



جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي  
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية  
قسم العلوم الاجتماعية  
شعبة علوم التربية



## مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية

دراسة ميدانية وصفية استكشافية لطالبات جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية : تخصص : إرشاد و توجيه

اشراف الدكتور:  
بو بكر منصور

اعداد الطالبة:  
ابتسام قبي

دورة جوان 2017/2018

## شكرو وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

{ رَبِّهِ أَفْوَحي أَن أَهْكَرَ بِعَمَلِكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ حَالِيَا تَرْضَاهُ وَأَدِظِّلِي بِرَحْمَتِكَ فِي مَحَادِكَ الصَّالِحِينَ }

الحمد لله على عظيم فضله وكثير عطائه، وله أسجد سجود الحامدين الشاكرين، لأن وفقني لإنجاز هذا العمل المتواضع والصلاة والسلام على نبيه الكريم، ولأن حسن السجية يوجب الشكر والتحية، أتقدم بالتحية وجزيل الشكر وعظيم الامتنان لأستاذي ومشرفي "بوبكر منصور" لقبوله الإشراف على هذه المذكرة ولم يبخل علي من علمه وسنده وصبره فجزاه الله عني كل خير.

كما أتقدم بجزيل الشكر للأساتذة الكرام أعضاء اللجنة على قبولهم لمناقشة هذه المذكرة،

كما لا يفوتني أن أشكر جميع الأساتذة المشرفين على دفعة الماستر 2017/2018 .

وإلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد ولو بكلمة طيبة أو دعاء صالح.

إبتسام

TEZ

119021

## ملخص الدراسة بالعربية:

هدفت الدراسة الى الكشف عن مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية بالوادي في ضوء المتغيرات التالية: السن، البيئة الاجتماعية (الريف/ المدينة)، كيفية الارتباط (علاقة حب سابقة / خطبة تقليدية)

ولمعرفة ذلك قمنا باستخدام المنهج الوصفي الاستكشافي وذلك لملائمته لموضوع دراستنا، وعلى ضوء أهداف البحث وتساؤلات الدراسة تم تطبيق أداة قياس المتمثلة في الاستبيان على عينة قصدية صدفية لطالبات جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، والتي تكونت من (160) طالبة موزعة عبر مختلف الكليات، حيث كان التساؤل العام لدراستنا: ماهي مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية؟

وبعد جمع البيانات وتبويبها ومعالجتها باستخدام معامل ارتباط بيرسون، والانحراف المعياري والمتوسط الحسابي، توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- 1- يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعا لمتغير السن؟
  - 2- لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية ( الريف/ المدينة)
  - 3- لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير كيفية الارتباط (علاقة حب سابقة/ خطبة تقليدية).
- كما قمنا في الأخير بطرح اقتراحات وآفاق للدراسة من شأنها أن تثري الرصيد المعرفي للباحث أو المطلع عليها.

**Abstract:**

The study aimed to uncover the sources of psychological stress caused by phone calls during the engagement period of the university student in El-Oued, in light of the following variables: age, social environment (rural / city), how to link (previous love relationship / traditional speech)

We used a descriptive approach to suit the subject of our study. In the light of the research objectives and the questions of the study, a measurement tool was used in the questionnaire on a random sample of the students of the University of Shaheed Hama Lakhdar in El-Oued , which consisted of 160 students distributed across the different faculties The general question of our study: What are the sources of psychological stress caused by phone calls during the engagement period of the university student?

After data collection, tabulation and processing using the Pearson correlation coefficient, standard deviation and mean arithmetic, the study found the following results:

1- There is a difference in the sources of psychological stress caused by telephone calls in the engagement period of the university student depending on the age variable?

2- There is no difference in the sources of stress caused by telephone calls in the engagement period depending on the variable social environment (rural / city)

3- There is no difference in the sources of stress caused by telephone calls in the engagement period depending on the variable of how the link (previous love relationship / traditional speech)

In the latter, we propose suggestions and prospects for the study that will enrich the knowledge of the researcher or the person familiar with it.

## فهرس المحتويات

| الرقم                                    | الموضوع                      | الصفحة |
|------------------------------------------|------------------------------|--------|
| 1                                        | الشكر والعرفان               | أ      |
| 2                                        | ملخص الدراسة باللغة العربية  | ب      |
| 3                                        | ملخص الدراسة باللغة الفرنسية | ج      |
| 4                                        | فهرس المحتويات               | د      |
| 5                                        | فهرس الجداول                 | ز      |
| 6                                        | فهرس الأشكال                 | ح      |
| 7                                        | فهرس الملاحق                 | ح      |
| 8                                        | مقدمة                        | 11     |
| <b>الجانب التمهيدي</b>                   |                              |        |
| <b>الفصل الأول : تقديم موضوع الدراسة</b> |                              |        |
| 1                                        | الإشكالية الدراسة            | 15     |
| 2                                        | تساؤلات الدراسة              | 17     |
| 3                                        | أهمية الدراسة                | 17     |
| 4                                        | أهداف الدراسة                | 17     |
| 5                                        | التعاريف الإجرائية           | 18     |
| 6                                        | حدود الدراسة                 | 18     |
| 7                                        | الدراسات السابقة             | 19     |
|                                          | خلاصة الفصل                  | 21     |
| <b>الجانب النظري</b>                     |                              |        |

| الفصل الثاني : الضغط النفسي               |                                |   |
|-------------------------------------------|--------------------------------|---|
| 23                                        | تمهيد                          |   |
| 24                                        | تعريف الضغط النفسي             | 1 |
| 25                                        | مكونات الضغط النفسي            | 2 |
| 26                                        | انواع الضغط النفسي             | 3 |
| 30                                        | مظاهر الضغط النفسي             | 4 |
| 31                                        | العوامل المسببة للضغوط النفسية | 5 |
| 32                                        | مراحل الضغط النفسي             | 6 |
| 33                                        | أساليب مواجهة الضغوط النفسية   | 7 |
| 36                                        | خلاصة الفصل                    |   |
| <p>الفصل الثالث:</p> <p>اولا: الخطوبة</p> |                                |   |
| 38                                        | تمهيد                          |   |
| 39                                        | تعريف الخطبة                   | 1 |
| 40                                        | مشروعية الخطبة                 | 2 |
| 41                                        | مميزات الخطبة                  | 3 |
| <p>ثانيا: الاتصال بين الخطيبين</p>        |                                |   |
| 42                                        | تمهيد                          |   |
| 43                                        | تعريف الاتصال                  | 1 |
| 44                                        | مفهوم الاتصال بين الخطيبين     | 2 |
| 45                                        | مراحل العملية الاتصالية        | 3 |
| 45                                        | مكونات وعناصر الاتصال          | 4 |
| 47                                        | أشكال الاتصال                  | 5 |
| 50                                        | المكالمات الهاتفية             | 6 |

|                                                    |                                               |   |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---|
| 50                                                 | أشكال المكالمات في ضوء تطور تكنولوجيا الاتصال | 7 |
| 52                                                 | خلاصة الفصل                                   |   |
| الجانب الميداني                                    |                                               |   |
| الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية |                                               |   |
| 55                                                 | تمهيد                                         |   |
| 55                                                 | المنهج المتبع                                 | 1 |
| 56                                                 | الدراسة الاستطلاعية                           | 2 |
| 56                                                 | عينة الدراسة الإستطلاعية                      | 3 |
| 57                                                 | أداة الدراسة                                  | 4 |
| 57                                                 | الخصائص السيكمترية للأداة                     | 5 |
| 61                                                 | عينة الدراسة الأساسية                         | 6 |
| 62                                                 | الأساليب الإحصائية المتبعة                    | 7 |
| 63                                                 | خلاصة الفصل                                   |   |
| الفصل الخامس : عرض وتفسير ومناقشة النتائج          |                                               |   |
| 65                                                 | تمهيد                                         |   |
| 65                                                 | عرض وتحليل نتائج الدراسة                      | 1 |
| 67                                                 | مناقشة وتفسير نتائج الدراسة                   | 2 |
| 71                                                 | الاستنتاج العام                               | 3 |
| 72                                                 | الاقتراحات وآفاق الدراسة                      | 7 |
| 74                                                 | قائمة المراجع                                 |   |
|                                                    | الملاحق                                       |   |

## فهرس الجداول

| الرقم | العنوان                                                                                                          | الصفحة |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 01    | جدول يوضح مظاهر الضغط النفسي على شخصية الفرد                                                                     |        |
| 02    | جدول يوضح أبعاد الأداة                                                                                           |        |
| 03    | جدول يوضح مفتاح تصحيح الاستبيان                                                                                  |        |
| 04    | جدول يوضح العبارات قبل التعديل وبعد التعديل                                                                      |        |
| 05    | جدول يوضح قيمة "ت" بين درجات المجموعتين الدنيا والعليا للمقياس                                                   |        |
| 06    | جدول يوضح معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية                                                |        |
| 07    | جدول يوضح معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس بمعادلة سبيرمان براون                                      |        |
| 08    | جدول يوضح معادلة ألفا كرونباخ للمقياس                                                                            |        |
| 09    | جدول يوضح قيمة "ت" في الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير السن              |        |
| 10    | جدول يوضح قيمة "ت" في الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية |        |
| 11    | جدول يوضح قيمة "ت" في الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير كيفية الارتباط    |        |



### فهرس الأشكال

| الرقم | العنوان                                 |
|-------|-----------------------------------------|
| 01    | الشكل يوضح تفاعل عناصر الضغط النفسي     |
| 02    | الشكل يوضح عناصر او خطوات عملية الاتصال |

### فهرس الملاحق

| الرقم | العنوان                        |
|-------|--------------------------------|
| 01    | مجموعة الاساتذة المحكمين       |
| 02    | استبيان صدق المحكمين           |
| 03    | استبيان الطلبة                 |
| 04    | جداول الاحزمة الاحصائية (SPSS) |

# مقدمة

## مقدمة

يعتبر الزواج من الروابط التي حظيت بأهمية كبيرة لدى الشعوب والحضارات وفي كل الأديان والمعتقدات باعتباره العلاقة الشرعية الوحيدة التي بها تحل العلاقة الجنسية بين الرجل والمرأة والزواج هو الأساس الذي تقوم عليه الأسرة كوحدة أساسية في تكوين المجتمع والمركز الأول لكل التفاعلات الاجتماعية التي تنشأ بين أفراد الأسرة الواحدة وأساس توسيع العلاقات الاجتماعية.

فالمرحلة التي تسبق الزواج هي مرحلة الخطوبة مرحلة استعدادية وبنفس الوقت مصيرية للتأهب للزواج، فمن الواجب على الخطيبين أن يعطيها الاهتمام الكامل، وبما أن الدراسة أصبحت من ضروريات تكوين الأسرة المثقفة والمتعلمة فنجد أن الفتيات يلجأن إلى استكمال دراستهن قبل التفكير في الخطوبة أو في الزواج.

ورغم التطور الذي يشهده المجتمع في الميدان التكنولوجي، والتحضر في سبل التواصل بين الشعوب، والتقدم في طرق التعليم المختلفة وشتى المجالات، إلا أن الاضطرابات النفسية تعتبر من التحديات الكبرى التي تواجهها المرأة عبر العصور وبالأخص الطالبات الجامعية التي في فترة الخطوبة، وهذا جراء الصعوبات والمشكلات والمواقف الضاغطة، من بينها المكالمات الهاتفية التي قد تكون مصدر من مصادر الضغط النفسي لها أو التفكير بمسؤوليات الزواج التي تتعرض لها الطالبة داخل المجتمع وفي الوسط الجامعي، وهذا ما من شأنه أن يولد لديها ذلك الشعور السلبي الذي يصحبه الإحساس بالقلق والتشاؤم والإحباطات، إذ تعتبر الضغوط النفسية حالة من الخطر التي تهدد الأفراد وهي تختلف باختلاف هؤلاء الأفراد والبيئة التي يتفاعلون معها وعلى حسب وضعية كل فرد في مختلف المواقف التي يتواجد فيها.

وهذا طبعاً يولد عد الطالبة صراعا نفسيا وتتناقضات في رغباتها وبما أن الزواج ليس متعة، فقد تواجه الطالبة الجامعية أثناء درستها الجامعية العديد من المسؤوليات مما تخلق لديها العديد من المشاكل والضغوط منها: (الأكاديمية، الاجتماعية، الأخلاقية، الاقتصادية، والأسرية... الخ) فالحياة الجامعية بجوانبها الأكاديمية والاجتماعية والنفسية تؤثر على جوانب شخصية الطالبة، لكونها تعاني ضغوط نفسية بمختلف أنواعها، حيث أن الطالبة الجامعية خلال السنوات الدراسية

تتعرض لصعوبات ومواقف وأزمات تتمثل في: مواجهة الامتحانات، العلاقات مع الزملاء والأساتذة، كثافة البرنامج الدراسي، زيادة على إعداد البحوث وربما مشكلات عاطفية ومن الدراسات التي تدل على ذلك: دراسة جورج و ويليام (1991) حول الصحة وتطور الضغط لدى طلبة الكليات، توصلت الدراسة أن الضغط النفسي لدى طلبة الجامعات تعود إلى مصادر الضغوط الأكاديمية (الامتحانات، البحوث، الواجبات المدرسية، المنافسة، الأمور المالية ) أما الضغوط الشخصية فقد تمثلت في الصراعات والبيئة المحيطة، وعدم توفر الوقت الكافي للدراسة والخلافات الأسرية.

وقد احتوت هذه الدراسة على جانبين، جانب نظري يحتوي على ثلاث فصول والآخر جانب ميداني والذي يحتوي على فصلين تم طرح فيها العناصر كالتالي:

**الجانب النظري:**

**الفصل الأول:** الإطار المنهجي للدراسة وتم فيه طرح الإشكال وتساؤلات الدراسة، وتم التطرق أيضا إلى الأهداف والأهمية وكذلك الدراسات السابقة وحدود الدراسة والتعاريف الإجرائية للدراسة.

**الفصل الثاني:** بعنوان الضغوط النفسية تطرقنا الى مختلف التعريفات والمفاهيم لمصطلح الضغط النفسي والعديد من المصطلحات المتعلقة بنفس الإطار المفاهيمي له كما عرضنا أهم المصادر للضغوط وعناصرها وأنواعها وأعراضها وكيفية قياسها.

**الفصل الثالث:** بعنوان الخطوبة والاتصال بين الخطيبين قمت بعرض مفهوم الخطوبة ومميزاتها والرؤية الشرعية للخطوبة كما تطرقنا الى الاتصال بين الخطيبين واهم التعريفات المتعلقة بالاتصال واشكال الاتصال بين الخطيبين والمكالمات الهاتفية بين الخطيبين في ظل تطور تكنولوجيا الاتصال.

**الجانب الميداني:**

**الفصل الرابع:** إجراءات الدراسة الميدانية ويتضمن منهج الدراسة وكيفية تحديد العينة والدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية.

**الفصل الخامس:** عرض ومناقشة النتائج توصلنا فيها إلى تحليل وتفسير نتائج الدراسة والإجابة عن التساؤلات، ووضع بعض الاقتراحات وآفاق الدراسة.

# الجانب النظري

# الفصل الأول

## الإطار المنهجي للدراسة

- 1- اشكالية الدراسة
  - 2- تساؤلات الدراسة
  - 3- أهداف الدراسة
  - 4- أهمية الدراسة
  - 5- التعريفات الإجرائية للدراسة
  - 6- حدود الدراسة
  - 7- الدراسات السابقة
- خلاصة الفصل

## 1- إشكالية الدراسة:

تعد الأسرة الوحدة الأساسية في بناء المجتمع الذي يعول عليه النهوض والارتقاء بالمجتمع الانساني، لذلك لابد من حسن اختيار شريك الحياة، لتتجح هذه المؤسسة وتمارس دورها في بناء المجتمع الفاضل، وهذا لا يأتي إلا من خلال أسرة متماسكة من زوجين متحابين متفاعلين ومنسجمين.

هذا الانسجام والتناغم بين الزوجين، له مقدماته من التعارف الذي يحدث في فترة الخطوبة والتي هي مرحلة هامة في حياة كل شاب وفتاة، والتي تمثل المرحلة التحضيرية لتوثيق العلاقات بين الخطيبين، والاتفاق على المبادئ والاتجاهات العامة التي تنظم حياتهما الزوجية، ونظرا لقدسية العلاقة الزوجية وجب ان يتهيأ لها طرفي العلاقة لكي يتمكنوا من تحمل أعباء الحياة الأسرية، وتحقيق التوافق الزوجي ويضعوا بذلك أسس تحقيق جودة العلاقة الزوجية.

وتعد الخطبة المجال الذي يتواصل من خلاله الخطيبين للتفاعل وتوطيد العلاقة بينهما، من خلال الاتصال الذي يعكس لغة التفاهم التي تنتقل أفكار ومشاعر ورغبات واتجاهات كل منهما سواء كانت صريحة أو ضمنية. حيث يعتبر الاتصال من الأسس المهمة لإنجاح العلاقة بين الخطيبين.

ويتخذ الاتصال بين الخطيبين عدة أشكال منها الاتصال المباشر عن طريق اللقاءات والزيارات والتحاور وجها لوجه في لقاء مباشر، وقد يكون اتصالا مكتوبا عن طريق الرسائل كما قد يكون اتصال الكتروني متعدد الوسائط، وقد يكون اتصال شفوي غير مباشر عن طريق الهاتف هذا الأخير الذي يمثل محور هذه الدراسة.

فمع التطور وما حدث من تغير في مختلف نواحي الحياة أصبحت المكالمات الهاتفية بين الخطيبين، واستخدام التكنولوجيا الحديثة في الإتصال تأخذ حيزا مهما في علاقتهما في فترة الخطوبة. حيث تأخذ المكالمات الهاتفية للطالبة الجامعية مع خطيبها أبعاد متعددة فمن ناحية شكل المكالمات قد تكون مكالمات بالصوت فقط، وقد تكون مكالمات بالصوت والصورة معا وذلك باستخدام الهاتف الذكي (Messenger، وات ساب، twitter، skayab، facebook).

من زاوية اخرى قد تتعدد مضامين هذه المكالمة، من خلال التحدث عن أمورهم المتعلقة بتحضير وتنظيم حياتهما الزوجية، كما قد يكون مضمون هذه المكالمة عاطفي وجداني بحيث يشبع كل طرف حاجته الوجدانية والعاطفية من خلال تعزيز هذه العلاقة من تبادل مشاعر المحبة والغيرة بينهما، في حين قد تتخذ هذه المكالمات مضمونا جنسيا من باب الإثارة، مما يشكل نوعا من انحراف العلاقة بين الخطيبين، وينذر بظهور مشكلات علائقية عديدة من بينها(انهيار العلاقة، بناء علاقة منحرفة بين الخطيبين ..الخ) ومشكلات سلوكية مثل الإدمان على هذه المكالمات الجنسية وغيرها.

كما تصنف هذه المكالمات حسب المدة التي يمضيها الخطيبين في التواصل، أين تختلف المكالمات بينهما، فنجد المكالمات الطويلة جدا التي تستمر لساعات طويلة، والمكالمات القصيرة جدا، ونجد انعدامها في بعض الأحيان، وتختلف هذه المكالمات كذلك تبعا لوقت المكالمة فنجد مكالمة الطالبة في الليل تختلف عن مكالمتها في الصباح أو النهار أو في أوقات الامتحانات.

ومما سبق من عرض لمختلف الأبعاد المتعلقة بالمكالمات الهاتفية للطالبة الجامعية، وما تكتسبه من أهمية في حياتها، يظهر بشكل جلي أنها تشكل مصدرا من مصادر الضغط النفسي عندها، نتيجة الصعوبات التي تواجهها، من كثرة الإنتظار أو انقطاع المكالمة بسبب الشبكة الغير متاحة، خاصة إذا كانت هذه المكالمة مثيرة وعاطفية، أو الظروف المكانية التي لا تسمح لها بإجراء هذه المكالمات من حين لآخر، في حين قد نجد الطالبة الجامعية في كثير من الأحيان، تشتكي من عدم اتصال الخطيب بها، أو على النقيض من ذلك بحيث تشتكي من كثرة إتصاله، أو طلباته الغير معقولة بالتطرق إلى الموضوعات الجنسية، خاصة أن الطالبة الجامعية مرتبطة بالتزامات دراسية، من واجبات وامتحانات وبحوث ....الخ، مما قد يؤثر على دراستها ويشكل لها مصدرا للضغط، وجاءت هذه الدراسة للكشف عن مصادر الضغط النفسي المرتبط بالمكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة من خلال الإجابة على التساؤل التالي:

ماهي مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية؟



## 2- تساؤلات الدراسة:

- 1- هل يوجد اختلاف في الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة للطالبة الجامعية تبعا لمتغير السن ؟
- 2- هل يوجد اختلاف في الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعا للبيئة الاجتماعية (الريف - المدينة) ؟
- 3- هل يوجد اختلاف في الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعا لكيفية الارتباط (علاقة حب سابقة - خطبة تقليدية) ؟

## 3- أهمية الدراسة:

- تفيد هذه الدراسة في اقتراح حلول لهذه المشكلة من اجل خفض نسبة الضغوط النفسية للطالبة الجامعية المقبلة على الزواج التي هي في فترة خطوبة.
- الاثرء في جانب مهم من جوانب الدراسات النفسية والدراسة حول الضغوط النفسية ومعرفة مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة للطالبة الجامعية.
- تعتبر مشكلة الضغوط النفسية من أكثر المشاكل التي تعاني منها الطالبات الجامعية التي تحتاج الى الدراسة العلمية الدقيقة.

## 4- أهداف الدراسة:

- لكل دراسة أهداف مسطرة يسعى اليها الباحث الى تحقيقها وعليه فإن دراستنا تهدف الى ما يلي:
- الكشف عن مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة للطالبة الجامعية والمتعلقة بالأبعاد التالية: بعد شكل المكالمات، مدة المكالمات، فترة المكالمات، مضمون المكالمات.
- الاطلاع بالجانب العلمي للمعلومات المتعلقة بموضوع البحث.
- التعرف على أهم الضغوط لدى الطالبة الجامعية التي هي في فترة الخطوبة.

- إثراء البحث العلمي من خلال التعرف على مصادر الضغوط ونتائجها وفهم وتفسير أبعادها وآثارها.

## 5- التعاريف الإجرائية

**الضغط النفسي:** هي المواقف التي لا يستطيع الفرد التوافق معها مما يؤدي به الى حالات من الاضطراب والقلق وتقاس عن طريق الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال استجاباته على فقرات استبيان الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية المتعلقة بالأبعاد التالية: مدة المكالمات، مستوى المكالمات، شكل المكالمات، مضمون المكالمات.

### المكالمات الهاتفية:

هي اتصال لفظي عبر الهاتف بين الخطيبين متصل ومتلقي

## 6- حدود الدراسة

**الحدود الزمانية:** لقد تمت الدراسة الاساسية في 15 فيفري 2018 الى غاية 20 فيفري 2018  
**الحدود المكانية:** تم إجراء الدراسة في جامعة الوادي بجميع الكليات.  
**الحدود البشرية:** 160 طالبة جامعية في فترة الخطوبة.

## 7- الدراسات السابقة

**7-1- دراسة البرعاوي (2000):** هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين طلبة الجامعة في تقدير مصادر الضغط النفسي وعلاقتها بكل من عامل الجنس ومستوى الدراسة ونوع الدراسة ومكان الإقامة وكذلك التعرف على أكثر المواقف والأبعاد التي تشكل ضغطا عليهم وتكونت عينة الدراسة (650) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة الإسلامية.

وتوصل الباحث إلى عدة نتائج أهمها: أن مستوى الضغوط لدى الطلبة كان (8.53%) بحسب الترتيب الآتي: الدراسية، الانفعالية، بيئة الجامعة، الشخصية، الصحية، الاجتماعية، المالية وأخيرا الأسرية وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق تقدير الطلبة لمصادر الضغوط تعزى لمتغير مستوى الدراسة ومكان الإقامة بينما لا توجد فروق تعزى لمتغير الجنس ونوع الدراسة.

(اليوقدار، 2011: 33)

7-2- دراسة علي إبراهيم علي محمد (2004): بعنوان الضغوط النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين، هدف هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين الضغوط المختلفة التي يتعرض لها الطلبة في بعض الجامعات السودانية وعلاقتها بتحصيلهم الأكاديمي واختلاف درجة العلاقة تبعا لعوامل الجنس، والصف الدراسي، والتخصص وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وبناء مقياس خاص بالضغوط والمؤلف من 85 بند موزعة على عشر أبعاد ومن النتائج التي توصلت إليها أن أكثر العوامل تأثير على التحصيل الأكاديمي هي العوامل الاقتصادية والاجتماعية والأسرية، كذلك أظهرت الدراسة على وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بينبوع الضغوط والتحصيل.

7-3- دراسة فاطمة عبد السلام الليبي (2005): بعنوان الضغوط النفسية الشائعة لدى طلبة جامعة 07 أكتوبر رهن الدراسة هو التعرف على الضغوط النفسية الشائعة لدى العينة المبحوثة والشائعة لدى طلاب الآداب والاقتصاد، وكذلك لدى الإناث والذكور واستخدم المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (141) طالب وطالبة. وتوصلت النتائج إلى أكثر أنواع الضغوط الشائعة هي الضغوط الدراسية نسبة 94% وتليها الضغوط الانفعالية نسبة 90% ثم الصحية نسبة 88% الخ. (باهي، 2015: 11)

#### 7-4- التعقيب على الدراسات السابقة

بعد تناولنا لبعض الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير الضغوط النفسية تبين أن معظم هذه الدراسات لم تهتم بتخصيص دراسة خاصة بضغوط الطالبات فقط بل اهتمت بدراسة الضغط النفسي لدى الطلبة ككل باختلاف الجنس وكذا التخصص والصف الدراسي، وركزت أيضا على أهم المصادر والعوامل التي تواجه الطلبة.

حيث نجد دراسة علي إبراهيم علي محمد (2004) من بين العوامل التي تسبب ضغطا لدى الطالب الجامعي هي العوامل الاقتصادية والاجتماعية والأسرية، وفي نفس الوقت نجد أيضا دراسة فاطمة عبد السلام الليبي (2005) حددت أن الضغوط الشائعة لدى الطلبة الضغوط الدراسية نسبة 94% وتليها الضغوط الانفعالية نسبة 90% ثم الصحية نسبة 88% الخ... بينما دراسة البرعاوي (2000) فتوصلت إلى وجود فروق في مصادر الضغط لدى

الطلبة ومن بين هذه المصادر (الدراسية، الانفعالية، بيئة الجامعة، الشخصية، الصحية الاجتماعية، المالية)

فالدراسة التي تشابه وتوافق موضوع دراستنا خصوصا في مصادر الضغوط نجد دراسة علي إبراهيم علي محمد التي أدرجت مصدرين يوافقان دراستنا وهما المصدر الاجتماعي والإقتصادي ودراسة البرعاوي في المصدر الإنفعالي (النفسي) والاجتماعي والمالي.

## خلاصة الفصل:

تم في هذا الفصل تحديد إشكالية الموضوع المدروس، والذي أسفر على صياغة تساؤل عام للدراسة والذي يندرج تحته تساؤلات فرعية، كما تطرقنا إلى الأهمية والأهداف المراد تحقيقها من هذه الدراسة، وفي الأخير تناولنا التعريفات الإجرائية لمتغيرات دراستنا والدراسات السابقة المتعلقة بمتغير الضغط النفسي.

# الفصل الثاني

## الضغط النفسي

تمهيد

- 1- تعريف الضغط النفسي
- 2- مكونات الضغط النفسي
- 3- انواع الضغط النفسي
- 4- مظاهر الضغط النفسي
- 5- العوامل المسببة للضغوط النفسية
- 6- مراحل الضغط النفسي
- 7- أساليب مواجهة الضغوط النفسية

خلاصة الفصل

## تمهيد

إن الضغوط النفسية من المثيرات التي تحدث في البيئة الداخلية والخارجية بالفرد والتي باستمرارها وشدتها تعيق الفرد عن التوافق النفسي والاجتماعي، كما أنها في كثير من المواقف تؤدي إلى عدم السلوك أو سوء التوافق والاختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض. (حسين عبد المعطي، 2003: 88)

وقد تنطوي على الكثير من مصادر التوتر وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات حياته، وهذا من شأنه أن يجعل أحداث الحياة المثيرة للضغط تلعب دورا في نشأة الأعراض النفسية المرضية، وظاهرة الضغوط النفسية من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجمع في مضامين بيولوجية ونفسية واقتصادية واجتماعية ومهنية، ومن ثم فأحداث الحياة المثيرة للضغط هي بمثابة متغيرات نفسية واجتماعية تساهم في اختلال الصحة النفسية للفرد، من خلال هذا الفصل سيتم التطرق إلى مفهوم الضغوط النفسية، وأهم أنواعها، وأهم الأعراض والمصادر والنظريات المفسرة لها وطرق وأساليب قياس الضغط النفسي.

## أولاً: تعريف الضغط النفسي:

**تعريف الضغط:** هي تلك الظروف المرتبطة بالضبط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي يستلزم نوعاً من إعادة توافق عند الفرد وما ينتج من ذلك من آثار جسمية ونفسية، وقد تنتج الضغوط كذلك من الصداق والإحباط والحرمان والقلق (فاروق السيد عثمان، 2001: 96)

**تعني الضغوط:** تلك الظروف المرتبطة بالتوتر والشدة الناتجة من المتطلبات أو المتغيرات التي تستلزم نوعاً من إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية ونفسية.

(أسامة كامل راتب، 2004: 133)

يشير ديفيد فونتانا (1989): إلى أن الضغط حالة تنتج عندما تزيد المطالب الخارجية عن القدرات والامكانيات الشخصية للكائن الحي.

(آمال محمود عبد المنعم، 2006: 58)

**التعريف اللغوي:**

يشير المعجم الوجيز إلى الأصل اللغوي لكلمة الضغط هو ضغطه ضغطاً، عصره وزحمه وضيق عليه والضغط (بضم الصاد)، الزحمة والضيق والشدة والمشقة الضغطة (بفتح الصاد) القهر والاضطرار ومنه ضغطة القبر أي تضيقه على الميت.

(حسن شحاته، 2003: ص 208)

كما يعني الضغط لغة: الكرب والشدة

(لطفی الشربيني، 2001: ص 208)

**التعريف الاصطلاحي:**

عرف سيلبي 1979 الضغط على أنه: استجابة غير نوعية يقوم بها الجسم لأي مطلب أو موقف خارجي، لإحداث تكيف مع متطلبات البيئة عن طريق استخدام أساليب جديدة لجهاز المناعة.

(سمية طه جميل، 1998: ص 40)

كما عرفها (مكانيك): بأنها تلك الصعوبات التي يتعرض لها الكائن البشري بحكم الخبرة والتي تتجم عن إدراكه للتهديدات التي تواجهه.

(محمد علي كامل، 2004: ص 6)

يعرف شكير قنديل الضغوط النفسية: بأنها حالة يعانيها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته أو حين يقع في صراع موقف أو صراع حاد.

(فرج عبد القادر، بس: 256)

**الضغط النفسي:** هو حالة من التوتر النفسي الشديد يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد وتحدث له حالة من اختلال التوازن واضطراب في السلوك.

(أبو قاسم سعد الله، 2004: 115)



**الضغوط النفسية:** هي حالة من التفاعلات بين الفرد وبيئته والتي تتسبب في حالة عاطفية أو وجدانية غير سارة، مثل التوتر والقلق أو الشعور بالامتهان. (رواية حسن، 2003: 399) ويعرف (ميشل) **الضغوط النفسية:** هي الصعوبات التي يتعرض لها الأفراد بحكم خبراتهم والتي تنجم عن إدراكهم للتحديات التي تواجههم. (محمد جاسم، العبيدي، 2004: 308) ورد في معجم علم النفس والتحليل النفسي: إن الضغوط النفسية تعني وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو جزء منه، بدرجة توجد لديه إحساسا بالتوتر أو تشويها في تكامل شخصيته، وبزيادة حدة هذه الضغوط فان ذلك يفقد الفرد قدرته على التوازن، ويغير نمط سلوكه عما هو عليه الى نمط جديد. (جمال ابو دلو، 2009: 171)

**تعريف الضغوط النفسية للطالب:** بأنها حالة من التوتر الجسمي والنفسي التي يشعر بها الطالب والتي تنجم من إدراكه لعدم قدرته على مواجهة المواقف والأحداث التي يتعرض لها سواء في البيئة الأسرية أو المدرسية. (طه عبد العظيم، 2006: 182)

**نستخلص من التعاريف السابقة ما يلي:**

بما أن الضغوط النفسية هي حالة من التوتر والارهاق ناجمة عن الصعوبات النفسية، التي تتمثل في حالة التوتر والاحباط والاجهاد النفسي، فالطالب الجامعي ليس بعيد عن هذه الحالات، ففي مساره الجامعي يتعرض لهذه المواقف وخاصة اذا كانت الطالبة الجامعية في مرحلة الخطوبة، ففي دراستنا هذه تشير الضغوط النفسية الى التوترات التي تتعرض لها الطالبة الجامعية في مجالها من مكالمات هاتفية في مرحلة الخطوبة والتي تشكل لها مصدرا من مصادر الضغط النفسي خاصة ان الطالبة الجامعية مرتبطة بمسار دراسي.

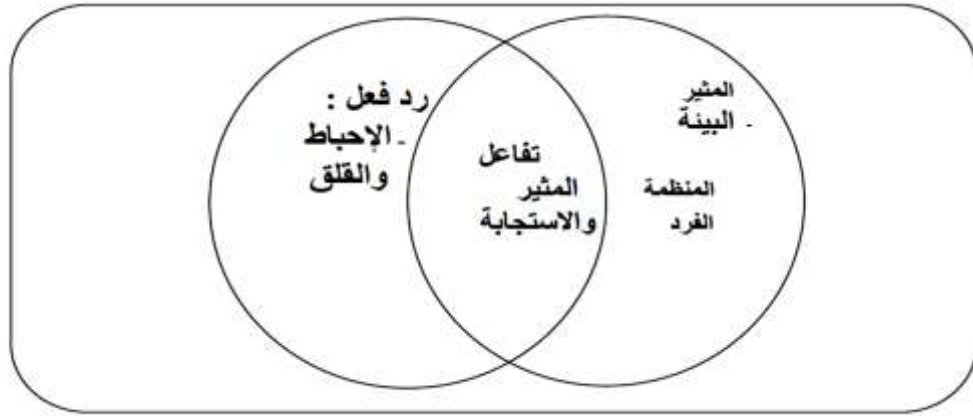
## 2- مكونات (عناصر) الضغط النفسي:

يرى سيزلاجي و والاس (1995، 1987): ان خبرة الضغوط النفسية لدى الفرد في مجال العمل تنشأ عنها حالة من عدم اتزان نفسي أو فيزيولوجي أو اجتماعي تتحدد هذه الحالة من خلال ثلاث عناصر للضغوط النفسية وهي:

**1- المثير:** ويمثل القوى المسببة للضغط والتي تفضي الى الشعور بالضغط النفسي وقد تأتي من البيئة او المنظمة أو العمل أو الفرد ذاته.

**2- الاستجابة:** ويتضمن عامل الاستجابة ردود أفعال نفسية او جسمية او سلوكية تجاه الموقف الضاغظ وهناك على الأقل استجابات للضغط تلاحظ أن كثيرة هي:

- الإحباط الذي يحدث لوجود عائق بين السلوك والهدف الموجه له.
- القلق وهو يمثل الاحساس بعد الاستعداد للاستجابة بصورة ملائمة في بعض المواقف.
- **التفاعل:** من العوامل المثيرة للضغط والاستجابة له وهذا التفاعل مركب من تفاعل عوامل البيئة والعوامل التنظيمية بالمؤسسة والمشاعر الشخصية وما يترتب عليها استجابات وانفعالات.



شكل رقم (1) يوضح تفاعل عناصر الضغط النفسي

(محمود فتحي عكاشة، 1999: 86)

### 3-1- أنواع الضغوط النفسية

وفقا لأنواع العوامل الضاغطة، وصفاً تأثيرها يقسم الضغط إلى نوعين:

#### الضغط الفسيولوجي والضغط النفسي.

ويقسم الضغط النفسي إلى نوعين هما الضغط المعلوماتي (المعرفي)، والضغط الانفعالي ويظهر الضغط المعرفي في حالة ظهور عبء زائد في المعلومات، حيث لا يتمكن الفرد في هذه الحالة تسوية مهمة ما واتخاذ قرارات صائبة. أما الضغط الانفعالي فإنه يظهر في المواقف حياتية متنوعة كالتهديد والغضب والأخطار..... الخ.

\_ وقد ميز "لازروس" و "كوهن" بين نوعين من الضغوط وهما:

**الضغوط الخارجية المحيطة:** وهي عبارة عن الأحداث الخارجية والموافق الناتجة عن محيط الفرد، وهي تمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة.

**الضغوط الشخصية الداخلية:** وهي الأحداث المتكونة نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكرة وذات الفرد. (محمد محمود بني يونس، 2007: 252)

ونستطيع القول بوجه عام ان الضغوط ليست بالضرورة شيئاً سلبياً، بل تكون في بعض الأحيان دافعا لإنجاز والأداء، وعلى هذا الأساس يمكن تصنيف الضغوط إلى نوعين هما:

**الضغط الإيجابي:** قد يكون للضغط تأثيراً إيجابياً كذلك أنه أساسي في الحث والتحريض على الإدراك موفراً للإثارة التي يمس إليه الاضطراب إلى الكفاح على قدم المساواة أو بنجاح حيال الحالات المتحدية، فالتوتر والتنبيه ضروريان للتمتع بالكثير من مظاهر الحياة، ومن دونهما سوف تكون الحياة مسامة والضغط يوفر أيضاً حسن الإلحاحية والالتيقظ الذي نحتاج إليه عندما نواجه حالات مهددة.

**الضغط السلبي:** وقد يكون الضغط المفرط والممتد والغير مفرج تأثيراً مؤدي في الصحة العقلية والجسدية والروحية وإذا ما تركت مشاعر الإحباط والخوف والإكتئاب المتولد من الضغط دون حل فإنها تستطيع أن تطلق تشكيلة من الأعراض، ويقدر أن الضغط هو السبب العام للصحة السقيمة في المجتمع الحديث، وهو وجه الاحتمال في أساس ما يقارب 80% في جميع الزيارات التي يقوم بها الناس على العيادات، وأطباء العائلات. والضغط هو عامل مساعد في أحداث حالات ثانوية نسبياً مثل الصدعان، والاضطرابات الهضمية، والاضطرابات الجلدية، الأرق، القروح، ولكنه يمثل كذلك دوراً مهماً في الأسباب الرئيسية للموت في العالم الغربي: كالسرطان والأمراض القلبية الشريانية، واضطرابات التنفس.

(سمير شيخاني، 2003: 60)

**\* كذلك يمكن تصنيف أنواع الضغوط إلى قسمين والمتمثلان في ما يلي:**

**الضغط الصحي:** يعتبر الضغط ظاهرة أساسية في حياة الفرد، كما أنه ضروري لنمو الفرد وتحقيق الذات بشرط أن تكون الاستجابات تكيفية ومناسبة لما يتطلبه الموقف كالتعليم والسعي لحل المشكلات، فهو يثير الحماس الأفراد وخيالهم أما على صعيد العلائق فهو تحدد للقدرة على التكيف مع مستجدات الحياة.

**الضغط المرضي:** بالمقابل يوجد هناك صنف آخر وهو الضغط المرضي الذي يعرفه اليسون بأنه عبارة عن استجابة كيميائية جسدية لحالة تهديد من مؤثر معين بهدف المحافظة على الذات ولكنه باستمرار تعرضه للمؤثر يمكن أن يسبب له كأمراض القلب التنفس وغيرها.

(بن زروال فتيحة، 2005: 31)

\*ولعل أهم ما نميز من أنواع من الضغط النفسي ما ذكره (soly bensqbet) في قائمته نلخصها كما يلي:

### 1- الضغوط النفسية الانفعالية:

الإحباط وكل عوامل المضايقة والإكراه  
عدم الرضا، الملل، الخوف، والإرهاق.

خيبة الأمل، الخجل، الغيرة، الشعور بعد النجاح، الاجترار الذي يؤدي نفسيا الى الضغط.  
الفشل، الإفلاس والنجاح المفاجئ غير المتوقع.

التغيرات المتكررة للبيئة (تغير مقر السكن، الترقية المهنية)

المشاكل العاطفية الزوجية، الطلاق.

الهموم والمشاكل المادية والمهنية.

الانفعالات القوية الموجبة أو السلبية.

وفاة أو مرض شخص قريب. (الفرماوي، 2009: 23)

### 2- الضغوط الجسدية:

الإرهاق الجسدي والتعب، والجوع والمرض، البرد، درجات الحرارة العالية.

التغيرات المتكررة للمناخ، الضجيج والتلوث، العمل الليلي.

### 3- الضغوط البيولوجية:

العوامل الغذائية، اختلال التوازن الغذائي، الإفراط في تناول المنبهات، التدخين.

(هارون الرشدي، 1999: 66)

\*وايضا يمكن تصنيف أنواع الضغوط حسب رأي العلماء كما يلي :

فقد أشار مورو الى وجود ثلاث انواع من الضغوط وهي التوترات الناشئة من الحياة

اليومية، والضغوط النمائية والأزمات أو الصدمات الحياتية. (Moore.1975.735)

كما صنفت الضغوط النفسية الى نوعين حسب مداها الزمني حسب رأي برنت

وسكواب وهي الضغوط الخفيفة ويستمر تأثيرها من ثوان الى ساعات، والضغوط المتوسطة

التي يستمر تأثيرها من ساعات الى أيام. (janis.1968.13 )

كما وصفت انواع الضغوط النفسية بحسب نتائجها الى نمطين حسب سيلي وهي الضغوط المفردة الذي يسبب معاناة وألام ومآسي مثل الخبرات والأحداث غير السارة، والثاني يدعي (stress) والمتمثل بالخبرات الانفعالية السارة. (Hamilton.1979.23)

**الضغوط العاطفية:** وهي من الانواع السائدة واكثرها اهمية في تأثيرها على البشر، والبعض يطلق عليها اسم الضغوط النفسية والاجتماعية كما اكدت الدراسات ان الفشل في العلاقات العاطفية والتعرض للهجر والفشل في تحقيق الآمال قد يؤدي الى ضغوط شديدة على الفرد وان المتزوجين اكثر عرضة للضغوط بسبب كثرة الأعباء الملقاة على كاهلهم.

(العيسوي، 2001: 6)

### 3-2- مصادر الضغوط النفسية:

تعدد مصادر الضغوط والتي تتمثل في إحداث الحياة، الكوارث أو الأحداث المفاجئة العنيفة والمضايقات اليومية.

(عبد المنعم حسين، 2000: 151)

أ- **ضغوط احداث الحياة:** وتمثل احد المصادر الهامة للضغط فأى حدث يتطلب من الفرد التوافق يمكن أن يكون مصدر لضغط مثل موت أحد أعضاء الأسرة، الطلاق، خلافات في العمل، السجن، تغير مسؤوليات في العمل، التغير في الظروف.

ب- **الكوارث:** وهب أحداث تتصف بالحدة وعدم التوقع، وتؤثر على عدد من الناس على الفور، فقد تكون الكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين، وقد تكون من صنع البشر كالحروب والحرائق.

ج- **المضايقات اليومية :** وهي مواقف أقل حدة يتعرض لها الفرد في حياته اليومية وهي لا تؤدي للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية، وإلا أن المعاناة المستمرة لمضايقات في العمل والمنزل تؤدي الى حالة الإنهاك والاستنزاف الجسمي والعقلي والانفعالي ويطلق عليه بالاحتراف. كما انه تفرض الضغوط على الفرد متطلبات قد تكون فسيولوجية أو اجتماعية أو نفسية أو تجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة، ورغم أن مصادرها تختلف من فرد الى آخر ويمكن رصد أهم مصادر الضغوط في الجدول التالي:

4- جدول رقم (01) يوضح مظاهر الضغط النفسي على شخصية الفرد.

| المظاهر الانفعالية                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | المظاهر الجسمية                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>تتاوب في المزاج والانفعال، دافع قوي للبكاء، دافع قوي لإيذاء الآخرين، شعور بعدم الاستقرار العاطفي، فقدان الشعور بالمتعة شعور بالقلق والحزن، خوف من المستقبل وتوقع حوادث وشيكة الحصول، خوف من عدم استحسان الآخرين</p> <p>خوف من الفشل، صعوبة الاستغراق بالنوم، ضعف الاستمتاع بالجنس، قلة الصبر على غير العادة الشعور بأن الأمور خارجة عن السيطرة، الشعور بفقدان الأمل وخيبته.</p> | <p>جفاف الفم والبلعوم، التعب والانحطاط العام، رجفة أو ارتعاش عصبي، سرعة خفقان القلب إسهال في مقابل إمساك، تردد الحاجة للتبول، اضطراب المعدة والجهاز الهضمي</p> <p>ألم الرقبة، ألم أسفل الظهر ألم أعلى الظهر نوبات دوار فقدان الشهية للطعام أو العكس زيادة الشهية، ألم في الصدر تشنج عضلات الجسم.</p> |

| المظاهر السلوكية                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | المظاهر المعرفية                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>* مظاهر مباشرة:</p> <p>حدة الطبع، ارتجالية التصرف، الحديث أكثر من العادة، الخوف السريع، التلعثم بالحديث صعوبة الجلوس لفترة من الزمن، التهجم اللفظي على أحد ما، الانسحابية، الدخول في نوبات البكاء</p> <p>* مظاهر غير مباشرة:</p> <p>زيادة التدخين، زيادة استهلاك الكحول زيادة استخدام الأدوية للتخفيف من التوتر</p> | <p>ضعف في التركيز</p> <p>ضعف في الذاكرة</p> <p>تفكير غير منطقي</p> <p>اضطراب في التفكير</p> <p>انشغال داخلي</p> <p>كوابيس.</p> |

(أبي مولود، 2550 ، ص35)

ونستخلص من كل هذا أن الضغط النفسي يتميز بمظاهر وأعراض عديدة يمكن أن تؤثر على كافة الجوانب الشخصية، الجسدية والانفعالية، والمعرفية والسلوكية مما تعود بالسلب على أداء الشخص ومردوده اليومي في حياته اليومية سواء كانت المهنية أو الدراسية.

## 5- العوامل المسببة للضغوط النفسية:

ويمكن تصنيف العوامل التي تسبب الضغوط النفسية إلى ما يلي:

**العوامل الشخصية:** والتي تميز الفرد عن غيره من الأفراد، مثل تكوينه الشخصي والخصائص التي يتمتع بها، وقدرته ومهارته، والدوافع التي تحركه، وأنماط السلوك التي يمارسها وهنا نجد الأفراد يتشابهون ويختلفون، فهناك الأفراد الذين ترتفع درجات طموحاتهم وتتنوع دافعهم وهناك العكس، ولاشك أن كل الفريقين يختلف في درجة التعرض لضغوط، كما أن استجابة فريق كل منهما تختلف عن الآخر وكذلك تختلف الآثار التي تتركها الضغوط على كل واحد منهما.

**العوامل الاجتماعية:** وهنا نمد بصرنا إلى خارج محيط العمل وندخل المجتمع الكبير، فنجد فيه مجموعة كبيرة من العناصر التي تؤثر على الأفراد والدرجات التي يتعرضون لها من الضغوط واستجاباتهم لها.

وهذه العناصر في الظروف الاقتصادية السائدة، والأعباء العائلية التي يلتزم بها الأفراد وتكاليف المعيشة.... الخ (عبد الرحمان توفيق، 2004: 19)

\* كما أشار علي عسكر إلى أربعة نقاط تمثلت في العوامل المسببة للضغوط النفسية وهي كما يلي:

**التكيف:** تعتمد صحة الفرد العامة على الاحتفاظ بتوازنه بين الجانب العقلي والجانب البدني فالجسم بطبيعته يعمل على الاحتفاظ بهذا التوازن في مواجهة التغيرات الحياتية وتكمن الخطورة في أن هذه التغيرات من شأنها إحداث خلل في التوازن الكيميائي والذهني وإجبار الجسم للجوء إلى عملية التكيف للاحتفاظ بذلك التوازن.

**الإحباط :** يشعر الفرد عادة بالإحباط في حالة وجود عائق يمنعه من تحقيق هدفه الشخصي أو في حالة شعوره بالعجز عن القيام بأي عمل لتغيير الموقف الغير مرغوب فيه.

ـ **زيادة الحمل:** تستخدم هذه العبارة من عبارة زيادة المثيرات والتي تشير إلى زيادة المتطلبات على قدرات الفرد لمواجهتها ويتمثل ذلك في عوامل مثل: عدم وجود وقت كافٍ لإنجاز المتطلبات، وزيادة المسؤولية، عدم وجود دعم أو مساندة اجتماعية....الخ.

ـ **الحرمان الحسي وقلة الإثارة:** إن الفرد الذي يجد نفسه يزول عمله مكرر خال من الإثارة يفقد الرغبة في الأنشطة اليومية، وقد يجد نفسه منهكا خلال العمل اليومي يؤدي عمله أقل من قدراته، يجد حياته مملة يشعر بالقلق بسبب فقدان الإثارة. (علي عسكر، 2003: 72)

\* وهناك صنف من عوامل الضغط النفسي كما يلي:

**عوامل الضغط النفسي الجسدي:** مثل الأصوات المزعجة، الإصابات، الجروح، الحوادث والآلام الجسدية...الخ

**عوامل الضغط النفسي:** مثل القلق، الإنهاك، المخاوف، والأخطار خاصة ما يهدد الحياة منها الوحدة والإرهاق الفكري....الخ.

**عوامل الضغط الاجتماعي :** يمثل الصراعات المهنية والظروف الحياتية المعيشية الصعبة والخلافات العائلية وصعوبة العلاقات الاجتماعية والشخصية والعزلة الاجتماعية....الخ

(محمد أحمد النابلسي، 1991: 257)

## 6- مراحل الضغط النفسي:

من الرواد الأوائل الذين اهتموا بموضوع الضغط النفسي ونتائجه Hans selye يعتبر هانز سيلاي السلبيية والمرضية، حيث قدم نموذجا من ثلاث خطوات تتضمنها الاستجابة للضغط النفسي أطلق عليها اسم: متلازمة التكيف العام "Générale Adaptation Syndrome".

(حمدي ياسين، 1999: 73)

\* ويرى سيلاي أن الضغط استجابة تتكون من ثلاث مراحل:

8-1- **مرحلة الإنذار:** التحذير وفيها تنشط العضوية لمواجهة التهديد وتقوم بإفراز الهرمونات وبتسارع النبض والتنفس، ويصبح فيها الشخص في حالة متأهبة لمواجهة أو الهرب.

(حمدي ياسين آخرون، 1999: 96)

8-2- **مرحلة المقاومة:** حيث تعمل العضوية على مقاومة التهديد وكلما زادت حالة الضغط انتقل الفرد إلى مرحلة المقاومة وفيها يشعر الفرد بالقلق والتوتر، ممل يشير إلى



مقاومة الفرد للضغط وقد يترتب على هذه المقاومة وقوع حوادث وضعف القرارات المتخذة والعرضة للأمراض خلال هذه المرحلة وذلك لأن الفرد لا يستطيع أن يسيطر على الموقف بإحكام. (نصر الدين جابر، 1998: 40)

**8-3- مرحلة الإنهاك:** وتحدث عند الفشل في التغلب على التهديد واستمرار الضغط النفسي لفترة طويلة، مما ينجم عنه استهلاك العضوية لمصادرها الفيزيولوجية مما يؤدي إلى الانهيار الجسمي أو الانفعالي، فعندما تتهاور المقاومة يحل الإرهاق ونظر الأمراض المرتبطة بالإجهاد مثل القرحة المعدية، الصداع، ارتفاع ضغط الدم، والأخطار التي تشكل تهديدا مباشرا للفرد والمنظمة على السواء، ويفسر HEBB الضغط النفسي بطريقة أخرى تبين أن الفرد يعمل تحت ظروف خارجة عن إرادته في التحكم فيها، فيصبح قلقا، ضعيف التركيز، فيقل أيضا أدائه. (كامل محمد عويضة، 1996: 55)

## 7- أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

وهي تعتبر مجموعة من أنماط السلوك الكيفية والمتعلمة والتي تتطلب عادة بذل الجهد، وتحدد الحاجة و تستهدف حل المشكلة، كما يمكن السيطرة عليها و كفها أو قمعها، وبالتالي فهي تستخدم بمرونة كافية كلما تطلب الموقف الضاغط. (Moss 2006:13)

أما ابراهيم فيرى أن مواجهة الضغوط تعني ببساطة أن نتعلم و نتقن بعض الطرق التي من شأنها ان تساعدنا على التعامل اليومي مع هذه الضغوط والتقليل من آثارها السلبية بقدر الإمكان. (ابراهيم، 2004: 253)

ويمكن استخدام أساليب واستراتيجيات مختلفة لمواجهة الضغوط النفسية منها:

- اولا: الاستراتيجيات الإيجابية:** وهي تلك التي يوظفها الفرد في اقتحام الأزمة وتجاوز آثاره وذلك من خلال الأساليب الإيجابية التالية:
- التحليل المنطقي للموقف الضاغط بغية فهمه والتهيؤ الذهني له ولمرتباته.
  - إعادة التقييم الإيجابي للموقف حيث يحاول الفرد معرفيا استجلاء الموقف وإعادة بناءه بطريقة ايجابية مع محاولة تقبل الواقع كما هو.
  - البحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف والمساعدة من الآخرين أو مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطهما بالموقف الضاغط.
  - استخدام أسلوب حل المشكلة والتصدي للأزمة بصورة مباشرة.

**ثانيا :الاستراتيجيات السلبية :** وهي تلك التي يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والاحجام عن التفكير فيها وذلك من خلال الأساليب السلبية التالية:

- الإحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي الممكن في الأزمة.
- التقبل الاستسلامي للأزمة وترويض النفس على تقبلها.
- البحث عن اثبات أو المكافآت البديلة ،عن طريق الاشتراك في الأنشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها بهدف توليد مصادر جديدة للإشباع والتكيف بعيدا عن مواجهة الأزمة.
- التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظيا عن المشاعر السلبية غير السارة ، وفعليا عن طريق المجهودات الفردية المباشرة لتخفيف التوتر.

وبشكل أكثر وضوحا إن أساليب أو استراتيجيات المواجهة الإقدامية تتضمن النزعة للاستجابة بشكل فعال نحو الأحداث الضاغطة ، والسعي للحصول على معلومات بشأنها، وحل الموقف وذلك من خلال استخدام أساليب سلوكية ومعرفية محددة، وفي المقابل تتضمن استراتيجيات المواجهة الاحجامية النزعة نحو التشتيت وصرف ذهن الفرد عن الحدث الضاغط، وتجنب الحصول على معلومات بشأن هذا الحدث، واستخدام اساليب سلوكية ومعرفية للهروب من الموقف الضاغط.

**\*وقد قدم كوهن مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الضغوط النفسية شملت الآتي:**

**أ- التفكير العقلاني Rational Thiking :** وهي استراتيجية يلجأ خلالها الفرد إلى التفكير المنطقي بحثا عن مصادر القلق وأسبابه المرتبطة بالضغوط.

**ب- التخيل Imagining :** وهي استراتيجية يلجأ فيها الفرد إلى التفكير في المستقبل كما ان لديه قدرة كبيرة في تخيل ما قد يحدث.

**ج- الإنكار Deniai :** وهي عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى انكار الضغوط ومصادر القلق بالتجاهل والانغلاق وكأنها لم تحدث على الإطلاق.

**د- حل المشكلة Problem Solving :** وهي نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام أفكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط وهو ما يعرف بمصطلح القدح الذهني.

**هـ- الفكاهة والدعابة Humor :** وهي استراتيجية تتعامل مع الضغوط والأمور الخطيرة ببساطة وروح الفكاهة وبالتالي قهرها والتغلب عليها، كما أنها تؤكد على الانفعالات الايجابية أثناء المواجهة.

و- الرجوع إلى الدين : **Turning to religion** وتشير هذه العملية إلى رجوع الأفراد إلى الدين والإخلاص الديني عن طريق الإكثار من العبادات كمصدر للدعم الروحي والانفعالي وذلك لمواجهة المواقف الضاغطة والتغلب عليها. (الهاشمي لوكيا، 2002: 33)

## خلاصة الفصل

من خلال عرضنا لفصل الضغوط النفسية التي تعتبر القاتل الخفي للفرد الذي تحيط وتسيطر عليه من كل جوانب شخصيته وعلى مستويات مختلفة وتعدد مصادره وأنواعه مما ينتج عنه آثار تظهر على الفرد في حياته اليومية، وتؤثر على صحته النفسية، لذا تعددت الأساليب والاستراتيجيات لمواجهة هذه الضغوط النفسية وكيفية التعامل معها لتمتع بصحة نفسية سليمة.

## الفصل الثالث

### الخطوبة والاتصال بين الخطيبين

أولاً: الخطوبة

تمهيد

1- تعريف الخطوبة

2- مشروعية الخطوبة

3- مميزات الخطوبة

ثانياً: الاتصال بين الخطيبين

تمهيد

1- تعريف الاتصال

2- مفهوم الاتصال بين الخطيبين

3- مراحل العملية الاتصالية

4- مكونات وعناصر الاتصال

5- أشكال الاتصال

6- المكالمات الهاتفية بين الخطيبين

7- أشكال المكالمات في ضوء تطور تكنولوجيا الاتصال

خلاصة الفصل

## تمهيد

فترة الخطوبة هي الفترة التي تسبق عقد الزواج بصفة رسمية وهي في الواقع المرحلة التحضيرية لتوثيق العلاقات بين اسرتي الزوج والزوجة ووضع اسس الحياة الزوجية الاتفاق على المبادئ والاتجاهات العامة التي تسود هذه الحياة الزوجية. وتعتبر الخطوبة إذن وعدا متبادلا بين الطرفين بالزواج في المستقبل ولا يتحقق بها أي ارتباط بحقوق ولا بواجبات محددة، لذلك يمكن ان يرجع فيها الخاطب دون أي إجراء شرعي او قانوني أو لفظ خاص أو عبارة معينة، وهي مرحلة مرنة لان الكثير من العامة لا يفهمون وظيفتها ولا يقدرّون مبلغ خطرها في وضع الخطوط الرئيسية لحياة المستقبل، ويضنون ان وظيفتها مقصورة على بلوغ الهدف الاساسي وهو عقد الزواج.

## 1- تعريف الخطوبة:

**الخطوبة لغة :** مصدر خطب، يقال: خطب المرأة يخطبها خطبا وخطب، واختطب القوم فلانا إذا دعوه إلى تزويج صاحبته.

**أما الخطوبة اصطلاحا:** فقد تعددت عبارات العلماء في تعريفها، إلا أنها متقاربة ومن بين هذه التعارف أن الخطوبة التماس الخاطب النكاح من جهة المخطوبة .

ومن بين التعريفات المعاصرة لها: تقدم الرجل إلى امرأة معينة تحل له شرعا أو إلى أهلها. هي إظهار الرغبة في الزواج بامرأة معينة وإعلام المرأة وليها بذلك. وقد يتم هذا الإعلام مباشرة من الخاطب، أو بواسطة أهله. وهي وعد بالزواج في المستقبل .

هي إعلان الرغبة من قبل العاقلين بعقد الزواج في المستقبل. (سالم ساكا، 2007: 22)

### الخطبة معناها:

أن يخطب الخاطب قبل عملية العقد الخطوة الحاسمة في قبول هذا الزواج أو رفضه، وذلك بتجميع المعلومات الكافية عن هذه المرأة التي يريد خطبتها، سواء كان ذلك بنفسه، أو بواسطة من يثق بهم من أهله وإخوانه.

والهدف من هذا: دخول عتبة الزواج على هدى وبصيرة، ثم بالتالي دفع احتمالات المشاكل والمنازعات في مستقبل الحياة الزوجية، وتوثيق روابط الأسرة بين الزوج والزوجة والأولاد والأقارب. (عبد الله ناصح علوان، 1399: 24)

**والخلاصة** ان الخطوبة في الاصطلاح هي التماس التزويج والمحاولة عليه، أو هي طلب الرجل التزويج بالمرأة، أو هي إظهار الرجل رغبته في التزويج بامرأة. سواء كان له التماس التزويج بها نفسه أم بمن ينوب عنه أم من وليها، فإذا وافقت هي أو وليها كان ذلك بمثابة اتفاق مبدئى على الزواج.

## 2- مشروعية الخطبة:

ذكر أدلة من القرآن والسنة على مشروعية الخطبة .

وقد ثبت مشروعيتها بالقرآن والسنة فمن الكتاب: قوله تعالى (ولا جناح عليكم فيما عرضتم به من خطبة النساء ) الآية البقرة 235.

قال تعالى: (ولا جناح عليكم فيما عرضتم به من خطبة النساء أو أكننتم في أنفسكم علم الله أنكم ستذكرونهن ولكن لا تواعدوهن سرا إلا ان تقولوا قولا معروفا ولا تعزموا عقدة

النكاح حتى يبلغ الكتاب أجله واعلموا ان الله يعلم ما في أنفسكم فاحذروه واعلموا ان الله غفور رحيم) البقرة آية 235.

ومن السنة قوله صلى الله عليه وسلم ( إذا خطب أحدكم المرأة فإن استطاع أن ينظر إلى ما يدعوه إلى نكاحها فليفعل )

عن ابي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ( إذا خطب إليكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه، إلا تفعلوا تكن فتنة في الارض وفساد عريض)

ومن ذلك: ما قاله عبد الله بن عمر رضي الله عنهما: أن عمر بن الخطاب حين تأيمت حفصة بنت عمر من خنيس بن حذافه السهمي، وكان من أصحاب رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم قد شهد بدر وتوفي بالمدينة لعمر : فلقيت عثمان بن عفان فعرضت عليه حفصة فقالت : إن شئت أنكحتك حفصة بنت عمر قال سأنظر في أمري فلبثت ليالي فقال: قد بدا لي إن لا أتزوج يومي هذا قال عمر: فلقيت أبا بكر فقلت أن شئت أنكحتك حفصة بنت عمر فصمت أبو بكر فلم يرجع إلى شيئاً فكنت عليه اوجد مني على عثمان فلبثت ليالي ثم خطبها رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم .. الحديث.

(حسين محمد يوسف، ب س: 80)

2- الرؤية الشرعية: يتم تحديد لقاء بينك وبين الفتاة التي تود خطبتها، ويكون أما في بيت أهلها أو بيت الوسيط، ويمكن تكرار اللقاء أو الرؤية لأكثر من مرة ان اراد الطرفان ذلك، ولكن حاول أن تحافظ على مشاعر الفتاة واعلم أن تكرار الرؤية يعنى أنك أقرب الى اتمام الخطبة، ولذلك فان عدم اتمام الخطبة بعد الرؤية أن كان الرفض منك فهذا يؤثر على نفسيته ويزيد التأثير ان تعددت مرات الرؤية.

(الترمذي، 1865: 324)

- أهداف الرؤية الشرعية:

هو أن يرى الشاب الفتاة التي يقبل على خطبتها والعكس، وقد وصانا رسولنا الكريم بأن ينظر الخاطب الى مخطوبته "انْظُرْ إِلَيْهَا فَإِنَّهُ أَحْرَى أَنْ يُؤَدِمَ بَيْنَكُمَا"، ويجب أن تلتزم الفتاة بالزي الشرعي كما أمر به الاسلام، ويجب اظهار فقط الوجه والكفين، وبالنسبة للشباب فيمكنه النظر الى اكثر من ذلك فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "إِذَا خَطَبَ أَحَدُكُمُ الْمَرْأَةَ فَإِنْ اسْتَطَاعَ أَنْ يَنْظُرَ إِلَى مَا يَدْعُوهُ إِلَى نِكَاحِهَا فَلْيَفْعَلْ" صحيح أبو داود، ولكن احرص على أن لا تؤذيها أو أن يكون النظر بشهوة. وفي الرؤية يمكن لكل من الطرفين أن يسأل



الطرف الاخر ما يشاء ليقيس طريقة تفكيره ونضجه ومعرفة رأيه فى الأمور التى تهـم الطرف الاخر، والرؤية الشرعية من أهم المراحل، فعلى أساسها سيتم تحديد بعد ذلك اتمام الخطوبة أم لا، والخطوبة تعنى ان كلا الطرفان يرغب مبدئيا فى الطرف الآخر شريكا لحياته.

(بـلقاسم شـتوان، ب س: 24)

### 3- مميزات فترة الخطوبة :

- الخيال والمثالية والحذر المتبادل حيث يحرص كل طرف على إظهار أحسن ما عنده كما يعطي الكثير من الوعود التي أحيانا لا تتحقق.

- لا تخرج هذه المرحلة كونها وعدا بالزواج، فلا تتضمن عنصر الالتزام القاطع فأحيانا يتم فسخ الخطبة والعدول عن عدم إتمام الزواج دون ان يترتب عليها أي حقوق للطرفين.

- لهذه المرحلة اهمية كبيرة حيث كلا الطرفين من التعرف على الطرف الآخر عن قرب في نطاق الاسرة والمجتمع، وبذلك يقرر إما ان يستمر في علاقتها لتنتهي بإتمام الزواج، أو ينسحب من تلك العلاقة، كما تعطي الفرصة للخطيبين كي يخططا لمستقبل حياتهما إعداد مسكن الحياة الزوجية.

- تتيح هذه المرحلة لتدعيم العلاقات بين الطرفين وفهم كل منهما للآخر وبالرغم من كل هذا فقد تظهر بعض المشكلات كإطالة فترة الخطبة نظرا لعدم قدرة احد الطرفين بالوفاء بالالتزامات التي اخذها على عاتقه كذلك عدم تقبل أحد الطرفين دون اعتبار لرأيه في الاختيار وهذا نجده في المجتمعات القبلية والريفية.

- ومن أهم الخدمات التي نراها لازمة في هذه المرحلة هي مكاتب فحص الراغبين في الزواج على ان يقترن الفحص الطبي بالاختيار النفسي والاجتماعي وكذلك صفات التوجيه والاعداد لتكوين حياة اسرية مستقرة.

## الاتصال بين الخطيبين

### تمهيد:

يقضي الأفراد معظم وقتهم في التواصل مع بعضهم البعض، فهم يتحدثون في العمل وفي بيوتهم وفي لقاءاتهم الإجتماعية بغرض تبادل المعلومات والأفكار والمشاعر أحيانا، ولمجرد التفاعل الإجتماعي في أحيان أخرى، وتتم عملية التواصل بصورة آلية دون التفكير ولو للحظة واحدة في طبيعة هذا التواصل وأشكاله المختلفة، فقد يتم التواصل بين المتكلم والمستمع مشافهة، أو عن طريق الكتابة أو حتى بواسطة الإيماءات وتعابير الوجه، ولا يمكن لإنسان أن يعيش بشكل طبيعي دون أن يتواصل مع الآخرين، ولذلك ففقدان القدرة على التواصل أو ضعف مهاراته يمكن أن يؤثر على مختلف جوانب الحياة وخاصة النفسية والإجتماعية منها.

وبالنظر إلى هذه الاعتبارات، فعمليات الاتصال والتواصل بين الخطيبين بفاعلية وإيجابية تعد من الحاجات الضرورية، والمرتكزات التي لها وزنها الكبير في تحقيق التكيفات والتوافقات المرغوبة، واشباع الحاجات، وحل المشكلات التي يمكن أن تواجه الخطيبين في تفاعلهم الزواجي والأسري، وكذا في بلوغ الجودة في حياتهما المشتركة.

## 1-تعريف الاتصال :

### الاتصال لغة:

من معاني الاتصال حسب ما ورد في معجم: وصل توصيلاً، الشيء بالشيء ربطه به، وصل الشيء إلى فلان أبلغه إياه وأنهاه إليه. (مجاني الطلاب، 1998: 181)

والإتصال كلمة مشتقة من مصدر وصل الذي يحمل معنيين رئيسيين هما: الربط بين كائنين أو شخصين وذلك على عكس الانفصال والقطع والبعد، والربط يعني وصله وجمعه ضد فصله، أما المعنى الآخر فهو البلوغ أو الإنتهاء إلى غاية ما، وصل إلى الشيء بلغه، فالإتصال في اللغة أساسا الصلة والعلاقة وبلوغ غاية معينة من تلك الصلة.

(نصر الدين جابر ولوكيا الهاشمي، 2006: 125)

وتشير هذه المعاني اللغوية لمفهوم الاتصال إلى ارتباطها بالمعنى الاصطلاحي لهذه العملية، والذي يبين في الآتي.

### يدور المعنى الاصطلاحي العام للاتصال حول كونه:

عملية يقصد مصدر نوعي بواسطتها إثارة استجابة نوعية لدى مستقبل نوعي.

(نصر الدين جابر ولوكيا الهاشمي، 2006: 126)

وتتعدد مفاهيم الباحثين والعلماء لمعاني الاتصال كل حسب زاوية تخصصه ودراسته، فمنهم من يرى بأنه ظاهرة أو عملية اجتماعية تعبر على أنواع العلاقات والروابط الاجتماعية، وهو المنظور الاجتماعي في دراسة الاتصال.

بحيث يعتبر علماء الاجتماع الاتصال ظاهرة اجتماعية وقوة رابطة لها دور هام في بناء العلاقات الاجتماعية وتماسك المجتمع، إذ أن المجتمع الإنساني قائم على مجموعة من العلاقات أساسها الاتصال الذي هو ضرورة من ضرورات الحياة الاجتماعية ذاتها.

(عبد الرحمان الوافي، 2012: 13)

والمقصود بالتواصل من الزاوية الاجتماعية وكل مرادفاته ومشتقاته حسب ما ورد عن (آمزيان وناس، 2013 : 641)، هو علاقات الألفة الاجتماعية أو حتى تلك العلاقات التي تتم وتجمع بين الأفراد في حالات التقابل، سواء كانت علاقات شخصية أو تلك التي تجري على سبيل الاستئناس الاجتماعي بين المعارف وغير المعارف، أو الروابط الاجتماعية أو أي نوع من الروابط التي تتم وتجري يوميا بين الناس.

وهي مجموعة من أفعال أو ردود أفعال تصدر عن أفراد جماعة معينة في موقف من المواقف الاجتماعية التي تعيشها الجماعة، وهي الجانب الظاهر للتفاعل الاجتماعي بين طرفين أو أكثر، بحيث يتكون لدى كل طرف صورة عن الآخر، وهي تؤثر سلباً أو إيجاباً على حكم كل منهما على الآخر. (آمزيان وناس، 2013: 641)

**تعريف (بيردوستل):** يعتبر أن "الاتصال نسق سلوكي مدمج، يقوم بتصنيف وضبط وحفظ السلوكيات، ويجعل العلاقات بين الناس ممكنة. (الظاهر خرف الله آخرون، 2009: 46) أما علماء النفس والإدارة والمهتمين باكتساب السلوك والتعلم يقولون أن الاتصال يمكن أن يكون وسيلة التأثير المتبادل بين الأفراد، وعليه فإن الاتصال من جهة نظرهم هو عبارة عن السلوك اللفظي والمكتوب الذي يستخدمه أحد الأطراف للتأثير في الطرف الآخر.

(عبد الرحمان الوافي، 2012: 131)

فيعرف (محمد محروس الشناوي، 1996) الاتصال بأنه يعني عملية متبادلة بين شخصين على الأقل أحدهما مرسل والثاني مستقبل، بينما لا يقصد التواصل الكلام الموجه لشخص آخر وإنما هو، الكلام مع شخص آخر، إنه عملية يجب أن تسير في كلا الاتجاهين. (محمد محروس الشناوي، 1996: 22)

ومن خلال هذه النظرة متعددة الزوايا لمفهوم الاتصال، يمكن القول بأن الاتصال هو عبارة عن نسق متكامل من السلوكيات، التي تتضمن أفعال وردود أفعال بغرض معين، تتشكل من خلالها تصورات ومدرجات لدى كل طرف من أطراف الاتصال عن الطرف الآخر، وعن موضوع وموقف الاتصال ككل، باتجاه تفاعل إيجابي يسمح بنمو العلاقة، أو باتجاه التفاعل السلبي وانقطاع العلاقة بين المتواصلين. ويعد الاتصال أو التواصل الشخصي أحد أنواع الاتصال الذي يجتمع فيه طرفي الاتصال بصورة مباشرة، حيث يعتبر الشكل النموذجي الذي يسمح لكل من المرسل والمستقبل بالتفاعل دون استخدام وسائط، كما يسمح بالملاحظة الآنية لكل منهما للآخر والرد على رسالته، مما يساعد كل منهما على فهم رسائل الآخر بشكل أفضل. ومن صور الاتصالات الشخصية التي تأخذ بعداً خاصاً ومتعدد العلاقات بمجال وموضوع هذه الدراسة، الاتصال بين الخطيبين، الذي يعتبر أحد المتغيرات البارزة في هذه الأطروحة.

**2- تعريف الإتصال بين الخطيبين:** هو استجابات سلوكية تعبيرية متبادلة بين الخطيبين تبين قدرتهما الإرسالية والاستقبالية للرسائل اللفظية وغير اللفظية التي يتم إرسالها عبر

قنوات التواصل اللفظي(الكلام)، وغير اللفظي(مثل العين والوجه والصوت والجسم) المختلفة في مواقف التفاعل المختلفة بينهما، والتي يعبران فيها على مختلف الانفعالات التي يعيشانها كما يدركها كل منهما حسب ما تشير إليه درجات استجابة الخطيب.

### 3- مراحل العملية الاتصالية:

تتم عملية التواصل عبر عدة مراحل يوجزها(دليو،2003) فيما يلي:

أ- إدراك أو تصور الرسالة من طرف المرسل الذي يقرر الإتصال بدافع مثير ما(فكرة، مشاعر، مثير خارجي....الخ)

ب- الترميز بتحويل المرسل للمعاني إلى رموز لغوية لفظية أو غير لفظية مناسبة.

ج- اختيار وسيلة أو وسائل الإتصال المناسبة لطبيعة الرسالة والمستقبل.

د- استقبال الرسالة وفك رموزها بتحويلها إلى معان لفهمها.

هـ- الاستجابة أو الرد على الرسالة ببثها للمصدر الذي يتحول إلى مستقبل.

و- استقبال الرسالة الجوابية وفك رموزها بتحويلها إلى معان لفهمها (فضيل دلو،2003: 10)

### 4- مكونات (عناصر) الاتصال:

لا تقوم عملية الاتصال إلا بوجود مجموعة من العناصر الأساسية نوجزها فيما يلي:

أ- المرسل: الناقل للفكرة أو المعلومة أو الاتجاه أو غير ذلك إلى شخص أو مجموعة أشخاص بهدف إثارة سلوك محدد لديهم.

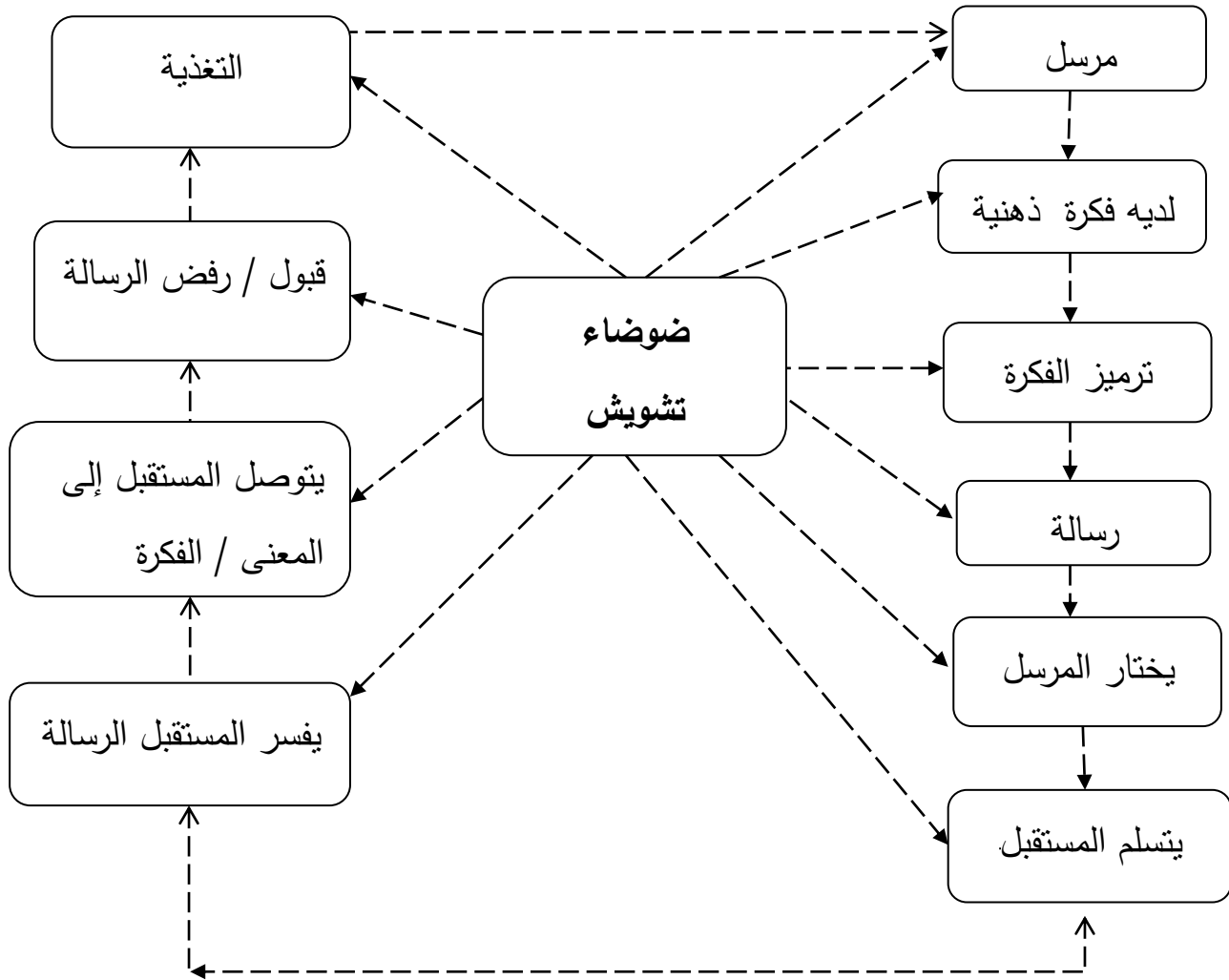
ب- المستقبل: وهو متلقي الرسالة الذي لا تتم بدون استجابته عملية الاتصال ويفترض أن تثير فيه الرسالة سلوكا أو دافعا أو اتجاها قد يكون سلبيا أو ايجابيا ويقع على عاتقه فهم الرسالة وفك رموزها .

ج- الرسالة : وهي المحتوى أو المعاني التي يحاول المرسل لن ينقلها للمستقبل، بهدف التأثير في سلوكه، وتتكون من مجموعة رموز مكتوبة أو مسموعة أو مرئية، والمتمثلة في الموضوع الذي يتناوله الخطيبين اثناء الاتصال.

د- القناة :الوسيلة المادية التي تنقل الرموز التي تشكل الرسالة وقد تكون هاتف او غيره .

هـ- التغذية الراجعة :عملية يعبر فيها المستقبل (الخطيب) عن مدى تأثره بالرسالة، سواء كان التأثير ايجابيا أو سلبيا. (فايزة حلاسة،2014: 159)

الشكل رقم (02) : خطوات / عناصر عملية الاتصال



(حسين حريم، 2009 : 17)

##### 5- أشكال الاتصال بين الخطيبين :

تتنوع أشكال الاتصال حسب مجاله إلى أنواع عديدة تصنف بدورها الأشكال التي تتدرج تحت كل مجال من مجالات الاتصال وفق عدة معايير.

وبما أن موضوع هذا البحث يركز على الاتصال في مجال العلاقة بين الخطيبين، فإن هذه العلاقة النوعية الخاصة تتميز أو تستخدم أشكالاً تواصلية مختلفة تحقيقاً لأهداف وأغراض وغايات الحياة المشتركة، ويمكن تقسيم التواصل في مجال العلاقة الزوجية بناءً على عدة معايير كما يلي:

## 5-1- من حيث اللغة المستخدمة بين الخطيبين

### أ- الاتصال اللفظي:

ويطلق عليه كذلك الاتصال الشفوي، وهو الأكثر شيوعاً بين الناس، ويتطلب حدوثه وجود متكلم ومستمع ورسالة. ولا يكون للرسالة معنى إلا بوجود لغة مشتركة بين المتكلم والمستمع لكي يتمكن الأخير من فهم الرسالة. (موسى محمد عمارة، 2012: 21)

ويقصد به في مجال العلاقة بين خطيبين، كل أشكال التواصل بينهما التي يستخدم فيها الكلام اللفظي (اللغة المنطوقة) باعتبارها أداة تفيد في تبادل الرسائل بين المرسل والمستقبل.

وعلى الرغم من أن بعض الباحثين قد يصنفون الصوت باعتباره أحد أشكال التواصل اللفظي، إلا أن أغلب الباحثين يصنفون الصوت بدلالاته الرمزية مثل: النبرة والسرعة والإرتفاع والإنخفاض والشدة والصمت... باعتباره أحد أشكال التواصل غير اللفظي، وليس اللفظي. (عائشة أحمد ناصر، 2009: 41)

### ب- الاتصال الغير لفظي:

يطلق عليه البعض اللغة الصامتة. وقد يسميه البعض باللغة غير المقطعية المتكونة من أصوات بسيطة...

بينما يسميه (جلين ويلسون 2000)، بلغة الجسد، ويعرفها بأنها لغة تستخدم بشكل لاشعوري، وتعبر عن الجوانب الأكثر حقيقية من ذواتنا، من مشاعرنا وانفعالاتنا وحاجاتنا واتجاهاتنا. وهذه اللغة هي الأكثر صعوبة في كتابتها، لكنها ربما كانت هي الأكثر أهمية في العلاقات الشخصية المتبادلة فيما بيننا. (عائشة أحمد ناصر، 2000: 41)

وللتواصل غير اللفظي أشكال مختلفة منها: الملابس والأدوات (المقتنيات)، حركات الجسم والإيماءات، وضع الجسم، سلوك الوجه والعين، سلوك اللمس، التذوق والشم، الفضاء الحيز المكاني أو المسافة بين الأشخاص أو ما يسمى بالحيز الشخص وغيرها، هذا الأخير (الحيز الشخصي أو المكاني للفرد)، يعتبر إلى جانب الأشكال السالفة الذكر للاتصال غير اللفظي، من بين العوامل التي تؤثر تأثيراً مباشراً على تفاعل الفرد مع غيره.

ويعرف الحيز الشخصي بالحدود غير المرئية التي تحيط بالفرد بمعنى أن الفرد نفسه هو الذي يحددها لنفسه ويتصور أنه يعيش داخلها وأنه ليس للغير أن يخترقها وأنه يحرم على من سواه تجاوزها. حفاظاً على شخصيته. هذه الحدود التي يرسمها الفرد ليست ثابتة

في كل المواقف فهي تقل وتزيد حسب الموقف الاجتماعي الذي يتواجد فيه وحسب طبيعة العلاقة القائمة بينه وبين الشخص أو الأشخاص الآخرين المتواجدين معه في نفس الموقف، بمعنى أنها حدود غير مرئية لكنها مرنة متغيرة باستمرار، فإذا ما حدث وانتهكت هذه الحدود بأن تجاوزها الغير اقتربا أو ابتعادا، وجدنا أن الفرد صاحب تلك الحدود يلجأ وبسرعة إلى ردود فعل تعويضية، إلى الشعور بالقلق والتوتر أو عدم الارتياح أو الانسحاب أو ما شابه ذلك. (علي عسكر ومحمد الانصاري، 2004: 155)

وللتواصل غير اللفظي أشكال مختلفة منها: الملابس والأدوات (المقتنيات)، حركات الجسم والإيماءات، وضع الجسم، سلوك الوجه والعين، سلوك اللمس، التدنوق والشم، الفضاء الحيز المكاني أو المسافة بين الأشخاص أو ما يسمى بالحيز الشخص وغيرها.

**\*وعلى هذا يشمل التواصل غير اللفظي بين الخطيبين الأشكال والعناصر التالية:**

- نوعية الصوت، والخصائص المميزة للحديث (الغزل والمودة، السخرية والتهكم ...)

- الطقوس المراسم، والعادات.

- التحية الوداع، والبروتوكولات.

- شبه اللغة أو اللغة المصاحبة (نوعية الصوت والضحك والكحة والبكاء ....)

- والرموز المعبرة عن مكانة الإنسان

- رموز (خاصة باستخدام الوقت والمكان، مثل: ترتيب المتواصلين والأشياء حولهم كترتيب جلوسهم، أو تجاهل شخص معين بقصد أو بغير قصد)

**ج - الاتصال المكتوب:**

ورد في تصنيف (جمال محمد أيوب 2006)، للاتصال من حيث الوسيلة المستخدمة مفهوم للاتصال المكتوب، وهو ذلك النوع الذي يعتمد على الكلمة المكتوبة، حيث يبذل جهدا في إعداد الرسالة وكتابتها وصياغتها ثم توجيهها للمستقبل، وحتى تكون الاتصالات الكتابية جيدة وواضحة، فلا بد من مراعاة اللغة البسيطة والكلمات المألوفة، وتجنب استعمال الألفاظ غير الضرورية. (فايزة حلاسة، 2014: 160)

ويقصد به تدوين الرسائل في صورة مادة مكتوبة بين الخطيبين مثل الرسائل النصية عبر الهاتف.



د- الاتصال الشفوي: هي تلك التي يتم نقل المعلومات او المكالمات خلالها عن طريق تبادل الحديث بين الخطيبين مباشر أو عن طريق الهاتف او بخلاف ذلك من مثل هذه الوسائل.

## 5-2- وظائف التواصل غير اللفظي بالنسبة للتواصل اللفظي تتمثل في:

### أ-التعبير عن المعنى :

حيث يستخدم التواصل غير اللفظي غالبا للتعبير ولنقل مشاعرنا نحو الأشخاص الآخرين، ونقل رؤيتنا ووجهة نظرنا حول علاقتنا بهم، حيث نستطيع بواسطة التواصل غير اللفظي أن نعبر عن مشاعر الحب (حيث يمكن لابتسامة أو لأي تعبير بالوجه أن ينقل تلك المشاعر)، وعن الحالة المزاجية الراهنة التي تعكس تقييمنا لأهمية علاقتنا مع الآخر، وعن حساسيتنا نحو الآخر التي تعكس مدى ونوع وعينا وادراكنا للآخر الذي نتواصل معه، كما تعكس درجة الانسجام التي نشعر بها نحوه.

### ب- تعديل الرسائل اللفظية :

رغم أنه يمكن لبعض التعبيرات غير اللفظية أن ترسل بوضوح المعنى دون حاجة معها إلى الكلام والتعبير اللفظي ليتم نقل المعنى بالشكلين التواصلين: اللفظي وغير اللفظي، إلا أن تعبيرات غير لفظية أخرى لابد أن تعمل في إطار موحد متناسق مع الكلام ليتم نقل المعنى بدرجة الوضوح المطلوبة، وفي هذه الحالة فإن وظيفة التواصل غير اللفظي في علاقته بالتواصل اللفظي هي أن يكمل التواصل اللفظي أو يؤكد أو يكرره أو يعارضه ويناقضه أو يكون بديلا عنه.

### ج- تنظيم جريان ( مجرى أو سياق ) التفاعل :

حيث ينظم التواصل غير اللفظي التواصل اللفظي ( الكلام)، فعندما يتحدث شخصان، تكون مهمة التواصل غير اللفظي مثلا هي تحديد أدوار المتكلمين، أو منع لحظات التوقف الطويلة، أو تغيير المواضيع، أو الإشارة إلى الوقت المناسب لإنهاء المحادثة...وبتحديد أدق في التعبير وباستخدام اصطلاحات ومفاهيم اختصاصية، فإن وظيفة التواصل غير اللفظي هي ببساطة التنظيم والإشراف على التواصل، فهو يلعب دور المشرف على مهمة ما ليسهل القيام بها على وجهها الصحيح. (عائشة أحمد ناصر، 2009: 11)

## 6- المكالمات الهاتفية بين الخطيبين

**6-1- تعريف الهاتف:** هو عبارة عن جهاز اتصال صغير الحجم مربوط بشبكة للاتصالات اللاسلكية والرقمية تسمح ببث واستقبال السائل الصوتية والنصية والصور عن بعد وبسرعة فائقة .  
(فضيل دليو، 2003: 170)

**بمعنى آخر:** هو أحد أشكال ادوات الاتصال والذي يعتمد على الاتصال اللاسلكي عن طريق شبكة من ابراج لبث الموزعة ضمن مساحة معينة. ونظرا لطبيعة مكوناته الالكترونية واستقلاليتها العملية عدم ارتباطه المادي المباشر فقد يوصف بالخلوي او النقال او الجوال او المحمول.  
(فؤاد شعبان، د س: 149)

الهاتف النقال هو عبارة عن جهاز صغير الحجم ويعد استحداثا لاختراع الهاتف القديم كونه يستخدم بطريقة لاسلكية ويسمح بإجراء المكالمات الهاتفية وتبادل الرسائل والصور بين أشخاص تفضلهم مسافات بعيدة.

## 6-2- تعريف المكالمات الهاتفية بين الخطيبين

هي جسر للتواصل بين الخطيبين وهي وسيلة للتعبير عن الحب والمشاعر المتدفقة والاشواق المتلهفة بينهما عبر الهاتف.

## 7- أشكال المكالمات في ضوء تطور تكنولوجيا الاتصال:

تكنولوجيا الاتصالات من اهم الثورات التي حدثت في المجالات التكنولوجية وأكثرها انتشارا بين الافراد فالتطور في الاتصالات لا يتوقف منذ عهد الانسان الاول بالبحث على الوسائل التي تقرب المسافات بين الناس وتزيد من قدرتهم على التواصل في أي وقت.

حيث تطورت وتنوعت وسائل وطرق الاتصال قديما، فقد استخدم الانسان في بداياته طرق التواصل المتعددة، كالرسم على الجدران في الكهوف وغيرها ومع مرور الوقت استطاع ان يطور اللغات المختلفة التي تنتوع الآن تنوعا كبيرا وبعد ذلك طور الانسان وسائل نقل المعلومات عن طريق كتابة الرسائل على الأوراق والرقاع الجلدية وغيرها، وكل هذه الطرق كانت طرقا طويلة تستنزف الوقت والجهد في عملية نقل الرسائل بين الاشخاص عدا عن عدم فاعليتها في الظروف الطارئة.

بعد عصر النهضة وتطور العلوم في القرون الاخيرة استطاع الانسان تطوير وسائل اتصال عرفت بوسائل الاتصال الحديثة، والتي تعتبر اعجازا من اعجازات هذا العصر، حيث تطورت وسائل الاتصال بين الناس منذ قديم الزمان فانطلقت الى سماعة الهاتف بين الخطيبين مستقبل ومتلقي الى الهواتف الذكية الذي انتشرت في جميع انحاء العالم، فبالإضافة الى المكالمات الهاتفية بين الخطيبين فقد تطور مفهوم الهاتف والمكالمات واصبحت تأخذ اشكال عديدة من مكالمات هاتفية غير مباشرة عن طريق الهاتف الى مكالمات الفيديو التي زادت فعاليتها بعد الجيلين الثالث والرابع من الانترنت ومكالمات مباشرة بالصوت والصورة أو اتصال الكتروني متعدد الوسائط. فلا يمكن أحد أن ينكر الدور الذي تمارسه التكنولوجيا الحديثة عبر العالم كافة، او على طبيعة العلاقات التي تربط أفراد في المجتمع، فقد اضحى الهاتف أهم وسيلة تحدد مسار وطبيعة العلاقة في الحياة (الزواج) فمرحلة الخطوبة وعلى قدر اهميتها في نجاح واستمرار مشروع الزواج أصبحت مرتبطة بطبيعة المكالمات الهاتفية بين الخطيبين.

## خلاصة الفصل

في نهاية هذا الفصل نستخلص أن التواصل كسلوك بشري، وكممارسة اجتماعية ضرورية للتفاعل مع الآخر وبناء العلاقات الاجتماعية واستقرارها واستمرارها، ونستخلص أن الاتصال بين الخطيين لديه أشكال عديدة منها المباشر وغير المباشر واللفظي وغير لفظي.... الخ. وهذا ما تطرقنا إليه في هذا الفصل، بالإضافة لتشابك وتداخل عناصره ومكوناته ومراحله. فهو وسيلة تأثير ونقل الأفكار والمشاعر والحالات الوجدانية أو تغييرها وذلك من خلال المكالمات الهاتفية التي تجري بين الخطيين حيث تعتبر وسيلة للتعبير عن ثقافة وسلوك كل طرف وأهدافه في حياتهم المستقبلية المشتركة.

الجانِب المِيداني

## الفصل الرابع

### اجراءات الدراسة الميدانية

#### تمهيد

- 1- منهج الدراسة.
  - 2- الدراسة الاستطلاعية.
  - 3- عينة الدراسة الاستطلاعية.
  - 4- أداة الدراسة.
  - 5- الخصائص السيكمترية للأداة
  - 6- عينة الدراسة الأساسية
  - 7- الأساليب الإحصائية المتبعة.
- خلاصة الفصل

## تمهيد:

تتوقف دقة النتائج المتحصل عليها في أي دراسة على الإجراءات التطبيقية التي يتبناها الباحث لدراسة موضوع ما، وفي هذا الفصل سنتطرق إلى المنهج المستخدم في الدراسة بالإضافة إلى الدراسة الاستطلاعية والأساسية والتطرق أيضا إلى وصف العينة وأدوات جمع البيانات.

### 1- منهج الدراسة:

إن أي دراسة علمية لابد ان تعتمد على المنهج السليم الذي يساعدنا في البحث، حيث لا يمكن لأي باحث الاستغناء عنه، فيعرف المنهج بأنه الإطار الفكري لتوجيه الباحث، وهو فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار من أجل البرهنة على الحقائق كما يعد تصور، وترتيب البحث، فهو إذا كيفية التصور، وتخطيط العمل حول موضوع دراسة ما.

وقد تعددت تعاريفات العلماء لكلمة منهج، لكن أصل الكلمة يعني الطريقة، وبالتالي فإن التعريف العام والبسيط لهذه الكلمة هو أنه الطريقة المتبعة في دراسة وتحليل موضوع معين أو هو مجموعة الخطوات المتبعة في تفسير وتحليل ظاهرة ما، ومع ذلك هناك العديد من التعريفات لهذه الكلمة. (عامر مصباح، 2006: 2)

ونظرا لطبيعة الموضوع الذي نسعى من خلاله للكشف عن مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية اتبعنا المنهج الوصفي بأسلوبيه الاستكشافي و المقارن ، والذي يعرف بأنه " أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج عملية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة. (عبيدات، 1999: 46)

وتم اختيارنا لهذا المنهج كونه الأنسب لهذه الدراسة.

### 2- الدراسة الاستطلاعية:

تستخدم البحوث الاستطلاعية في المراحل الاولى للتخصصات المختلفة وتمثل البنية الاولى للدراسة الميدانية كما تعتبر من الدراسات الهامة لتمهيدها للبحث العلمي وتعريفها للظروف التي سيتم فيها.

وتسمى الدراسة الاستطلاعية بالدراسة الكشفية أو التمهيدية، وتعتبر أول خطوة في سلسلة البحث الاجتماعي، ويتوقف العمل في مراحل البحث الأخرى التي تلي الدراسة الاستطلاعية على البداية الصحيحة والملائمة التي تخطوها هذه الدراسة. (أحمد خضر، 2013: 77)

#### أ- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على المجتمع الأصلي
- تحديد عينة الدراسة الأساسية
- استطلاع الظروف المحيطة بالعينة
- التدريب على تطبيق المقياس أو الأداة المستخدم في الدراسة لضمان تطبيقها على الدراسة الأساسية بشكل أفضل.
- تجريب الاداة ميدانيا للكشف عن جوانب القصور إن وجدت بحيث يتم تعديلها على ضوء ما تسفر عليه الدراسة الاستطلاعية.
- تقدير الوقت الذي يمكن ان يستغرقه تطبيق الأداة وما يمكن أن تستغرقه الدراسة الأساسية.
- التحقق من الخصائص السيكومترية للأداة.

#### 3- عينة الدراسة:

العينة هي عبارة عن مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجري عليها الدراسة. (مرابطي، نجوى، 2009: 96)

#### - مجالات الدراسة الاستطلاعية:

##### 1- المجال المكاني:

أجريت الدراسة الاستطلاعية في جامعة الشهيد حمه لخضر بولاية الوادي.

##### 2- المجال الزمني: تم اجراء الدراسة الاستطلاعية خلال شهر فيفري للسنة الدراسية

2018/2017

##### 3- المجال البشري: أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة تتكون من (30) طالبة

جامعية من جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي وقد اخترنا هذه العينة بأسلوب غير عشوائي من مجتمع الدراسة.



#### 4- أداة الدراسة:

هناك عدة طرق يمكن للباحث استخدامها لجمع البيانات اللازمة لبحثه، واستخدمنا الأداة التي رأيناها تناسب هذه الدراسة وهو الاستبيان، الذي يعرف بأنه "سلسلة من الأسئلة أو المواقف التي تتضمن بعض الموضوعات النفسية أو الاجتماعية أو التربوية أو البيانات الشخصية يطبق على الأفراد أو المجموعات بهدف الحصول على بيانات خاصة بهم أو ببعض المشكلات التي تواجههم. (منسي، 2002: 93)

#### وصف الأداة:

وقد تم تصميم هذه الأداة من طرف الطالبة، واشتملت هذه الأداة على 20 فقرة تتكون من أربعة أبعاد وهي كالتالي:

#### جدول رقم (02) يوضح أبعاد الأداة

| الابعاد         | البندود                |
|-----------------|------------------------|
| شكل المكالمات   | 1 - 2 - 3 - 4 - 5      |
| مدة المكالمات   | 6 - 7 - 8 - 9 - 10     |
| فترة المكالمات  | 11 - 12 - 13 - 14 - 15 |
| مضمون المكالمات | 16 - 17 - 18 - 19 - 20 |

ومفتاح التصحيح الذي اعتمدنا عليه في الاستبيان يحتوي على بديلين (نعم، لا) كما هو موضح في الجدول التالي:

#### الجدول رقم (03) يوضح مفتاح تصحيح الاستبيان

| البدائل | نعم | لا |
|---------|-----|----|
| الدرجة  | 2   | 1  |

#### 5- الخصائص السيكمترية للأداة:

حتى يتأكد الباحث من صلاحية الأدوات المستعملة لجمع البيانات، والوثوق بنتائجها وجب عليه التأكد من صدقها وثباتها، لذا قمنا في إطار الدراسة الاستطلاعية بحسابهما كالتالي:

## 5-1- صدق المقياس:

يعتبر الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها في بناء الاختبارات، لكي يسمى الاختبار صادق أي يكون الاختبار قادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع لأجلها. (سعد، 1998: 183)

ويعرفه روبرت أيل: بأنه الدقة التي يقيس بها الاختبار ما يجب أن يقيسه. (كوافحة، 2005: 109)

ولإيجاد صدق الاستبيان اعتمدنا على الطرق التالية:

### 5-1-1- الصدق الظاهري (صدق المحكمين):

يقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة الاختبار لما يقيس، ولمن يطبق عليهم ويبدو مثل هذا الصدق في وضوح البنود، ومدى علاقتها بالقدرة أو السمة أو البعد الذي يقيسه الاختبار، وغالبا ما يقرر ذلك مجموعة من المتخصصين في المجال الذي يفترض أن ينتمي إليه هذا الاختبار. حيث يأخذ بعين الاعتبار مدى اتفاه مع إطار مجتمع الأفراد الذي صمم من أجله. (سعد، 1998: 175)

ويقصد به مدى تمثيل بنود المقياس أو الاختبار لمحتوى السمة سمة موضوع القياس ويتم الحكم على ذلك عن طريق مجموعة من الخبراء والمختصين (المحكمين) في المجال ويركز الحكم على درجة تمثيل البنود للمكونات الأساسية للسمة، فصدق المحتوى هو الدليل على شمول الاداة تمثيلها للمحتوى. (مراد وآخرون، 2005: 351)

حيث قمت بعرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين المختصين لقسم العلوم الإجتماعية بجامعة حمه لخضر بالوادي، عددهم 07 أساتذة ذوي درجات علمية واختصاصات مختلفة. وبعد جمع الاستمارات الخاصة بالتحكيم أجريت بعض التعديلات على بعض الفقرات بناء على ملاحظات المحكمين، والجدول التالي يوضح بعض التعديلات:

**الجدول رقم (04) يوضح العبارات قبل التعديل وبعد التعديل**

| البند | العبارات قبل التعديل                                      | العبارات بعد التعديل                                            |
|-------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 2     | انزعج من مكالمات خطيبي في المواقف الخاصة(الحافلة، المطعم) | انزعج من مكالمات خطيبي في بعض المواقف المحرجة (الحافلة، المطعم) |
| 7     | اشعر بالاستياء من رفض خطيبي الاتصال بي عبر الهاتف         | اشعر بالاستياء عند رفض خطيبي الاتصال بي عبر الهاتف              |
| 10    | يقلقني خطيبي من مكالماته القصيرة عندما يتصل بي            | يقلقني خطيبي بسبب مكالماته القصيرة                              |
| 12    | يزعجني خطيبي بمكالماته في الصباح وقت الدراسة              | يزعجني خطيبي بمكالماته وقت الدراسة                              |
| 15    | أشعر بمتعة عندما اتحدث الى خطيبي او اسمع صوته             | أشعر بمتعة عندما يحدثني خطيبي وقت فراغي                         |
| 18    | الرنه الخاصة بخطيبي تمثل بالنسبة لي منبه للشعور بالسعادة  | أشعر بالسعادة عند محادثة خطيبي عن مستقبل علاقتنا                |

**5-1-2- الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):**

- **صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):** قمنا بترتيب درجات العينة الاستطلاعية ترتيباً تصاعدياً حسب الدرجة الكلية للمقياس، ثم ميزنا بين مجموعتين من أفراد العينة البالغة 30، مجموعة عليا تكونت من 9 فردا وأخرى دنيا تكونت من 9 فردا، بعد ذلك تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمستويين، ثم حساب قيمة "ت" للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين الدنيا والعليا، والجدول التالي يوضح ذلك:

**جدول رقم (05) قيمة ت بين درجات المجموعتين الدنيا والعليا للمقياس**

| المجموعتين      | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | اختبار ت | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-------|-----------------|-------------------|----------|-------------------|
| المجموعة الدنيا | 9     | 29.6            | 1.5               | -        | دالة 0.01         |

|                 |   |      |     |      |  |
|-----------------|---|------|-----|------|--|
| المجموعة العليا | 9 | 35.4 | 0.9 | 10.1 |  |
|-----------------|---|------|-----|------|--|

ومن خلال الجدول رقم (05) يتبين أن القيمة "ت" (-10.1) دالة عند 0.01 مما يجعل المقياس يتمتع بصدق تمييزي عال.

### 5-1-3- صدق الاتساق الداخلي:

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي، ندرس معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس، وذلك بجمع درجات كل بعد منفردا لكل فرد من أفراد العينة الاستطلاعية، ثم نقوم بحساب الدرجة الكلية لأبعاد كل مقياس، ثم نوجد ارتباط درجات كل بعد مع الدرجة الكلية باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وباستعمال برنامج الحزمة الاحصائية SPSS فكانت النتائج كالتالي:

جدول (6) معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية

|   | الأبعاد            | قيمة معامل الارتباط | مستوى الدلالة      |
|---|--------------------|---------------------|--------------------|
| 1 | بعد شكل المكاملة   | 0.46                | دال عند مستوى 0.05 |
| 2 | بعد مدة المكاملة   | 0.74                | دال عند مستوى 0.01 |
| 3 | بعد فترة المكاملة  | 0.67                | دال عند مستوى 0.01 |
| 4 | بعد مضمون المكاملة | 0.60                | دال عند مستوى 0.01 |

يتضح من الجدول أن ثلاثة معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0.01 وواحدة 0.05 أي أن هناك ارتباطا ايجابيا بين الأبعاد والمقياس ككل، مما يدل على صدق المقياس في اتساقه الداخلي.

### 5-2- ثبات المقياس:

وهو مدى إعطاء الاختبار نفس الدرجات، أو القيم لنفس الفرد أو الأفراد إذا ما تكررت عملية القياس. (عوض، 1998: 55)

ويعني الثبات أيضا مدى الدقة والاستقرار والاتفاق في نتائج الأداة التي طبقت مرتين فأكثر على نفس الخاصية في مناسبات مختلفة. (معمرية، 2007: 167)

الثبات : هناك طرق عديدة لحساب الثبات نطبق منها في دراستنا:

#### 5-2-1- طريقة التجزئة النصفية:

نقوم بتقسيم المقياس إلى فقراته الفردية والزوجية، ثم نستخدم درجات النصفين، في حساب معامل الارتباط بينهما، فنتج معامل ثبات نصف المقياس، وبعد ذلك نقوم باستخدام معادلة سبيرمان براون لحساب معامل ثبات المقياس.

وقد قمنا باستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة للمقياس من خلال برنامج SPSS والجدول التالي يلخص ذلك

جدول رقم (07): معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس بمعادلة سبيرمان براون

| عدد العينة | عدد البنود | معامل الثبات بالتجزئة النصفية |
|------------|------------|-------------------------------|
| 30         | 20         | 0.81                          |

من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ أن معامل ثبات المقياس حيث كانت درجته بطريقة التجزئة النصفية يقدر ب (0.81) مما يدل على أن المقياس مرتفع ومقبول.

#### 5-2-2- طريقة معامل ألفا كرونباخ:

حيث حصلنا على قيمة المبينة في الجدول التالي

جدول رقم (08): معامل ألفا كرونباخ للمقياس

| عدد العينة | عدد البنود | معامل الثبات ألفا كرونباخ |
|------------|------------|---------------------------|
| 30         | 20         | 0.74                      |

من خلال النتائج المبينة تشير البيانات في الجدول إلى قيم معامل الثبات للمقياس عن طريق معامل ألفا كرونباخ تقدر ب (0.74)، مما يعني أن الثبات قوي ومقبول احصائياً.

#### 6- عينة الدراسة الأساسية:

بعد التأكد من صلاحية المقياس الموجه للطالبات، قمنا بعملية تطبيقه في الميدان، حيث تم توزيع الاستبيان على عينة الدراسة الأساسية وشملت (160) طالبة من مختلف

الكلية، وقد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية صدفية من المجتمع الأصلي والذي يمثل طالبات جامعة الشهيد حمة لخضر بالوادي للموسم الجامعي 2018/2017 .

#### 7- الأساليب الإحصائية المتبعة:

إن الأساليب الإحصائية هي أحد الدعائم الرئيسية التي تقوم عليها الطريقة العلمية في البحث، تحديدا في العلوم الإنسانية والاجتماعية، وقد تم الاعتماد في معالجة نتائج الدراسة الأساسية على الأساليب الإحصائية وهي نظام الحاسوب وبالاعتماد على برنامج الحزمة الإحصائية الخاص بالعلوم الاجتماعية "spss" لحساب الخصائص السيكومترية للدراسة (الصدق، الثبات) المتوسط الحسابي واختبار (ت) وسبيرمان براون.

## خلاصة الفصل

في نهاية هذا الفصل نختصر أهم النقاط التي تطرقت إليها، المتمثلة في جميع إجراءات الدراسة الميدانية، تضمنها اختيار المنهج الوصفي الاستكشافي باعتباره المنهج المناسب للكشف عن مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية، كما تم التعرف على عينة الدراسة وميدان الدراسة من خلال اجرائنا للدراسة الاستطلاعية، للتأكد من صحة أداة القياس وإمكانية تطبيقها على العينة في الدراسة الأساسية، كما تم تحديد الأساليب الإحصائية المعتمدة. وفي الفصل التالي سيتم التطرق الى عرض أهم النتائج التي توصلنا إليها ومناقشتها وتحليلها.

# الفصل الخامس

## عرض ومناقشة النتائج

### تمهيد

- 1- عرض وتحليل نتائج الدراسة.
- 2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة.
- 3- استنتاج عام.
- 4- اقتراحات وآفاق الدراسة.



## تمهيد

بعد تعرضنا في الفصل السابق الى اهم الاجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية والدراسة الاساسية وما جاء فيها من تفاصيل حول الادوات المستخدمة وخصائصها السيكمترية سوف يتم في هذا الفصل أولا عرض النتائج المتوصل إليها خلال هذه الدراسة الحالية، ثانيا نقوم بتحليل النتائج ومناقشتها بالرجوع إلى الإطار النظري للإجابة عن تساؤلات الدراسة.

### 1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

#### 1-1- عرض نتائج التساؤل الفرعي الأول:

وتنص على ما يلي: هل يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير السن؟  
وللتحقق من صحة هذه الفرضية استخدمنا اختبار (ت)، وفيما يلي عرض للنتائج التي اسفرت عنها المعالجة الاحصائية.

جدول رقم (09): قيمة "ت" في الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير السن او العمر.

| المجموعتين   | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة اختبار "ت" | الدالة الإحصائية      |
|--------------|-------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------------|
| مراهق او شاب | 53    | 30.16           | 2.63              | -2.68           | دالة عند المستوى 0.01 |
| شاب ناضج     | 107   | 31.46           | 2.98              |                 |                       |

بعد تفريغ البيانات ومعالجتها باستخدام spss برنامج حيث حصلنا على النتائج المبينة في الجدول (09). ما يمكننا الوقوف عنده من القيم الموضحة في الجدول رقم (09) هو انه يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا للسن، عند مستوى الدلالة (0.01) ولك بالرجوع الى قيم "ت" (-2.68) التي تعتبر دالة إحصائيا وتشير بذلك أنه يوجد فروق أو اختلاف.

### 3-1- عرض نتائج التساؤل الفرعي الثاني:

هل يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا للبيئة الاجتماعية؟

وللتحقق من صحة هذه الفرضية استخدمنا اختبار (ت)، وفيما يلي عرض للنتائج التي اسفرت عنها المعالجة الاحصائية.

جدول رقم (10): قيمة "ت" في الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية

| المجموعتين | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة اختبار "ت" | الدالة الإحصائية          |
|------------|-------|-----------------|-------------------|-----------------|---------------------------|
| قرية       | 68    | 31.00           | 2.87              | -0.19           | غير دالة عند المستوى 0.05 |
| مدينة      | 92    | 31.00           | 2.99              |                 |                           |

نلاحظ من خلال القيم الموضحة في الجدول رقم (10) انه لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا للبيئة الاجتماعية حيث بلغت قيم "ت" (-0.19) وهي قيم غير دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05).

### 4-2- عرض نتائج التساؤل الفرعي الثالث:

هل يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لكيفية الارتباط؟

وللتحقق من صحة هذه الفرضية استخدمنا اختبار (ت)، وفيما يلي عرض للنتائج التي اسفرت عنها المعالجة الاحصائية.

جدول رقم (11): قيمة "ت" في الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير كيفية الارتباط؟

| المجموعتين        | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة اختبار | الدلالة الإحصائية         |
|-------------------|-------|-----------------|-------------------|-------------|---------------------------|
| خطوبة تقليدية     | 75    | 31.00           | 2.75              | 0.01        | غير دالة عند المستوى 0.05 |
| تعارف قبل الخطوبة | 85    | 31.00           | 3.09              |             |                           |

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن قيمة "ت" تساوي (0.01) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، أي أنه لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة.

## 2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

بعد عرض نتائج التساؤلات الدراسة سيتم تفسير هذه النتائج في ضوء الإطار النظري والميداني للدراسة.

**2-1 مناقشة وتفسير التساؤل الفرعي الأول: نص هذا التساؤل على ما يلي: هل يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير السن؟**

من خلال عرض نتائج التساؤل الأول في الجدول رقم (09) أثبتت نتائج هذه الدراسة أنه يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا لمتغير السن أو العمر، وبما أن فترة الخطوبة تعتبر الفترة التي يطلع فيها كل فرد على سلوكيات الآخر، مما يساعد كلا الطرفين الآخر على التأهيل وهذا لا يحدث إلا بالمكالمات الهاتفية وبعض اللقاءات التي تمكنهما من معرفة الجانب الآخر والتطرق لما هو مقبل عليه. لكن في أغلب الأحيان تكون وسيلة الاتصال هذه تمثل مصدر ضغط بالنسبة لمستعمليها. وذلك تبعا للسن، حيث طبقنا أداة الدراسة على الطالبات المراهقات من 18 سنة الى 21 سنة والطالبات الناضجات من 22 سنة الى 28 سنة، حيث بلغ عدد الطالبات

المراهقات (53) طالبة والطالبات الناضجات (107) طالبة وهذا ما اكدته نتائج الدراسة الحالية، حيث اشارت هذه النتائج الى وجود اختلاف بين الطالبات في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا للعمر او السن، طبعا المكالمات الهاتفية لها ان تقوي العلاقات بين الخطيبين وذلك بالتحدث عن امورهم المستقبلية. كذلك الاتصال بين الطرفين أو الخطيبين يجعل كل طرف يكتشف سلبيات الطرف الآخر وقد يجعل مقدار المحبة والألفة بينهما أعمق، فالهاتف هو وسيلة لتقرب الطرفين ومعرفة بعضهم البعض وتناول العديد من النقاط لتناول جسر السعادة الزوجية. ومن ناحية اخرى ان الهاتف في بعض الاحيان هو من ينهي العلاقة بين الخطيبين خاصة وان في زماننا هذا اصبحت المكالمات بالمجان أي لم تعد تعتمد على الرصيد، فيجد الطرفان نفسيهما يدخلان في محادثات لم تكن واردة وبالتالي تتجر عنها ضغوط ومشاكل كثيرة، خاصة ان الطالبة لديها مجموعة من الأنظمة والتزامات بالمحاضرات والامتحانات واجراء البحوث، واهتمامها الزائد بدروسها والحرص على معدلات مرتفعة تجعلها تتغلب على كل تلك الضغوط التي قد تعيقها على دراستها لتحقيق دافعيتهما للتعلم. وبالتالي نجد ان الضغوط النفسية الناجمة عن المكالمات الهاتفية تختلف من طالبة إلى أخرى تبعا للسن.

## 2-2- مناقشة وتفسير التساؤل الفرعي الثاني: نص هذا التساؤل على ما يلي: هل يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعا للبيئة الاجتماعية؟

من خلال عرض نتائج التساؤل الثاني اثبتت نتائج هذه الدراسة أنه لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية سواء كان في الريف او المدينة.

ان رصد مدى تعارف الخطيبين قبل الزواج يساهم في إلقاء الضوء على الاجواء التي يتم فيها تعارف الخطيبين ومدى تبادل الآراء والافكار، وارتباط ذلك كله بقرار الزواج المبني على القبول والتفاهم بين الخطيبين وأسريهم، ولا شك ان رصد مدى تعارف الخطيبين قبل الزواج له انعكاساته على قرار الزواج وعلى نجاحه واستمراريته، بالإضافة إلى ارتباطه بمستوى تحرر المرأة والمجتمع وانفتاح المناخ والبيئة الاجتماعية.

حيث نجد سابقا ان الطالبة الجامعية التي هي في فترة الخطوبة التي تنشأ في الريف تختلف عن الطالبة الجامعية التي تنشأ في المدينة وذلك نظرا لإختلاف العادات والتقاليد والبيئة الاجتماعية التي تنشأ فيها في الريف او المدينة. الأمر الذي يبين أثر الضغوط الأسرية والاجتماعية على قرار الزواج واختلافه إلى حد ما بين الريف والمدينة وخاصة في العقود الزمنية السابقة حيث كانت معظم النساء الريفيات يقبلن أو ينصعن إلى حد ما إلى العادات والتقاليد والمعايير الاجتماعية السائدة وخاصة فما يتعلق بقضايا الزواج، أما في المرحلة المعاصرة وحين تحققت في إطار المجتمع ككل وفي إطار المجتمع الريفي بشكل خاص تحولات جذرية في صميم البنى والعلاقات الاجتماعية وشمل التقدم الاقتصادي والاجتماعي والفكري مختلف الفئات الاجتماعية، وحقق للمرأة تقدما وارتقاء ملحوظا في ظل مناخ سياسي واجتماعي يدعم المرأة في الريف ويفتح أمامها الفرص والآفاق لتحقيق التحرر والمساواة والعدالة، فإن الأوضاع قد تبدلت وانعكست ملامح ومؤشرات التقدم على القرارات الشخصية والعامة للمرأة.

ونجد ان وسائل الاتصال الحديثة والمتطورة قد قربت بين أركان المعمورة، وليس البلد الواحد فحسب، وبالتالي أضحى هناك نوع من التقارب بين العادات في الريف والمدينة إلى حد ما وذلك نظرا للتطورات المنشودة في المجتمع كذلك نظرا لتحرر المرأة والبيئة الاجتماعية. حيث اصبحت الطالبة الجامعية التي تنشأ في الريف لا تختلف عن الطالبة الجامعية التي تنشأ في المدينة من حيث الضغوط النفسية المتعلقة بالمكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة، وهذا ما أكدته نتائج هذه الدراسة وأثبتت انه لا يوجد اختلاف ولا يوجد فروق في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة، وذلك من خلال الجدول رقم (10) الذي يوضح انه لا يوجد اختلاف بينهما، وقد كانت اعداد الحالات في المدينة اكبر منها في الريف حيث بلغ عدد الحالات في المدينة (92) طالبة بينما في الريف (68) طالبة. وكانت معظم تلك الحالات قد تبينت لدى الطالبات اللواتي كانت أعمارهن بين 18-19 سن.

2-3- مناقشة وتفسير التساؤل الفرعي الثالث: نص على هذا التساؤل على ما يلي: هل يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة تبعاً لكيفية الارتباط؟

لقد اثبتت نتائج الأساليب الاحصائية المعتمدة في الدراسة على أنه لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعاً لكيفية الارتباط سواء كان علاقة حب سابقة أو خطبة تقليدية.

من المعروف ان لكل مرحلة تاريخية طرقاً للتعارف ومجالات للتحرك في مسائل الخطبة والزواج وقد يحضر مجتمع ما في فترة زمنية ما أي إمكانية التعارف شخصي بين الخطيبين إلا عن طريق الأهل الذين يقومون بمهمة البحث عن الخطيبة المنشودة. وقد يكون هناك مجالات للتعارف في إطار الزيارات بين الأقارب والجيران وفي إطار الحي ثم المدرسة والجامعة وفي إطار العمل والمناسبات الاجتماعية. وبالتالي كيفية الارتباط بين الخطيبين قد تكون خطبة تقليدية وقد تكون علاقة حب سابقة.

حيث أشار الجدول رقم (11) الى الحالات التي كان فيها كيفية الارتباط خطبة تقليدية أي ان المعرفة كانت أثناء الخطبة فقط قد بلغت (75) طالبة جامعية وتوزعت بشكل متقارب بين الريف والمدينة وكانت معظم تلك الحالات كانت أعمارهن دون 19 سنة.

أما عدد الحالات التي أشيرت فيها كيفية الارتباط كانت عن طريق علاقة حب سابقة بلغت (85) طالبة وكانت أكثر من الخطبة التقليدية، نظراً لكون العينة المختارة للدراسة من الطالبات المخطوبين من مختلف الأعمار، وبالتالي بينت هذه الدراسة ان الطالبة الجامعية التي كانت على علاقة حب سابقة لا تختلف عن الطالبة الجامعية التي كان ارتباطها عبارة عن خطبة تقليدية أي لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعاً لكيفية الارتباط.

### 3- الاستنتاج العام:

يوفر عرض ومناقشة نتائج هذه الدراسة قالبا نظريا وصورا واقعية وميدانية وملاحح منهجية يمكن ان تشكل منطلقات غنية بالمتغيرات والقضايا الجديرة بالدراسة والبحث فيما يتعلق بسلوكيات الخطوبة والضغط النفسي لدى الطالبة الجامعية الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة في المجتمع الجزائري.

إذ من خلالها يمكن الوقوف على مجموعة من الاستنتاجات المبررة والمبرهن عليها من خلال محاولتنا لضبط ما أمكن المنهج والوسائل المعتمدة في تفحصها ودراستها، وكذا التوصل إلى وضع مجموعة من المقترحات البحثية والدراسية كآفاق لاحقة للعمل العلمي، وتوصيات يمكن من خلالها تطوير البحث والتطبيق في هذا المجال. ومن بين أهم الاستنتاجات ومعالجة البيانات الاحصائية ومناقشتها تم التوصل الى النتائج التالية:

يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعا لمتغير السن؟  
لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية تبعا لمتغير البيئة الاجتماعية؟  
لا يوجد اختلاف في مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية لمتغير تبعا لكيفية الارتباط؟  
وتوصلنا إلى ان المصدر الأكثر تأثيرا في الطالبات هو مصدر مدة المكالمات ويليه فترة المكالمات ومضمون المكالمات بعدها مصدر شكل المكالمات.

### 4- اقتراحات وآفاق الدراسة:

لقد تناولت هذه الدراسة مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية، هذه الدراسة دراسة جديدة ولم نجد أي دراسات مشابهة لها وفي ضوء نتائج هذه الدراسة وتفسيرها يمكن اقتراح التوصيات الآتية:

- 1- وضع استراتيجية اعلامية تهدف الى توعية الطالبة الجامعية التي في فترة الخطوبة، التي تمر بها، والتميزة بالتذبذب وعدم الاستقرار وبالتالي عدم القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة والمتعلقة بالزواج وتحمل المسؤولية.
  - 2- وضع أو اقتراح برامج ارشادية للتقليل من الضغوطات النفسية لدى الطالبة الجامعية المقبلة على الزواج.
  - 3- تطوير مستوى الخدمات النفسية، وتوفير عيادة نفسية، في الجامعة لمساعدة الفتيات الجامعيات على تحقيق أعلى قدر من التوافق والتخلص من الضغوطات النفسية لديها.
  - 4- الاستفادة من وسائل الاعلام في زيادة وعي المجتمع بالمشكلات والاضطرابات التي تؤثر على توافق الفتاة الجامعية وتخلق لديها ضغوطات نفسية.
- أما عن آفاق الدراسة فإنه يمكن القول رغم النتائج المتواصل اليها الا أنه تضل الكثير من التساؤلات عالقة في ذهن الطالبة ويمكن ان تشكل موضوعات بحث مستقبلية:
- 1- إثراء الدراسة بمعلومات أكثر والبحث المعمق في حيثيات الموضوع.
  - 2- التوسع في العينة وعدم الاكتفاء بأداة واحدة فقط.
  - 3- القيام بدراسة الضغط النفسي للطالبة الجامعية التي في فترة الخطوبة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي.
  - 4- الضغوط النفسية للطالبة الجامعية المقبلة على الزواج وعلاقتها بالدافعية للتعلم.
  - 5- وضع أو اقتراح برامج ارشادية للتقليل من الضغوطات النفسية لدى الطالبة الجامعية المقبلة على الزواج.



# قائمة المراجع

## قائمة المصادر والمراجع

- 1- العيسوي (2001): مجلات الارشاد النفسي، ط1، دار الرتب الجامعية، بيروت.
- 2- الرشدي، هارون توفيق(1999)، الضغوط النفسية وطبيعتها ونظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- 3- الفرماوي، حمدي علي رضا عبد الله(2009): الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، ط1، دار الصنعاء للنشر والتوزيع، عمان.
- 4- الترمذي سنن الترمذي(1865): باب ما جاء في خطبة النكاح، ط1، مكتبة المعارف للنشر والتوزيع، الرياض.
- 5- إبراهيم عبد الستار(1998): الاكتئاب اضطراب العصر الحديث، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
- 6- أسامة كامل راتب (2004): مدخل لمواجهة الضغوط النفسية وتحسين نوعية الحياة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 7- آمال محمود عبد المنعم (2003): الارشاد النفسي الأسري لمواجهة الضغوط النفسية لدى أسر المتخلفين عقليا، ط1، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- 8- بلقاسم شتوان (بس): الخطبة والزواج في الفقه المالكي، دار الفجر، قسنطينة، الجزائر.
- 9- حسين حريم، مهارات الإتصال فى عالم الاقتصاد و إدارة الأعمال، دار حامد عمان، 2009
- 10- جمال ابو دلو(2009): الصحة النفسية، ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع، مصر.
- 11- جمعة السيد يوسف(2004): إدارة ضغوط العمل، اينراك للنشر والتوزيع، ط1، مصر
- 12- حمدى ياسين وآخرون(1999): علم النفس الصناعي والتنظيمي والتطبيق، دار الكتاب الحديث، ط1، الكويت.
- 13- حسن مصطفى عبد العظيم،(2003)، علم النفس الاكلينيكي، دار قباء للطباعة والنشر، ط1، القاهرة.

- 14- حسين محمد يوسف (ب س): اختيار الزوجين في الاسلام وآداب الخطبة، ط2، بناء الاسرة المسلمة، دار الاعتصام
- 15- راوية حسن (2003): السلوك التنظيمي المعاصر، الدار الجامعية، الإسكندرية.
- 16- علي إسماعيل عبد الرحمان،(2001): الضغوط النفسية القاتل الخفي، دار اليقين للنشر والتوزيع، ط1، مصر.
- 17- عبد المنعم عبد الله حسين (2006): مقدمة في الصحة النفسية ، ط1، دار الوفاء.
- 18- علي عسكر(2003): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط1، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- 19- عبد الرحمان توفيق(2004): مواجهة ضغط العمل، ط3، مركز الخبرات المهنية.
- 20- عبد الرحمان الوافي(2012): **الوجيز في علم النفس الاجتماعي**، دار هومة للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.
- 21- عبد الرحمان سعد (1998): القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 22- عبد الرحمان الوافي(1996): **في سيكولوجية الزواج** ، دار هومة، الجزائر.
- 23- علي عسكر ومحمد الانصاري(2004): علم النفس البيئي البعد للعلاقة بين البيئة والسلوك، دار الكتاب الحديث، مصر، القاهرة.
- 24- عبد الله ناصح علوان(1399): آداب الخطبة والزفاف، دار السلام، السعودية.
- 25- عامر مصباح (2006): منهجية إعداد البحوث العلمية، بط، موفم للنشر والتوزيع، الجزائر.
- 26- عبيدات محمد (1999): منهجية البحث العلمي، ط2، دار وائل، الأردن.
- 27- عوض عباس محمود (1998): القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

- 28- سالم ساكا(2007): الخطوبة والزواج، ط1، المديرية العامة للثقافة.
- 29- سمية طه جميل (1998) التخلف العقلي واستراتيجيات مواجهة الضغوط الأسرية، دار النهضة، بيروت.
- 30- شيخاني سمير (2003): الضغط النفسي، دار الفكر العربي، ط1، لبنان .
- 31- فاروق السيد عثمان(2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 32- فرج عبد القادر طه وآخرون، معجم علم النفس التحليلي، بط، النهضة العربية، بيروت.
- 33- فؤاد شعبان، تاريخ وسائل الاتصال وتكنولوجياته الحديثة، دار الخلدونية، د.ط، د.ب، د.س،
- 34- فضيل دليو(2003): الاتصال ومفاهيمه، نظرياته ووسائله، دار الفجر، ط1، القاهرة.
- 35- فضيل دليو(2003): التكنولوجيا الحديثة، ط1، دار الفجر، القاهرة.
- 36- فضيل دلو(2003): مدخل الى الاتصال الجماهيري، مخبر علم الاجتماع الاتصال للبحث والترجمة، جامعة منتوري، قسنطينة، الجزائر.
- 37- صلاح أحمد مراد وامين علي سلمان (2005): الاختبارات ومقاييس في العلوم النفسية والتربوية، ط2، دار الكتاب الحديث، الكويت
- 38- طه عبد العظيم، سلامة عبد العظيم حسين(2006): استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، ط1، عمان.
- 39- كامل محمد عويضة(1996): علم النفس الصناعي، دار الكتب العلمية، بيروت.
- 40- كوافحة تيسير أحمد (2005): القياس والتقييم، ط2، دار المسيرة، جدة.
- 41- لطفي الشربيني (2001): موسوعة المصطلحات النفسية، دار النهضة، ط1، لبنان.

- 42- منسي محمود عبد الحليم، أحمد سهير كامل (2002): أسس البحث العلمي في المجالات النفسية والاجتماعية والتربوية، دط، مركز الاسكندرية للكتاب، مصر.
- 43- محمد قاسم عبد الله (2001) مدخل الى الصحة النفسية، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن.
- 44- محمد علي كامل (2004) الضغوط النفسية ومواجهتها، مكتبة ابن سينا، القاهرة.
- 45- محمد جاسم، محمد العبيدي (2004) سيكولوجيا الإدارة التعليمية والمدرسية، ط1ن دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- 46- محمد علي كمال (2004): الضغوط النفسية ومواجهتها، دط، مكتبة ابن سينا، القاهرة.
- 47 - محمود فتحي عكاشة (1999): علم النفس الصناعي، بط، الاسكندرية
- 48- محمد محمود بني يوسف (2007): سيكولوجية الدافعية والانفعالات، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط1، عمان.
- 49- محمد أحمد النابلسي (1991): الصدمة النفسية والعقلية، ط1، دار قباء للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 50- محمد محروس الشناوي (1996): العملية الارشادية والعلاجية، موسوعة الارشاد والعلاج النفسي، ط1، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 51- موسى محمد عمايرة وياسر سعيد الناظور (2012): مقدمة في اضطرابات التواصل، ط1، دار الفكر، عمان، الاردن.
- 52- نصر الدين جابر والهاشمي لوكيا (2006): مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي، ط2، مخبر التطبيقات النفسية والتربوية، الجزائر.
- 53- معمريه بشير (2007): القياس وتصميم الاختبارات النفسية، ط2، منشورات الخبر، الجزائر.
- 54- هول، كالفن وليندزي جاردنز (1978): نظريات الشخصية، ترجمة فرج احمد

55- هارون توفيق الرشيدى(1999): الضغوط النفسية طبيعتها ونظرياتها، بط، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

## المذكرات

56- أحمد إبراهيم خضر (2013): إعداد البحوث والرسائل العلمية من الفكرة حتى الخاتمة دليل إعداد مذكرة، جامعة الأزهر.

57- أمزيان الوناس (2013) الادمان على الانترنت وآثاره على الصحة النفسية والروابط الأسرية والتواصل الاجتماعي( دراسة حالة لشاب من منطقة شبه حضرية)، ط1، مداخل في ملتقى وطني حول التحولات الاجتماعية وانعكاساتها النفسية على الشباب في المجتمع الجزائري، منشورات كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، جامعة الجزائر2

58- بن زروال فتحة (2002): مصادر ومستويات الإجهاد لدى الأساتذة الجامعيين واستراتيجيات المرشد النفسي في علاجه والوقاية منه، رسالة ماجستير، جامعة الحاج لخضر باتنة (رسائل جامعية).

59- سامية باهي (2015): الضغوط النفسية للطالبة الجامعية المقبلة على الزواج وعلاقتها بالدافعية للتعلم، مذكرة ماستر أكاديمي منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

60- عائشة أحمد ناصر(2009): البرنامج الارشادي الزواجي برنامج تحسين العلاقات الزوجية، ج3، منشورات الرسالة، بيروت، لبنان.

61- عائشة أحمد ناصر(2009): التواصل والمحبة وتقدير الذات في العلاقة الزوجية التوافق بين لغة العقل والقلب والوجدان، منشورات الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.

62- عائشة أحمد ناصر(2009): التواصل غير اللفظي وعلاقته بسمات الشخصية والتوافق الزواجي، ج 1، منشورات الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان.

63- عبد الفتاح أبي مولود (2009): علاقة الضغط النفسي بالاكتئاب في ضوء متغيري مركز الضبط والذكاء الانفعالي لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

64- عبير بنت محمد حسن الصبان(2003):رسالة دكتوراه بعنوان المساندة النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء المتزوجات العاملات، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

65- فايذة حلاسة (2013): أثر برنامج تدريبي على السلوك التوكيدي على كل من مصدر الضبط ومهارات الاتصال لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (دراسة ميدانية بمتوسطة ابو بكر مصطفى بن رحمون - بسكرة)، الجزائر.

66- محمد بو فاتح (2005): الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي، مذكرة ماجستير، جامعة ورقلة (رسائل جامعية)

### المعاجم

67- الطاهر بن خرف الله ورضوان بوجمعة وآخرون (2009): الفكر والمجتمع، مجلة فصلية محكمة، طاكسيج كوم للدراسات والنشر والتوزيع، العدد2، الجزائر.

68- حسن شحاته (2003): معجم المصطلحات التربوية والنفسية، ط1، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.

### المجالات:

69- نصر الدين جابر(1998): الإفراز الهرموني النفسي، مجلة العلوم الانسانية، ع10، جامعة منتوري قسنطينة .

70- الهاشمي لوكيا(2002): الضغط النفسي في العمل، مجلة أبحاث نفسية وتربوية.

71- عادل مرابطي، عائشة نجوى (2009): العينة، قسم علم النفس، مجلة الواحات والدراسات، العدد4، (94- 108)

72- Hamilton; vernon:\* David; M Warturton(1979) –Human Stressand communication on information processing appràoh – cricheter.

-Selye – H(1976) : stress – I N J H E yenche: encyciolopedia of 73 psychlogique , vol -2-

74-Moore m T(1975) stress in normal childhood in file society streess and disease. 2 nd ed –oxford–u –osford university press

75-Janis , t , leventha, E(1968): Human reactions to stress I N E . F. Borzatte of W W lombert



ملاحق

ملحق (1) قائمة الاساتذة المحكمين

| الاسماء الاساتذة  | الدرجة العلمية     | التخصص                 |
|-------------------|--------------------|------------------------|
| عمار حمادة        | استاذ (مساعد أ)    | علم النفس عمل والتنظيم |
| علي خرف الله      | دكتوراه (محاضرة أ) | علم النفس العيادي      |
| عبد الرزاق بلموشي | دكتوراه (محاضرة ب) | علوم التربية           |
| خليفة زواري أحمد  | دكتوراه            | علم النفس              |
| بلقاسم عوين       | مساعد (أ)          | علم النفس              |
| أحمد جلول         | دكتوراه            | علم النفس              |
| زين ابراهيم       | ماجستير            | علوم التربية           |

ملحق رقم (2) يوضح تعليمة استبيان الأساتذة المحكمين

جامعة حمه لخضر بالوادي

كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية

قسم العلوم الاجتماعية

الإسم واللقب: .....

الدرجة العلمية: .....

التخصص: .....

أستاذي الفاضل / أستاذتي الفاضلة

في إطار التحضير لإنجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في الارشاد وتوجيه، نقدم لكم استبيان يقيس مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية، من خلال مجموعة من البنود تقيس درجة هذه الضغوط. بناءا على ذلك نقدم اليكم هذا الاستبيان لتحكيمة وإبداء الملاحظات حوله، وذلك بهدف:

- معرفة مدى صدق العبارات (تقيس، لا تقيس)

- التأكد من سلامة البناء اللغوي للعبارات، ومدى ملاءمته لعينة الطالبات.

- مدى ملائمة العبارات للأبعاد ومدى ملائمة الأبعاد للموضوع.

مع خالص الشكر والتقدير

الاستاذ المشرف

بوبكر المنصور

من اعداد الطالبة

ابتسام قبي

## التعريفات الإجرائية:

**الضغط النفسي:** هي المواقف التي لا يستطيع الفرد التوافق معها مما يؤدي به الى حالات من الاضطراب والقلق وتقاس عن طريق الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال استجاباته على فقرات استبيان مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية المتعلقة بالأبعاد التالية: مدة المكالمة، مستوى المكالمة، شكل المكالمة، مضمون المكالمة.

## المكالمات الهاتفية:

هي اتصال لفظي عبر الهاتف بين الخطيبين متصل ومتلقي.

## التساؤل الرئيسي

ماهي مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة لدى الطالبة الجامعية؟

ملحق رقم (3) يوضح استبيان الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية الموزعة على العينة

| الأبعاد           | البُـدود                                                               | يقيس | لا يقيس | الملاحظات |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------|------|---------|-----------|
| شكل<br>المكالمة   | أشعر بالارتباك عندما يتصل بي خطيبي عبر الماسنجر                        |      |         |           |
|                   | أنزعج من مكالمات خطيبي في بعض المواقف الصعبة (الحافلة، في المطعم)      |      |         |           |
|                   | ما يزعجني عدم قدرتي على التكلم مع خطيبي بالصوت والصورة                 |      |         |           |
|                   | أحب مكالمات خطيبي وأنا مستلقية على الفراش                              |      |         |           |
|                   | لا يهتم خطيبي برسائلي العاطفية ولا يرسل لي رسائل                       |      |         |           |
| مدة<br>المكالمة   | يزعجني خطيبي بكثرة مكالماته الهاتفية                                   |      |         |           |
|                   | أشعر بالاستياء من رفض خطيبي الاتصال بي عبر الهاتف                      |      |         |           |
|                   | يزعجني خطيبي عندما يجبرني على الرد على مكالمته                         |      |         |           |
|                   | أشعر بالقلق من قلة مكالمات خطيبي                                       |      |         |           |
|                   | يقلقني خطيبي من مكالمته القصيرة عندما يتصل بي                          |      |         |           |
| وقت<br>المكالمة   | ما يقلقني كثرة مكالمات خطيبي في اوقات الامتحان                         |      |         |           |
|                   | يزعجني خطيبي بمكالمته في الصباح وقت الدراسة                            |      |         |           |
|                   | أشعر بمتعة عندما اتحدث الى خطيب أو اسمع صوته                           |      |         |           |
|                   | مكالمات خطيبي ليلا تشكل مصدر قلق بالنسبة لي                            |      |         |           |
|                   | أشعر بالراحة عندما يتحدث معي خطيبي ليلا                                |      |         |           |
| مضمون<br>المكالمة | تزعجني محاولات خطيبي المتكررة لاستدراجي الى موضوعات تخذش الحياء        |      |         |           |
|                   | صرت اكره الاتصال بخطيبي كون معظم مكالمته صارت مجرد نكد وشكوك           |      |         |           |
|                   | الرنة الخاصة بخطيبي تمثل بالنسبة لي منبه للشعور بالسعادة               |      |         |           |
|                   | ما يقلقني أن فترة الخطوبة صارت تشكل محطة لتفريغ الشهوات فقط عبر الهاتف |      |         |           |
|                   | أشعر بالأمان عندما يحدثني خطيبي عن علاقتنا بعد الزواج                  |      |         |           |

جامعة حمه لخضر بالوادي  
كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية  
قسم العلوم الاجتماعية  
تخصص ارشاد وتوجيه

التعليمات

اللاخت الكريمة..... حفظك الله

أمامك استبيان يهد الى التعرف على مصادر الضغط النفسي الناجم عن المكالمات الهاتفية في فترة الخطوبة، ويرجى منك الاجابة على جميع العبارات بوضع اشارة (X) في الخانة المناسبة والتي تكون معبرة عن رأيك بصراحة وصدق. علما انه ليس هناك إجابات صحيحة واخرى خاطئة وكوني واثقة ان كل ما تذكرينه موضع سرية ولا يستخدم الا للدراسة العلمية فقط.

البيانات الشخصية

السن:.....

المدينة

البيئة الاجتماعية: القرية

خطبة تقليدية

كيفية الارتباط (الخطبة): علاقة حب سابقة

مع خالص الشكر والتقدير

| الرقم | البـنـود                                                               | نعم | لا |
|-------|------------------------------------------------------------------------|-----|----|
| 1     | أشعر بالارتباك عندما يتصل بي خطيبي عبر الماسنجر                        |     |    |
| 2     | أنزعج من مكالمات خطيبي في بعض المواقف الممرجة (الحافلة، في المطعم)     |     |    |
| 3     | يزعجني عدم قدرتي على التكلم مع خطيبي بالصوت والصورة                    |     |    |
| 4     | لا يهتم خطيبي برسائلي العاطفية                                         |     |    |
| 5     | يضايقني خطيبي عندما لا يرسل لي رسائل                                   |     |    |
| 6     | يزعجني خطيبي بكثرة مكالماته الهاتفية                                   |     |    |
| 7     | أشعر بالاستياء عند رفض خطيبي الاتصال بي عبر الهاتف                     |     |    |
| 8     | يزعجني خطيبي عندما يجبرني بالرد على مكالمته                            |     |    |
| 9     | أشعر بالقلق من قلة مكالمات خطيبي                                       |     |    |
| 10    | يقلقني خطيبي بسبب مكالمته القصيرة                                      |     |    |
| 11    | يقلقني تكرار مكالمات خطيبي اثناء فترة المراجعة                         |     |    |
| 12    | يزعجني خطيبي بمكالمته وقت الدراسة                                      |     |    |
| 13    | انزعج من مكالمات خطيبي وقت الامتحان                                    |     |    |
| 14    | مكالمات خطيبي ليلا تشكل مصدر قلق بالنسبة لي                            |     |    |
| 15    | أشعر بمتعة عندما يحدثني خطيبي وقت فراغي                                |     |    |
| 16    | تزعجني محاولات خطيبي المتكررة لاستدراجي الى موضوعات تخذش الحياء        |     |    |
| 17    | أكره الاتصال بخطيبي كون معظم مكالمته صارت مجرد نكد وشكوك               |     |    |
| 18    | أشعر بالسعادة عند محادثة خطيبي عن مستقبل علاقتنا                       |     |    |
| 19    | ما يقلقني أن فترة الخطوبة صارت تشكل محطة لتفريغ الشهوات فقط عبر الهاتف |     |    |
| 20    | أشعر بالأمان عندما يحدثني خطيبي عن علاقتنا بعد الزواج                  |     |    |

## ملحق رقم (4): جداول الحزمة الإحصائية (SPSS) :

CORRELATIONS

/VARIABLES=T.Q.APP T.D.APP T.PR.APP T.CO.APP T.GLOBALE

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING=PAIRWISE.

### Corrélations

| Remarques                     |                                        |
|-------------------------------|----------------------------------------|
| Résultat obtenu               |                                        |
| Commentaires                  |                                        |
| Entrée                        | Ensemble de données actif              |
|                               | Filtrer                                |
|                               | Poids                                  |
|                               | Scinder fichier                        |
| Traitement valeurs manquantes | N de lignes dans le fichier de travail |
|                               | Définition de manquante                |
|                               | Observations utilisées                 |
| Syntaxe                       |                                        |
| Ressources                    | Temps de processeur                    |
|                               | Temps écoulé                           |

| Remarques                     |                                        |                                                                                                                                                  |
|-------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Résultat obtenu               |                                        | 27-FEB-2018 13:55:15                                                                                                                             |
| Commentaires                  |                                        |                                                                                                                                                  |
| Entrée                        | Ensemble de données actif              | Ensemble_de_donnÃ©es0                                                                                                                            |
|                               | Filtrer                                | <aucune>                                                                                                                                         |
|                               | Poids                                  | <aucune>                                                                                                                                         |
|                               | Scinder fichier                        | <aucune>                                                                                                                                         |
| Traitement valeurs manquantes | N de lignes dans le fichier de travail | 30                                                                                                                                               |
|                               | Définition de manquante                | Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.                                                                |
|                               | Observations utilisées                 | Les statistiques pour chaque paire de variables sont basées sur toutes les observations comportant des données valides pour cette paire.         |
| Syntaxe                       |                                        | CORRELATIONS<br>/VARIABLES=T.Q.APP T.D.APP T.PR.APP T.CO.APP T.GLOBALE<br>/PRINT=TWOTAIL NOSIG<br>/STATISTICS DESCRIPTIVES<br>/MISSING=PAIRWISE. |
| Ressources                    | Temps de processeur                    | 00:00:00.02                                                                                                                                      |
|                               | Temps écoulé                           | 00:00:00.01                                                                                                                                      |



[Ensemble\_de\_données0]

### Statistiques descriptives

|           | Moyenne | Ecart-type | N  |
|-----------|---------|------------|----|
| T.Q.APP   | 7,1667  | 1,08543    | 30 |
| T.D.APP   | 8,0667  | 1,14269    | 30 |
| T.PR.APP  | 8,2667  | 1,04826    | 30 |
| T.CO.APP  | 9,0000  | ,78784     | 30 |
| T.GLOBALE | 32,5000 | 2,51547    | 30 |

### Corrélations

Corrélation de Pearson

|           | T.Q.APP | T.D.APP | T.PR.APP | T.CO.APP | T.GLOBALE |
|-----------|---------|---------|----------|----------|-----------|
| T.Q.APP   | 1       | ,046    | -,010    | ,040     | ,461*     |
| T.D.APP   | ,046    | 1       | ,388*    | ,345     | ,744**    |
| T.PR.APP  | -,010   | ,388*   | 1        | ,251     | ,667**    |
| T.CO.APP  | ,040    | ,345    | ,251     | 1        | ,592**    |
| T.GLOBALE | ,461*   | ,744**  | ,667**   | ,592**   | 1         |

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

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

```
T-TEST GROUPS=G1.G2 (1 2)
/MISSING=ANALYSIS
/VARIABLES=T.GLOBALE
/CRITERIA=CI (.95) .
```

## Test-t

### Remarques

|                                   |                                                                                                            |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Résultat obtenu                   |                                                                                                            |
| Commentaires                      |                                                                                                            |
| Entrée                            | Ensemble de données actif<br>Filtrer<br>Poids<br>Scinder fichier<br>N de lignes dans le fichier de travail |
| Traitement des valeurs manquantes | Définition de manquante<br>Observations prises en compte                                                   |
| Syntaxe                           |                                                                                                            |
| Ressources                        | Temps de processeur<br>Temps écoulé                                                                        |

### Remarques

|                                   |                                        |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Résultat obtenu                   | 27-FEB-2018 13:56:36                   |                                                                                                                                                                 |
| Commentaires                      |                                        |                                                                                                                                                                 |
| Entrée                            | Ensemble de données actif              | Ensemble_de_donnÃ©es0                                                                                                                                           |
|                                   | Filtrer                                | <aucune>                                                                                                                                                        |
|                                   | Poids                                  | <aucune>                                                                                                                                                        |
|                                   | Scinder fichier                        | <aucune>                                                                                                                                                        |
|                                   | N de lignes dans le fichier de travail | 30                                                                                                                                                              |
| Traitement des valeurs manquantes | Définition de manquante                | Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.                                                                               |
|                                   | Observations prises en compte          | Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors intervalle pour aucune variable de l'analyse. |
|                                   |                                        | T-TEST GROUPS=G1.G2(1 2)                                                                                                                                        |
| Syntaxe                           |                                        | /MISSING=ANALYSIS                                                                                                                                               |
|                                   |                                        | /VARIABLES=T.GLOBALE                                                                                                                                            |
|                                   |                                        | /CRITERIA=CI(.95).                                                                                                                                              |
| Ressources                        | Temps de processeur                    | 00:00:00.00                                                                                                                                                     |
|                                   | Temps écoulé                           | 00:00:00.00                                                                                                                                                     |

[Ensemble\_de\_donnÃ©es0]

### Statistiques de groupe

|           | G1.G2 | N | Moyenne | Ecart-type | Erreur standard<br>moyenne |
|-----------|-------|---|---------|------------|----------------------------|
| T.GLOBALE | 1,00  | 9 | 29,5556 | 1,50923    | ,50308                     |
|           | 2,00  | 9 | 35,4444 | ,88192     | ,29397                     |

### Test d'échantillons indépendants

|           |                                 | Test de Levene sur l'égalité des<br>variances |      | Test-t<br>pour<br>égalité<br>des<br>moyennes |
|-----------|---------------------------------|-----------------------------------------------|------|----------------------------------------------|
|           |                                 | F                                             | Sig. | t                                            |
| T.GLOBALE | Hypothèse de variances égales   | ,731                                          | ,405 | -10,107                                      |
|           | Hypothèse de variances inégales |                                               |      | -10,107                                      |

Test d'échantillons indépendants

|           |                                 | Test-t pour égalité des moyennes |                   |                    |
|-----------|---------------------------------|----------------------------------|-------------------|--------------------|
|           |                                 | ddl                              | Sig. (bilatérale) | Différence moyenne |
| T.GLOBALE | Hypothèse de variances égales   | 16                               | ,000              | -5,88889           |
|           | Hypothèse de variances inégales | 12,893                           | ,000              | -5,88889           |

Test d'échantillons indépendants

|           |                                 | Test-t pour égalité des moyennes |                                              |            |
|-----------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------|------------|
|           |                                 | Différence écart-type            | Intervalle de confiance 95% de la différence |            |
|           |                                 |                                  | Inférieure                                   | Supérieure |
| T.GLOBALE | Hypothèse de variances égales   | ,58267                           | -7,12410                                     | -4,65368   |
|           | Hypothèse de variances inégales | ,58267                           | -7,14874                                     | -4,62904   |

```
RELIABILITY
/VARIABLES=Q1 Q4 Q5 Q6 Q7 Q8 Q9 Q10 Q11 Q12 Q13 Q14 Q15 Q16 Q17 Q18 Q19
Q20
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA
/SUMMARY=TOTAL.
```

Fiabilité

Remarques

|                                |                                        |
|--------------------------------|----------------------------------------|
| Résultat obtenu                |                                        |
| Commentaires                   |                                        |
| Entrée                         | Ensemble de données actif              |
|                                | Filtrer                                |
|                                | Poids                                  |
|                                | Scinder fichier                        |
|                                | N de lignes dans le fichier de travail |
| Gestion des valeurs manquantes | Entrée de la matrice                   |
|                                | Définition de valeur manquante         |
| Syntaxe                        | Observations prises en compte          |
|                                |                                        |
|                                |                                        |
| Ressources                     | Temps de processeur                    |
|                                | Temps écoulé                           |

Remarques

|                                |                                        |                                                                                                                                  |
|--------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Résultat obtenu                |                                        | 27-FEB-2018 14:08:02                                                                                                             |
| Commentaires                   |                                        |                                                                                                                                  |
|                                | Ensemble de données actif              | Ensemble_de_donnÃ©es0                                                                                                            |
|                                | Filtrer                                | <aucune>                                                                                                                         |
|                                | Poids                                  | <aucune>                                                                                                                         |
| Entrée                         | Scinder fichier                        | <aucune>                                                                                                                         |
|                                | N de lignes dans le fichier de travail | 30                                                                                                                               |
|                                | Entrée de la matrice                   |                                                                                                                                  |
|                                | Définition de valeur manquante         | Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.                                                |
| Gestion des valeurs manquantes |                                        | Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure. |
|                                | Observations prises en compte          | RELIABILITY                                                                                                                      |
|                                |                                        | /VARIABLES=Q1 Q4 Q5 Q6 Q7 Q8 Q9 Q10 Q11 Q12 Q13 Q14 Q15 Q16 Q17 Q18 Q19 Q20                                                      |
| Syntaxe                        |                                        | /SCALE('ALL VARIABLES') ALL                                                                                                      |
|                                |                                        | /MODEL=ALPHA                                                                                                                     |
|                                |                                        | /SUMMARY=TOTAL.                                                                                                                  |
| Ressources                     | Temps de processeur                    | 00:00:00.00                                                                                                                      |
|                                | Temps écoulé                           | 00:00:00.00                                                                                                                      |

[Ensemble\_de\_donnÃ©es0]

#### Avertissements

Cette échelle inclut des éléments de variance zéro.

## Echelle : TOUTES LES VARIABLES

#### Récapitulatif de traitement des observations

|                                  | N  | %     |
|----------------------------------|----|-------|
| Valide                           | 30 | 100,0 |
| Observations Exclus <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
| Total                            | 30 | 100,0 |

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

#### Statistiques de fiabilité

| Alpha de Cronbach | Nombre d'éléments |
|-------------------|-------------------|
| ,541              | 18                |

RELIABILITY

```

/VARIABLES=Q1 Q5 Q7 Q9 Q11 Q13 Q15 Q17 Q19 Q4 Q6 Q8 Q10 Q12 Q14 Q16 Q18
Q20
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=SPLIT
/SUMMARY=TOTAL.

```

## Fiabilité

#### Remarques

|                                |                                                                                                                                    |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Résultat obtenu                |                                                                                                                                    |
| Commentaires                   |                                                                                                                                    |
| Entrée                         | Ensemble de données actif<br>Filtrer<br>Poids<br>Scinder fichier<br>N de lignes dans le fichier de travail<br>Entrée de la matrice |
| Gestion des valeurs manquantes | Définition de valeur manquante<br>Observations prises en compte                                                                    |
| Syntaxe                        |                                                                                                                                    |
| Ressources                     | Temps de processeur<br>Temps écoulé                                                                                                |

#### Remarques

|                                        |                                                           |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Résultat obtenu                        | 27-FEB-2018 14:10:20                                      |
| Commentaires                           |                                                           |
| Entrée                                 | Ensemble_de_donnÃ©es0<br><aucune><br><aucune><br><aucune> |
| N de lignes dans le fichier de travail | 30                                                        |

|                                |                                |                                                                                                                                  |
|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                | Entrée de la matrice           |                                                                                                                                  |
|                                | Définition de valeur manquante | Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.                                                |
| Gestion des valeurs manquantes |                                | Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure. |
|                                | Observations prises en compte  | RELIABILITY                                                                                                                      |
|                                |                                | /VARIABLES=Q1 Q5 Q7 Q9 Q11 Q13 Q15 Q17 Q19 Q4 Q6 Q8 Q10 Q12 Q14 Q16 Q18 Q20                                                      |
| Syntaxe                        |                                | /SCALE('ALL VARIABLES') ALL                                                                                                      |
|                                |                                | /MODEL=SPLIT                                                                                                                     |
|                                |                                | /SUMMARY=TOTAL.                                                                                                                  |
| Ressources                     | Temps de processeur            | 00:00:00.00                                                                                                                      |
|                                | Temps écoulé                   | 00:00:00.00                                                                                                                      |

[Ensemble\_de\_données0]

#### Avertissements

Cette échelle inclut des éléments de variance zéro.

## Echelle : TOUTES LES VARIABLES

#### Récapitulatif de traitement des observations

|              |                     | N  | %     |
|--------------|---------------------|----|-------|
|              | Valide              | 30 | 100,0 |
| Observations | Exclus <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
|              | Total               | 30 | 100,0 |

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

### Statistiques de fiabilité

|                                     |          |                         |                |
|-------------------------------------|----------|-------------------------|----------------|
| Alpha de Cronbach                   | Partie 1 | Valeur                  | ,540           |
|                                     |          | Nombre d'éléments       | 9 <sup>a</sup> |
|                                     | Partie 2 | Valeur                  | ,065           |
|                                     |          | Nombre d'éléments       | 9 <sup>b</sup> |
|                                     |          | Nombre total d'éléments | 18             |
| Corrélation entre les sous-échelles |          |                         | ,519           |
| Coefficient de Spearman-Brown       |          | Longueur égale          | ,683           |
|                                     |          | Longueur inégale        | ,683           |
| Coefficient de Guttman split-half   |          |                         | ,662           |

a. Les éléments sont : Q1, Q5, Q7, Q9, Q11, Q13, Q15, Q17, Q19.

b. Les éléments sont : Q4, Q6, Q8, Q10, Q12, Q14, Q16, Q18, Q20.