
- Il existe des différences statistiquement significative dans le degré des pressions psychologiques chez les étudiants de deuxième année (sciences humaines) en fonction de la spécialité (histoire / communication).
- Il existe des différences statistiquement significative dans le niveau de motivation à l'accomplissement chez les étudiants de deuxième année (sciences humaines) en fonction du genre

فهرس المحتويات

المحتويات	الصفحة
شكر والعرفان	أ
ملخص الدراسة بالعربية	ب
ملخص الدراسة بالإنجليزية	ت
فهرس المحتويات	ح
فهرس الجداول	د
فهرس الأشكال	ذ
مقدمة	1
الجانب النظري	
الفصل الأول: موضوع الدراسة	
1- إشكالية الدراسة	5
2- فرضيات الدراسة	8
3- أهمية الدراسة	9
4- أهداف الدراسة	9
5- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة	10
6-الحدود المكانية والزمنية للدراسة	10
خلاصة الفصل	
الفصل الثاني: الضغوط النفسية	
تمهيد	12
1- لمحة تاريخية عن استخدام مصطلح الضغط	12
2- مفهوم الضغوط النفسية	13
3- بعض المفاهيم التي لها صلة بالضغوط النفسية	14
4- مكونات الضغوط النفسية	15
5- أنواع الضغوط النفسية	16
6- مصادر الضغوط النفسية	17

7- المقاربات النظرية للضغوط النفسية	19
8- أشكال الاستجابة للضغط النفسي	25
9- إستراتجيات إدارة الضغوط النفسية	26
10-طرق قياس الضغوط النفسية	27
خلاصة الفصل	28
الفصل الثالث: دافعية الإنجاز	
تمهيد	30
1- لمحة تاريخية عن استخدام مصطلح الدافعية	30
2- مفهوم دافعية الإنجاز	31
3- بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية الإنجاز	33
4- مظاهر دافعية الإنجاز	34
5- أنواع دافعية الإنجاز	35
6- العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز	35
7- المقاربات النظرية للدافعية الإنجاز	38
8- طرق قياس دافعية الإنجاز	42
خلاصة الفصل	45
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية	
تمهيد	48
1_ منهج المستخدم	48
2_ الدراسة الاستطلاعية	49
3_ أدوات الدراسة	50
4_ مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية	55
5_ أساليب التحليل الإحصائي	58
خلاصة الفصل	59

الفصل الخامس: عرض وتفسير نتائج الدراسة الأساسية	
تمهيد	61
1- عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى	61
2- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية	63
3- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة	65
4- عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة	66
5- عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة	68
خلاصة عامة وآفاق مسارات الدراسة	71
قائمة المراجع	74
الملاحق	81

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	يوضيح تطبيق المقاربة الطرفية لمقياس الضغوط النفسية	51
2	يوضح قيمة ألفا كرونباخ لمقياس الضغوط النفسية	52
3	يوضح تطبيق المقارنة الطرفية لمقياس الدافعية للإنجاز	53
4	يوضح قيمة ألفا كرونباخ لاستبيان الدافعية للإنجاز	54
5	يوضح معامل الإرتباط بيرسون لاستبيان الدافعية للإنجاز	54
6	يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس	55
7	يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص الدراسي	56
8	يوضح قيمة (r) لمعامل الإرتباط بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز	60
9	يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين في دافعية الإنجاز	62
10	يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين التخصص في دافعية الإنجاز	64
11	يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين في الضغوط النفسية	66
12	يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين التخصص في الضغوط النفسية	68

فهرس الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
1	توزيع عينة الدراسة الأساسية بنسبة المئوية حسب متغير الجنس	56
2	توزيع عينة الدراسة الأساسية بنسبة المئوية حسب متغير التخصص الدراسي	57

مقدمة:

من المتفق عليه لدى جمهور المهتمين في العلوم التربوية والإدارية أننا نعيش في منظومة بيئية فيها العديد من المثيرات, والمنبهات المتنوعة, وتعدد أسبابها, إذ لها تأثير قد يبدأ ولا ينتهي, يستمر مع الإنسان من البيت إلى المدرسة, إلى سوق العمل إلى المجتمع الذي يعيش فيه, مما يشكل لديه ضغوطا مختلفة, تؤدي بدورها إلى أن يعيش الفرد في حالة من القلق والتوتر والانفعال, فيؤثر ذلك على مهامه وواجباته الأسرية والوظيفية, وعلاقته بالمجتمع المحيط به, وقد يؤثر ذلك على صحته وجسده.

وباعتبار أن الطالب الجامعي جزء من هذا المجتمع فإنه يعيش عدد من الضغوط والمؤثرات التي من شأنها تأثر على مستوى أدائهم, وفي تعاملهم مع الظروف المحيطة بهم, وقد يجدون أنفسهم في وضع لم يختاروه, ولكن فرض عليهم من مؤثر خارجي وهذا ما يؤثر على دافعيتهم للإنجاز الدراسي.

إذ تعتبر الدافعية للإنجاز من العوامل المهمة في عملية التعلم والتعليم حيث تؤثر في مستوى أداء الطالب وإنتاجيته في مختلف مجالات الحياة سواء كانت الحياة الجامعية أو غيرها.

ومن هذا المنطلق جاءت فكرة دراسة هذا الموضوع والذي يهدف إلى الكشف عن وجود علاقة بين الضغوط النفسية ومستوى الدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية وذلك باختلاف الجنس والتخصص الدراسي.

1- الجانب النظري: والذي يشمل ثلاث فصول:

الفصل الأول: وهو الفصل التمهيدي والذي تم فيه تحديد إشكالية الدراسة, ثم تحديد فرضيات الدراسة, وكذا ذكر أهمية الدراسة وأهدافها وبعدها تم التطرق إلى تحديد مصطلحات الدراسة إجرائيا.

الفصل الثاني: وهو الفصل الخاص بمتغير الضغوط النفسية حيث تضمن: تعريفه, أنواعه, أسبابه, أعراضه, وآلية حدوثه, كما تطرقنا لبعض النظريات المفسرة للضغوط النفسية ومن ثم إلى طرق تشخيصه, وقياسه, وأهم استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية,

الفصل الثالث: وهو الفصل الخاص بمتغير دافعية الإنجاز وقد تضمن تعريف الدافعية لوحدها, ومن تعريف والدافعية الإنجاز معا, وأهم النظريات المفسرة لها وكذا العوامل المؤثرة فيها, وأهم مكوناتها, وأنواعها, وأخيرا طرق قياسها.

2- الجانب الميداني: والذي تضمن فصلين هما:

الفصل الرابع: حيث تمحور حول الإجراءات المنهجية للدراسة بدءا بالدراسة الاستطلاعية تعريفها وأهدافها, إلى الدراسة الأساسية والتي تحتوي التعريف بمنهج الدراسة, حدود الدراسة, وصف العينة, وذكر أدوات الدراسة إضافة لذكر أساليب التحليل المستخدمة.

الفصل الخامس: وهو يضم عرض وتفسير ومناقشة وتحليل النتائج التي تم التوصل إليها من خلال الجداول المرفقة بدءا من الفرضية العامة والفرضية الجزئية الأولى والثانية والثالثة والرابعة.

الجانب النظري

الفصل الأول: موضوع الدراسة

1- الإشكالية.

2- فرضيات الدراسة.

3- أهمية الدراسة.

4- أهداف الدراسة.

5- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

6- الحدود المكانية والزمنية للدراسة

1- الإشكالية:

يعتبر التعليم الجامعي معلما أساسيا مهما في أي نظام تعليمي في جميع الدول بحيث تكمن أهميته في إعداد أفراد يعتمد عليهم في المجتمع, بغية الرقي به لأعلى منزلة ممكنة, وبما أن الطلبة الجامعيين من أهم عناصر هذا النظام التعليمي أضحى من الضروري الاهتمام بهذه الفئة وتوفير الظروف الملائمة لضمان نجاحها, وتفادي كل الإختلالات التي تؤدي إلى فشلها. إذ أنه لا تخلو حياة الطالب الجامعي من المعوقات التي تحول دون قيامه بدوره على أكمل وجه, منها المواقف الحياتية الضاغطة التي يتعرض لها الطالب بالإضافة إلى المنهج والمناخ الدراسي الذي لا يخلو من النقائص.

(صالحي,2013, 18).

فلقد أصبحت الضغوط النفسية سمة للحياة المعاصرة وتجربة يعيشها الفرد بشكل يومي وذلك نتيجة للتغيرات والتبدلات والتعقيدات السريعة والمتعددة, ولقد أدى هذا التزايد في الضغوط إلى أن أطلق بعض الباحثين إلى أن الضغوط ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يختبرها الإنسان في أوقات مختلفة, وتتطلب منه توافقا أو إعادة توافق مع البيئة المحيطة وبالتالي فنحن لا نستطيع الهروب منها,لأن ذلك يعني أن هنالك نقصا في فاعليات الفرد وقصور في كفايته فلا حياة بدون ضغوط, ويمكن القول أن الضغوط النفسية تولد نتيجة فشل الفرد في التكيف مع المطالب المفروضة عليه في معظم الأحيان الأمر الذي يجعله أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية والجسمية والمعرفية.

(يوسفي,2016، 12)

فالحياة مليئة بالضغوط النفسية التي تعصف الإنسان ويعتقد أن الضغوط النفسية قد بدأت مع خلق الإنسان وهي جزء من الحياة مع تقدم الحضارة والمدينة زادت المشاكل والضغوط التي تواجه الفرد و أصبح التعامل معها مشكلة كل فرد.

وتزداد المشكلة تعقيدا عندما لا يكون للضغوط دواء شافي أو علاج ناجح مثل الكثير من الأمراض العضوية وتشير بعض الدراسات العلمية إلى أن الضغوط النفسية مسؤولة عن أكثر من 50 بالمائة من حالات الشكوى التي تصل إلى عيادات الأطباء كألم الرأس والظهر وتهيج المعوي أو البطن والقرحة كما أن لها علاقة كبيرة بارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والشرايين وتشير الجمعية الأمريكية إلى أن أحد الأسباب الرئيسية للإصابة بالجلطة الدموية هي الضغوط النفسية وقد أيد وجهة النظر هذه العديد من العلماء والباحثين اللذين

يعتقدون أن الفرد إذا تعرض لها فترة طويلة ولم يتلقى دعما من الآخرين مما حدا بالبعض منهم للاعتقاد بأن القرن الماضي والقرن الحالي هما عصر الضغوط النفسية رغم ما توصل له الإنسان من تقدم ورفاهية وتختلف مصادر الضغوط النفسية باختلاف ظروف حياة الفرد فبعد الانتقال من الحياة المدرسية إلى الحياة الجامعية مثلا تختلف مصادر الضغوط لأي طالب باختلاف تخصصه لأن هنالك بعض التخصصات تشكل مصادرا للضغوط.

وتعتبر مرحلة الشباب من المراحل المهمة والحرجة في النمو الإنساني, إذ يعيش الطلاب ضغوطا متعددة, بعضها نابع من تغيرهم الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي, وأخرى نابعة من المجتمع وما فيه من تغيرات ترتبط بظروف المجتمع بكل شرائحه الاجتماعية الاقتصادية الثقافية وبالظروف العالمية, وقد يدفع الطلاب ثمنها في أشكال متعددة من المشكلات أو الاضطرابات (إبراهيم، 2007، 298– 299).

لاشك أن ضغوط الحياة التي يتعرض لها الطلاب كل يوم هي شيئ طبيعي وركن أساسي في منظومة حياتهم ولكن تختلف من شخص لآخر, فقد يختلف الذكور عن الإناث في درجة الضغوط النفسية وهذا ما أكدته بعض الدراسات النفسية التي تطرقت للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في متغير الضغوط حيث أكد كل من ربينز وتانيك (1979) خلال دراسة أجرياها على طلاب الجامعات لتحديد استجاباتهم التوافقية للضغوط الأكاديمية أن الإناث أكثر عرضة للضغط النفسي من الذكور, كذلك دراسة كومار وبهوكار (2013) أشارت نتائج دراستهم أن الإناث أكثر معاناة من الضغط النفسي مقارنة بالذكور, فهذه الضغوط قد تكون إيجابية أو سلبية تحرك الطالب وقد تكون بسيطة أو صعبة يستطيع الإنسان تجاوزها بسهولة أو تتطلب معالجة معقدة ولكن الظروف والأوضاع المضطربة السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي يعيشها طلاب الجامعة وتتمثل في مواجهة الامتحانات والخوف من الفشل في الدراسة والعلاقة مع الزملاء والأساتذة والمنافسة من أجل النجاح, والصراع مع الآباء والأمهات.

تعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة, وهي ردود فعل للتغيرات السريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة, وهي السبب الرئيسي وراء الإحساس بالآلام النفسية والأمراض العضوية التي تؤدي في النهاية إلى درجة عدم التوافق وضعف في مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد الذين يعانون من الضغوط.

(أماني وآخرون, 2007, 10)

ويعرف الكفوري (200) للضغوط النفسية بأنها عملية تقييم للأحداث التي تواجهها الأفراد كموقف مهددة أو الاستجابة لها عبر تغيرات فسيولوجية وانفعالية ومعرفية وسلوكية تكشف عن قدرة الفرد الموائمة بين ما لديه من إمكانيات وبين ما تتطلبه البيئة المحيطة به.

(الكفوري, 2000, 180)

فرغم التأثيرات السلبية للضغوط النفسية على الطلبة فهنالك من يغير ويستثمر درجة الضغوط النفسية في سبيل التوافق مع البيئة بشكل إيجابي وذلك من خلال التقليل من آثارها السلبية عن طريق التركيز عن مصدر الضغوط أو المشكلة وتغييرها أو إعادة تقييم المواقف الضاغطة بصورة إيجابية وبالتالي دافعية الإنجاز دراسي مرتفعة ومواجهة الضغوط النفسية بكل فاعلية ونجاح في حين نجد أن البعض الآخر منهم يفشلون في مواجهتها ويميلون للانسحاب والإنكار حيث تنخفض دافعيتهم للإنجاز الدراسي وبالتالي التراجع عن الهدف والوصول إلى تحقيقه ولهذا يرتبط تطور المجتمعات بأداء الطلبة في المجلات الاقتصادية والعلمية والتربوية وغيرها, ويرتبط الأداء بمستوى دافعية الإنجاز الدراسي فإذا كانت دافعية الفرد للإنجاز الدراسي, فأداؤه يكون مرتفعا وبذلك يساهم في نمو مجتمعه فدافعية للإنجاز الدراسي تعتبر عاملا لنجاح الطلبة أو فشلهم.

ومن ثم يتضح دور الدافعية للإنجاز خاصة في المرحلة الجامعية إذ تعتبر هذه المرحلة واحدة من المراحل الهامة في حياة الفرد فقد باتت الإنجازات العلمية التي يقوم بها الطلبة في مختلف التخصصات أساس النهوض بمؤسسات التعليم العالي وبالمجتمع والوطن على حد سواء فما ينجزه طلبة الجامعات بشكل عام وطلبة الدراسات العليا بشكل خاص من البحوث الأكاديمية والدراسات متميزة بشكل أساسي على مستوى دافعيتهم للانجاز.

كما تشكل إثارة الدافعية لدى الطلبة أحد العوامل المهمة لإحداث التعلم الفعال, فهي تحرك الفرد لبذل أقصى حد من جهوده وطاقته لتحقيق أهداف التعلم.

فلقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الدافعية للإنجاز تتضمن أنواعا وأنماطا متباينة من السلوك, لذا اتسع الاهتمام بها ليشمل دراسة علاقتها بمتغيرات عديدة ومحاولة التعرف على العوامل التي تسهم بشكل كبير في تفسير التباين في مستوى الدافعية للإنجاز بين الأفراد كالجنس والمستوى التحصيلي ونوع التخصص...إلخ من العوامل.

(اليوسف, 2010)

منها دراسة الأميري (1998) التي أجراها على طلاب جامعة تعز وعلاقتها بالتحصيل الدراسي, حيث أسفرت نتائجه على وجود فروق في الضغوط النفسية تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث أما فيما يخص التخصص فقد تبين عدم وجود فروق إحصائية في الضغوط.

كما أسفرت نتائج دراسة كريمان عويضة منشار حول الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية الإنحاز لدى طلاب الجامعة أن طلاب الشعب الأدبية أكثر إحساسا بالضغط من طلاب الشعب العلمية, كما أشارت أيضا إلى وجود فروق لصالح الطلاب ذوي المستوى المتوسط من الضغط النفسي في دافع الإنجاز (صحراوي وآخرون, 2016, 14).

لذلك جاءت الدراسة الحالية للبحث عن علاقة الضغوط النفسية بدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية.

تساؤلات الدراسة: تضمنت الدراسة التساؤلات التالية:

أ- **التساؤل العام:**

هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية ؟

ب- **التساؤلات الجزئية:**

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ \ إعلام واتصال) ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ \ وإعلام واتصال) ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس (ذكور \ إناث) ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ \ و إعلام واتصال) ؟

1- فرضيات الدراسة:

أ- **الفرضية العامة:**

توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية.

ب- **الفرضيات الجزئية:**

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس (ذكور/ إناث).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ/ إعلام واتصال).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس (ذكور/ إناث).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص (تاريخ/ إعلام واتصال).

2- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة: الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطالب خلال مساره الجامعي بالجامعة حيث أن المناخ الدراسي المحيط بالطالب وسرعة مجرياته قد تؤثر سلبا عليه وتدفعه للشعور بالضغط النفسي مما قد يضعف دافعيته للتحصيل العلمي ويخفض مستواه الدراسي, ومن هذا المنطلق تستمد الدراسة أهميتها والتي تتمثل في:

- أهمية دراسة الضغوط النفسية ومسبباتها وأعراضها وذلك نظرا للانتشار الواسع في المجتمع ولدى كافة الفئات العمرية.
- محاولة دراسة الدافعية ومالها من أهمية في المواقف الحياتية المختلفة وخاصة من الناحية التربوية باعتبارها أحد الأهداف التربوية المهمة والمحرك الأساسي للنجاح والتفوق.
- الكشف عن الأسباب التي قد تؤدي بالطالب الجامعي للإصابة بالضغط النفسي وما مدى تأثيره على دافعية للإنجاز.
- إظهار العلاقة الإرتباطي التي تجمع الضغط النفسي بدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية.

3- أهداف الدراسة:

ونسعى من خلال الدراسة تطبيق جملة من الأهداف ومنها:

- التعرف على ما إذا كانت توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية.

– التعرف على ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.

– التعرف على ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص

– التعرف على ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية باختلاف جنسهم.

– التعرف على ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية باختلاف تخصصه.

4- التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

4-1- الضغوط النفسية:

التعريف الإجرائي : ويتمثل في إحساس الطالب بالاضطراب وعدم الاتزان الناشئ عن عدم قدرته على المواءمة بين ما لديه من إمكانيات وبين ما تتطلبه البيئة المحيطة من أفعال كما ينشئ أيضا عن صعوبات التي تواجه الطالب في بيئته الدراسية والتي تعيق قدرته على تحقيق أهدافه.

ويعبر عنها في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب عند استجابته لفقرات مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية.

4-2- الدافعية للإنجاز:

التعريف الإجرائي: تعرف الدافعية للإنجاز بالحاجة للإنجاز أي رغبة أو ميل الطالب الجامعي, للتغلب على العقبات التي تواجهه خلال مساره الأكاديمي وممارسة القوى والكفاح لتحقيق أهدافه بفاعلية.

ويعبر عنها في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب عند استجابته لفقرات مقياس الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية.

5- حدود الدراسة:

5-1- الحدود الزمنية: تمت الدراسة الميدانية خلال موسم الدراسي: 2019/2018.

5-2- الحدود المكانية: جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي.

5-3- الحدود البشرية: طلبة السنة الثانية علوم إنسانية تخصص تاريخ/ إعلام واتصال.

الفصل الثاني: الضغوط النفسية

تمهيد

1- لمحة تاريخية عن استخدام مصطلح الضغط.

2- مفهوم الضغوط النفسية.

3- بعض المفاهيم التي لها صلة بالضغوط النفسية.

4- مكونات الضغوط النفسية.

5- أنواع الضغوط النفسية.

6- مصادر الضغوط النفسية.

7- المقاربات النظرية للضغوط النفسية.

8- أشكال الاستجابة للضغط النفسي.

9- إستراتيجيات إدارة الضغوط النفسية.

10- طرق قياس الضغوط النفسية.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

يعتبر الضغط النفسي ظاهرة معقدة تشعبت مجالاتها, ولكل وجهة نظره الخاصة حولها, فمهم من يرى بأنه استجابة فسيولوجية لمثير ضاغط, ومنهم من يرى بأنه مختلف المثيرات التي يتعرض لها الإنسان وذلك من حيث المصادر المسؤولة عنه.

وسنتعرف في هذا الفصل إلى أهم العناصر المتعلقة بالضغوط النفسية.

1- لمحة تاريخية عن استخدام مصطلح الضغط :

إن مصطلح الضغط كأي مفهوم علمي قد عانى من الخلط والتداخل ليصبح مفهوم معروفا ومحددا, وقد تطور الاهتمام بتحديد مفهوم الضغط عبر عدة علوم شملت علم الاجتماع والأنثروبولوجيا...إلخ, وظهر اتجاهين أساسيين أزدهر من خلالهما البحث في موضوع الضغوط, الأول تطور من خلال المنظور الفسيولوجي, أما الاتجاه الثاني فقد ارتكز على الجانب النفسي والاجتماعي وكلا الجانبين أسهما في فهم الضغط, إلا أن الجهود المبذولة للتكامل بين الاتجاهين ما تزال بسيطة (سالم، 1996، 108).

لذلك فقد تباينت وجهات نظر الباحثين فيما يخص تعريف الضغوط لا سيما في ظل استخدام البعض المصطلح الضغط بصورة متداخلة مع مصطلحات أخرى بديلة وهذا ما يؤكد (ميكانيك) في إشارته إلى أن بعض الباحثين يستخدمونه بصورة متداخلة في معناه مع متغيرات أخرى كالشعور بالضيق, والقلق وغيرها, ولذا كان من الصعب تحديد تعريف شائع متفق عليه لهذا المصطلح (شلوف، 2005، 40).

فمصطلح الضغوط مشتق من الكلمة اللاتينية (Strainger) بمعنى إثارة الضيق وأُستخدمت خلال القرن 17 لوصف الشدة أو الضيق أو الحزن وفي أواخر القرن 18 أشارت إلى القوة أو الضغط أو التوتر...إلخ (الطريري،1994، 13).

في حين يذكر البعض أن مصطلح الضغط قد أشتق من الكلمة الفرنسية (Distress) والتي تشير إلى الاختناق والشعور بالضيق أو الظلم وقد تحولت في الإنجليزية إلى (Distress) والتي أشارت إلى معنى التناقض، بحيث صارت الكلمة تحمل بدل النتيجة الانفعالية للضغط السبب الأساسي أي القوة, الضغط, الثقل الذي يؤدي إلى التوتر المادة أو تشوهها بمرور الزمن, ويمكن القول أن المصطلح في الأصل أُستخدام للتعبير عن معاناة وضيق أو اضطهاد (فونتانا،1993، 12).

وقد استخدمت كلمة (Stress) للتعبير عن معاناة وضيق أو اضطهاد, وهي حالة يعاني الفرد فيها من الإحساس بظلم ما (عبد المعطي،2006، 18).

2_ مفهوم الضغوط النفسية:

_ تعريف الضغط:

- **لغة:** يشير المعجم الوجيز إلى الأصل اللغوي لكلمة هو ضغطه, عصره, زحمه, كلام بالغ في الإجاز, وعليه شدد وضيق. (حسن شحاته،2003، 208).

كما يعني الضغط الكرب والشدة.(لطفي,2001, 208).

- **اصطلاحا:** يستخدم مصطلح الضغوط النفسية للدلالة على نطاق واسع من حالات الإنسان الناشئة كرد فعل لتأثيرات مختلفة بالغة القوه, وتحت نتيجة التهديد والخطر. (عثمان،2001، 18)

ويعرف الكفوري(2000): الضغوط النفسية بأنها عملية تقييم للأحداث التي يواجهها الفرد كمواقف مهددة والاستجابة لها عبر تغيرات فسيولوجية وانفعالية ومعرفية وسلوكية تكشف عن قدرة الفرد على الموائمة بين ما لديه من إمكانيات وبين ما تتطلبه البيئة المحيطة من أفعاله. (الكفوري، 2000، 100)

ويعرفها Finchan & Rhodes (2005) بأنها نتيجة لتفاعل يحدث بين الفرد والبيئة المحيطة به, في ضوء تقدير وتقييم الفرد لمتطلبات الموقف.

ويعرفها كذلك Baron بأنها حالة تحدث عندما تكون متطلبات مواجهة الموقف أكبر من موارد الفرد وإمكانياته بحيث لا يستطيع تحقيق شيء تجاهه.

كما يعرف **راجح** 1979 أن الضغوط النفسية هي حالة انفعالية مؤلمة تنشأ من إحباط دافع أو أكثر, وهو حالة نفسية ثابتة نسبيا من القلق والتوتر تنشأ من التعارض بين دافعين لا يمكن إرضاؤهما في وقت واحد (راجح، 1979، 45).

تعرف ماجدة بهاء الدين السيد الضغط على أنه 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 السيد، 2008، 21).

تعريف بيك 1986: يرى أن الضغط النفسي هو استجابة يقوم بها الكائن الحي نتيجة لموقف يضغط على تقدير الفرد لذاته, أو مشكلة ليس لها حل تسبب له الإحباط وتعوق اتزانه, أو موقف يثير أفكارا عن العجز واليأس والاكتئاب. (وليد السيد، 2008، 182)

تعريف سيلي: يعرف الضغط النفسي على أنه عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لمواقف ضاغطة, وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات بيئية معينة كالمشاكل الأسرية أو فقدان العمل والتي تضع الأفراد تحت ضغط النفسي.

(الرواشدة، 2006، 20)

ومما سبق نستنتج أن أصل الكلمة مستعار من العلوم الفيزيائية حيث تشير للشدة والصعوبة, وبعد ذلك انتقل استعماله إلى مجال العلوم الإنسانية عامة وعلم النفس خاصة وأصبح يعني استجابة نفسية وانفعالية وفيزيولوجية يحدثها الجسم اتجاه مطلب خارجي يهدد الطالب.

3_ بعض المفاهيم التي لها صلة بالضغوط النفسية:

هنالك خلط كثير من الناس حول مفهوم الضغوط النفسية وتداخلها مع عدة مصطلحات أو مفاهيم مشابهة لها ولهذا سنحاول توضيح الفروق الموجودة بينها:

3_1_ الاحتراق النفسي: حالة داخلية نفسية يشعر بها الفرد نتيجة لضغوط الأعباء الزائدة الملقاة على عاتقه أي استجابة أفراد للتوتر النفسي ويتضمن الشعور بالإجهاد الانفعالي وتبلد الشعور بالإنجاز (الزيودي,2007, 208).

3_2_ القلق: القلق حالة من الخوف الغامض الذي يتملك الإنسان ويسبب له الكثير من الكدر والضيق, فالشخص القلق يتوقع الشر دائما ويبدو متوترا ومضطربا ومترددا.(سيغموند فرويد,1962, 3- 4)

3_3_ الإجهاد: أي عدم القدرة على التحمل ومواجهة الضغوط كما أنه نتيجة فيزيولوجية للضغط النفسي, والإجهاد ينشأ من الفرد فقط بينما الضغط النفسي ينشأ من المحيط.

(الصيرفي,2008, 47)

3_4_ الصراع: هو تعرض الفرد لقوى متساوية تدفعه باتجاهات متعددة مما تجعله عاجز عن اختيار اتجاه معين ويترتب عليه شعور بالضيق وعدم الارتياح وكذلك حالة قلق وهذا ناتج عن صعوبة اختيار أو اتخاذ القرار بشأن الاتجاه الذي يسلكه.

(الخالدي، 2004, 134).

3_5_ الأزمة: وهي الحادثة المفاجئة التي تتطلب من الفرد القيام باستجابات فورية نحوها والتي قد تؤدي بالفرد إلى مكابدة بعض المشكلات النفسية والصحية بعد حدوثها.

(عبد الحسين وآخرون,2006, 30).

3_6_ الإحباط: هو إعاقة الفرد عن الوصول لأهدافه, ويعتبر الضغط النفسي سببا مباشرا لحدوث الإحباط, كما يعبر الإحباط عن الجانب السلبي للضغط النفسي.

3_7_ التعب: هو فقدان الكفاءة وعدم القدرة على القيام بأي مجهود عقلي أو جسمي نتيجة المجهود المكثف وينتهي أثره بحصول الفرد على الراحة والنوم, بينما الضغط النفسي يستمر لفترة أطول نسبيا (صحراوي وآخرون,2016, 23).

4_ مكونات الضغوط النفسية:

مما تقدم تبين أن الضغط هو مفهوم خلافي بين الباحثين, تارة يُنظر إليه بوصفه مثيرا وتارة أخرى استجابة وتارة ثالثة بوصفه متغير وسيطا, في حين تشير البحوث الحديثة إلى أنه منظومة (نظاما) لمجموعة من المتغيرات والمكونات التي تحدده, ويتفق مع الرأي السابق سبيلبرجر إذا يرى أن الضغط كمفهوم يتكون من مجموعة أبعاد تتمثل في مصدر الضغط وهو يبدأ بمثير يحمل تهديدا أو خطر نفسيا أو جسميا والثاني: هو إدراك الفرد للمثير والذي يعني إضفاء المعنى على الخبرات التي يكتسبها الفرد عن طريق التنشئة الاجتماعية والتدريب والتعلم.

(باركندي,1993, 28)

وأخيرا الاستجابة (رد الفعل) وهذه الاستجابة تكون فيزيولوجية ونفسية وسلوكية وفيما يلي توضيح بجميع مكونات وأبعاد الضغوط.(محمد, 2003,ص250,249).

4_1_ المثيرات: وتشمل جميع التغيرات التي تكون في محيط الفرد والتي تتم داخله وتؤثر في توجيه سلوكه, فمثيرات الضغط هي الأحداث والمواقف التي يتعرض لها الفرد وتتطلب منه جهودا توافقية وتشمل كل من الأحداث الحياة اليومية التي يتعرض له الفرد في حياته اليومية, وكذا أحداث الحياة الكبرى وهي تتضمن تغيرات جوهرية في حياة الفرد وتؤدي إلى اضطراب نشاطات الفرد المعتادة فبعضها يكون مرغوبا وإيجابيا وبعضها سلبي وغير مرغوب فيه, ويضيف بعض الباحثين إلى الأحداث المثيرة للضغط ضغوط العمل من قبيل الأعباء والمسؤوليات وغموض الدور وصعوبة الترفيه...إلخ.

4_2_ الإدراك والمعالجة المعرفية للمثيرات: وتتم هذه المعالجة من خلال مرحلتين, الأولى عبارة عن عملية إدراك بسيطة تتحول من خلالها المثيرات الخارجية إلى معان ودلالات, ثم تليها مرحلة تقييم معرفي لمدى تهديد المثير والتقييم المعرفي نوعان: تقييم أولى ويشير إلى

تقييم الشخص للمثير بأنه مهدد أو غير مهدد أما التقييم الثانوي ففيه يقوم الشخص بتقييم مدى كفاءاته وقدرته على المواجهة.

4_3_ المواجهة: وهي العملية التي يحاول بها الفرد معالجة المتطلبات المثيرة للضغط ولها ثلاث وظائف وهي:

أ- معالجة الانفعالات.

ب- إعادة تقييم المشكلة

ت- حل المشكلة.

وتتضمن عملية المواجهة مجموعة من الجهود السلوكية والمعرفية التي يقوم بها الفرد في محاولته التغلب على الآثار النفسية والفيزيولوجية لاستجابة الضغط وهي ما يعرف بإستراتجيات المواجهة.

4_4_مترتبات الضغط (النتائج): تتوقف هذه النتائج على كيفية مواجهتها ففي حالة نجاح الفرد في مواجهة المثيرات فإنه يعود إلى حالة التوافق, أما إذا فشل وظلت الضغوط مستمرة فإن ذلك من شأنه أن يؤدي إلى العديد من الاضطرابات والأمراض النفسية والجسدية.

من خلال العرض السابق يتضح جليا أن مكونات الضغوط تمثل منظومة ديناميكية للعلاقات بين عناصرها, حيث أنه يمكن تصور نموذج لكيفية تفاعل هذه العناصر لإحداث الضغط والنتائج التي يترتب عنه, مع النظر إلى عملية المواجهة كخاصية مركزية في هذا النظام حيث أنه بنجاحها يكون الفرد في حالة الاتزان وبفشلها أو عدم كفاءتها يصبح الفرد في حالة عدم الاتزان أو اللاتوافق.(يوسفي, 2016 , 20-21).

5_ أنواع الضغوط النفسية:

تعتبر كافة الضغوط النفسية من الظواهر النفسية المعقدة, التي تتجلى في كافة المجالات البيولوجية, والنفسية, والاجتماعية, والاقتصادية, والمهنية وحيث أنها تكون متجسدة في الوسط الذي يعيشون فيه وهي:

5_1_ ضغوط البيئة الطبيعية: أي ضغوط الغلاف الجوي, ودرجات الحرارة, والكوارث الكونية, وضيق السكن وضعف الإضاءة, والتهوية والتبريد.

5_2_ ضغوط البيئة الاجتماعية: ما تحتويه من ضغوط الشقا الأسرية, والتفاوت الحضاري, وكثرة الأبناء والأقران, وصراع الأجيال, واختلاف الاتجاهات والميول, وقلة نصيب الفرد من الرفاهية الاجتماعية.

5_3_ ضغوط الاقتصادية: إذا تتوافر ضغوط البطالة وانخفاض الإنتاج, وعدم عدالة التوزيع الناتج القومي, والتفاوت الطبيعي, وكذلك تأثير الحرمان والعوز المادي وقلة فرص العمل مما يزيد في حدة الضغوط.

5_4_ الضغوط المهنية: الشعور بالتوتر والإجهاد ويكون منشؤها مهنة الفرد, وما يقوم به من عمل مثل عدم التعامل مع الآخرين في البيئة المهنية, والزملاء, وعدم الرضا عن المركز الوظيفي, والمرتب, والتمييز غير المبرر.

5_5_ الضغوط المدرسية: وتتمثل بالصعوبات التي تواجه الطالب في مختلف مراحل الدراسية مثل ضغط المناهج والامتحانات والعقوبات والقواعد المدرسية وحفظ الزملاء وازدحام الفصول الأخرى (الرشيدي,1999, 4).

5_6_ الضغوط المرضية: ومنها ما يكون أسبابها إدمان الفرد على المخدرات أو إصابة بجروح, أو حادث أو تعرض الفرد إلى بتر أحد الأطراف أو تشوه مظهر الفرد الخارجي, أو التعرض لبعض الأمراض والالتهابات, أو التعب الجسدي.

(حسين,2001, 4)

5_7_ الضغوط العاطفية: وهي من الأنواع السائدة وأكثرها أهمية في تأثيرها على البشر, والبعض يطلق عليها اسم الضغوط النفسية والاجتماعية كما أكدت الدراسات أن الفشل في العلاقات العاطفية والتعرض للهجر والفشل في تحقيق الآمال قد يؤدي إلى ضغوط شديدة على الفرد.(العيسوي,2001, 23)

6_ مصادر الضغوط النفسية:

الضغوط تنشأ من داخل الشخص نفسه نتيجة الأزمات التي يعيشها ويسمى ضغط الأصدقاء أو شريك الحياة أو موت عزيز أو موقف صادم يسمى ضغط خارجي.

حدد ميلر MILLER سببين للضغوط هما:

- **الأسباب الداخلية:** وتكون نابعة من المعتقدات والأفكار الخاطئة وهي افتراضات غير واقعية.
- **الأسباب الخارجية:** وهي المواقف للضغوط مثل ضغوط القيم والمعتقدات والمبادئ والصراع بين العادات والتقاليد التي يتمسك بها الفرد وبين الواقع مما يسبب له ضغوط عالية, وتتحدد الضغوط بالموقف الذي يسبب الصراع بين القيم والواقع

(السيمران وآخرون,2014, 135)

فقد تعددت مصادر الضغوط والتي تتمثل في أحداث الحياة والكوارث أو الأحداث المفاجئة والمضايقات اليومية منها:

- **ضغوط أحداث الحياة:** تمثل أحد المصادر الهامة للضغط فأي حذف يتطلب من الفرد إعادة التوافق يمكن أن يكون مصدر للضغط مثل موت أحد الأعضاء الأسرة, الطلاق.(عبد المنعم, 2006, 151)
- **الضغوط الدراسية:** وتشكل الصعوبات الدراسية على الطالب في المدرسة وفي مختلف المراحل الدراسية ضغطا شديدا في حالة عدم استجابته للوائح المدرسية أو المعهد أو الكلية فهو مطالب أن يحقق النجاح في المدرسة.
- **الضغوط الاجتماعية:** الحجر الأساسي في التماسك الاجتماعي والتفاعل بين أفراد المجتمع فمعايير المجتمع تحتم على الفرد الالتزام الكامل بها والخروج عنها يعد خروجا عن العرق والتقاليد.(محمد علي كامل,2004, 10).
- **الضغوط العاطفية:** تمثل العديد من النواحي النفسية والانفعالية فهي تمثل لبني البشر أحد مستلزمات وجوده الإنساني فالعاطفة لدى الإنسان غريزة اختصه الله بها فعندما تعيق الظروف الإنسان في طلب الزواج والاستقرار بسب الحاجة الاقتصادية مما يشكل ضغطا عاطفيا.(علي إسماعيل,2001, 24).
- **الضغوط الشخصية:** كالهروب والمقاومة والانخفاض تقدير الذات وانخفاض المستوى الطموح والتصلب وجمود الرأي وصعوبة اتخاذ القرار والتردد.

(عياش بن سمير,2001، 22)

- **ضغوط مرتبطة بالفرد:** أي أن هناك أنماط للشخصية أكثر عرضة للإصابة بمرض القلب وأن هؤلاء يتميزون بما يلي:
  - الدافع العالي لإنجاز الأهداف المتتالية.
  - الرغبة التنافسية الشديدة (أسامة كامل,2004, 139)
- **الضغوط الأسرية:** وتتشكل بمجموع عواملها التربوية ضغطا شديدا وأثره على التنشئة الأسرية.(سعد الإمارة,2001 ، 362)

- **المشكلات الصحية:** كالأمراض العضوية أو التغيرات الفسيولوجية التي تحدث للفرد وتسبب له إعاقة في الوصول إلى الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها بشكل دائم أو مؤقت كالإعاقة الجسمية أو العمليات الجراحية أو الصداع وارتفاع معدل ضربات القلب أو أعراض الدورة الدموية كتصلب الشرايين أو الإعاقة المتعلقة بسوء التغذية كالأنيميا التي تسبب الشعور بالإجهاد وسرعة الاستثارة والنوبات والاكتئاب وقلة التركيز. (سليمان وآخرون،2004، 38)

وفي الأخير نخلص أن مصادر الضغوط ترجع إلى مصادر خارجية في محيط الفرد الذي يعيش فيه مثل الأسرة, المدرسة, العمل, أو إلى مصادر داخلية في شخصية الفرد والضغوط عبارة عن خلل يدركه الفرد بين مطالب الواقع وإمكانية الشخصية.

7_ المقاربات النظرية للضغوط النفسية:

تعددت واختلفت الآراء التي تناولت تفسير الضغوط النفسية, وذلك لتعدد وجهات النظر لدى العلماء وتباين النظريات التي انطلقت منها ومن بين هذه النظريات:

7_1_ نظرية التحليل النفسي:

طبقا لوجهة نظر فرويد FREUD تنطوي ديناميات الشخصية على التفاعلات المتبادلة وعلى الصدام بين الجوانب الثلاثة للشخصية وهي: الهوid, وهو الجانب البيولوجي للشخصية, والأناEgo الجانب السيكولوجي للشخصية, والأنا الأعلى Subere Ego ويعكس قيم ومعايير المجتمع فالهو تحاول دائما السعي نحو إشباع المحفزات الغريزية ودفاعات الأنا تسد عليها الطريق, وبالتالي لا تسمح لهذه المحفزات والرغبات الغريزية الصادرة من الهو بالإشباع مادام الإشباع لا يتسق ولا يتماشى مع قيم ومعايير المجتمع ويتم هذا عندما تكون الأنا قوية, ولكن عندما تكون الأنا ضعيفة وتكون الطاقة المستثمرة لديها منخفضة فسرعان ما يقع الفرد فريسة الصراعات والتوترات والتهديدات ومن ثم لا يستطيع الأنا القيام بوظائفها ولا يستطيع تحقيق التوازن بين مطالب ومحفزات الهو ومتطلبات الواقع الخارجي وعلى هذا ينتج الضغط النفسي.(السيد عبيد,2008, 131-132).

ويميز التحليليون بين الشعور بالقلق الموضوعي الذي يعتبر هو ردة فعل معقولة لمواقف مؤلمة, والقلق السلبي يعتبر كمثير داخلي ناتج عن صراعات غير منطقية وغير محددة ومصحوبة بالخطر الحقيقي, ويؤكد يونغ أن الضغط النفسي ناتج عن الطاقة التي هي مع الإنسان بالفطرة وهذه الطاقة تنتج عن سلوكيات فطرية وتطورها خبرات طفولية مما يكون

شخصيته المستقبلية وسلوكه المتوقع وإذا ما واجه الإنسان أنواعا من الصراعات النفسية الداخلية نتيجة ضغوط الحياة المختلفة ويتغير السلوك المتوقع حدوثه وهو ما يسمى بالمرض النفسي الناتج عن ضغوط الذي يحتاج إلى علاج.

(السيمران وآخرون,2014، 60-61)

7_2_ النظرية السلوكية:

يؤكد أنصار المدرسة السلوكية الكلاسيكية على عملية التعلم ويتخذون منه محورا أساسيا في تفسير السلوك الإنساني, كما يركزون على دور البيئة في تشكيل شخصية الفرد, حيث تفترض هذه النظرية أن كل أنماط السلوك المتعلمة بالاشتراط والتعزيز, وترى أن كل مثير لابد له من استجابة, وعليه فإنه وفقا للمنحى السلوكي تحدث استجابة الضغط عندما تكون أنماطنا السلوكية غير ملائمة أو غير مناسبة للموقف الذي نواجهه, وبذلك فإن التعامل مع الضغط يعني تعلم سلوك جديد ملائم للموقف الذي نواجهه, أما سكينر الذي يمثل الاتجاه الثاني في نظريات التعلم فهو يرى بأن الضغط يعد أحد المكونات الطبيعية للفرد.

كما يشير(باندورا) أن كثير من سلوكنا نكتسبه بواسطة التعلم بالملاحظةّ، الذي يعني أننا نتعلم أنماطا من السلوك عن طريق الملاحظة أو مشاهدة الآخرين وتقليد ما نحاكيه من هذا السلوك عن طريق الملاحظة أو مشاهدة الآخرين.

كما يطرح (باندورا) مفهوم الحتمية المتبادلة الذي يخلص العلاقة بين السلوك والشخص والبيئة, حيث أن سلوك الفرد يتأثر بالبيئة وأن الإنسان يؤثر في بيئته بما لديه من عمليات معرفية, أي أن الاستجابات التي تصدر عن الفرد حيال الظروف الضاغطة تؤثر على مشاعره وانفعالاته, كما أن سلوك ومشاعر الفرد في ظل الظروف الضاغطة تتأثر بطريقة إدراكه للموقف, فالاستجابة غير التكيفية للمواقف الضاغطة تؤدي إلى تفاقم الضغوط لدى الفرد.

ويشير كذلك إلى أن قدرة الفرد على التغلب على الأحداث الضاغطة يتوقف على درجة الفاعلية الذات وأن هذه الأخيرة تتوقف على البيئة الاجتماعية للفرد وعلى إدراكه لقدراته وإمكاناته في التعامل, فعندما يدرك الفرد أنه يستطيع مواجهة المواقف الضاغطة فلن يعاني من التوتر والقلق, ولكن إذا أعتقد الفرد أنه لا يستطيع التعامل فهذا يسبب له القلق والتوتر ومن ثم يرى البيئة حافلة بالتهديدات والضيق, ويؤكد(باندورا) أن الشخص عندما يواجه بموقف معين فإنه يقيم الموقف من خلال نوعين من التوقعات وهما توقع النتيجة وتوقع

الفعالية, وتشير الأولى إلى تقويم الفرد لسلوكه الشخصي والذي يؤدي إلى نتيجة معينة, والثانية تشير إلى اعتقاد الشخص وقناعته بأنه يستطيع تنفيذ السلوك الذي يتطلب حدوث النتيجة بشكل ناجح.

7_3_ النظرية الإنسانية:

يؤكد أصحاب هذا المنحى على دراسة الخبرة الذاتية للفرد كما يدركها وليس كما هي عليه في الواقع, ومن أبرز رواد هذا الاتجاه (ماسلو وروجرز)، فماسلو وضع الدوافع الإنسانية على شكل هرمي قاعدته الحاجات الفيزيولوجية, أي أن الضغوط تنتج عن فشل الفرد في إشباع الحاجات الأولية وكذا النفسية.

أما كارل روجرز رائد نظرية العلاج المتمركز حول العميل والتي تقوم على مفهوم الذات أي أن الفرد يستجيب للمواقف حسب ما لديه من معارف وخبرات ذاتية وليس كما هي عليه في الواقع, أي فكرة الفرد عن ذاته تمثل عاملا هاما في إدراك المواقف التي يتعرض لها في حياته, ولذلك فإذا كان مفهوم الفرد عن ذاته إيجابيا فإنه يدرك المواقف بأنها لا تمثل تهديدا أو ضررا, أما إذا كان مفهومه عن ذاته سلبيا فإنه يكون عرضة للقلق والتوتر والضغط, لأن مفهوم الذات السلبي يعمل على تحريف وتشويه إدراكات الفرد للموقف في الاتجاه السلبي.

ومن خلال ما سبقها يتضح أن الطريقة التي يدرك بها الفرد ذاته هي التي تحدد التفسير والإدراك لمعنى الأحداث والمواقف التي يتعرض لها الفرد ولذلك فإن الشعور بالضغط والتهديد يتأثر بمفهوم الذات.

(يوسفي,2016, 39-40).

7_4_ النظرية المعرفية:

إن تفسير الفرد للأحداث في البيئة تتحدد بشكل كبير بتفسيرات الفرد لهذه الأحداث, وتبرز أهمية الدور المعرفي في نشأة الضغوط في النموذج التفاعلي الذي قدمه (لازاروس فولكمان) والذي أكد فيه على أهمية عملية التقييم الأولي والثانوي في نشأة الضغوط والتعامل معها, كما يستند هذا المنحنى أيضا إلى أفكار علماء النفس المعرفين الآخرين مثل (البرت أليس وآرون بيك وميكنبوم) والذين يؤكدون فيها على أن العوامل المعرفية تلعب دورا كبيرا في نشأة الضغوط لدى الفرد, وأن الاعتقادات السلبية لدى الفرد هي لب المشكلة والضغط, فألبرت أليس مثلا رائد الإرشاد العقلاني الانفعالي يرى أن الظروف الضاغطة التي يعيشها

الفرد ليست هي التي تسبب له الضغط وإنما الطريقة التي يدرك بها الفرد هذه الظروف وعلى نسق الاعتقادات اللاعقلانية التي يكونها عنها حيث أن هذه الإعتقادات اللاعقلانية تؤثر على الانفعال الذي بدوره يؤثر على السلوك, أما آرون بيك (1976) فيرى أن الضغط استجابة يقوم بها الكائن نتيجة لموقف يضعف من تقديره لذاته أو مشكلة يصعب حلها وتسبب له إحباط أو موقف يثير أفكارا عن الشعور بالعجز واليأس لديه, ومن هنا فإن طريقة تفكير الفرد وإدراكه للموقف تؤثر في انفعالاته وسلوكه كما أنها تحدد مدى تأثره بالمواقف التي يواجهها.

أما(ميكنبوم) فيرى أن الضغوط تحدث نتيجة الأحاديث الذاتية السلبية وكذلك التخيلات غير المناسبة اتجاه المواقف (الشناوي والسيد,126،1994-127).

7_5_ النظرية الاجتماعية والثقافية:

يفترض هذا المنحى أن المجتمع والبيئة يفرضان على الأفراد العديد من المتطلبات والقيود والمعايير الاجتماعية التي تمثل مصدرا للضغط, مثل الحروب والكوارث الطبيعية والفقر والتمييز العنصري, أحداث العنف والجريمة وتفاقم مشكلات الصحة مثل الإدمان والانتحار...إلخ كما أن التغيرات الاجتماعية والثقافية التي تطرأ على اعتقادات الأفراد وقيمهم وتقاليدهم ساهمت بشكل كبير في خلق مستويات مرتفعة من الضغط, وتتضمن هذه التغيرات تصدع الأسرة وتفككها وتقلص الشبكة الاجتماعية للفرد مما يجعله يشعر بالعزلة والوحدة, إضافة إلى التغيرات السريعة في المجال الاقتصادي مما يزيد من البطالة وارتفاع الأسعار وصعوبة الحصول على الوظائف...إلخ من المشكلات الموجودة في بيئة الفرد.

ووفقا للمنحى الاجتماعي والثقافي فإن الضغوط تنتج لدى الأفراد عندما تفوق المتطلبات الاجتماعية قدرات الفرد أو تنتج من الصراعات الناتجة عن رغبات الفرد وحاجاته إلى مواكبة التطور والتغير الاجتماعي السريع والمحافظة على معايير وقيم المجتمع.

(حسين وحسين،2006، 217-218)

تعقيب عام:

لقد تعددت المناحي والاتجاهات المفسرة لظاهرة الضغط بين الاتجاه السيكودينامي والمنحى السلوكي والمعرفي إلى الإنساني والثقافي والاجتماعي, ومن خلال عرض النظريات السابقة فلا بأس من التعقيب عليها حسب ما وردت: فبالنسبة لنظرية التحليل النفسي وكما هو معروف عنها مغالاتها في التركيز على الصراع بين الهو والأنا الأعلى, وفسرت الضغوط من منظور غريزي حيث أن الفرد يشعر بالضغط عندما لا يستطيع إشباع غرائزه أو حينما يجد الصد من الأنا الأعلى المتمثل في قيم ومعايير المجتمع ولذلك فوقوع الفرد بين اندفاع الهو ومقاومة الأنا الأعلى يجعله يشعر بالتوتر وعدم الارتياح ولذلك ومن أجل التخفيف من هذا التوتر فهو يلجأ إلى أساليب لا شعورية للتوافق متمثلة في ميكانيزمات الدفاع, والنقد الذي يمكن أن يوجه إلى هذه النظرية أن الضغط ليس مصدره داخلي(غريزي) فقط وإنما له مصادر خارجية متعددة وكذا مواجهتها لا تتم بأساليب لا واعية غير ناضجة وإنما يتطلب أساليب شعورية واعية متمثلة في إستراتيجيات لمواجهته من أجل تحقيق التكيف.

أما السلوكيون فهم يؤكدون على دور البيئة في إحداث الضغط, واعتبار هذا الأخير كغيره من الظواهر المتعلمة فهو سلوك يتم تعلمه من خلال الاشتراط والتعزيز رغم أن السلوكيون الجدد يرون أن الضغط لا ينتج فقط من خلال الارتباط البسيط بين المثيرات والاستجابات وإنما هنالك متغيرات وسيطة تتمثل في بعض العمليات المعرفية التي من خلالها يضفي الفرد معنى على الأحداث والمواقف والنقد الذي يمكن توجيهه إلى نظرية السلوكية بإهمالها إلى الدور الفعال للفرد في عملية الانضباط بما يمتلكه من خصائص شخصية (وجدانية ومعرفية) والتي تلعب دورا مهما في الشعور بالضغط.

أما الاتجاه المعرفي فيعتبر من بين الاتجاهات التي فسرت الضغط من منظور أقرب إلى التكامل لعدم إغفالها أي بعد من أبعاد منظومة الضغط ألا وهي الفرد والبيئة والتفاعل بينهما, كما ركزت على الدور الإيجابي للفرد من خلال عملياته المعرفية في التقييم وإعادة التقييم للحدث وعليه يشعر الفرد بالانضغاط, رغم ذلك فالمعرفيون غالوا في الاهتمام بدور العمليات المعرفية في الشعور بالضغط دون الاهتمام بخصائص المواقف أو البيئة ودورها في ذلك.

أما الاتجاه الإنساني فما يؤخذ عليه تركيزه على عدم إشباع الحاجات الإنسانية الأساسية كسبب في الشعور بالضغط إلا أنه في الواقع توجد شواهد عديدة لأفراد لم يشبعوا حاجاتهم الأساسية, رغم ذلك لن تظهر عليهم علامات التوتر والانضغاط بل نراهم يسعون جاهدين لتحقيق حاجات أسمى كحاجات الحب والأمن وتحقيق الذات ...إلخ كما أن التركيز الاتجاه الإنساني على خبرة الفرد عن ذاته كمؤشر للشعور بالضغط يعتبر غير مقبول لأن مغالاة الفرد أو نظرته غير الواقعية لذاته قد تزيد من الشعور بالضغط رغم أن الخصائص المواقف والأحداث المحيطة بالفرد قد لا تحمل في طياتها أي خطر أو تهديد.

أما الاتجاه الاجتماعي والثقافي فقد ركز على المصادر الخارجية والمتغيرات الثقافية والاجتماعية في إحداث الضغط, إلا أنه في الواقع الضغط ينتج من خلال التفاعل بين الفرد وبيئته, حيث أن أنصار هذا الاتجاه يهملون دور الفرد ويرون أنه سلبي فهو يتأثر فقط بالأحداث والمواقف المحيطة به دون أن يؤثر فيها, ولذلك فإن تفسير ظاهرة الضغط لا يتم من خلال منظور اتجاه واحد لأن الضغط كما أشرنا سابقا عبارة عن منظومة ولذلك فإن الفهم الجيد للظاهرة يتم من خلال التكامل بين المناحي السابقة.

7_6_ نظرية هانز سيلي:

كان لطبيعة تخصصه الدراسي الأول تأثير كبير في صياغة نظريته في الضغوط, فلقد تخصص في دراسة الفزيولوجيا والأعصاب واتضح هذا التأثير من خلال اهتمامه باستجابات الجسم الفيزيولوجية الناتجة عن الضغط. وتنطلق نظرية هانز سيلي من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل, وهو استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج, ويعتبر سيلي أن أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضاغط عالمية, وهدفها هو المحافظة على الكيان والحياة.

وفي صدد الدفاع ضد الضغط حدد سيلي ثلاث مراحل تمثل عنده مراحل التكيف العام وهي:

_ الفزع: وفيه تظهر تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط, ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم, وعندما يكون الضاغط شديدا فإن مقاومة الجسم تنهار وتحدث الوفاة.

_ المقاومة: وتحدث هذه المرحلة حين يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف عندها تختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات واستجابات أخرى تدل على التكيف.

_ الإجهاد: وهي المرحلة التي تعقب مرحلة المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة قد ينتج عنها أمراض التكيف.

7_7_ نظرية تشارلز سبيلبرجر(1990):

يعتبر فهم نظرية سبيلبرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط فلقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين نوعين من القلق هما القلق كحالة والقلق كسمة, ويشير إلى أن للقلق شقين هما: سمة القلق أو القلق العصابي أو القلق الزمن, وهو استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد أساسا على الخبرة الماضية,أما القلق كحالة أو القلق الموضوعي والموقفي يعتمد أساسا على الظروف الضاغطة, وعليه فإن سبيلبرجر يربط بين الضغط والقلق كحالة ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبب لحالة القلق, ويستبعد ذلك عن القلق كسمة حيث يكون من سمات شخصية الفرد القلق أصلاً.

في الإطار المرجعي لنظريته أهتم بتحديد طبيعة الظروف البيئية الضاغطة ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويفسر العلاقات بينها وبين ميكانزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة (كبت, إنكار, إسقاط) أو تستدعي سلوك التجنب بالهروب من المواقف الضاغطة.

ويميز سبيلبرجر مفهوم الضغط ومفهوم القلق, فالقلق عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغوط وتبدأ بواسطة مثير خارجي ضاغط, كما يميز بين مفهوم الضغط ومفهوم تهديد, فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف البيئة التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي, أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي (الرشيدي,1999, 54-55).

8_ أشكال الاستجابة للضغط النفسي:

إن عملية الاستجابة للضغط النفسي عبارة عن تفاعل شديد التعقيد بين الجسم والدماغ, فعندما يدرك المخ أحد مثيرات الضغط تحدث العديد من ردود الفعل الكيميائية الحيوية المعقدة, ومن التغيرات في الوظائف المعرفية والعاطفية والسلوكية وهي كتالي:

_ الاستجابة المعرفية والعضوية والسلوكية للضغط:

إن تقبل الناس للحوادث أو الضغوط النفسية يختلف من شخص لأخر فما قد تكون مقبولا عند شخص آخر وتكون ردة الفعل حسب احتمال الشخص ونظراته للضغط بما يعرف باضطرابات التكيف إذا كان هذا الشخص يعتبر الضغط النفسي المقبول من البعض والذي يعتبر طبيعيا جدا عند الآخرين مما يسبب اختلال في المشاعر والعواطف وكذلك اضطرابات في السلوك.(علي إسماعيل, 1999، 803).

وتعتبر هذه الاستجابات جزءا من استجابة الضغط فعلى الرغم من قدرة معظم الأشخاص على تقبل التغيرات الجسمية المرتبطة بالضغط فانه لا يمكنه ربط ما يحدث لهم من ذهول وشرود أو نسيان أو عجز عن التركيز, بالحدث الضاغط الذي يغيرونه فكما صممت التغيرات المرتبطة بالاستجابة الجسمية للضغط لمساعدة الشخص على التصدي بشكل أكثر فعالية، ويمكن تقسيم استجابات الضغوط النفسية إلى ما يلي:

– **استجابة عضوية:** مثل التنبيهات الهرمونية وإفرازات بعض الغدد وفاعلية الجهاز المسؤول عن أمن الجسم تلقائيا من حيث سيطرة على جميع أجهزته الحيوية اللاإرادية مثل: الجهاز الدوري, والتنفسي, والجهاز الغددي, وتسمى الحالات الناتجة عنها بالأمراض النفس الجسدية.

– **استجابة نفسية:** كافة الاستجابات التي يتحكم بها الفرد في موقف محدد وهي:

العمليات المعرفية: والتي تمثل العمليات العقلية مثل التفكير بمعطيات الضغط ومسبباته وكذلك تقييم الضغط الموجود مثل الوصول إلى الضغوط دون القيام بفعل ما.

– **الاستجابة السلوكية:** وهي الاستجابات التي يلجأ إليها الفرد تحت وطأة الضغوط, تلك الاستجابات التي يمكن ملاحظتها والاستجابة للضغوط لا تقتصر على الكائن البشري بل أنها موجودة عند الحيوانات, لذا فان أي ضغوط يتعرض لها الإنسان لا تؤثر في أجهزة الجسم كلها بل على قسم منها, وعندما يتعرض الإنسان لضغط ما يمر بثلاث مراحل هي:

– الأولى رد فعل الأخطار: حيث يقوم الجهاز العصبي والغدد الأدرينالية بتعبئة أجهزة الدفاع في الجسم, إذ يزداد إنتاج الطاقة إلى أقصاه لمواجهة الحالة الطارئة ومقاومة الضغوط وإذا ما استثمر الضغط والتوتر انتقل الجسم إلى المرحلة الثانية.

– الثانية المقاومة: عندما يتعرض الكائن للضغوط يبدأ بالمقاومة وجسمه يكون في حالة تيقظ تام وهنا يقل أداء الأجهزة المسؤولة عن النمو, وعند الوقاية من العدوى تحت هذه الظروف وبالتالي يكون الجسم في حالة إعياء وضعف.

– الثالثة الإعياء: لا يمكن لجسم الإنسان الاستمرار بالمقاومة إلى ما لا نهاية إذ تبدأ علامات الإعياء بالظهور تدريجيا وبعد أن يقل إنتاج الطاقة في الجهاز العصبي السمبثاوي يتولى الجهاز العصبي البارسمبثاوي الأمور فتتباطأ أنشطة الجسم وقد تتوقف تماما, وإذا ما استثمرت الضغوط يصبح من الصعوبة التكيف.

(علي كامل, 2004، 16–17)

9_ استراتيجيات إدارة الضغوط:

9_1_ إستراتيجية تقوم على ردة الفعل: وتهدف إلى تطوير آليات دفاعية للتعايش مع الضغوطات، وتتعامل مع الضغوط حال حصولها ولا تحتاج إلى تحضير مسبق وتعد آثارها ذات مدى قصير.

9_2_ إستراتيجية تقوم على تقوية فاعلية الذات: وتهدف إلى تحسين الفرد نفسيا والدعم الذاتي لحفظ توازنه ليكون مستعدا لمواجهة الضغوط في العمل ويستغرق إتباع هذه الإستراتيجية وقتا متوسطا وآثارها طويلة الأمد.

9_3_ إستراتيجية هجومية: وتهدف إلى القضاء على مصادر الضغوط بشكل نهائيا ولا تنتظر حدوث الضغوطات إلا أن النجاح فيها يستغرق وقتا طويلا لكن آثارها دائمة المبادرة.

(عدي غانم, 2010، 485)

10_ طرق قياس الضغوط النفسية:

يقاس الضغط النفسي عند الإنسان بعدة وسائل وأدوات, ومن تلك الأدوات أدوات القياس النفسي المستخدمة لدى المختصين في موضوع القياس النفسي, أو الإكلينيكي, وتكون الأداة إما مكتوبة أو عن طريق الإجابة على بعض الأسئلة, ثم تحسب الإجابات نسبة الإجهاد, أو كمية الضغوط الواقعة على الفرد, أو يقاس بواسطة أجهزة عملية تقيس التوازن الحركي – العقلي أو قوة الانفعالات وشدتها ومن الأدوات الشائعة الاستخدام المقاييس المكتوبة ونستعين بمقياس هولمز وفيه بعض الفقرات التي تدل على وجود ضغوط معينة:

– وفاة القرين (الزوج أو الزوجة)

– موت أحد أفراد الأسرة المقربين

- تغير في صحة أحد أفراد الأسرة المقربين
- تغير في صحة أحد أفراد الأسرة (بعض الأمراض المزمنة)
- تغير مفاجئ في الوضع المادي
- وفاة صديق عزيز.
- الاختلافات الزوجية في محيط الأسرة .
- حبس أو حجز أو سجن أو ما شابه ذلك.
- سفر أحد أفراد الأسرة بسبب الدراسة أو الزواج أو العمل.
- الطلاق.
- فصل عن العمل
- التغير المفاجئ في السكن أو محل الإقامة.
- تغير شديد في عادات النوم والاستيقاظ. (علي كامل، 2004، 7)

خلاصة الفصل:

نستخلص في الأخير بأن دراسة الضغوط النفسية باعتبارها أكثر الحالات النفسية انتشارا ولما تسببه هذه الضغوط من توتر وصراع داخلي يظهر في شكل آثار حادة على حياة الفرد سواء من الناحية النفسية أو العضوية، كما أن الضغوط النفسية من المواضيع الشائكة حيث اختلفت تعاريفه من عالم إلى آخر حيث عرفها كل عالم حسب مجاله وتخصصه وكذلك اختلافات في تصنيف أنواع الضغوط النفسية فمنه الإيجابي ومنه السلبي وأيضا الصحي والمرضي, ثم تناولنا المصادر المؤدية إلى حدوث الضغط النفسي، كما تطرقنا إلى المقاربات النظرية للضغوط النفسية حيث تطرقنا إلى أهم نماذج العلماء وكذلك النظريات النفسية وكذا السلوكية ...إلخ.

إضافة إلى ذلك تناولنا أشكال الاستجابة للضغوط فمنها استجابة عضوية ونفسية وسلوكية وفي الخير طرق قياس الضغوط.

وعلى ضوء هذا نود دراسة مدى تأثير الضغوط النفسية على مستوى فعالية الفرد في الحياة وعلى إرادته في تحقيق الأفضل ومستوى دافعيته, وهذه الأخيرة سنقوم بتناولها في الفصل التالي.

الفصل الثالث: دافعية الإنجاز

تمهيد

1- لمحة تاريخية عن استخدام مصطلح الدافعية.

2- مفهوم دافعية الإنجاز.

2-1- تعريف الدافعية .

2-2- تعريف لإنجاز.

2-3- تعريف الدافعية للإنجاز.

3- بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية الإنجاز.

4- مظاهر دافعية الإنجاز.

5- أنواع دافعية الإنجاز.

6- العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز.

7- المقاربات النظرية للدافعية الإنجاز.

8- طرق قياس دافعية الإنجاز.

خلاصة الفصل.

تمهيد :

تعد بداية النصف الثاني من القرن العشرين علامة بارزة في دراسة موضوع الدافعية بشكل عام, ودافعية الإنجاز بشكل خاص, إذ برزت في السنوات الأخيرة كأحد المعالم المميزة في الدراسة والبحث في دينامية الشخصية والسلوك ليس فقط في المجال النفسي ولكن أيضا في العديد من المجالات والميادين التطبيقية والعملية, حتى أنه يمكننا عدها واحدة من منجزات الفكر السيكولوجي المعاصر.

فالدافعية أهم شرط من شروط التعلم حيث أكدت جل النظريات أن المتعلم لا يستجيب للموضوع دون وجود دافع معين, والطالب المتمدرس لديه مجموعة من الطموحات والرغبات التي تجعله يختلف مع الآخرين باختلاف بيئته وشخصيته وحياته النفسية والاجتماعية والتي لها دور في بعث الدافعية للإنجاز.

1- لمحة تاريخية عن استخدام مصطلح دافعية الإنجاز:

يرجع استخدام مصطلح الدافعية للإنجاز في علم النفس, من الناحية التاريخية, إلى ألفرد أدلر الذي أشار إلى الحاجة للإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة.

(عبد اللطيف, 2000، 88).

لكن الفضل يرجع إلى هنري موراي حيث كان أول من قدم مصطلح الحاجة للإنجاز بشكل دقيق, بوصفه مكونا من مكونات الشخصية, وذلك في دراسة له بعنوان استكشافات الشخصية وعده واحد من الدوافع الإنسانية السبعة والعشرين المكتسبة.

(أحمد وآخرون, 1992، 169).

لقد تأثر موراي بعلماء التحليل النفسي, وعلى رأسهم فرويد ويونغ كما تأثر بعلماء الاجتماع والأجناس (إبراهيم وآخرون, 1979, 24).

فالبيئة وفق ما يذهب إليه موراي يمكن أن تكون مليئة بالحواجز التي تعوق السلوك الموجه نحو إشباع الحاجات, ولكنه في الوقت نفسه يميز بين البيئة المدركة عن البيئة الموضوعية.

(إبراهيم، 1979، 24)

بدأ مفهوم الحاجة للإنجاز يتبلور عند موراي في إطار محاولاته لوصف السلوك وتفسيره, حيث يعترف بأن تصوره للشخصية ولمتغيراتها, متحيز نحو الجوانب الدينامية أو الدافعية للشخصية, ومن هنا كان محور تصور موراي للشخصية هو فكرة التنظيم الهرمي للحاجات أو الدوافع الإنسانية نفسية المنشأ أو فكرة التشكل النقي لهذه الحاجات أو الدوافع.

(إبراهيم وآخرون، 1979، 25)

ولقد أوضح موراي أن الحاجة للإنجاز لها عدة مظاهر, أهمها سعي الفرد إلى القيام بالأعمال الصعبة, وتنظيم الأفكار وإنجازها بسرعة فائقة واستقلالية, وتخطي الفرد لما يقابله من عقبات وتفوقه على ذاته وعلى الآخرين تقدير الفرد لذاته .

(عبد اللطيف، 2000، 89)

2- مفهوم الدافعية للإنجاز:

2-1- تعريف الدافعية:

لقد اختلفت تعاريف الدافعية في لإطار العام لعلم النفس باختلاف الاتجاهات والمقاربات كما اختلفت أيضا المصطلحات المستعملة كمرادفات لمصطلح الدافعية من بينها: الرغبة, الحاجة, الميل, الباعث, الحافز.

- **الحاجة:** حالة من النقص والعوز والافتقار واختلال التوازن تقترن بنوع من التوتر والضيق ولا تلبث أن تزول الحاجة متى قضيت.

- **الحافز:** هو حالة من التوتر تجعل الكائن العضوي في حالة من التهيوء والاستعداد للاستجابة لجوانب معينة في البيئة.

- **الباعث:** عبارة عن مثير خارجي يحرك الدافع وينشطه ويتوقف ذلك على ما يمثله الهدف الذي يسعى الفرد لتحقيقه من قيمة. (قوراري، 2014، 64)

لغة: تعود كلمة دافعية في أصلها إلى كلمة لاتينية أي يحرك أو يدفع, ثم أخذ المصطلح معنى أوسع يشمل رغبة الفرد لإشباع حاجات معينة, وأنه يتعلق بالقوى التي تحافظ أو تغير اتجاه كمية أو شدة السلوك. (مغربي، 2004، 119)

اصطلاحا: يؤكد العلماء والدارسون على أن أي سلوك بشري لابد أن يكون وراءه دافع أو دوافع تستثيره أو توجهه. (الحامد، 1996، 132)

حيث أن الدوافع هي إحدى خصائص السلوك الإنساني فإنها تعرف بأنها قوى أو طاقات نفسية داخلية توجه وتنسق بين تصرفات الفرد وسلوكه أثناء استجابته مع المواقف والمؤثرات

البيئية المحيطة به, وتشتمل هذه الطاقات بالرغبات والحاجات والتوقعات التي يسعى إلى إشباعها وتحقيقها, وتزداد قوة الدافع وحدته كلما كانت درجة إشباع الحاجة أقل من المطلوب, وبمعنى آخر: أن دوافع الإنسان تنبع منه وتدفعه إلى السلوك في اتجاه معين وبقوة محددة. (العديلي، 1983، 7)

وزاد اهتمام علماء النفس بدراسة الدافعية حتى أن فا**ينكي 1960** يتنبأ بأن الحقبة التالية لتطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية. (عارف، 1987، 7)

2-2- تعريف الإنجاز:

يقصد بالإنجاز كل ما يحققه الفرد من نجاح وتقدم, وذلك بالاعتماد على قدراته ومواهبه الشخصية والذي يكون له أثر في تحديد مستقبله واتجاهاته الحياتية.

(صحراوي وآخرون، 2016، 49)

2-3- تعريف الدافعية للإنجاز:

يرجع استخدام مصطلح دافع الإنجاز في علم النفس من الناحية التاريخية إلى**(أدلر)** الذي أشار إلى أن الحاجة إلى الإنجاز هي دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة و**(ليفين)** الذي عرض هذا المصطلح في ضوء تناوله لمفهوم الطموح وذلك قبل استخدام **(موراي)** لمصطلح الحاجة للإنجاز, وعلى رغم من هذه البدايات المبكرة فإن الفضل يرجع إلى عالم النفس الأمريكي **(موراي)** في أنه أول من قدم مفهوم الحاجة إلى الإنجاز بشكل دقيق بوصفه مكونا مهما من مكونات الشخصية والتي عرض فيها عدة حاجات نفسية من بينها الحاجة للإنجاز. (أنجلر،2013، 65)

تعريف ماكليلاند وأتنيكسون: الدافع للإنجاز هو تهيؤ ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرته في سبيل تحقيق أو بلوغ نجاح يترتب عليه نوع من الإشباع, وذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى محدد من الامتياز.

(الخالدي,43،2008)

ولقد عرف عبد الدايم عبد السلام السيد الدافع للإنجاز بأنه: نزعة مكتسبة تنعكس من خلال مثابرة التلميذ بصفة عامة ومثابرته في حالة وجود صعوبة رغبته أو استعداده للمحاولة والاستمتاع بما هو جديد وصعب. (عبد الدايم، 1993، 7)

ويرى عبد القادر طه: بأنها تشير إلى رغبة الفرد وميله لإنجاز ما يعهد إليه من أعمال ومهام وواجبات بأحسن مستوى وأعلى ناحية ممكنة, حتى يحوز رضا رؤسائه ومخدوميته

فتتفتح أمامه سبل زيادة الدخل ويسهل أمامه سبل الترقية والتقدم نحو ما يوجد لدى بعض العاملين والموظفين. (قوراري, 2014، 71)

وعرفها عبد الحميد مرزوق(1990): على أنها الرغبة المستمرة للسعي إلى النجاح وإنجاز الأعمال الصعبة, والتغلب على العقبات بكفاءة, وبأقل قدر ممكن من الوقت والجهد وبأفضل مستوى من الأداء. (مرزوق, 1990، 45)

كما عرفها محمد عبد الطيف خليفة(1995): على أنها استعداد الفرد لتحمل المسؤولية, والسعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة, والمثابرة والتغلب على العقبات والمشكلات التي تواجهه, والتخطيط للمستقبل. (خليفة, 1995، 124)

أما رجاء محمود أبو علام فعرف الدافع للإنجاز بأنه: حالة داخلية ترتبط بمشاعر الفرد وتوجه نشاطه نحو التخطيط للعمل وتنفيذ هذا التخطيط بما يحقق مستوى محدد من التفوق يؤمن ويعتقد به. (أبو علام, 1986، 269)

3- بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية الإنجاز:

3-1- الحاجة: وهي شعور الكائن الحي بالافتقار إلى شيء معين ويستخدم للدلالة على مجرد الحالة التي يصل إليها الكائن الحي نتيجة حرمانه من شيء معين, وبناء على ذلك فإن الحاجة نقطة البداية بإثارة الدافعية للكائن الحي التي تحفز طاقته لتحقيق الإشباع (خليفة, 2000، 77).

3-2- القيمة: هي بناء مرتبط يتضمن الوجدان والموقف الحالي الذي يوجد فيه الفرد, وأنها تتكون مما يراه الفرد إيجابا أو سلبا, ومن الواضح أن هذا يتفق مع النظرية المعرفية للدافعية وتصور القيمة بأنها فئة من الدوافع ولا يعني أن كل القيم دوافع. وفي حالة عدم وجود قيمة فإننا لا نشعر نحوه بالرغبة واعتبر ماسلو أن الأفضل بالنسبة للفرد هو تحقيق ذاته, فمن الأفضل أن يكون الفرد مدفوعا أساس بدافع الإنجاز وبدافع تحقيق الذات.

ويتضح من هذا الفرق بين القيم والدافع, فالدافع استعداد داخلي يوجه السلوك, أما القيمة فهي تصور قائم خلف هذا الدافع.

3-3- مضمون الحافز: يشير إلى العمليات التي تصحب بعض المعالجات الخاصة بمنبه معين وتؤدي إلى إصدار السلوك, ويرادف البعض بين مفهوم الحافز ومفهوم الدافعية على أساس كلا منهما يعبر عن حالة من التوتر العامة نتيجة لشعور الكائن الحي

بحاجة معينة في المقابل, فإن هنالك من يميز بين هذين المضمونين على أساس أن مفهوم الحافز أقل.

3-4- العادة: يعرفها **(كرومان):** متغير أساسي في بناء نظرية ومنحنى التوقع, وفي مجال اختيار الفرد لسلوك معين يمكن إنجازه, ويمكن اعتبار الدافع نوعا فعالا من العادات, فممارسة العادة أو السلوك المتعلم تختلف حسب شدة الدافع, فعملية تعبئة الطاقة أو تنشيط العادة هي جوهر مفهوم الدافع.

وأشار **(أتكسون)** في المعادلة التالية:

السلوك= دالة كل من (الدافع× التوقع × القيمة × العادة).

3-5- الباعث: يعرفها **(فيناك):** الباعث يشير إلى محفزات البيئة الخارجية المساعدة على تنشيط دافعية الأفراد سواء تأسست الدافعية على أبعاد فسيولوجية أو اجتماعية, وتقف الحوافز والمكافآت المالية أو الترقي كأمثلة لهذه البواعث فيعد النجاح والشهرة مثلا من بواعث الدافعية للإنجاز, وهي حالة اشتداد التوتر تؤدي إلى النشاط وعدم الاستقرار وهما باعثان:

- بواعث حياتية: حاجات فيزيولوجية (الحاجة للطعام والشراب).
- بواعث حسية: تقوم على أساس الخبرات الحسية (عبد اللطيف, 2000، 78-79).

4- مظاهر دافعية الإنجاز:

يتميز ذوي دافعية الإنجاز المرتفع بعدة مظاهر ولقد تبين ذلك من خلال عدة دراسات قام بها العديد من الباحثين نذكر من بينها:

مومانز (1970): حدد مظاهر الدافع للإنجاز في عشرة (10) جوانب هي: مستوى الطموح, السلوك, تقبل الخطاء, الحراك الاجتماعي, والمثابرة, توتر العمل, إدراك الزمن والتوجيه للمستقبل, سلوك التعرف, سلوك الإنجاز.

زكريا الشربيني (1981): توصل إلى أحد عشر(11) سمة تعبر عن الدافع للإنجاز هي: الطموح, المثابرة, الاستقلال, وقدرة النفس, الإتقان, الحيوية, الفطنة, التفاؤل, المكانة, الجرأة الاجتماعية.

أما **صفاء الأعمر** و**آخرون (1985):** أشاروا في دراستهم إلى أن مظاهر هذا الدافع هي : الرغبة أو الميل إلى أداء المهام, بسرعة أفضل وطريقة ممكنة, أحدهما أو كلاهما.

(غباري, 2008، 58)

5- أنواع دافعية الإنجاز:

ميز **(فيروف)** و**(تشارلز سميث)** بين نوعين أساسين من الدافعية للإنجاز هما:

5-1- دافع الإنجاز الذاتي:

ذكر أن المحرك لهذا الدافع ينبع من داخل الفرد ويخضع لمقاييس شخصية يحددها الفرد لنفسه, معتمدا على خبراته في سن مبكرة حيث يجد لذة في الإنجاز والوصول إلى الهدف فيرسم لنفسه أهدافا يحاول تجاوزها.(جاسم,2004 , 331).

5-2- دافع الإنجاز الاجتماعي:

وتتضمن تطبيق معايير التفوق التي تعتمد على المقارنة الاجتماعية, أي مقارنة أداء الفرد بالآخرين.

ويمكن أن يعمل هذان النوعان في نفس الموقف ولكن قوتهما تختلف وفقا لأيهما أكثر سيادة وسيطرة في الموقف, فإذا كانت دافعية الإنجاز الذاتية لها وزن أكبر وسيطرة في الموقف فإنه غالبا ما يتبعها دافعية الإنجاز الاجتماعية والعكس صحيح.

أما أتكسون فإنه يميز بين نوعين من دافعية الإنجاز هما:

- نشاطات مرتبطة بالإنجاز تستدعي توقعات انفعالية موجبة: وذلك بسبب ما حققه الفرد من نجاحات في الماضي, وما عرفه من اعتزاز نتيجة ذلك.

- نشاطات مرتبطة بالإنجاز تستدعي التوقعات انفعالية سالبة: وذلك نتيجة إخفاقات في الماضي وما خبره من خيبة أمل دفعه للرفع من مستوى إنجازه خوفا من الفشل.

(إبراهيم قشوش وآخر, 1979، 43)

وبتقدم السن يندمج النوعان الذاتي والاجتماعي في دافع إنجاز واحد, وهنا تبرز حاجة الفرد لتكوين هذا الدافع لكي يشعر بالثقة بالنفس في سن مبكرة بالإضافة إلى حاجته لكسب خبرات ناجحة ليقارن بها بغيره من أقرانه.

6- العوامل المؤثرة في دافعية الإنجاز:

يتوقع أن الأشخاص الذين لديهم دافعية الإنجاز عالية يكون إدراكهم للأشياء التي يؤدونها أو التي يطمحون إلى الوصول إليها واضحا وذلك مقارنة بالأشخاص الذين لديهم دافع للإنجاز منخفض وذلك راجع إلى تدخل عدة عوامل وهي:

6-1- الضغط:

يشير موراي إلى أن الضغط يمثل المحددات المؤثرة للسلوك في البيئة وللضغط تأثير على الإنجاز والأداء البشري بصفة عامة.

وقد اقترح جورس وماستنبورك أن تناقص العمل- الإنجاز يظهر بسبب الضغط, وقد أشار (موراي) إلى هناك ضغوط تتكون بسبب عدم إشباع الحاجات إلى الإنجاز إضافة إلى الحالة المزاجية المضطربة مثل:

- ضغط الخصوم والأقران المتنافسة: الشعور بالتوتر والقلق والإحباط الشديد ناتج عن عدم إشباع الحاجة إلى الإنجاز إضافة إلى الشعور بعدم الرضا الضيق.

(الرشيدي، 1999، 34)

- كما يمكن الإشارة إلى أن الضغوط تلعب دورا كبيرا في التفوق والنجاح فالفرد الناجح قادر على العمل تحت أقصى طاقة ممكنة للإنجاز. (فاروق السيد، 1999، 189)

6-2- القلق: هو حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق والألم, كما أن القلق يعني الانزعاج والشخص القلق يتوقع الشر دائما ويكون متشائما متوتر الأعصاب ويفقد الثقة بنفسه ويبدو مترددا وعاجزا عن البحث في الأمور والقلق عامل انفعالي يعمل على التوجيه سلوك الفرد, ولذا فإنه يسلك وينزع إلى عمل معين وتتمثل وظيفة الدافعية في الآتي:

- ينشط القلق السلوك وينقله من حالة سلوك إلى حالة حركة, حيث أن القلق ينشأ من عدم الاتزان.
- القلق عامل توجيهي أي يوجه السلوك نحو غرض معين مثل الطالب الذي لديه امتحان تنشأ لديه حالة من القلق تساعده على الاستذكار
- القلق يعتبر صفة تعزيزية وذلك بعد انجاز العمل, فإن الاتزان يعود إلى ما كان عليه كما.

وقد بينت كذلك الدراسات أن هناك نوعان من القلق هما:

- **القلق الإيجابي:** وهو خارجي المنشأ وهذا الذي يساعد على البناء والإنجاز والنجاح.
- **القلق السلبي:** وهو داخلي المنشأ يؤدي إلى التوتر والفشل وسوء التكيف .

(فاروق السيد، 1999، 28)

إن القلق من الدوافع التي تساعد على الإنجاز والنجاح والتفوق, وعليه فهو عامل بناء وهدام للفرد فإن زاد عن حده انقلب على الإنسان بتنشيط عزيمته وإذا قل أسكن الإنسان في الخمول والإتكالية أما إذا كان معتدل جعل الإنسان في أحسن حالاته وفي أروع أدائه.

ومن بين العوامل الأخرى المؤثرة على دافعية الإنجاز نجد:

6-3- القيم الدينية للوالدين:

تتأثر أساليب تنشئة الطفل داخل الأسرة إلى حد كبير بقيم الوالدين التي تمثلها آراؤهم الدينية وبالتالي فإنها تمارس تأثيرا غير مباشر على مستوى دافعية الإنجاز عند الأبناء.(الزليتني,2008, 181)

6-4- الأسرة:

تتخذ الأسرة أشكالا متباينة في الثقافات المختلفة فقد تكون الأشكال الأسرية التي يكون فيها أحد الوالدين غائبا عن الأسرة ويعيش الابن مع أحدهما أكثر الأشكال تأثيرا على الإنجاز, وقد تأكد هذا التفسير في الدراسات العديدة التي أجرها ماكليلاند في الولايات المتحدة الأمريكية وفي العديد من بلدان العالم حيث أن الأبناء يكونون دائما ذوي دافعية منخفضة للإنجاز إذا ما تعرضت أسرهم إلى التفكك بسبب الطلاق أو وفاة أحد الوالدين أو غياب أحدهما غير أنه جاءت نتائج دراسات ماكيلاند عكسية حيث أوضحت دراسته عن المجتمع التركي أن آباء الأسرة التركية يتسمون بالتسلط والجمود في تنشئة أبنائهم حيث لا تنمو لدى الطفل دافعية عالية للإنجاز لأن والده متسلط يتسبب في جعله معتمدا على نفسه للغاية, وقد يلعب ترتيب الطفل في الأسرة دورا هاما أيضا في تحديد مستوى دافعيته في الإنجاز بحيث يمكن القول أن للطفل الأكبر في الأسرة دافعية عالية للإنجاز لأنه يمكن للوالدين أن يولياه اهتماماً ورعاية أكثر (الزليتني, 2008، 183)

6-5- أساليب تنشئة الطفل:

يتفق معظم الباحثين في مجال الدافعية للإنجاز على أن الأساليب التي يتبعها الوالدان في تنشئة الطفل هي العامل الهام في ظهور سمة الدافعية للإنجاز وتحديد مستواها لديه وبذلك تعد دافعية الإنجاز إحدى السمات المكتسبة في الشخصية.

وعن أساليب التنشئة الأسرية حول دافعية الإنجاز لدى الأبناء, يوضح ماكيلاند 1953 المضمون الذي توصل إليه بقوله: أن البيانات التي حصلنا عليها تبين أن الدافعية للإنجاز تنمو في الثقافات والأسر حيث يكون هنالك تركيز على تنمية الاستقلال عند الطفل وعلى

النقيض من ذلك ترتبط الدافعية المنجزة المنخفضة بالأساليب التي تعود الطفل بالاعتماد على النفس وإيجاد مهارات معينة لديهم كل ذلك يولد الدافعية العالية للإنجاز لديهم, وذلك إذا كان هذا التدريب لا يوحي بنبذ الوالدين للطفل بحيث أن الوالدين قد يجبران الطفل على الاستقلال حتى لا يكون عبئا عليهما, كما قد يجبرانه أيضا على الاستقلال المبكر جدا على الحياة, كما هو الحال في كثيرا من أسر الطبقات الاجتماعية المتوسطة (الزليتني,2008, 184).

7- المقاربات النظرية للدافعية الإنجاز:

7-1- نظرية هنري موراي:

تعتبر نظرية **هنري موراي 1953** في الشخصية الدينامية كقوة تفاعلية, فهي ترى السلوك ناتج عن حاجات داخلية متفاعلة مع ضغوط خارجية أي أن:

السلوك= حاجات داخلية+ ضغوط خارجية.

وقد صنف **موراي** الحاجات حشوية الأصل, وحاجات نفسية المنشأ والتي تسمى كذلك الحاجات الظاهرة وعددها 20 حاجة, منها الحاجة للإنجاز, ويعرفها بأنها الرغبة أو الميل إلى عمل الأشياء بسرعة أو على نحو جيد بقدر الإمكان, وهذا يعتبر المفهوم العام لها.

وقد حدد **موراي** عدة عبارات دالة على الإنجاز بحيث يرى إمكانية استخدامها في بناء الاختبارات التي توضع لقياس هذا الجانب النفسي المهم منها:

- أشعر بروح المنافسة في معظم نشاطاتي.
- إني استمتع بالعمل بنفس القدر الذي استمتع فيه للعب.
- لقد وضعت لنفسي أهدافا صعبة وأحاول باستمرار أن أصل إليها.
- أشعر أن الحياة لا تستطيع أن تقدم شيئا بديلا عن فرصته للقيام بإنجاز عظيم.

(إبراهيم قشقوش وآخر، 1979، 30)

ومن كل ذلك يمكن القول بأن **موراي** في نظريته التي صنفت الدوافع, قد أبرزت طبيعة هذه المكونات الدافعية من أكثر من منظور, الأمر الذي يساعد الباحثين في الدافعية وقد تبنى موراي طريقة متعددة الأشكال في قياس الشخصية, حيث استخدمها في عيادة هارفارد التي كان مديراً لها, وهذه الطريقة هي طريقة تفهم الموضوع, حيث يقوم فيها الفرد بكتابة قصص يستوحيها من صور غامضة, ويستخدم الباحث مضمون الإسقاطات التي تحويها القصة في استنتاج الشخصية.

وفي تحديد مجالات الصراع لدى المفحوص صاحب القصة, وإن الغرض من هذا الإجراء هو استشعار الإبداع الأدبي وبالتالي استدعاء الخيالات التي تكشف عن العقدة المستمرة اللاشعورية. (إبراهيم قشقوش وآخر, 1979، 31)

7-2- نظرية العزو أو التفسير السببي للنجاح أو الفشل(وينر) و(هايدر):

يعتبر **(هايدر)** أول عالم تنسب إليه هذه النظرية من خلال ما أسماه علم النفس الساذج مقترحا أنه من الناحية المنطقية, فإن الإنسان ينسب سلوكه إما إلى عوامل ذاتية موجودة فيه وإلى عوامل خارجية تقع خارجه, وتتضمن العوامل الداخلية حاجات الإنسان ورغباته وانفعالاته وقدراته ونواياه واستعداده للعمل, أما العوامل الموقفية الخارجية فتشمل صعوبة المهمة والحظ. (الريماوي, 2008، 225)

أما واينر فتقوم نظريته على أساس كيفية تفسير الأفراد لأسباب نجاحهم وفشلهم وكيف تؤثر هذه التفسيرات على السلوك الإنجازي اللاحق.

ويفترض أن تباين إدراك الأفراد لأسباب النجاح والفشل هو سبب اختلاف دافع الإنجاز أي أن الأفراد يعزون نجاحهم وفشلهم إلى الجهد والقدرة وإما إلى الآخرين وإما إلى الحظ والصدفة ولخصها واينر في ثلاثة أبعاد هي:

1- الثبات مقابل عدم الثبات.
2- الداخلي مقابل الخارجي.
3- قابل للضبط أو التحكم مقابل غير قابل للضبط أو التحكم.

(الزيات ,2004، 478)

تتلخص هذه النظرية أن الفرد الذي لديه دافع إنجاز مرتفع يرجع سلوكه إلى عوامل ذاتية أو داخلية, والفرد الذي لديه دافع الإنجاز منخفض يرجع سلوكه إلى عوامل خارجية, وتحدد هذه العوامل سلوك الفرد فيما بعد.

7-3- نظرية التوقع-القيمة:

تمكن أتكنسون **وفيثر** من صياغة نظرية التوقع-القيمة في الإنجاز على أساس أن النجاح يتبعه الشعور بالفخر والزهو والفشل يتبعه الشعور بالخجل والخزي, ويرتكز أتكنسون في نظريته على نمط الدافعية المستثارة لدى الفرد وأن ما يتصف به الموقف من خصائص معينة إنما يستثير دوافع مختلفة, وإذا تغيرت طبيعة المواقف أو المثيرات فإن دوافع مختلفة

تستثار أو تتحقق وينتج عنها تنشيط نماذج محددة ومختلفة من السلوك, وافترض أتكسون أن الميل للنجاح هو ميل دافعي متعلم وقوة هذا الميل ترتبط باهتمام القوة بالأعمال.

(الزيات, 2004، 473)

نلاحظ من هذه النظرية أن أتكسون يرى أن الدافع للإنجاز استعداد ثابت نسبيا مع عدم إنكار دور البواعث الخارجية وهي البيئة التي يعيش فيها الفرد, وأن الميل لتحقيق النجاح دافع متعلم كما يضع فيه الفرد اعتبارا للمجتمع على عكس الفرد الذي لديه دافع إنجاز منخفض فإنه يرجع فشله للمجتمع, ونلاحظ أيضا تحديده لدافعية الإنجاز بمعادلة رياضية أي أننا نستطيع قياس دافعية الإنجاز للفرد سواء كان دافعه مرتفعا أم منخفضا.

7-4- نظرية الهدف: تأتي النظرة المكملة لدافعية الأفراد وسلوكهم من الإطار النظري لأهداف الإنجاز حيث تحتوي الدافعية للإنجاز على مجموعة خاصة من الأهداف تتضمن الكفاية وهي تنقسم إلى فئتين:

- **أهداف الإتقان:**التي ينشد فيها الأفراد زيادة كفايتهم لفهم, أو تمكينهم من أي شيء جديد.
- **أهداف الأداء:**التي ينشد فيها الأفراد اكتساب الأحكام المفضلة لكفايتهم, أو تجنب الأحكام السلبية لكفايتهم.

تشير هذه النظرية إلى أن الفرد يميل للقيام بأداء يوازي ما لديه من مهارة ومعرفة قصد تحقيق النجاح والسعادة مما يزيد في دافعية إنجازه وتضعف دافعية الإنجاز عندما لا يحقق النجاح.

7-5- نظرية التقرير الذاتي:

تؤكد هذه النظرية للدافعية الداخلية على الاستقلال الذاتي وافترض أصحاب هذه النظرية أمثال (دوشام, ديسي, رايان, وايت), أن الأفراد يميلون بصورة فطرية للرغبة في الاعتقاد بأنهم يشتركون في الأنشطة بناء على إرادتهم الخاء على أنهم يريدون الاشتراك بالفعل وليس عن طريق فرض الاشتراك في الأنشطة عليهم.

ويفرق علماء هذه النظرية بين المواقف التي يدرك بها الأفراد أنفسهم على أنهم السبب في سلوكياتهم والتي يشيرون إليها بمصدر الضبط الداخلي, وبين المواقف التي يعتقد الأفراد أنهم يشتركون في سلوكياتهم من أجل الحصول على المكافآت أو إسعاد شخص أخر أو نتيجة إرغام خارجي والتي يشيرون لها بصدر الضبط الخارجي.

(علوطي, 2008، 118-119).

توضح هذه النظرية التنافر المعرفي ضرورة تقرير الفرد لسلوكه بنفسه وعدم إجباره على القيام بنشاط لا يرغب فيه حتى يحقق الاستقلال الذاتي والذي يعد من أهم عوامل دافعية الإنجاز المرتفعة.

7-6- نظرية التنافر المعرفي:

تعتبر هذه النظرية هي امتداد لنظرية (التوقع-القيمة) وصاحب هذه النظرية هو **هوليون فستنجر**, تشير النظرية إلى أن كل شخص لديه عناصر معرفية تتضمن معرفة ذاته ومعرفة ما يحدث في العالم, فإذا تنافر عنصر من هذه العناصر مع عنصر آخر فإن أحدهما يزول مما يحدث توتر للفرد يجعله يسعى للتخلص منه.

وتفترض هذه النظرية أن هنالك ضغوطا على الفرد لتحقيق الاتساق بين معارفه أو نسق معتقداته, وبين أنساق معتقداته وسلوكه وأشار **(فستنجر)** إلى أن هنالك مصدرين أساسيين لعدم الاتساق بين معارفه أو نسق المعتقدات والسلوك هما:

- آثار ما بعد اتخاذ القرار.
- آثار السلوك المضاد للمعتقدات والاتجاهات (علوطي, 2008، 114).

أي أن عدم الاتساق يحدث نتيجة لأن الفرد اتخذ قراراً متسرعاً أو عدم معرفته بالنتائج اللاحقة على اتجاهاته وقيمه, وبالنسبة لآثار السلوك المضاد للاتجاه فإن الشخص يعطي تقديراً كبيراً لعمل ما بالرغم من أنه يتعارض مع معارفه وينجزه فقط لتحقيق شيء ما قد يكون مثلا كسباً مادياً وهذا ما يحدث عدم التناسق بين القيم والسلوك, وتوصف أشكال عدم الاتساق هذه بأنها حالات من التنافر المعرفي وتنشأ هذه الحالات عندما يمتد عدم الاتساق إلى أشياء مهمة بالنسبة للأفراد, وعندما يشعر الفرد بهذه الحالة تدفعه إلى أن يخفض درجة التنافرو مصدرا للتوتر يؤثر في سلوك الأفراد, وبالتالي فهو يساعدنا على التنبؤ بالظروف التي تحول دون ذلك حيث يعد الاتساق أحد المؤثرات الدافعية المهمة في سلوك الإنجاز.

كما تساعد هذه النظرية على تفسير ما نلاحظه من مظاهر التراخي وعدم الجدية بين بعض مستشاري التوجيه وانخفاض مستوى دافعيتهم للإطلاع والإنجاز, حيث يشعر هؤلاء مستشاري التوجيه بحالة شبيهة بالتنافر المعرفي فهم قد يعطون قيمة وأهمية كبيرة للإرشاد والنجاح ومع ذلك يشعرون بضعف العائد من وراء هذا النجاح في المستقبل. (علوطي, 2008، 114)

ومن خلال هذه النظرية يتضح أن التنافر بين المعارف يولد تنافر الفرد مما يدفعه إلى إزالة التوتر بالتخلص منه, أو تجنب مثل هذه المواقف في المستقبل.

8_ طرق قياس دافعية الإنجاز:

تنقسم المقاييس التي استخدمت في قياس الدافعية للإنجاز إلى فئتين وهما:

- **الفئة الأولى:** المقاييس الإسقاطية.
- **الفئة الثانية:** المقاييس الموضوعية.

الفئة الأولى: المقاييس الإسقاطية: يقوم هذا المقياس على فكرة بسيطة وهي أن الأشكال والمواقف الفارغة تدفع الشخص إلى تكميلها أو توضيحها فإذا كان من الصعب استكمالها من خلال العناصر التي تحتوي عليها, فإن العوامل اللاشعورية تنشط لاستكمالها, وبذلك يتضح لنا الجانب اللاشعوري في الشخص. (مقدم ,2003، 231).

ومن بين الاختبارات الإسقاطية التي وضعها الباحثون لقياس ما وضع لقياسه نجد اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) الذي أعده **موراي** سنة 1938, بجامعة هارفرد, حيث يفترض أن الاحتياجات الاجتماعية قد تظهر بدقة في تفكير الأفراد, حيث لا يكونون مضطربين إلى التفكير في شيء على وجه الخصوص.

وقد دعا موراي الأفراد لكي يقصوا بعض القصص عن صور المرافق التي يمكن تفسيرها بطرائق مختلفة, وقد تم سؤال المشتركين في البحث فيما يلي:

- ما الذي في هذه الصور الغامضة؟
- ما الذي أدى إلى هذا الموقف؟
- ما الذي سيحدث بعد ذلك؟ (ياسين طه وآخر، 1990، 28)

ويذكر موراي الشخص عندما يحاول تفسير موقف اجتماعي معقد, فإنه يميل لأن يكشف عن نفسه بحاجات ورغباته وأماله ومخاوفه بالقدر نفسه الذي يتحدث به عن الظاهرة التي يرتكز انتباهه فيها وفي هذه الأثناء يكون الشخص بعيدا عن مراقبته لذاته طالما يعتقد أنه يقوم بمجرد شرح وقائع موضوعية. (خويلد, 2005، 37)

كما وضع **ماكليلاند وآخرون**(1953) اختبار لقياس الدافعية للإنجاز يتكون من مجموعة من أربع صور, بعضها مشتقة من اختبار تفهم الموضوع.

ولقياس الدافع للإنجاز يقوم الفاحص بعرض صورة على شاشة سينمائية لمدة عشرين ثانية أمام المفحوصين, ثم يطلب منهم بعد ذلك كتابة قصة من خلال الإجابة على أربعة أسئلة بالنسبة لكل صورة من الصور الأربعة, وهذه الأسئلة هي:

- ماذا يحدث؟ ومن هم الأشخاص؟
- ما الذي أدى إلى هذا الموقف؟ (ماذا حدث في الماضي).
- ما محور التفكير؟ وما الذي يجب عمله؟

ثم يقوم المفحوص بالإجابة عن الأسئلة الأربعة بالنسبة لكل صورة, ويستكمل عناصر القصة الواحدة في مدة لا تتجاوز أربعة دقائق, ويستغرق إجراء الاختبار كله في حالة استخدام الصور الأربعة حوالي عشرين دقيقة, ويرتبط هذا الاختبار أصلا بالتخيل الابتكاري ويتم تحليل نواتج تخيل المفحوصين بالنسبة لنوع معين من المحتوى, الذي يمكن أن يشير إلى الدافع للإنجاز, ويشمل هذا النظام عدة جوانب تتفق في مجملها مع ما كان يقصده موراي وزملاؤه في هذا الصدد. (خليفة, 2006، 97).

نقد الأساليب الإسقاطية:

تعرضت هذه الأساليب الاسقاطية لقياس دافعية الإنجاز للنقد من قبل العديد من الباحثين, فهنالك من اعتبر بأنها لا تقيس دافع الإنجاز بل تصف انفعالات المبحوث, بالإضافة إلى أنها تتسم بالذاتية وتستغرق وقت طويل في عملية التصحيح كما أن الاختبارات الاسقاطية المتعددة تشترك مع اختبار ماكليلاند من حيث الشك ومدى صدق وثبات كل منها واختلاف عملية التصحيح من فرد لآخر, كما تحتاج عملية تدريب المصححين إلى وقت طويل ومشقة ويرى البعض أن الطرق الاسقاطية لا نستطيع أن نقيس بها الدوافع إلا عند الفرد المتعلم تعليما جيدا حتى يستطيع كتابة قصة يعبر بها عما يراه.

الفئة الثانية: المقاييس الموضوعية:

حاول الباحثون تصميم مقاييس أكثر موضوعية لقياس دافع الإنجاز متجنبين الأخطاء التي احتوتها المقاييس الإسقاطية من بينهم ما يلي:

أ- **مقاييس التوجه نحو ا(لإنجازل أيزنك ويلسون) 1975:**

تضمن الاستخبار سبعة مقاييس فرعية تقيس المزاج التجريبي المثالي ويتكون المقياس من 30 بند يجاب عنها ب (نعم, لا, غير متأكد).

ب- **مقياس (راي لن) 1960:**

وضع (لن) هذا المقياس سنة 1960 وطوره (راي) في السبعينات, ويتكون من 14 سؤال, وللتحكم في وجه الإية جاب تم عكس الدرجات (التصحيح) في نصف العبارات والدرجة القصوى هي 42, وللمقياس ثبات يزيد عن 70 (مجدي محمد, 2003، 187)

أ- **الدافع للإنجاز هارمنز1970:**

حاول هارمنز بناء الدافع بعيدا عن نظرية أتكسون وذلك بعد حصر جميع المظاهر المتعلقة بهذا التكوين وقد انتقى منها الأكثر شيوعا على أساس ما أكدته البحوث السابقة وهي:

- مستوى الطموح
- السلوك المرتبط بقبول المحاضرة
- المثابرة
- التوجه نحو المستقبل
- اختيار الرفيق
- سلوك التعرف
- سلوك الإنجاز

ويتكون هذا الاستخبار من 29 عبارة متعددة الاختيارات.(مجدي محمد, 2003، 18).

مقياس **(وينز)** وهو معد للأطفال وبعضها صمم لقياس دافع الإنجاز لدى الكبار مقياس **(مهريان)** عن الميل للإنجاز ومقياس **Lymn** ومقياس **(هرمانز)** وقد استخدمت مثل هذه المقاييس في العديد من الدراسات الأجنبية كما استخدمت أيضا في بعض الدراسات العربية والتي تبين من خلال استقرائنا لها أن معظمها قد استخدمت مقياس **(هرمانز).**

(قشقوش، 1979، 90)

خلاصة الفصل:

لقد حاولنا في هذا الفصل إعطاء صورة عامة عن مفهوم الدافعية التي هي المحرك والمنشط والموجه للسلوك من أجل تحقيق هدف ما, ثم تعرضنا بالتفصيل للدافعية للإنجاز التي تعتبر مكوناً أساسياً في أي نشاط يقوم به الفرد, ويرتبط ذلك بالفاعلية والآثار الناجمة عنه من خلال تطوير أسباب نموه بشكل يؤدي إلى المثابرة الدائمة والإبداع.

ثم تحدثنا عن أنواعها وجملة من النظريات المفسرة لها منها (نظرية التوقع– القيمة, نظرية التقرير الذاتي, نظرية الهدف, نظرية التقرير الذاتي, نظرية التنافر المعرفي) ومن ثم قمنا بتقسيم مجموعة من المقاييس التي تم من خلالها قياس دافعية الإنجاز.

الجانب الميداني

الفصل الرابع :الإجراءات المنهجية

تمهيد

1- منهج المستخدم.

2- الدراسة الاستطلاعية.

3- أدوات الدراسة..

4- مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية. .

5- أساليب التحليل الإحصائي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

بعد ما تطرقت الباحثة في الجانب النظري لمتغيرات الدراسة سنتطرق في هذا الفصل إلى الجانب التطبيقي وما يحتويه من إجراءات متبعة وأساليب مستخدمة للحصول على النتائج وذلك من خلال عرض المنهج المتبع, بالإضافة إلى الدراسة الاستطلاعية والإجراءات المتبعة مع عرض أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المعتمدة لتحليلها.

1- منهج الدراسة:

تختلف المناهج وطرق البحث باختلاف المواضيع ولكل منهج وظيفته وخصائصه التي يستخدمها كل باحث في ميدان اختصاصه (بوحوش,1995, 92).

فالمنهج هو السبيل والكيفية المنظمة التي سترتسم للباحث جملة من المبادئ والقواعد المنطلق منها في دراسة مشكلة البحث, والتي تساعد في الوصول على نتائج دقيقة وصحيحة (حسين,2006, 83).

ولأنه من المعروف أن طبيعة الدراسة هي التي تحدد نوع المنهج المستخدم فيها, وبما أن الدراسة الحالية تتناول العلاقة الإرتباطية بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى طلبة سنة ثانية علوم إنسانية, بالإضافة إلى معرفة الفروق بين الطلبة ذوي مستوى مرتفع في دافعية الإنجاز تبعا لمتغير الجنس, التخصص, كذلك معرفة الفروق في درجة الضغوط النفسية تبعا لمتغير الجنس, التخصص.

فإنه قد تم إتباع المنهج الوصفي الارتباطي " الذي يهتم بدراسة علاقة التلازم في التغير بين متغيرين أو أكثر, وقياس درجة العلاقة بينهما باستخدام معاملات الارتباط (الأزرق,2000, 249).

كما أعتمد أيضا الأسلوب المقارن في معالجة الفرضيات الجزئية للدراسة.

هذا ويعرف المنهج الوصفي بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلا كافيا ودقيقا لاستخلاص دلالتها والوصول لنتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث, وعلى الرغم من أن الوصف الدقيق المتكامل هو الهدف الأساسي للبحوث الوصفية إلا أنها كثيرا ما تتعد الوصف إلى التفسير, وذلك في حدود الإجراءات المنهجية المتبعة وقدرة الباحث في التفسير والاستدلال (شحاته,2006, 337).

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية وفي من المراحل التي تتمتع بأهمية كبيرة في مجال البحث العلمي نظرا لأهميتها, حيث تمثل الدراسة الاستطلاعية الخطوة التي تسبق الاستقرار نهائيا على الخطة ويفضل القيام بالدراسة الاستطلاعية على عدد محدد من الأفراد (أبوعلام,2004, 87).

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية وفي أي بحث علمي إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها (أبوعلام,2004, 38).

- معرفة الوقت المستغرق للإجابة على الأداة المستعملة.
- التعرف على خصائص عينة الدراسة.
- معرفة الخصائص السيكومترية للأداة الدراسة.
- التعرف على المجتمع الأصلي لعينة الدراسة الأساسية.
- التعرف على الصعوبات التي يمكن أن نتلقاها في الدراسة الأساسية من ثم محاولة تفاديها.

ولتحقيق هذه الأهداف تم الاتصال بأفراد العينة الاستطلاعية بعد معرفة توزيعهم الزمني ومن ثم تطبيق أدوات الدراسة عليهم.

2-2- إجراءاتها:

قبل القيام بالتطبيق الأساسي للأدوات المستخدمة في الدراسة قامت الباحثة بدراسة استطلاعية على عينة من طلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية (جامعة الشهيد حمه لخضر) حيث قامت الباحثة بتطبيق أداة الدراسة لتجربة أولية على عينة تمثلت في 30 فردا شملت طلبة السنة الثانية علوم إنسانية أختيرو بطريقة العينة العشوائية الطبقية, وكانت أول انطلاقة في 11أفريل2019 إلى غاية 14أفريل2019, وقد أفادت هذه الدراسة في الإحاطة ببعض جوانب الموضوع, فالدراسة الاستطلاعية تعتبر خطوة مفيدة للدراسة الأساسية قبل تطبيقها.

2-3- مجالات الدراسة:

2-3-1- المجال المكاني: تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بكلية العوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الشهيد حمه لخضر.

2-3-2-المجال الزمني: تم إجراء الدراسة الاستطلاعية في 14/11 أفريل 2019.

2-3-3- المجال البشري: طلبة سنة الثانية علوم إنسانية تخصص تاريخ / إعلام واتصال.

3- أدوات الدراسة :

يقصد بأدوات أدراسة مجموعة من الوسائل والطرق والأساليب والإجراءات المختلفة التي يعتمد عليها الباحث في جمع المعلومات الخاصة بالبحث العلمي وتحليلها وهي متنوعة ويحدد استخدامها بناءا على احتياجات البحث العلمي وبراعة الباحث وكفاءته في حسن استخدام الوسيلة أو الأداء (شروخ,2003, 24).

ولقد تم الاعتماد في الدراسة على مقياس الحجار ودخان لقياس الضغط النفسي لدى طلبة سنة ثانية علوم إنسانية, ومقياس الدافعية للانجاز.

3-1- مقياس الضغوط النفسية:

- **التعريف بالاستبيان:** هو مقياس ينسب للباحثان بشير إبراهيم حجار ودخان, تم بناؤه سنة 2005 لقياس الضغط النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة, يتكون من 60 عبارة موزعة على ثلاثة بدائل: (تنطبق دائما, تنطبق أحيانا, لا تنطبق أبدا). الملحق رقم (1)
- **النسخة النهائية للمقياس:** لقد استعانت الباحثة ب39 عبارة من أصل 60 عبارة ضمها المقياس وتم الاستغناء عن العبارات المتبقية التي لا تخدم الدراسة. (الملحق رقم 1)
- **حساب الشروط السيكومترية لمقياس الضغط النفسي:** حتى يتأكد الباحث من صلاحية لأدوات المستعملة لجمع البيانات, والوثوق بنتائجها وجب عليه التأكد من صدقها وثباتها, لذا قامت الباحثة في إطار الدراسة الاستطلاعية كالتالي:
  - **صدق المقياس:** لقد تم حساب الصدق بطرقتين هما :

أولا- صدق المحكمين: تم عرض الإستبانة على (5) من المحكمين التربويين والنفسيين من الجامعة الشهيد حمه لخضر, وبعد إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون من حذف بعض الفقرات وخاصة تلك التي لا تتناسب صياغتها مع خصائص العينة, فقد بلغ عدد فقرات الإستبانة النهائية 39 فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد, حيث أعطى لكل فقرة وزن

مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي.(موافق, إلى حد ما, غير موافق) لقياس مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة سنة ثانية علوم إنسانية.

ثانيا- صدق التمييز (المقارنة الطرفية): اعتمد الباحث في قياس الصدق التمييزي للاستبيان على طريقة المقارنة الطرفية بعد تفريغ بيانات العينة الاستطلاعية ، تم جمع درجاتهم الكلية وترتيبها ترتيبا تنازليا، ثم تقسيم العينة لفئتين فئة عليا وفئة دنيا بنسبة 27 %في كل مجموعة .

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية ($SPSS_{25}$) لحساب قيمة T لعينتين مستقلتين ، تحصلنا على النتائج المدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (01) : يوضح تطبيق المقارنة الطرفية لمقياس الضغوط النفسية

	عدد أفراد المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	دلالة F	قيمة T	درجة حرية T	مستوى الدلالةT
عليا	8	97.63	6.45	0.51	غير دالة	8.66	14	دالة عند 0.01
دنيا	8	73.25	4.65					

من خلال الجدول رقم (01) ، نجد أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا يساوي 97.63 وانحرافها المعياري يساوي 6.45 ، وأن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا يساوي 73.25 وانحرافها المعياري يساوي 4.65 ، وأن قيمة F للتجانس تساوي 0.51 وهي غير دالة إحصائيا مما يدل على تجانس المجموعتين العليا والدنيا ، في حين نجد أن قيمة T تساوي 8.66 عند درجة حرية 14 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 ، بناءا على ذلك نقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا ، وعليه فاستبيان لضغوط النفسية يمكننا من التمييز بين المجموعتين ، إذا يمكن القول بأن الاستبيان يتمتع بالصدق التمييزي .

- **الثبات :**

- **التناسق الداخلي للبنود (ألفا كرونباخ) :**يعرف بأنه مدى إعطاء الاختبار نفس الدرجات أو القيم لنفس الفرد أو الأفراد إذا ما تكررت عملية القياس.

(عوض, 2002, 53).

قامت الباحثة بحساب ثبات استبيان الضغوط النفسية بطريقة التناسق الداخلي للبنود (**ألفا كرونباخ**) بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية ($SPSS_{25}$)، النتائج مدونة في الجدول التالي :

الجدول رقم (02): يوضح قيمة ألفاكرونباخ للاستبيان الضغوط النفسية

المقياس	عدد البنود	قيمة معامل ألفا كرونباخ	القرار
الضغوط النفسية	**39**	**0.81**	ثابت

من خلال الجدول رقم (02) نجد أن قيمة **ألفا كرونباخ** للاستبيان ، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود الاستبيان تساوي 0.7 ، وبذلك يمكن القول بأن استبيان الضغوط النفسية ثابت .

3-2- مقياس الدافعية للإنجاز:

أ- **التعريف بالاستبيان:** صمم هذا الاستبيان من طرف سعاد أحمد مولى الساعدي, سنة2006 بالعراق, لقياس دافع الإنجاز الدراسي لدى الطلبة, والذي يتكون من 20عبارة موزعة على ثلاثة بدائل: (تنطبق دائما, تنطبق أحيانا, لا تنطبق أبدا).

ب- **النسخة النهائية للمقياس:** لقد استعنا ب20 عبارة من أصل 21 عبارة ضمها المقياس وتم الاستغناء عن العباراة المتبقية التي لا تخدم الدراسة. الملحق رقم (03)

ت- **حساب الشروط السيكومترية لاستبيان دافعية الإنجاز:** لقد تم حساب الصدق بطرقتين هما:

-

- **صدق المحكمين:**

تم عرض الإستبانة على (5) من المحكمين التربويين والنفسيين من جامعة الشهيد حمه لخضر, وبعد إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون من حذف بعض الفقرات وخاصة تلك التي لا تتناسب صياغتها مع خصائص العينة, فقد بلغ عدد فقرات الإستبانة فقرة 20 موزعة على ثلاثة أبعاد, حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم ثلاثي (موافق, إلى حد ما, غير موافق) لقياس مستوى الدافعية للإنجاز.

- **صدق التمييز (المقارنة الطرفية) :**

تقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق, وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها. (معمرية, 2007, 158).

اعتمدت الباحثة في قياس الصدق التمييزي للاستبيان على طريقة المقارنة الطرفية بعد تفريغ بيانات العينة الاستطلاعية ، تم جمع درجاتهم الكلية وترتيبها ترتيبا تنازليا، ثم تقسيم العينة لفئتين فئة عليا وفئة دنيا بنسبة 27 % في كل مجموعة .

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية ($SPSS_{25}$) لحساب قيمة T لعينتين مستقلتين ، تحصلنا على النتائج المدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (03): يوضح تطبيق المقارنة الطرفية لمقياس الدافعية الإنجاز

	عدد أفراد المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	دلالة F	قيمة T	درجة حرية T	مستوى الدلالة T
عليا	8	74.75	3.88	0.04	غير دالة	15.16	14	دالة عند 0.01
دنيا	8	47	3.42					

من خلال الجدول رقم (03)، نجد أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا يساوي 74.75 وانحرافها المعياري يساوي 3.88 ، وأن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا يساوي 47 وانحرافها المعياري يساوي 3.42 ، وأن قيمة F للتجانس تساوي 0.2043 وهي غير دالة

إحصائيا مما يدل على تجانس المجموعتين العليا والدنيا ، في حين نجد أن قيمة T تساوي 15.16 عند درجة حرية 14 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 ، بناءا على ذلك نقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا ، وعليه فاستبيان الدافعية للانجاز يمكننا من التمييز بين المجموعتين ، إذا يمكن القول بأن الاستبيان يتمتع بالصدق التمييزي .

- **الثبات :**

- **التناسق الداخلي للبنود (ألفا كرونباخ) :**ويستخدم هذا القانون (معامل ألفا) في صورته العامة عندما تكون احتمالات الإجابة على الأسئلة ليست صفر (0) و (1) أي الاحتمالات ليست ثابتة. (عبد الرحمان,1992, 172)

قامت الباحثة بحساب ثبات استبيان الدافعية للانجاز بطريقة التناسق الداخلي للبنود **(ألفا كرونباخ)** بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية ($SPSS_{25}$) ، النتائج مدونة في الجدول التالي :

الجدول رقم (04) : يوضح قيمة ألفا كرونباخ لاستبيان الدافعية الإنجاز

المقياس	عدد البنود	قيمة معامل أللافا كرونباخ	القرار
الدافعية للإنجاز	**20**	**0.7**	ثابت

من خلال الجدول رقم (4) نجد أن قيمة **ألفا كرونباخ** للاستبيان ، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود الاستبيان تساوي 0.7 ، وبذلك يمكن القول بأن استبيان الدافعية للانجاز ثابت.

- **التجزئة النصفية** :قامت الباحثة بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تقسيم بنود المقياس إلى نصفين متساويين (علوي/ سفلي)، ثم حساب معامل الارتباط **بيرسون** بين النصفين باستعمال نظام الحزمة الإحصائية ($SPSS_{25}$) ، النتائج مدونة بالجدول التالي:

الجدول (05): يوضح معامل الارتباط بيرسون لاستبيان دافعية الإنجاز

المؤشرات الإحصائية	قيمة R المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
قبل التعديل بيرسون	**0.71**	**28**	**دالة عند 0.01**
بعد التعديل سبرمان براون	**0.83**		

من خلال الجدول رقم(05) نلاحظ أن قيمة **r** المحسوبة قبل التعديل **بيرسون** تساوي0.7 وفي الحقيقة قيمة **r** المعبر عنها تعبر عن قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس توجب تصحيح معادلة الطول فتحصلنا على قيمة **r** الحقيقية بعد التعديل **سبرمان تساوي** 0.83 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01)، وعليه يمكن القول بأن استبيان الدافعية للانجاز ثابت.

3-3- وصف عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية من كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي للموسم الجامعي 2018_2019 أختيرو بطريقة العينة العشوائية الطبقية.

4- مجتمع وعينة الدراسة الأساسية:

تتطلب دراسة ظاهرة أو مشكلة ما توفر بيانات ومعلومات ضرورية عن هذه الظاهرة أو المشكلة لتساعد الباحث في اتخاذ القرار أو حكم مناسب حيالها, لذلك لابد من التحديد الواضح لمجتمع الدراسة والذي يقصد به جميع العناصر والمفردات التي سيدرسها الباحث.(عليان وغنيم,2000, 137).

وعليه فقد تمثل مجتمع الدراسة الحالية في طلاب جامعة الوادي, ونظرا لما يترتب على الدراسة المجتمع الأصلي بأكمله من تكاليف باهظة يتعذر معها تنفيذ الدراسة يلجأ الباحث إلى اختيار عينة من الأفراد المستهدفين بالدراسة, حيث تكون ممثلة للمجتمع الأصلي.

وتعرف العينة بأنها مجموعة جزائية ممثلة لمجتمع له خصائص مشتركة.

(أبو علام,2004, 148).

وقد اقتصرت الدراسة الأساسية على كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية, وقد ضمت 130طالب وطالبة منهم طلاب سنة ثانية تخصص تاريخ و إعلام واتصال والجداول والأشكال التالية توضح توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات:

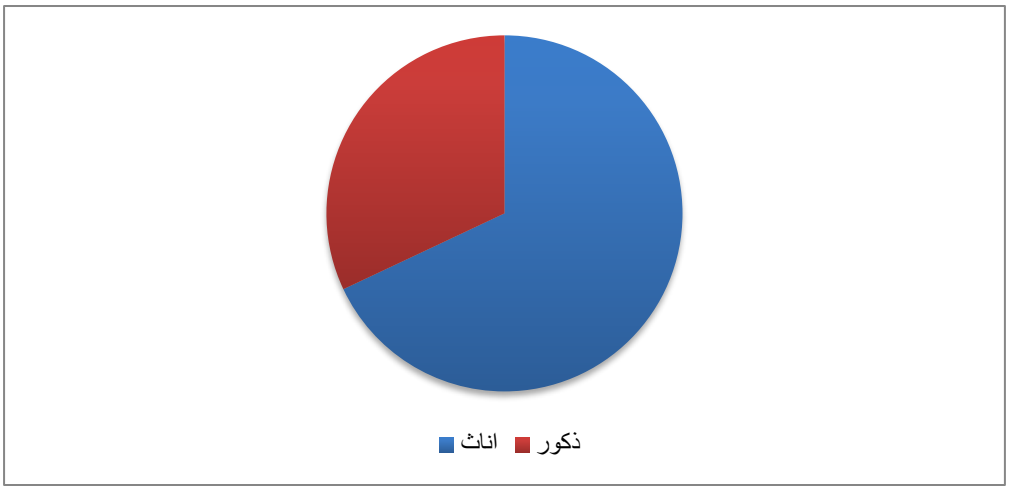
أ- متغير الجنس:

الجدول رقم (06): يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

العدد	الجنس
89	إناث
41	ذكور
130	المجموع

التعليق: يمثل الجدول رقم(6) توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس, حيث قدر عدد الإناث ب89 طالبة, وقدر عدد الذكور ب41 طالب.

الشكل رقم (01): توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس



التعليق:

يمثل الشكل رقم (01) توزيع عينة الدراسة الأساسية بالنسب المئوية للإناث ب (68) بينما كانت النسبة المئوية للذكور ب(32).

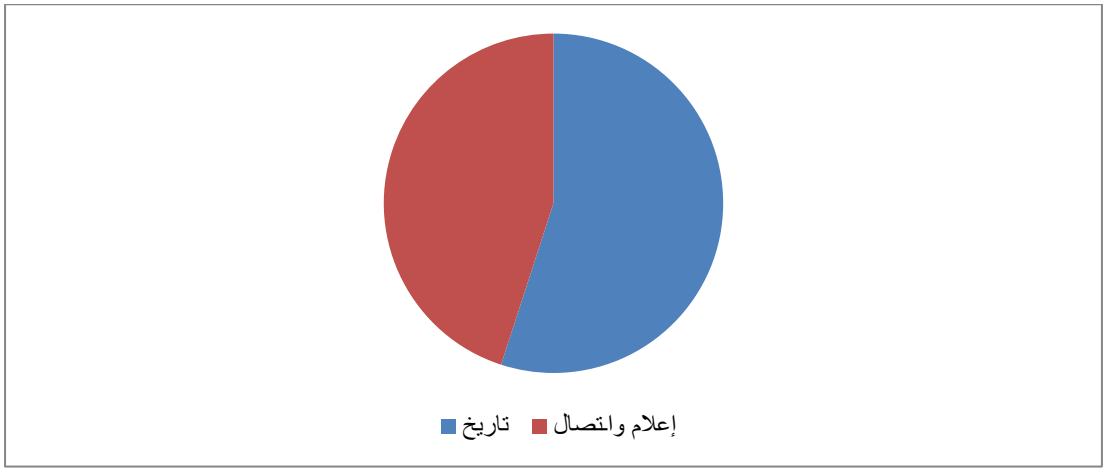
ب- متغير التخصص الدراسي:

الجدول رقم (07): يوضح توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص الدراسي.

التخصص الدراسي	العدد
تاريخ	71
إعلام واتصال	59
المجموع	130

التعليق: يمثل الجدول رقم (07) توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص الدراسي, حيث قدر عدد طلبة تاريخ ب 71 طالبة/ طالب وقدر عدد طلبة إعلام واتصال ب 59 طالب/ وطالبة.

الشكل رقم (02): توزيع عينة الدراسة الأساسية بنسبة المئوية حسب متغير التخصص الدراسي



التعليق:

يمثل الشكل رقم (02) توزيع عينة الدراسة الأساسية بنسبة المئوية حسب متغير التخصص الدراسي حيث قدرت النسبة المئوية لطلبة التاريخ ب (55) بينما كانت النسبة المئوية لطلبة إعلام واتصال ب (45).

5- أساليب التحليل الإحصائي:

لكل بحث علمي تقنيات إحصائية خاصة به, ونظرا لطبيعة بحثنا هذا فلقد تم استخدام مجموعة من التقنيات الإحصائية عن طريق برنامج الإحصاء (SPSS) وهو برنامج يقوم بالتحليلات الإحصائية البسيطة والمعقدة للبيانات, خاصة في حالة العينات الكبيرة (الزغبي,2006, 12).

- تم الاستعانة بالتقنيات الإحصائية التالية:

5_1_ أدوات الإحصاء الوصفي:

أ- **النسب المئوية:** استعملت في هذه الدراسة لغرض تقدير عدد أفراد الدراسة الأساسية حسب متغيرات الدراسة .

ب- **المتوسط الحسابي:** يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية استخداما, وهو أحد مقاييس النزعة المركزية, يوضح مدى تقارب الدرجات من بعضها واقترابها من الوسط (أبونبيل,187, 101).

ت- **الانحراف المعياري:** تعتبر من أهم مقاييس التشتت ويعرف بأنه الجذر التربيعي لمتوسطات مربعات القيم عن متوسطها الحسابي, ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع لأفراد, أي مدى انسجام العينطة (مقدم,2003, 71).

5_2_ أدوات الإحصاء الاستدلالي:

يمكن الإحصاء الاستدلالي اختبار مدى تحقق فرضيات الدراسة أو عدم تحققها, وقد استعملنا في هذه الدراسة الأساليب الإحصائية التالية:

أ- **معامل إرتباط بيرسون:** تم استخدامه من أجل إيجاد العلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز, وهو المعامل الذي يصف العلاقة بين متغيرين, وتنحصر قيمته بين (1+) و(1-) باستخدام قانون بيرسون, فإذا كانت قيمة معامل الإرتباط تساوي (1+) فهذا يعني أن الارتباط طردي تام, أما إذا كان يساوي (1-) فمعناه الإرتباط عكسي(بوعلاق,2009, 73).

ب- **اختبار"ت " لدلالة الفروق:** تم استعماله لحساب دلالة الفروق بين متوسطات أفراد العينة في ضوء الجنس (ذكور, إناث) والتخصص الدراسي (تاريخ, إعلام واتصال) فيما يخص الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز.

خلاصة الفصل:

تم تقديم في هذا الفصل أهم الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية لهذا البحث, والتي تعتبر الركيزة الأساسية لأي بحث علمي, حيث تم تقديم تعريفا وأهدافا, إضافة لعرضنا لعناصر الأساسية للدراسة المتمثلة في المنهج المعتمد عليه في هذا البحث وحدود الدراسة الزمانية والمكانية, كذلك تم تقديم نظرة شاملة عن عينة الدراسة الأساسية, وكذا ذكر الأدوات المستعملة في جمع البيانات وجل الأساليب الإحصائية التي استعنا بها لتحليل المعلومات.

أما في الفصل الموالي فسنقوم بعرض النتائج المتحصل عليها بعد تطبيق مقياس الضغوط النفسية واستبيان الدافعية للإنجاز مع تحليلها ومناقشتها.

الفصل الخامس:عرض وتفسير نتائج الدراسة الأساسية

تمهيد

1- عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى.

2- - عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية.

3- - عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.

4- - عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة.

5- - عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة.

خلاصة عامة وآفاق (مسارات) الدراسة.

تمهيد:

بعد التطرق إلى إجراءات الدراسة الأساسية وبعد جمع البيانات وتحليلها بواسطة الأساليب الإحصائية سنتناول في هذا الفصل عرض النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة بحسب ترتيب الفرضيات.

1- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه: **توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية.**

تم قياس هذه الفرضية باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية $SPSS_{25}$ ، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (08): قيمة r ودلالتها الإحصائية لمعامل الارتباط بين الضغوط النفسية والدافعية للانجاز.

	عدد الأفراد	قيمة r	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية الدافعية للانجاز الدراسي	100	0.38	98	دال عند 0.01

يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (8) أن قيمة معامل الارتباط المحسوبة بين المتغيرين r بلغت 0.38 وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 عند درجة حرية 98 ، وهذا ما يؤكد أن نسبة الثقة في صحة النتائج المتوصل إليها تقدر بـ 99 % ، وعليه يمكن إثبات الفرضية الأولى القائلة بأنه **توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية.**

ومن خلال النتائج المبينة في الجدول (08) تبين وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز, حيث أثبتت النتائج أن الضغوط الإيجابية تؤثر على جميع جوانب الشخصية لديهم وعلى التوافق الانفعالي والاجتماعي وعلى مفهوم الذات

وينعكس ذلك على بواعث الدافعية للإنجاز, وهي حالة اشتداد التوتر تؤدي إلى النشاط والتغلب على العقبات بكفاءة.

قال المصلح والمفكر جمال الدين الأفغاني " إن الأزمة تلد الهمة، ولا يتسع الأمر إلا إذا ضاق ولا يولد الفجر إلا بعد ظلمة الليل الحالك" ...

فهذه المقولة تنطبق على هذا الموقف فالضغوط تجعل الطالب يذاكر بجد قبل الامتحان ويهتم بدروسه ويكمل واجباته في الوقت المحدد وتزوده بطاقة التي يحتاجها حتى يكون أكثر فاعلية إبداعاً وإنجازاً في الأداء.

أي أن الضغوط تلعب دورا كبيرا في التفوق والنجاح فالفرد أو الطالب الجامعي الناجح قادر على العمل تحت أقصى طاقة ممكنة للإنجاز.

أي أن الضغوط النفسية لها علاقة بمستوى الدافعية للإنجاز الدراسي فبرغم من التأثيرات السلبية للضغوط النفسية على الطلبة فهنالك من يستثمر في درجة الضغوط في سبيل التوافق مع البيئة بشكل إيجابي وعن طريق التركيز على مصدر الضغوط وتغييره وإعادة تقييم المواقف الضاغطة بصورة إيجابية وبالتالي دافعية الإنجاز مرتفعة.(القذافي,1992, 15).

خلاصة القول أن الضغوط النفسية الإيجابية والمعتدلة تؤثر على الدافعية للإنجاز للطالب من خلال زيادة مستوى دافعيته ونتيجة ذلك تحسين أدائهم التحصيلي، وعلى العكس من ذلك كلما قلة نسبة الضغوط النفسية يقابلها انخفاض في الدافعية الإنجاز الدراسي للطالب، أي يصبح الطالب عديم الإحساس وغير مبالٍ بما يحصل معه من تراجع ونقص في التحصيل الدراسي وعدم الرغبة في تحقيق النجاح.

وقد جاءت نتائج الدراسة متوافقة مع دراسة الأميري 1998 "حول الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة تعز وعلاقتها بالتحصيل الدراسي" تبين أن الطلبة الذين يعانون من الضغوط النفسية دافعيتهم للتحصيل الدراسي أحسن من الذين لا يعانون منه.

وفي دراسة كريمان عويضة منشار 1999 "حول الضغط النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز والتواد لدى طلاب الجامعة" توصلت إلى وجود علاقة بينهما.

(أبوحبيب,2010, 75)

2- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.**

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية $SPSS_{25}$ ، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (09): قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الجنسين في الدافعية للانجاز.

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	دلالة T
الذكور	31	41.97	5.78	0.2	غير دالة إحصائيا	2.11	98	دالة عند 0.05
الإناث	69	44.62	5.83					

من خلال الجدول رقم(9)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور يساوي 41.97 وانحرافهم المعياري يساوي 5.78 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث يساوي 44.62 وانحرافهم المعياري يساوي 5.83 ، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 0.2 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة الذكور والإناث متجانستين في حين نجد قيمة T تساوي 2.11 عند درجة حرية 98 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05، بناءا على ذلك نقبل الفرض القائل بأنه **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس لصالح الإناث .**

هذا راجع إلى أن الإناث تتميزن بالانضباط، فالفتاة التي يسمح لها الأهل بالخروج للدراسة، لفترة محددة وهي السنوات المقررة للتعلم في الجامعة وهو السبب الوحيد للسماح لها بالخروج من البيت وهو بالتالي يشكل حافزا ودافعا للنجاح وأداء مهمتها دون تقصير وفي الوقت المحدد لها ويُولِد لديها القدرة على تنظيم الوقت والمكان والاستذكار ويدفعها لامتلاك مهارات المذاكرة الجيدة لبلوغ الأهداف التي سمح لها بالخروج من أجلها.

وتتميز الإناث عن الذكور بأسلوب تعلم عميق أي بعدم الالتزام بحدود المادة الدراسية, وقضاء وقت كبير في المذاكرة بحيث تتمكن من جعل المواد الدراسية شيقة, من خلال استخدام أسلوب التعلم بالفهم والربط بالمعرفة السابقة والمعلومات الجديدة.

أما الذكور ولطبيعة الرجل في مجتمعنا والمسؤولية الملقاة على عاتقه في تكوين أسرة فإن الدافعية للإنجاز لديهم تكون منخفضة وهذا راجع إلى لاستعجالهم الحصول على الشهادة التي تبقى الهدف الرئيس لدخوله الجامعة ومن ثم ولوج عالم الشغل وبناء أسرة، وهو ما يجعل أسلوبهم سطحي في التعلم ويعتمدون على طرق مثل الحفظ والاستظهار كما يهتمون بملخص المادة دون فحص المحتوى بالتفصيل, كما أن لديهم صعوبة في التعامل مع محتوى المادة الدراسية وفهمه, ولذلك فهم يفشلون في الامتحانات، وغالباً ما يغادرون دون التمكن من مواصلة مسارهم الأكاديمي.

وقد ظهرت آثار ذلك في صورة انخفاض رهيب لعدد الطلبة الذين يتمكنون من المواصلة، حيث تخلو بعض الصفوف من الطلبة (الذكور) وإن وجدوا فلا يتعدى الواحد أو اثنان خاصة في تخصصات العلوم الإنسانية والاجتماعية والبيولوجيا والحقوق والاقتصاد ويكون الاستثناء في تخصصات التكنولوجيا حيث يفوق عدد الذكور عدد الإناث.

وهذا ما أيدته دراسة كل من فاروق عبد الفتاح موسى 1986 وأسماء خويلد 2005 وإبراهيم جيد عبد جبرا عبد الملك 1988 والتي خلصت إلى وجود فروق لصالح الإناث.

بينما توصلت دراسة كل من محمود عبد القادر 1978 وعبد الرحمن الطريري 1988, ومحي الدين حسين 1988, والشناوي عبد المنعم 1989 حيث توصلوا إلى نتيجة أن الذكور متفوقين عن الإناث في الدافعية الإنجاز بسبب الظروف العلمية, التنشئة الاجتماعية, ومستوى الطموح الذي يرتفع عن الطلبة أكثر من الطالبات وكذا تعدد أدوار الإناث من دور الزوجة إلى دور الأم وغيرها الشيئ الذي يفقدهن التركيز على الدراسة والعمل يضعف من درجة الدافعية لديهم.

بينما تتعارض هذه النتيجة مع ما توصلت إليه كل من دراسة إسماعيل 1989 ودراسة محمد سيد الطواب 1990 ودراسة ربيعة رمزي 1995 ودراسة عبد الطيف محمد خليفة 1997 ودراسة أمل الأحمد 1990 ودراسة محمد حسن المطوع 1996 ودراسة مصطفى تركي 1988 التي توصلوا إلى عدم وجود فروق لدى الطلبة الذكور والإناث في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي.

3- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص.**

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية $SPSS_{25}$ ، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (10): قيمة T ودلالتها الإحصائي للفروق بين التخصصات في الدافعية للإنجاز.

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	دلالة T
تاريخ	56	45.34	6.1	1.93	غير دالة إحصائيا	3.056	98	دالة عند 0.01
اتصال	44	41.84	5.09					

من خلال الجدول رقم(10)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة طلبة التاريخ يساوي 45.34 وانحرافهم المعياري يساوي 6.1 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة طلبة الإعلام والاتصال يساوي 41.84 وانحرافهم المعياري يساوي 5.09 ، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 1.93 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة طلبة التاريخ وطلبة الإعلام والاتصال متجانستين ، في حين نجد أن قيمة T تساوي 3.056 عند درجة حرية 98 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 ، بناءا على ذلك نقبل الفرض القائل بأنه : **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية الإنجاز لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص لصالح طلبة التاريخ.**

وترجع الطالبة ذلك إلى طبيعة التخصص والمقاييس المُدرسة لطلبة التاريخ والتي تتميز بالعراقة والقِدم، فتخصص التاريخ يعتبر من بين التخصصات الأولى في جامعة الوادي، كما أن أساتذته يعتبرون من بين الأقدم في الجامعة وعدد معتبر منهم تحصل على درجة الأستاذية (أستاذ التعليم العالي) بجامعتنا، هذه الميزات تجعل من طلبة التاريخ مرتفعي الدافعية للإنجاز الدراسي، وعلى النقيض من ذلك فتخصص الإعلام والاتصال حديث النشأة بالجامعة ولم يمر على فتحه سوى بضع سنوات، حاله حال الأساتذة الذين يدرسون مقاييسه، فهم أيضاً تم توظيفهم مؤخراً، كما يعاني التخصص من نقص التأطير ومعظم مقاييسه يدرسها أساتذة مؤقتون وغالبيتهم طلبة دكتوراه.

وتأتي هذه الدراسة موافقة إلى دراسة أحمد شعبان محمد عطية 1991 التي انتهت إلى نتيجة مفادها: وجود فروق في التخصص لدى الطلبة في مستوى دافعتيهم وهذا ما يؤثر كذلك على دافعتيهم للإنجاز الدراسي.

كذلك دراسة كريمان عويضة مشار 1999 التي انتهت إلى نتيجة مفادها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التخصص بين طلاب الشعب الأدبية أكثر إحساسا بالضغط النفسي من طلاب الشعب العلمية.

وتوصلت دراسة حمري سارة وبوقصارة منصور (2015) إلى عدم وجود فروق دال إحصائيا في مستوى الدافعية الأكاديمية تعزى لمتغير التخصص الدراسي، وكذلك دراسة إبراهيم جيد جبرا عبد الملك (1988) والتي خلصت إلى عدم وجود فروق في التخصص في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي حيث أن أداء الفرد وأهدافه وغايته هي التي تحركه وتحرك الدافعية للإنجاز لديه.

4- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.**

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية $SPSS_{25}$ ، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (11): قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين الذكور والإناث في الضغوط النفسية.

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	دلالة T
الذكور	**31**	**85**	**11.36**	**2.45**	غير دالة إحصائيا	**0.4**	**98**	غير دالة إحصائيا
الإناث	**69**	**84.12**	**9.34**					

من خلال الجدول رقم (11) ، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور يساوي 85 وانحرافهم المعياري يساوي 11.36 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث يساوي 84.12 وانحرافهم المعياري يساوي 9.34 ، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 2.45 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة الذكور والإناث متجانستين في حين بلغت قيمة T تساوي 0.4 عند درجة حرية 98 وهي غير دالة إحصائيا ، بناءا من خلال الجدول رقم(11)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور يساوي 85 وانحرافهم المعياري يساوي 11.36 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث يساوي 84.12 وانحرافهم المعياري يساوي 9.34 ، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 2.45 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة الذكور والإناث متجانستين في حين بلغت قيمة T تساوي 0.4 عند درجة حرية 98 وهي غير دالة إحصائيا ، بناءا على ذلك نرفض الفرض القائل **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس** ، ونقبل الفرض الصفري القائل **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.**

وهذا راجع لأن كلاً من الذكور والإناث يدرسون في نفس الجامعة ويعيشون في نفس الولاية, وهذا ما يوضح أنهم يتعرضون لنفس الضغوط الأكاديمية داخل المؤسسة أو خارجها بحيث يدرسون نفس المنهاج ويدرسهم نفس الأساتذة ولديهم نفس الالتزامات الأكاديمية, مثل البحث والامتحانات وعلى الرغم من اختلاف المستويات الاقتصادية لأسرهم إلا أن غالبيتهم يعانون من قلق المستقبل المهني، بسبب الأعداد الهائلة من الدفعات التي تتخرج تواليا من التخصصين والشح الواضح في مناصب العمل المعروضة في سوق العمل وهو ما يضعهم تحت ضغوط تضاف إلى الضغوط التي ذكرناها آنفاً.

كما يمكن تفسير النتيجة المتوصل إليها هي بالرجوع إلى عامل التجانس مابين العينة المدروسة وأنها تشترك في العديد من المميزات منها.....

وقد جاءت نتائج هذه الدراسة متوافقة مع دراسة كل من أنور البرعاوي 2001 المتمثلة في "عدم وجود فروق دالة إحصائية في الضغط النفسي تعزى لعامل الجنس "

وتتفق أيضا نتائج الدراسة الحالية مع دراسة فلوكمان ولازاورس 1985 في أنه: لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الضغوط النفسية لأنهم يواجهون نفس المشاكل الحياة الجامعية.

كما أشارت دراسة عبدي (2011) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يخص الضغط المدرسي لدى المراهق المتمدرس في مستوى السنة الأولى من التعليم الثانوي.

فيما اختلفت دراسة الأميري (1998) التي توصل فيها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث.

وكذا دراسة كرمار و بهوكار(2013) التي توصلت إلى الإناث أكثر معاناة من الضغط مقارنة بالذكور.

5- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص.**

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية $SPSS_{25}$، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (12): قيمة T ودلالتها الإحصائية للفروق بين التخصصات في الضغوط النفسية.

	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	درجة الحرية	دلالة T
تاريخ	56	86.25	9.51	**0.5**	غير دالة إحصائيا	2.14	98	دالة عند 0.05
اتصال	44	82.02	10.12					

من خلال الجدول رقم(12)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة طلبة التاريخ يساوي 86.25 وانحرافهم المعياري يساوي 9.51 ، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة طلبة الإعلام والاتصال يساوي 82.02 وانحرافهم المعياري يساوي 10.12 ، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 0.5 وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن مجموعة طلبة التاريخ وطلبة الإعلام والاتصال متجانستين في حين نجد قيمة T تساوي 2.14 عند درجة حرية 98 وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.05 ، بناءا على ذلك نقبل الفرض القائل بأنه **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص لصالح طلبة التاريخ.**

وهذا راجع إلى طبيعة التخصص في حد ذاته فالتخصص التاريخ يعتمد بشكل كبير على الحفظ وهو يمر بمراحل التركيز والانتباه في ما يحفظه وذلك من خلال جعل كل وظائفه العقلية تركز في عملية الحفظ. كذلك كثرة البحوث النظرية التي تتطلب المعلومات الكثيرة, كذلك المقاييس التخصص المتعددة والمتداخلة في بعضها, كذلك مشاكل تحديد الإطار الزماني بدقة من أين يبدأ ومن أين ينتهي لدى كل بحث بالإضافة إلى مصطلحات كل فترة من فترات التاريخ...إلخ.

في حين نجد طلبة إعلام واتصال مقاييسهم أبسط مقارنة بمقاييس تخصص تاريخ هذا بالنسبة لأغلب الطلبة, كما أن تخصص إعلام واتصال هو ميدان جديد مما يجعل الطلبة أكثر شغفا للتطلع للتخصص وأقل ضغوطا.

فالضغط النفسي لدى الطلبة يتأثر بطبيعة التخصص الذي يدرسه وهو يختلف من تخصص لآخر وتظهر أعراض الضغوط لدى الطلبة في ثلاث فئات مختلفة وهي الأعراض الفسيولوجية, والأعراض السلوكية, والأعراض النفسية, فالأعراض الفسيولوجية الناجمة عن الضغوط تتمثل في توتر العضلات والصداع وألم في المعدة وغيرها, أما الأعراض السلوكية فهي تتضمن العدوانية والانسحاب والتغيب عن المدرسة والشعور بالاستياء, أما الأعراض النفسية للضغوط الوساوس وانخفاض في تقدير الذات, ونقص الثقة بالنفس والغضب وتغيير أنماط وعادات الأكل والنوم.

فكل تخصص لديه متطلبات مختلفة عن الآخر وكذلك إمكانيات وقدرات, وعلى الطالب أن يعمل من أجل الوصول إلى مبتغاة وتحقيق التفوق فيه, فهذا ما يشكل عليه ضغوطاً نفسية.

وقد جاءت النتيجة هذه الدراسة متوافقة مع دراسة كومار وبهوكار (2013) التي أشارت إلى "وجود فروق دالة بين الطلبة الجامعيين ترجع لمتغير التخصص الدراسي حيث وجد أن طلبة التربية المهنية أكثر قدرة على إدارة الضغوط من طلبة تخصص المهن الهندسية"، كما توصلت دراسة كريمان عويضة منشار(1999) التي انتهت إلى وجود فروق دالة بين التخصصات حيث وجدت أن طلاب الشعب الأدبية أكثر إحساسا بالضغط النفسي من طلاب الشعب العلمية.

وقد تعارضت نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة الأميري (1998) حيث توصلت إلى: "عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط تبعا لمتغير التخصص".

كذلك دراسة البرعاوي (2001) التي أوضحت: عدم وجود فروق في تقدير الطلبة لمصادر الضغوط النفسية تعزى لعامل التخصص الدراسي.

خلاصة عامة وآفاق (مسارات) الدراسة:

كان الهدف الرئيسي من هذه هو التعرف على علاقة الضغوط النفسية بالدافعية للإنجاز لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية, وبعد التحليل و إثراء متغيرات الدراسة نظرياً وتطبيق مقياسي جمع البيانات على عينة الدراسة تم تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا ومناقشتها وتفسيرها على ضوء ما توفر من دراسات سابقة فتوصلت إلى النتائج التالية:

_ وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والدافعية الإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة الثانية علوم إنسانية.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الدافعية للإنجاز الدراسي لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف الجنس.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية لدى طلبة السنة ثانية علوم إنسانية باختلاف التخصص.

إن دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة هي دراسة واسعة, لذا يجب إعادة هذا الموضوع على عينة أكبر وبأكثر دقة من أجل الوصول إلى نتائج فعالة تساعد في إعداد برنامج شامل لكيفية التعامل مع الضغوط النفسية لدى الطلاب واستثمار طاقاتهم وقدراتهم.

_ القيام بتنظيم دورات وإلقاء محاضرات حول أهمية التعايش مع الظروف المحيطة بالطالب واختيار الإستراتجية المناسبة لمواجهة الأحداث الضاغطة.

_ الاهتمام بوضع برامج إرشادية للطلاب لمساعدتهم على تقويم المواقف الضاغطة بصورة واقعية, وإرشادهم إلى الاستراتجيات المناسبة للتعامل مع ضغوط الحياة الجامعية.

_ الاهتمام بالجانب النفسي للطلاب وذلك عند بداية التحاقهم بالجامعة ومساعدتهم على حسن التوافق والتكيف مع الظروف الجديدة للمجتمع.

_ العمل على إكساب الطلاب مهارات التواصل الاجتماعي بهدف رفع مستوى التأقلم مع الضغوط النفسية لديهم.

_ توفير للطلبة كل إمكانيات اللازمة لدراسة.

_ العمل على تطوير مفهوم الدافعية الإنجاز عن طريق القيام بدورات تربوية ونفسية تزيد من خبرة الطلبة في مواجهة الصعاب.

_ توعية وتنبيه الأساتذة بدور الدافعية في العملية التعليمية وإقامة دورات تكوينية لهم من أجل تعريفهم بأساليب الاستثارة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع :

إبراهيم، قشقوش وطلعت، منصور. (1997). *دراسات في علم النفس, دافعية الإنجاز وقياسها*. القاهرة: مكتبة أنجلو المصرية.

إبراهيم، قشقوش وطلعت منصور (1979). *دافعية الإنجاز وقياسها. القاهرة:* دار الأنجلو مصرية.

إبراهيم، مروان عبد المجيد مرزوق. (1990). *أسس البحث العلمي*. الجزائر: موقع النشر والتوزيع الجزائر.

أحمد، عبد الخالق ومياسة، أحمد النيال. (1992). الدافعية *للإنجاز وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية*. رسالة ماجستير في علم النفس : قطر

أحمد، عزت راجح .(1979). *أصول علم النفس*. الأردن: دار المعارف

أديب، محمد الخالدي. (2009). *المرجع في الصحة النفسية*. (ط.3).عمان: وائل للنشر والتوزيع.

أديب، محمد الخالدي (2004). *المرجع في الصحة النفسية*. (ط.3) الأردن: دار وائل لنشر والتوزيع.

أسماء، خويلد. (2005). *الدافعية للإنجاز في ظل التوجيه المدرسي*. رسالة ماجستير. جامعة قاصدي مرباح: ورقلة

أنجلر، باربرا ترجمة الفهد الدليم الطائف. (1991). *مدخل إلى نظريات الشخصية*, الأردن: دار الحارثي للطباعة والنشر.

أنور، البرعاوي. (2001). *الضغط النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات*, رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية. الجامعة الإسلامية: فلسطين.

باركندي، هانم حامد. (1993). *مستوى ضغط المعلم وعلاقته بالطمأنينة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية. المجلة المصرية للدراسات النفسية*. 6 (1)

ثامر، حسين علي السمران وعبد الكريم عبد الله المساعيد. (2014). *سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها*. عمان: دار الحامد.

جاسم، محمد .(2004). *علم النفس التربوي وتطبيقاته*. الأردن: مكتبة دار الثقافة

الحجاز، بشير إبراهيم ونبيل دخان. (2006). *الضغوط النفسية لدى طلبة الكلية الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية*. دراسات نفسية. 14 (2). 369-398

حدة، يوسفي. (2016). *الإستراتيجيات الإرشادية لتخفيف الضغوط النفسية وتنمية الصحة النفسية*. عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.

حسن، شحاته وزينب النجار. (2003). *معجم المصطلحات التربوية والنفسية*. القاهرة: الدار المصرية .

حسين، ياسين طه وأميمة يحيى علي خان. (1990). *علم النفس العام*. بغداد: دار الحكمة للطباعة.

خفض حدة الشعور بالاغتراب وما يرتبط به من ضغوط نفسية لدى طلاب جامعة ليبية. رسالة دكتورا معهد الدراسات والبحوث العربية: مصر. مقال في مجلة علمية:

خليفة، عبد اللطيف محمد. (2006). *مقاييس المعتقدات والاتجاهات*. مصر: دار غريب للطباعة.

رجاء، محمود أبو علام. (2006). *مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية*.(ط.5) مصر: دار النشر للجامعات.

الزيات، فتحي. (2000). *سيكولوجية التعلم بين المنظور الارتباطي والمنظور المعرفي*. (ط.2). القاهرة: دار النشر للجامعات.

سالم، حمود عوض الله. (1996). دراسة لبعض المتغيرات الديموغرافية والشخصية المرتبطة بمستوى الضغط النفسي. *مجلة كلية التربية* .القاهرة.56

سيغموند، فرويد (1962) . *القلق* ترجمة: عثمان التجاني. القاهرة: دار النهضة العربي.

شحاته، محمد ربيع.(2006). *أصول الصحة النفسية*.(ط.6). مصر: الأنجلو المصرية.

الشناوي، محمد محروس وعبد الرحمان محمد السيد. (1994). *المساندة الاجتماعية والصحة النفسية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.

شهريار، الرواشدة .(2006). *أثر البرنامج المنزلي لتثقيف الأمهات في خفض الضغوط النفسية لدى الأمهات المعاقين عقليا*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الأردن: الأردن

الطريري، عبد الرحمان .(1994). *الضغوط النفسية*. الرياض: مكتبة الصفحات الذهبية

عبد الخالق، أحمد .(1991). *الدافع للإنجاز وعلاقته بالقلق والانبساط.*

عبد الدايم، عبد السلام السيد. (1993). *إدراك التلاميذ لمعاملة المعلم المرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي وعلاقته ببعض المتغيرات*.رسالة دكتورا. جامعة الزقازيق كلية التربية: ليبيا

عبد الطيف، محمد خليفة .(2000). *الدافعية للإنجاز*. القاهرة: دار غريب

عبد العظيم، حسين. (2006). *استراتجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية*. عمان: دار الفكر.

عبد المجيد، مرزوق. (1990). *دراسة مقارنة لأساليب التعلم ودافعية الإنجاز لدى عينة من الطلاب المتفوقين والمتأخرين دراسيا* . دراسات في علم النفس القاهرة: مصر

عبد المجيد، مروان.(2000). *أسس البحث العملي لإعداد الرسائل الجامعية*. الأردن: مؤسسة الوراقة للنشر والتوزيع.

عبد المعطي، حسن مصطفى. (2006). ضغوط *الحياة وأساليب مواجهتها* .القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

عبد الرحمان، محمد السيد.(1998).*القياس النفسي*. (ط.3).القاهرة: دار الفكر العربي

عبدي، سميرة. (2011). *الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكات العنف والتحصيل الدراسي*. رسالة ماجستير. جامعة ملود معمري تيزي وزز: الجزائر

عثمان، فاروق. (2001). *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي

العديلي، ناصر محمد. (1983). *الدوافع والحوافز والرضا الوظيفي في الأجهزة الحكومية في المملكة العربية السعودية*. كلية الإدارة العامة السعودية: 36

علوطي، سهيلة. (2008). *العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للإنجاز لدى الطالب الجامعي*. رسالة ماجستير. جامعة جيجل: الجزائر

علي، إسماعيل. (1999). *استراتجيات الخدمة الاجتماعية المدرسية للتدخل في مواقف الضغوط والأزمات*. القاهرة: دار المعرفة.

علي، إسماعيل .(2001) . *الضغوط النفسية*. القاهرة: دار اليقين لنشر والتوزيع

عليان، ربحي مصطفى وغنيم عثمان محمد.(2000). *مناهج وأساليب البحث العلمي والنظرية والتطبيق*. الأردن: مؤسسة الوراقة للنشر والتوزيع.

عمار، الطيب كشرود. (1994) معجم *المصطلحات علم النفس الصناعي والتنظيمي والإداري, إنجليزي- عربي*. ليبيا

عوض، خفاجة .(2002). *أسس ومبادئ البحث العلمي*. الإسكندرية: مطبعة الإشعاع الفنية.

عياش بن سمير، معزي العنري. (2004). *علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور*. رسالة ماجستير قسم العلوم الاجتماعية. جامعة نايف: السعودية

العيسوي، عبد الرحمان محمد. (2001). *مجالات في الإرشاد النفسي*. بيروت: دار الرتب الجامعية.

غدير، علي الله شاكر و مريم حسين خضير.(2017). *الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة*. رسالة ماجستير غير منشورة في العلوم التربوية والنفسية. جامعة القادسية: الأردن

غياري، ثائر محمد. (2008). *الدافعية والنظرية والتطبيق*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

فاروق، السيد عثمان. (2001). *القلق وإدارة الضغوط الحياة*. مصر: دار الفكر العربي

فونتانا، ديفيد ترجمة حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع. (1993). *الضغوط النفسية*. القاهرة: دار الأنجلو مصرية.

قاموس الوجيز، مجتمع اللغة العربية, وزارة التربية والتعليم المصرية (1994).

قوراري، حنان. (2014). *الضغط المهني وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى أطباء الصحة العمومية*. رسالة ماجستير في علم النفس. جامعة محمد خيضر : بسكرة

كمال، محمد مغربي. (2004). *مفاهيم و أسس سلوك الفرد والجماعة في التنشيط*. عمان: دار الفكر.

لطفي، الشربيني. (2001). *القلق ودراسة الضغوط النفسية*. عمان المملكة الأردنية: دار الفكر.

ماجدة، بهاء الدين السيد عبيد. (2008). *الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية*. عمان المملكة الأردنية: دار الصفاء

مجدي، أحمد محمد عبد الله .(2003). *السلوك الاجتماعي وديناميات*ه. الأردن: دار المعرفة الجامعية.

محمد، الصريفي. (2008) . *الضغط والقلق الإداري*. الإسكندرية: دار حروس الدولية للنشر والتوزيع.

محمد، بوفاتح. (2005). *الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي*. رسالة ماجستير. جامعة ورقلة.

محمد، حسين. (2012). *التكفل الأكاديمي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة*. رسالة ماجستير. جامعة ديالي.

محمد، حمزة الزيودي. (2007). مصادر الضغوط *النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة كرك وعلاقتها ببعض المتغيرات*. مجلة جامعة دمشق.23 (2).

محمد، علي كامل.(2004). *الضغوط النفسية ومواجهتها*. القاهرة: مكتبة ابن سيناء للطباعة والنشر والتوزيع.

محمد، محمد سعد. (2003).*العلاقات بين مثيرات المشقة والمواد النفسية*. دراسات عربية القاهرة. 3 (1)

مريم، ملكي. (2016). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسي*. رسالة ماستر. جامعة محمد خيضر: بسكرة

مصباح، عامر. (2006). *منهجية إعداد البحوث*. الجزائر: موقع النشر والتوزيع الجزائر

معمرية، بشير. (2007). *القياس النفسي وتصميم أدوات لطلاب والباحثين في علم النفس والتربية*. (ط.2). الجزائر: منشورات الخبر الجزائرية.

مقدم، عبد الحفيظ. (2003). *الإحصاء والقياس النفسي والتربوي*. الجزائر: ديوان المطبوعات بن عكنون.

نبيلة، أحمد أبو حبيب. (2010) *الضغوط النفسية وإستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في غزة*. رسالة ماجسير. جامعة الأزهر: غزة

هارون، الرشيدي (1999) . *الضغوط النفسية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية

الهاوي، محمد ومحمد مبارك. (1998). *البحث العلمي وأسسه وطريقة كتابته*, القاهرة: مؤسسة الأهرام لنشر والتوزيع.

وليد، السيد خليفة ومراد علي عيسى. (2008). *الضغوط النفسية في والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي*. الإسكندرية: دار الوفاء. القاهرة: دار المعارف

الملاحق

مقياس الضغوط النفسية من إعداد بشير إبراهيم الحجار ونبيل كامل دخان

ملحق رقم 01

استمارة التحكيم:

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

استبيان يقيس الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الليسانس المقبلين على التخرج

الإسم: ..... **اللقب:** .....

الدرجة العلمية: .....

أستاذ/ة الفاضل/ة:

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر تحت عنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الليسانس المقبلين على التخرج "

لذا يشرفني أن نعرض على سيادتكم هذا الإستبيان الذي من خلاله سيتم التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الليسانس المقبلين على التخرج, ونطلب من سيادتكم تحديد مايتناسب مع موضوع الدراسة وذلك بوضع ملاحظاتكم واقتراحاتكم في المكان المحدد لذلك.

وتقبلوا من فائق الشكر والتقدير.

إليك أستاذ/ة الفاضل/ة هذه المعلومات الخاصة بالموضوع والتي تساعدك في عملية التحكيم.

رقم	البند	يقيس	لا يقيس	الملاحظة
1	يزعجني عدم توفر القاعات التدريب اللازمة للدراسة			
2	أتضايق من سوء معاملة العاملين			
3	يحرمني والدي أو أحدهما من التعبير عن رأي داخل الأسرة.			
4	أشعر بعدم الاستقرار والخوف من المستقبل بعد التخرج من الجامعة.			
5	تؤثر الضوضاء والصراخ في البيت على مستوى تحصيلي.			
6	أعاني من عدم قدرة مجلس الطلبة على حل الكثير من مشكلات الطلبة.			
7	أعاني من عدم القدرة على شراء الكتاب المدرسي.			
8	أعزف عن مشاركة الزملاء في الكثير من المناسبات بسبب قلة المال.			
9	أخجل من زيارة بعض الزملاء لبيتي لتواضع أثاثه			
10	أشعر بعدم تقدير الآخرين لدي لتدني معدلي التراكمي.			
11	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير مستلزماتي الضرورية.			
12	أجد صعوبة في إنجاز الواجبات الدراسية لكثرتها			
13	يؤثر أداء بعض المحاضرين على مستواي التحصيلي سلبا.			
14	يؤثر الواقع السياسي على مذاكرتي وتحصيلي الدراسي ومواضبتي على المحاضرات.			

15	أعاني من تتابع محاضرات التخصص في الجدول الدراسي.			
16	من الصعب الحصول على المراجع المطلوبة لبعض المواد.			
17	يضايقني عدم تقبل أسرتي لطبيعة دراستي.			
18	أعاني من عدم القدرة على التوفيق بين دراستي وعلاقاتي الاجتماعية.			
19	أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الزملاء والمدرسين.			
20	يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي.			
21	أتضايق من أساليب التعامل الفئوي بين الطلبة.			
22	أجد صعوبة في الإحتفاض بالأصدقاء داخل الجامعة.			
23	يرفض بعض زملائي مساعدتي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة.			
24	يضايقني عدم التزام بعض المدرسين بنظم ولوائح الجامعة.			
25	تضيق مساحة منزلي ولا تتسع لأفراد أسرتي.			
26	يضايقني عدم احترام الطلبة لفلسفة ونظم الجامعة.			
27	تسبب المقاعد الدراسية لي المتاعب الجسمية والألام.			
28	أعاني من بعض الإجراءات الإدارية الروتينية والمملة.			
29	يعاملني والدي أو أحدهما بالقسوة.			
30	تكتظ القاعات بالمقاعد والطلبة.			

31	أشعر بالضيق واليأس لعدم إهتمام الجامعة لشكاوى الطلبة.			
32	يؤثر عدم تجهيز القاعات علي سلبا.			
33	يضايقني موقع الجامعة الجغرافي نظرا لمكان إقامتي			
34	اشعر بان المواد المقررة لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي.			
35	يضايقني إلحاح والدي أوحدهما وحثهم لي على الدراسة.			
36	أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط نقد موجه لي.			
37	أعاني من عدم التعاون بين أفراد أسرتي.			
38	أعاني كثيرا من التشتت وعدم التركيز في الدراسة.			
39	أعاني من عدم القدرة على التعبير عن رأي.			
40	يضايقني عدم سماح والدي أو أحدهما بدعوة أصحابي لزيارتي في البيت على مستوى تحصيلي.			
41	يقل وجود مياه الشرب الصحية في كل طابق من طوابق الجامعة.			
42	أعاني من عدم الاحترام بين أفراد أسرتي			
43	أعاني من تزمت بعض المحاضرين أثناء المحاضرة.			
44	أفكر بترك الدراسة الجامعية أو تأجيل فصول الدراسة بسبب العبء المادي.			
45	أضطر للعمل أثناء الدراسة لأتمكن من الإنفاق على متطلباتي الدراسية والشخصية.			
46	أعاني من عدم القدرة على شراء الكتاب الجامعي.			
47	أمتنع عن الذهاب للكافتيريا تجنبا للإرهاق المادي.			
48	يؤدي ارتفاع تكلفة المواصلات اليومية إلى تغيبي			

	عن الجامعة.			
49	تزعجني الخدمات الجامعية مقابل الرسوم المرتفعة.			
50	يندر وجود مدرسين متخصصين في المواد المطلوبة في تخصصي.			
51	يرهقني أداء أكثر من إمتحان في يوم واحد لصعوبتها			
52	تسبب لي المواصلات اليومية الإرهاق وإضاعة الوقت.			
53	يجهدني عدم تخصيص قاعات دراسية محددة لكل كلية.			
54	أعاني من قلة المرافق الحيوية للأنشطة اللامنهجية والرياضية.			
55	أضطر إلى الإقتراض لتغطية النفقات الجامعية المطلوبة.			
56	أشعر أني مهموما دائما			
57	أعاني من كبر حجم الأسرة.			
58	يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي.			
59	ينعكس عدم الإنتضام في الدراسة سلبا على مستواي الأكاديمي.			
60	أعاني من عدم الإحترام بين أفراد أسرتي.			

ملحق رقم 02

استمارة التحكيم:

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

استبيان يقيس الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الليسانس المقبلين على التخرج

الإسم: ..... **اللقب:** .....

الدرجة العلمية: .....

أستاذ/ة الفاضل/ة:

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر تحت عنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الليسانس المقبلين على التخرج "

لذا يشرفني أن نعرض على سيادتكم هذا الإستبيان الذي من خلاله سيتم التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الليسانس المقبلين على التخرج, ونطلب من سيادتكم تحديد مايتناسب مع موضوع الدراسة وذلك بوضع ملاحظاتكم واقتراحاتكم في المكان المحدد لذلك.

وتقبلوا من فائق الشكر والتقدير.

إستبيان: الدافعية للإنجاز.

الرقم	العبارات	موافق	إلى حد ما	غير موافق
1	أميل إلى الموضوعات الدراسية التي تحتاج إلى تفكير.			
2	أحب الدراسة عندما لا يكون إمتحانات وواجبات منزلية.			
3	أبذل الجهد في دروسي.			
4	يصبني الملل من قراءة الكتب المنهجية.			
5	أرغب في معرفة المزيد من المعلومات عن الفرع الذي أدرسه.			
6	لا أجد في دروسي ما يدفعني للدراسة.			
7	أحب الدراسة لأنها ترضي طموحي.			
8	أشعر أني لا أستطيع النجاح في الكثير من المواد.			
9	يشجعني أهلي على الدراسة.			
10	أشعر أن الدراسة مسؤولية كبيرة لا أستطيع تحملها.			
11	أبذل قصارى جهدي لأكون أفضل من الآخرين			
12	انشغالي بأمور خارج الدراسة يضعف تحصيلي الدراسي.			
13	أسعى إلى التفوق في دروسي من خلال بذل الجهد.			
14	أجد صعوبة في فهم المواد الدراسية.			
15	أركز باهتمام على شرح الأستاذ خلال المحاضرة.			
16	يستخدم بعض الأستاذة طريقة تدريس غير مناسبة.			
17	أرغب في مواصلة تحصيلي الدراسي بما يلاءم قدراتي ورغباتي			
18	لا أرغب في التخصص الذي أدرسه			
19	أقضي ساعات طويلة في الدراسة دون الشعور بالملل			
20	أكره الجامعة بسبب المعاملة السيئة من بعض الأساتذة.			
21	أجد صعوبة في التفوق الدراسي.			

ملحق رقم 03 النسخة النهائية لمقياس الضغوط النفسية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشهيد محمد (حمه) لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: علوم التربية

تخصص: علم النفس المدرسي

تعلميات المقياس:

أخي الطالب أختي الطالبة:

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي LMD, نضع بين أيديكم هذا المقياس الخاص بالضغوط النفسية وكذلك مقياس الدافعية للإنجاز, نرجو منك الإجابة عليها بكل صدق, وتكون الإجابة بوضع علامة (×) أمام الخيار الذي تراه مناسبا مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة, ستحظى إجابتك بالسرية التامة ولن تستخدم إلا لأغرض البحث العلمي. كما نشكرك مسبقا على تعاونك الجدي معنا.

البيانات الشخصية:

1-الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

2-التخصص الدراسي: تاريخ ☐ إعلام و إتصال ☐

3-المستوى الدراسي: السنة الثانية ☐ السنة الثالثة: ☐

إستبيان: الضغوط النفسية

الرقم	الفقرات	موافق	إلى حد ما	غير موافق
1	يزعجني عدم توفر القاعات التدريب اللازمة للدراسة			
2	أتضايق من سوء تعامل العاملين			
3	يحرمني والدي أو أحدهما من التعبير عن رأي داخل الأسرة			
4	أشعر بعدم الاستقرار والخوف من المستقبل بعد التخرج من الجامعة			
5	تؤثر الضوضاء والصراخ في البيت على مستوى تحصيلي.			
6	أعاني من عدم قدرة مجلس الطلبة على حل الكثير من مشكلات الطلبة.			
7	أعاني من عدم القدرة على شراء الكتاب المدرسي.			
8	أعرف عن مشاركة الزملاء في الكثير من المناسبات بسبب قلة المال.			
9	أخجل من زيارة بعض الزملاء لبيتي لتواضع أثاثه.			
10	أشعر بعدم تقدير الآخرين لدي لتدني معدلي التراكمي.			
11	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير مستلزماتي الضرورية.			
12	أجد صعوبة في إنجاز الواجبات الدراسية لكثرتها.			
13	يؤثر أداء بعض المحاضرين سلبا على مستواي لتحصيلي.			
14	يؤثر الواقع السياسي على مذاكرتي وتحصيلي الدراسي ومواضبتي على المحاضرات.			
15	أعاني من تتابع محاضرات التخصص في الجدول الدراسي.			
16	يصعب عليا الحصول على المراجع المطلوبة لبعض المواد.			
17	يضايقني عدم تقبل أسرتي لطبيعة دراستي.			

18	أعاني من عدم القدرة على توفيق بين دراستي وعلاقاتي الاجتماعية				
19	أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الزملاء والمدرسين.				
20	يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي.				
21	أتضايق من أساليب التعامل الفئوي بين الطلبة.				
22	أجد صعوبة في الإحتفاض بالأصدقاء داخل الجامعة.				
23	يرفض بعض زملائي مساعدتي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة.				
24	يضايقني عدم التزام بعض المدرسين بنظم ولوائح الجامعة.				
25	تضيق مساحة منزلي ولا تتسع لأفراد أسرتي.				
26	يضايقني عدم احترام الطلبة لنظم الجامعة.				
27	تسبب المقاعد الدراسية لي المتاعب الجسمية والألأم.				
28	أعاني من بعض الإجراءات الإدارية الروتينية والمملة.				
29	يعاملني والدي أو أحدهما بالقسوة.				
30	تكتظ القاعات بالمقاعد والطلبة.				
31	أشعر بالضيق واليأس لعدم اهتمام الجامعة لشكاوى				
32	يؤثر عدم تجهيز القاعات علي سلبا.				
33	يضايقني موقع الجامعة الجغرافي نظرا لمكانة إقامتي.				
34	أشعر بأن المواد المقررة لا تتناسب مع قدراتي وطموحاتي.				
35	يضايقني إلحاح والدي أو أحدهما وحثهم على الدراسة.				
36	أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط نقد موجه لي.				
37	أعاني من عدم التعاون بين أفراد أسرتي.				
38	أعاني كثيرا من التشتت وعدم التركيز في الدراسة.				
39	أعاني من عدم القدرة على التعبير عن رأي.				

ملحق رقم 04 النسخة النهائية لمقياس الدافعية للإنجاز

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشهيد محمد (حمه) لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: علوم التربية

تخصص: علم النفس المدرسي

تعلميات المقياس:

أخي الطالب أختي الطالبة:

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي LMD, نضع بين أيديكم هذا المقياس الخاص بالضغوط النفسية وكذلك مقياس الدافعية للإنجاز, نرجو منك الإجابة عليها بكل صدق, وتكون الإجابة بوضع علامة (×) أمام الخيار الذي تراه مناسبا مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة, ستحظى إجابتك بالسرية التامة ولن تستخدم إلا لأغرض البحث العلمي. كما نشكرك مسبقا على تعاونك الجدي معنا.

البيانات الشخصية:

1-الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

2-التخصص الدراسي: تاريخ ☐ إعلام و إتصال ☐

3-المستوى الدراسي: السنة الثانية ☐ السنة الثالثة: ☐

إستبيان: الدافعية للإنجاز.

الرقم	العبارات	موافق	إلى حد ما	غير موافق
1	أميل إلى الموضوعات الدراسية التي تحتاج إلى تفكير.			
2	أحب الدراسة عندما لا يكون امتحانات وواجبات منزلية.			
3	أبذل الجهد في دروسي.			
4	يصبني الملل من قراءة الكتب المنهجية.			
5	أرغب في معرفة المزيد من المعلومات عن الفرع الذي أدرسه.			
6	لا أجد في دروسي ما يدفعني للدراسة.			
7	أحب الدراسة لأنها ترضي طموحي.			
8	أشعر أني لا أستطيع النجاح في الكثير من المواد.			
9	يشجعني أهلي على الدراسة.			
10	أشعر أن الدراسة مسؤولية كبيرة لا أستطيع تحملها.			
11	أبذل قصارى جهدي لأكون أفضل من الآخرين			
12	انشغالي بأمور خارج الدراسة يضعف تحصيلي الدراسي.			
13	أسعى إلى التفوق في دروسي من خلال بذل الجهد.			
14	أجد صعوبة في فهم المواد الدراسية.			
15	أركز باهتمام على شرح الأستاذ خلال المحاضرة.			
16	يستخدم بعض الأستاذة طريقة تدريس غير مناسبة.			
17	أرغب في مواصلة تحصيلي الدراسي بما يلاءم قدراتي ورغباتي			
18	لا أرغب في التخصص الذي أدرسه			
19	أقضي ساعات طويلة في الدراسة دون الشعور بالملل			
20	أكره الجامعة بسبب المعاملة السيئة من بعض الأساتذة.			

ملحق رقم: (5)

الرقم	الإسم واللقب	الدرجة	**التخصص**
1	أحمد جلول	دكتوراه	علم النفس المدرسي
2	عبد اللطيف قنوعة	ماجستير	علم النفس المدرسي
3	بلقاسم عوين	دكتوراه	علم النفس المدرسي
4	خليفة زواري	دكتوراه	علم النفس المدرسي
5	عبد الرزاق باللموشي	دكتوراه	علم النفس المدرسي

Corrélations

		للانجاز_الدافعية	النفسية_الضغوط
للانجاز_الدافعية	Corrélation de Pearson	1	.383**
	Sig. (bilatérale)		.000
	N	100	100
النفسية_الضغوط	Corrélation de Pearson	.383**	1
	Sig. (bilatérale)	.000	
	N	100	100

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
للانجاز_الدافعية	ذكر	31	41.97	5.782	1.038
	انثى	69	44.62	5.831	.702

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t			
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	D r
للانجاز_الدافعية	Hypothèse de variances égales	.209	.649	-2.112-	98	.037	
	Hypothèse de variances inégales			-2.118-	58.309	.038	

Statistiques de groupe

	التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
للانجاز_الدافعية	تاريخ	56	45.34	6.103	.816
	واتصال اعلام	44	41.84	5.094	.768

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances				
		F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)
للانجاز_الدافعية	Hypothèse de variances égales	1.931	.168	3.056	98	.00
	Hypothèse de variances inégales			3.123	97.614	.00

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
النفسية_الضغوط	ذكر	31	85.00	11.364	2.041
	انثى	69	84.12	9.344	1.125

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الضغوط_ النفسية	Hypothèse de variances égales	2.458	.120	.409	98	.684	.884	2.163	-3.409-	5.177
	Hypothèse de variances inégales			.379	48.999	.706	.884	2.330	-3.799-	5.567

Statistiques de groupe

	التخصص	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
النفسية_الضغوط	تاريخ	56	86.25	9.516	1.272
	واتصال اعلام	44	82.02	10.124	1.526

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances				
		F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)
الضغوط_ النفسية	Hypothèse de variances égales	.506	.478	2.144	98	.03
	Hypothèse de variances inégales			2.128	89.648	.03

Statistiques de groupe

	المجموعات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
النفسية_الضغوط	عليا	8	97.63	6.457	2.283
	دنيا	8	73.25	4.652	1.645

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الضغوط_النفسية	Hypothèse de variances égales	.506	.489	8.663	14	.000	24.375	2.814	18.340	30.410
	Hypothèse de variances inégales			8.663	12.725	.000	24.375	2.814	18.283	30.467

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.810	39

Statistiques de groupe

	المجموعات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
للانجاز_الدافعية	عليا	8	74.7500	3.88219	1.37256
	دنيا	8	47.0000	3.42261	1.21008

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الدافعية_للانجاز	Hypothèse de variances égales	.045	.834	15.165	14	.000	27.75000	1.82981	23.82544	31.67456
	Hypothèse de variances inégales			15.165	13.783	.000	27.75000	1.82981	23.81965	31.68035

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.704	20

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.489
		Nombre d'éléments	10[a]
	Partie 2	Valeur	.478
		Nombre d'éléments	10[b]
	Nombre total d'éléments		20
Corrélation entre les sous-échelles			.706
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		.828
	Longueur inégale		.828
Coefficient de Guttman			.828

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010.

b. Les éléments sont : VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020.