



جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علوم الاجتماعية
شعبة علوم التربية



علاقة التفكير الابتكاري بالضغط النفسية

لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط

دراسة ميدانية بمتوسطة آل ياسر بالرياح - الوادي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر

في علوم التربية: تخصص إرشاد وتوجيه

إشراف:

أ. عبد اللطيف قنوعة

إعداد الطالبة:

ريمة غدير محمد

الاسم واللقب	الجامعة	الصفة
د. سامية عدائكة	جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي	رئيسا
د. عبد الرزاق باللموشي	جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي	مناقشا
أ. عبد اللطيف قنوعة	جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي	مشرفا ومقررا

السنة الجامعية: 2018/2017

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

"فاذكروني أذكركم واشكروا لي ولا تكفروني"

"ولفن شكرتم لأزيدنكم"

مع آخ اللمسات لهذا البحث كان لزاما علينا أن نوجهه بالحمد والشكر للمولى تبارك

وتعالى الذي وفقنا لإنجاز هذا العمل .

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

"من لم يشكر الناس لم يشكر الله"

حديث شريف

كما نوجه بالشكر الجزيل للأساذ المشرف عبد اللطيف قنوعة الذي لم يدخل علينا بنوجياتنا وسعة

صدره رغم انشغالاته المكثفة جعلها الله له في ميزان حسناته

وجعله الله ذخرا للكلية وطلبة العلم

كما نشكر الأساتذة الذين قاموا بتدريسنا وتعليمنا

ولا ننسى ان نشكر طاقم ادارة قسم العلوم والاجتماعية

واقدم لطاقم ادارة واعمال وتلاميذ منسطة آل ياس بالباح بخزير الشكر على كل التسهيلات

التي قدموها لي .

وفي الأخير نشكر كل من ساهم من قريب أو بعيد ولو بكلمة .

الطالبة: مريم غدير محمد

الاهداء

إلى الروح والدي العزيز أهدي ثمرة هذا العمل الذي لطالما كان لي سنداً ورفيقاً

إلى اعز ما أملك في هذا الكون أُمِّي الحبيبة ونور عيني أطال الله في عمرها وحفظها ورعاهها

إلى توأم الروح أختي العزيزة بشيرة أنا لله سرها بنور الإيمان

إلى حميما القلب أخوياً ناجي وعادل أدامهما الله لي نعم الرفاقين

إلى زوجات أخوياً حفظها الله ورعاهها اللتان ساعداني في هذا العمل

إلى الصغيران محمد وفضيمة الزهرة أطال الله في عمرهما وأنا قلبهما بالقرآن والعلم

إلى أعز الصديقات أخواتي اللتين لم تنجهر أُمِّي الزهرة ورياب أهدي هذا العمل

والى ابن عمي عبد السلام وعائلته

إلى كل من ساعدني من قريب ومن بعيد حتى لو بنصيحة أهديهم عملي هذا

مرية غلين محمد

ملخص الدراسة

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة التفكير الابتكاري والضغط النفسية وأبعاده لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

وعليه فقد وقعت الدراسة في جانب نظري تم من خلاله التطرق إلى متغيرات الدراسة وجانب ميداني استخدمنا فيه المنهج الوصفي الارتباطي لأنه الانسب لهذه الدراسة وقمنا بالتبني مع التعديل استبيان الضغوط النفسية وتبني اختبار التفكير الابتكاري حيث طبق المقياسين على عينة قصدية تتكون من 101 تلميذ من السنة رابعة متوسط بمتوسطة آل ياسر الرياح. كما قمنا بحساب قيمه معامل ارتباط بيرسون باستعمال برنامج SPSS وتوصلنا الى النتائج التالية.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاسرية لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط المدرسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاجتماعية لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الشخصية لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

Résumé de l'étude

Le but de cette étude est d'identifier la relation entre la pensée créative et les stress psychologiques et ses dimensions chez les élèves du quatrième année moyenne.

Par conséquent, l'étude a eu lieu d'un côté théorique a été à travers laquelle nous avons traité les variables de l'étude et d'un coté pratiquedont nous avons utilisé l'approche descriptive correlative, car il est le mieux adapté à cette étude, nous avons adopté avec la modification d'un questionnaire sur le stress psychologique et l'adoption de test de la pensée créative . Nous avons les appliqués sur un échantillon de 101 élèves de la quatrième année moyenne de l'école moyenne de Al-Yasser Robbah . Nous avons calculé les coefficients de corrélation de Pearson en utilisant SPSS . Nous avons atteint les résultats suivants.

Il n'y a pas de relation correlative statistiquement significative entre la pensée créative et le stress psychologique chez les élèves du quatrième année moyenne.

Il n'y a pas de relation correlative statistiquement significative entre la pensée créative et les stress familiales chez les élèves du quatrième année moyenne.

Il n'y a pas de relation correlative statistiquement significative entre la pensée créative et les stress scolaires chez les élèves du quatrième année moyenne.

Il n'y a pas de relation correlative statistiquement significative entre la pensée créative et les stress sociales chez les élèves du quatrième année moyenne.

Il n'y a pas de relation correlative statistiquement significative entre la pensée créative et les stress personnelles chez les élèves du quatrième année moyenne.

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوعات
01	شكر وتقدير
02	ملخص الدراسة باللغة العربية
03	ملخص الدراسة اللغة الفرنسية
04	فهرس المحتويات
07	فهرس الجداول
08	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: مشكلة الدراسة واعتباراتها	
11	تمهيد
11	1- مشكلة الدراسة
13	2- تساؤلات الدراسة
14	3- فرضيات الدراسة
14	4- أهداف الدراسة
15	5- أهمية الدراسة
15	6- حدود الدراسة
16	7- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة
16	8- الدراسات السابقة
20	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: الاطار النظري للدراسة	
22	تمهيد
23	1. التفكير الابتكاري
23	1.1. مفهوم التفكير الابتكاري
25	2.1. مكونات التفكير الابتكاري
27	3.1 أساليب التفكير الابتكاري

32	4.1 . مستويات التفكير الابتكاري
33	5.1 . عوامل التفكير الابتكاري
34	6.1 . مراحل التفكير الابتكاري
36	7.1 . الاتجاهات النظرية المفسرة لتفكير الابتكاري
38	2- الضغوط النفسية
38	1.2 . مفهوم الضغوط النفسية
41	2.2 . العوامل المؤثرة في الضغوط النفسية
44	3.2 . الاتجاهات النظرية المفسرة للضغوط النفسية
47	4.2 . أشكال الاستجابة للضغوط النفسية
51	5.2 . قياس الضغوط النفسية
52	3. الضغوط النفسية والتفكير الابتكاري
52	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الثالث: اجراءات الدراسة الميدانية	
55	تمهيد
55	1- الاطار الزمني والمكاني للدراسة
55	2- المنهج المتبع في الدراسة
56	3- الدراسة الاستطلاعية
56	4- مجتمع وعينة الدراسة
57	5- ادوات جمع بيانات الدراسة
64	6- إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية
64	7- الاساليب الاحصائية
66	خلاصة الفصل

الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
68	تمهيد
68	1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة
70	2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى
71	3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
72	4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
73	5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
73	6- مناقشة نتائج الفرضيات
75	7- الاستنتاج العام
75	خلاصة الفصل
76	الخاتمة
78	قائمة المراجع
84	ملاحق

فهرس الجداول

الرقم	محتوى الجدول	الصفحة
01	الخطوات التي تحدث بين الضغوط والسلوك المرضي أو الاضطراب	48
02	عينة ومجتمع الدراسة	59
03	معاملات الارتباط بين درجات وأبعاد المقياس والدرجة الكلية لمقياس التفكير الابتكاري	60
04	ابعاد وبنود مقياس الضغوط النفسية	61
05	طريقة الاجابة على مقياس الضغوط النفسية	61
06	يوضح قيمة "ت" بين درجات المجموعتين لمقياس الضغوط النفسية	63
07	ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية	63
08	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس بمعادلة سيبرمان براون	63
09	معامل الفاكرونباخ للمقياس	64
10	قيمة معامل بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغوط النفسية	68
11	قيمة معامل ارتباط بيرسون بين ابعاد التفكير الابتكاري والضغوط النفسية	69
12	قيمة معامل ارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغوط الاسرية	70
13	قيمة معامل ارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغوط المدرسية	71
14	قيمة معامل ارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغوط الاجتماعية	72
15	قيمة معامل ارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغوط الشخصية	73

في عالم سريع التغير تتحكم فيه تكنولوجيا الاتصالات والمعلومات وتتعدد المشكلات في مختلف جوانب الحياة الاقتصادية، والسياسية، والاجتماعية، والحضارية، والثقافية، يواجه المربون والساسة وقادة المجتمع وأولياء الأمور مشكلات غير مسبقة تتعلق بكيفية إعداد جيل اليوم، لمواجهة تحديات عالم الغد، حتى يكونوا قادرين على النجاح في مهنة المستقبل وذلك ما جعل المسؤولين عن عمليتي التعليم والتعلم ينادون بضرورة الاهتمام بجودة العملية التربوية لتكوين جيل مبدع قادر على التصدي لهذا الانفجار المعرفي، حيث أصبح التحدي الحقيقي لدى التربويين في هذا المضمار يتمثل في تعليم الطلبة التفكير الابتكاري ومهاراته، بحيث يصبح المتعلم قادراً على حل المشكلات ومجابهة الصعوبات التي تواجهه.

ويعد التفكير من حاجات الإنسان الأساسية وله علاقة بالمجتمع حيث يتعين على الإنسان أن يفكر ويتخذ قرارات سليمة تمكنه من التكيف مع المجتمع الذي يعيش فيه، فالمجتمعات المتقدمة تغرس في أبنائها صفة الثقة بالنفس والاعتماد عليها، وتؤهلهم لاتخاذ قرارات سليمة. فما نشاهده اليوم في منظوماتنا التربوية وواقع التلميذ في ظل الإصلاحات التي مست النظام وتغيير المناهج، وبات لزاماً على التلميذ أن يساير هذه التغيرات التي أثرت على تحصيله الدراسي، والعيش داخل محيط مليء بالضغوط النفسية، ولعل هذه الأخيرة انجرت عن التغيرات البيولوجية والنفسية والاجتماعية وحتى الأكاديمية التي يعاني منها التلميذ، ولعل انسلاخ كل من الأسرة واداريين عن الدور الريادي في هذا المجال كان سبباً في خلق والطاقت التربوي من أساتذة مشاكل مدرسية كالرسوب والتسرب، والمدرسة هي الوسط الذي تتم فيها هذه التفاعلات الاجتماعية لما لها من تأثير قوي في تشكيل المفهوم الناشئ عن ذاته، وقد تتوفر له منذ التحاقه بالمدرسة فرصاً للاختيار قواه الشخصية وجوانب عجزه وقصوره، فهي تهدف إلى تمكين كل تلميذ من تحقيق ذاته وتحقيق الكفاءة الاجتماعية التي يحتاجها للحياة في المجتمع الحديث ومن هذه المنطلقات، حز في أنفسنا موضوع التفكير الابتكاري وعلاقته بالضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، فدفعنا ذلك إلى البحث والتقصي عبر هذه الدراسة.

الجانب النظري

الفصل الأول

مشكلة الدراسة واعتباراتها

1. مشكلة الدراسة
 2. تساؤلات الدراسة
 3. فرضيات الدراسة
 4. أهداف الدراسة
 5. أهمية الدراسة
 6. حدود الدراسة
 7. التعريفات الاجرائية لمفاهيم الدراسة
 8. الدراسات السابقة
- خلاصة الفصل

1. مشكلة الدراسة:

يعتبر التفكير أحد الأدوات الأساسية في اكتساب المعرفة ونتاجها، وهو الأداة الأساسية لفهم المعرفة عن طريق تحليلها واستيعابها وتوظيفها والاستفادة منها، وكذلك الاهتمام بالجانب التطبيقي التكنولوجي للعلم من اكتشافات واختراعات، والذي يعد التفكير الابتكاري أحد أنماط التفكير الأداة الأساسية لإحداث التكنولوجيا، فمعظم الإنجازات العملية التي حققتها البشرية كانت نتاج ذلك النوع من التفكير.

ويعد كذلك التفكير وسيلة أساسية لتنمية شخصية المتعلم بشكل متكامل بحيث يصبح مواطناً صالحاً قادراً على حل مشكلاته ومشكلات مجتمعه . إذا التفكير هو حل لكثير من المشكلات التي يعاني منها تلاميذنا بصفة خاصة، ومجتمعنا بصفة أعم، ولقد أشار كثير من الكتاب والمؤلفين المتخصصين إلى أن كثيرا من المشكلات أساسها حسب النظرية المعرفية يعود لعاملين، وجود أفكار خاطئة، أو طريقة تفكير ومعالجة المعرفة بطريقة خاطئة ولعل العامل الأول رغم أهميته إلا أن معالجته سهلة نسبيا، أما الثاني فيحتاج إلى كثير من الجهد والوقت لذا كان من الضروري الاهتمام به مبكرا ومحاولة إدخاله في مخرجات المنظومة التربوية.

أضحى الاهتمام بالتفكير منحنى عالمي، تمثل في انعقاد مؤتمرات عالمية، وأخرى إقليمية ومحلية، دعت إلى الاهتمام بالتفكير وارسائه في المنظومة التربوية، ولهذا كان الإصلاح التربوي يصب في هذا المجال، بحيث شمل التجديد في الأهداف والمقاربات وطرائق التدريس والوسائل التي جاءت كلها تهدف إلى إدخال التفكير وتشجيعه وتهيئة الظروف والمناخ المناسب كأن يكون المتعلم مفكرا ومبدعا، يعرف كيف يكتسب المعلومات، ويستطيع توظيفها بما يخدمه ويخدم مجتمعه،، يتماشى مع هذا المنحنى والتجديد في الطرق او للطرق الحديثة كالتربية الاستكشافية، وطريقة حل المشكلات ينمي التفكير، فهذا الاهتمام بالتفكير من جانب أنه مخرج من مخرجات العملية التربوية وهدفا من أهدافها .

يقوم التفكير الابتكاري على عدد من القدرات التي إذا ما وظفت بشكلها الصحيح فإنها تؤدي إلى التطبيق العملي للأفكار الإبداعية التي يجب أن تنمي لدى التلاميذ من خلال المقررات

التعليمية لذلك فمن واجب الأنظمة التعليمية التربوية توجيه عنايتها نحوها لكي يستطيع الطلاب والطالبات إثبات وجودهم أمام عالم المتغيرات الحالي والذي تكثر فيه التحديات والمشكلات التي تعيشها الأفراد والمجتمعات وقد قسم جيلفورد مجموعة من العوامل العقلية للتفكير الابتكاري في الطلاقة والمرونة، الأصالة. (الدريز، 2004: 37)

حيث تعتبر الطلاقة قدرة الشخص المبتكر على إنتاج أكبر عدد ممكن من الأفكار عن موضوع معين في وحدة زمنية ثابتة مع غيره، أي أنه على درجة عالية من القدرة على سيولة الأفكار وسهولة توليدها بينما الطلاقة تصنف إلى أنماط

منها الطلاقة اللفظية والتصورية والتعبيرية والتداعي، وأما المرونة فيعرفها جيلفورد بأنها القدرة على سرعة إنتاج أفكار تنتمي إلى أنواع مختلفة من الأفكار التي ترتبط بموقف معين كما تمثل المرونة الجانب النوعي في الابتكار، ويقصد به قدرة الفرد على تنويع الأفكار والاستجابات التي يقدمها الفرد حول مثير واحد، كما تشير أيضا إلى سهولة تغيير الفرد لحالته الذهنية التي يظهرها بتغيير الموقف الذي يتعرض له. (خليل، 2008: 390)

لكن اليوم توسعت دائرة الاهتمام بهذه الخصائص لتشمل كل الخصائص التي يمكن تسميتها، والتي قد تشكل عائق للنمط التفكير الابتكاري، منها البنية الجسمية، والتوافق النفسي والاجتماعي، والدافعية والذاكرة والانتباه، وأهمها الضغوط النفسية.

وهي تعني المفهوم الإيجابي للصحة النفسية التي تعتبر من أهداف المنظومة التربوية لتلميذ وهي القدرة على مواجهة الأمراض النفسية، المشكلات، واستعمال أقصى إمكانيات والقدرات وصولا لتوازن النفسي، فكان الاهتمام بهذا الجانب على قدر كبير من الأهمية، ومن الممكن أن يؤدي استمرار الضغوط النفسية، وفي حالة التكيف السلبي إلى تأثير على التفكير الابتكاري ومكوناته، تجعل التلميذ ينحرف عن الأداء المعتاد في اكتساب المعرفة والتواصل والمعالجة لذا فإن تأثير هذه الضغوط يتوقف على طبيعة الشخصية وما يتصف به من قدرة على تحمل الإحباط أو المرونة ومستوى التفاؤل. (إبراهيم 2002: 13)

ورغم اعتبار الضغط ضروري وعامل محفز للتوازن الداخلي والإيقاع البيولوجي للفرد إلا أن الزيادة في الضغط النفسي أو حدة التعرض له التي تتجاوز طاقات التكيف قد تؤدي إلى نشأة الأمراض وتطورها.

وانطلاقاً مما ذكرناه حاولنا أن ندرس علاقة التفكير الابتكاري بالضغط النفسية حيث نعرض في هذا الفصل مشكلة الدراسة وتحديداتها في شكل تساؤلات، وتوضيح الفروض التي تسعى الدراسة إلى التحقق من صحتها، وكذا توضيح أهمية الدراسة، وأهدافها، وتحديد التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة والتعرض للدراسات السابقة التي تناولت الموضوع.

2. تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة بين أبعاد التفكير الابتكاري والضغط النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط؟

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري وأبعاد الضغط النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

3. فرضيات الدراسة:

1.3. الفرضية العامة:

1- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

2.3. الفرضيات الجزئية:

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاسرية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط المدرسية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاجتماعية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الشخصية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.

4. أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية لتحقيق الأهداف التالية

- الكشف عن العلاقة بين التفكير الابتكاري وأبعاده الضغوط النفسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

- الكشف عن العلاقة بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية وأبعاده لدى تلاميذ الرابعة متوسط.

5. أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة الحالية من خلال ما يلي:

أهمية الجانب الذي تتصدى لدراسته المتمثل في دراسة التفكير الابتكاري لدى تلاميذ الرابعة متوسط وعلاقة بالضغط النفسية هذه الدراسة تعطينا أطرا نظرية تتمثل في أنها تمثل حلقة لسلسلة الدراسات التي تهتم بتخفيف الضغوط النفسية، وبيان من المتوقع أن تبرز نتائج هذه الدراسة أهمية التفكير الابتكاري وضرورته، وتكمن أهمية الدراسة كذلك في كونها تناولت مفهوم التفكير الابتكاري وعلاقته بالضغط النفسية مما يحقق لنا رؤية وفهما أكثر دقة ولهذه الدراسة أهمية ميدانية متكاملة الدراسة.

6. حدود الدراسة:

الحدود الزمنية: الموسم الدراسي: 2017/2018

الحدود المكانية: متوسطة آل ياسر بالرباح ولاية الوادي

الحدود البشرية: تلاميذ الرابعة متوسط

الحدود الادائية: المقاييس المطبقة في هذه الدراسة

ومراعاة لهذه الحدود فإن نتائج هذا البحث تقتصر على عينة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط، للعام الدراسي 2017/2018، وبما أن هذه الدراسة تمت في حدود مجتمع التلاميذ المراهقين المتمدرسين بمتوسطة آل ياسر بالرياح، ومتوسطة 15 جانفي، لذلك فقد تتأثر نتائج الدراسة بالظروف النفسية والاجتماعية لعينة البحث، كما تتأثر بالمناهج الدراسية المطبقة، ومستوى التلاميذ العلمي، ومن ثم فإننا لا نستطيع الادعاء بأن نتائج هذا البحث يمكن تعميمها على عينات أخرى.

7. المفاهيم الاجرائية:

1.7. التفكير الابتكاري: التفكير الابتكاري: هو قدرة الفرد على الإنتاج إنتاجاً يتميز بأكبر قدر من الطلاقة الفكرية والمرونة والأصالة كاستجابة لمشكلة أو موقف مثير ودرجة المبحوث في التفكير الابتكاري هي الدرجة التي يتحصل عليها المبحوث على المقياس المعد لذلك.

2.7. تعريف الضغوط النفسية: مجموعة من المواقف والأحداث أو الأفكار التي تفضي إلى الشعور بالتوتر وتستشف عادة من إدراك الفرد بأن المطالب المفروضة عليه تفوق قدراته وإمكانياته.

والتعريف الإجرائي هو الدرجة التي يحصل عليها المجيب على مقياس الضغوط النفسية المستخدم في الدراسة .

8. الدراسات السابقة:

1.8. دراسة مسلان بن ميلي الملكي:

بعنوان الدراسة مهارات ما وراء المعرفة والتفكير الابتكاري وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط الصفية لدى معلمي ومعلمات التعليم الثانوي العام بمحافظة الليث وتهدف الدراسة الى التعرف على الفروق بين معلمي ومعلمات التعليم الثانوي العام في مهارات ما وراء المعرفة والتفكير الابتكاري واستراتيجيات مواجهة الضغوط وفقا للمؤهل الدراسي والخبر والتخصص، وتم اتباع المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من 242 معلما ومعلمة بالمرحلة الثانوية بمحافظة الليث، كما استخدم اختبار التفكير الابتكاري ومقاييس مهارات ما وراء المعرفة والتعامل مع الضغوط الصفية وذلك باستخدام المعالجات الاحصائية التالية للتحقق من فروض الدراسة استخدام اختبار (ت) للمجموعة المستقلة واختبار التحليل التباين الثنائي ومعامل ارتباط بيرسون، وخلصت الى مجموعة من النتائج كان اهمها:

- لا توجد فروق بين المعلمين والمعلمات في مهارات ما وراء المعرفة والدرجة الكلية وفي مهارات الطلاقة والمرونة من مهارات التفكير الابتكاري بينما توجد فروق في بعد الاصالة والدرجة الكلية اتجاه المعلمين ولا توجد فروق في استراتيجيتي التجنب والانفعالية بينما توجد فروق في استراتيجية الاداء في اتجاه المعلمات...الخ

- وفي ضوء ما توصلت اليه الدراسات من نتائج قدم الباحث عددا من التوصيات.

(خالد الزواوي، 2006: 111)

2.8. دراسة نبيل كمال وبشير إبراهيم (2005):

بعنوان "الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم" وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة والصلابة النفسية لديهم وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (541) طالبًا وطالبة، وهي تمثل حوالي (4%) من مجتمع الدراسة البالغ (15441) طالبًا وطالبة من كليات الجامعة التسعة بأقسامها المختلفة واستخدام

الباحثان استبيانين، الأول لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، والثاني لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم.

وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج وكان من أهمها: أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (62.05%) وأن معدل الصلابة النفسية لديهم (77.33%)

3.8. دراسة هادي (2008):

بعنوان: " الركائز الأساسية للتفكير الابداعي وأثرها في حل المشكلات. " اهتمت الدراسة بالركائز الأساسية للتفكير الابداعي المتمثلة (الطلاقة، المرونة، الأصالة، الإفاضة، الحدث تجاه حدوث المشكلات) في حل المشكلات الإدارية، بهدف بيان دور هذه الركائز إذا ما تواجدت في أمانة بغداد في رفع قدراتها على حل المشكلات الإدارية، ولقد تم توزيع استمارة استبيان الدراسة على 30 مدير، الحسائية المرجحة والانحراف المعياري لمعرفة العلاقة بين المتغيرات، الانحدار الخطي متعدد الاثر بمستوى دلالة (0.05).

وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين (الطلاقة والمرونة والأصالة) وحل المشكلات الإدارية عند مستوى دلالة (0.05). وقد أوصت الدراسة بأهمية تحقيق الركائز الأساسية للتفكير الابداعي لرفع قدرة امانة بغداد على حل مشاكلها الإدارية وزيادة عوائدها.

4.8. دراسة أمل الأحمد ورجاء مريم (2009):

بعنوان "أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي" هدفت هذه الدراسة إلى تحديد أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى الشباب الجامعي، وتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الأساليب تعزى إلى المتغيرات التالية: الجنس، ذكور- إناث، التخصص العلمي في الكلية، تربية-علوم، تكونت العينة من 2121 طالبا وطالبة، جرى اختيارهم بالطريقة العشوائية. وقد استخدم مقياس أساليب التعامل مع المواقف الضاغطة الذي طوره موس (1988) نموذج الراشدين .

وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج يمكن تلخيصها في النقاط التالية:

- وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في استخدام أسلوب حل المشكلات، وأسلوب

البحث عن المكافآت .

- وجود فروق دالة بين طلبة كلية التربية وطلبة كلية العلوم في استخدام الأساليب التالية: التقويم الإيجابي، والبحث عن التوجيه والمساعدة، وهذه الفروق لصالح طلبة كلية التربية.

5.8. دراسة العتيبي مها (2009):

بعنوان "القدرة على التفكير الاستدلالي والتفكير الابتكاري وحل المشكلات وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في مادة العلوم لدى عينة من طالبات الصف السادس الابتدائي بمدينة مكة المكرمة" هدفت الدراسة إلى التعرف على قدرة طالبات الصف السادس على التفكير الاستدلالي والتفكير الابتكاري وحل المشكلات وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في مادة العلوم تم استخدام المنهج الوصفي، وكان مجتمع الدراسة جميع طالبات الصف السادس الابتدائي بمدينة مكة المكرمة وأخذت عينة عشوائية تكونت من 853 طالبة.

تم بناء ثلاثة مقاييس كأدوات الدراسة للتفكير الاستدلالي والتفكير الابتكاري وحل المشكلات في العلوم أما أساليب التحليل الإحصائي المستعملة هي المتوسط الحسابي والانحراف المعياري اختبار "ت" ومعامل الارتباط سبيرمان ومعادلة الانحدار الخطي المتعدد، وكانت النتائج - نقل القدرة على التفكير الاستدلالي والتفكير الابتكاري وحل المشكلات عن الحد الأدنى لأداء المقبول وهو 75% من الدرجة الكلية لكل مقياس أو على مستوى المجالات الفرعية للمقاييس الثالثة.

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين كل رتب طالبات الصف السادس الابتدائي على القدرة على التفكير الاستدلالي والتفكير الابتكاري وحل المشكلات فالعلوم ورتب مستوى تحصيلهن الدراسي في مادة العلوم

- لا يوجد أثر دال إحصائياً عند مستوى 0.05 لكل رتب طالبات الصف السادس الابتدائي على القدرة على التفكير الاستدلالي والتفكير الابتكاري وحل المشكلات في العلوم ورتب مستوى تحصيلهن الدراسي في مادة العلوم.

تعقيب الدراسات السابقة:

أوضحت الدراسات أن موضوع الابتكار والإبداع يعتبر من الموضوعات التي نالت اهتمام الباحثين، حيث استهدفت هذه الدراسات إلى التعرف على الجوانب الهامة المتعلقة بالإبداع سعياً إلى فهم عميق حول العناصر المكونة لهذا المفهوم، أو العوامل المؤثرة فيه، أو المعوقات التي تحد من وجوده وبذلك استطاعت أن تسهم مجتمعة في بحث مكونات الاتجاه الإبداعي ومن ثم تفسير ما يحيط بهذا المفهوم من غموض وتأكيده واقعيته وترجمة عناصره ومفرداته بما يتلاءم مع العمل في الميدان الدراسة وتسهم هذه الدراسات في تطوير الإبداع، وذلك من خلال تأكيدها على أهمية الإبداع في تمكين أي منظمة من مواكبة التغيرات المتلاحقة في شتى المجالات وبالتالي رفع كفاءتها وفعاليتها.

كما أن الدراسات السابقة ساعدتنا في الإطار النظري لدراستنا وذلك بالوقوف على التحليل المفهوم وتحديد أبعاد متغير الدراسة، الضغوط (النفسية) كما استفدنا من هذه الدراسات للوقوف على كثير من العوامل والمتغيرات النفسية التي لها أثر في متغير دراستنا. أما في الجانب الميداني فقد كانت هذه الدراسات مساعدة على الضبط الإجرائي للخطوات الميدانية وخاصة في ما يتعلق بالأداة التي جعلناها أساساً لدراستنا المتمثلة في مقياس الضغوط النفسية.

خلاصة الفصل:

تناولنا في هذا الفصل الأول طرح المشكلة وتحديد أبعادها وتساؤلاتها ووضعنا الفرضيات العامة والجزئية لاختبارها من خلال هذه الدراسة، وحددنا أهداف الدراسة ووضحنا أهميتها وقدمنا التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة التي اعتمدنا عليها فيما بعد في الجانب الميداني وقمنا ذكر حدود الدراسة وتناولنا الدراسات السابقة التي تدرس احد متغيرات الموضوع، حيث عرضناها وعقبنا عليها.

الفصل الثاني

التفكير الابتكاري والضغط النفسية

تمهيد:

1. التفكير الابتكاري

1.1. مفهوم التفكير الابتكاري

2.1. مكونات التفكير الابتكاري

3.1. أساليب التفكير الابتكاري

4.1. مستويات التفكير الابتكاري

5.1. عوامل المؤثرة في التفكير الابتكاري

6.1. مراحل التفكير الابتكاري

7.1. الاتجاهات النظرية المفسرة للتفكير الابتكاري

2. الضغوط النفسية

- 1.2. مفهوم الضغوط النفسية
 - 2.2. مصادر الضغوط النفسية
 - 3.2. اشكال الاستجابة للضغوط النفسية
 - 4.2. قياس الضغوط النفسية
 - 5.2. الاتجاهات النظرية المفسرة للضغوط النفسية
3. التفكير الابتكاري والضغوط النفسية
- ### خلاصة الفصل

تمهيد:

أصبح التفكير الابتكاري أحد ... ي تسعى المجتمعات الإنسانية إلى تحقيقها فالتقدم العملي لأي دولة لا يمكن تحقيقه بدون القدرات الابتكارية لأبنائها، ولقد ازدهرت بحوث الابتكار في السبعينات على يد العديد من العلماء، ويذكر "جيلفورد" أن الدراسات في مجال الابتكار من شأنها المساعدة على التعرف على المبتكرين الذين ينبغي إحاطتهم بالرعاية والتشجيع، في المراحل المبكرة من حياتهم (شقيير، 1999: 18)

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى التفكير الابتكاري بشيء من التفصيل كما سنتطرق الضغوط شأنها شأن معظم الظواهر الحياتية فهي ظاهرة موجودة في كل مجالات الحياة فلقد أصبح الفرد يواجه ألوان شتى من الضغوط في المدرسة والعمل وفي الأسرة وبين الأصدقاء وفي كل جوانب الحياة وعلى جميع المستويات المختلفة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والتربوية حتى أصبح يطلق على هذا العصر عصر الضغوط.

وتعيش مجتمعاتنا العربية حياة تزخر بالعديد من التغيرات الأسرية والاجتماعية والمهنية وهذا إلى جانب ما أحدثته تكنولوجيا المعلومات ووسائل الاتصالات السريعة مثل الأقمار الصناعية وأطباق استقبال البث الاعلامي وشبكة الأنترنت وغيرها وما ترتب عليها من تغيرات

في حياة الأفراد، كل ذلك من شؤنه أن يزيد من تعقيد الحياة وظهور الكثير من الصعوبات والمشاكل وارتفاع معدلات الشعور بالضغط بين الأفراد، ولهذا شهدت العقود الأخيرة اهتماما متزايدا من جانب الباحثين بدراسة الضغوط بهدف الوقوف على طبيعتها وآثارها وكيفية التعامل معها بنجاح. (حسين، حسين، 2006: 14)

1. التفكير الابتكاري:

1.1. مفهوم التفكير الابتكاري:

ومن هنا نتطرق لمفهوم التفكير اولا:

يختلف العلماء حول مفهوم التفكير رغم اهتمامهم منذ القدم بهذا الموضوع حيث وضعوا له العديد من النظريات والأسس والمظاهر والأنماط وقاموا بإجراء التجارب العديدة على الكثير من الكائنات الحية، ويؤكد هذا ما أيار إليه عبد الهادي وآخرون (2003): بأن التفكير يعد ظاهرة عقلية معرفية لا تخلو من ممارستها جميع الكائنات الحية ولكن بشكل مختلف، ولذلك فهذه الظاهرة تستند إلى النشاطات الذهنية الداخلية. (الهادي وآخرون، 2003: 52)

فالتفكير في حد ذاته عبارة على سلسلة من النشاطات الذهنية العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لبعض الأحداث والمواقف التي تنتقل إليه عن طريق الحواس الخمسة. كما يعرفه كوستا: بأنه المعالجة العقلية للمدخلات الحسية وذلك لتشكيل الأفكار، وبالتالي قيام الفرد من خلال هذه المعالجة بإدراك الأمور والحكم عليها. (السرور، 2001: 272)

ويعرف مصطفى 2001: التفكير بأنه عمليات النشاط العقلي التي يقوم بها الفرد من أجل الحصول على حلول دائمة أو مؤقتة لمشكلة ما، وهو عملية مستمرة في الذهن لا تتوقف أو تنتهي مادام الإنسان في حالة يقظة. (مصطفى، 2001: 27)

ويذكر الحارثي 2002: أن التفكير يعني القدرة على القراءة بين السطور والتقييم ومن ثم إصدار الحكم. (الحارثي، 2002: 381)

وأشار علي 2002: أن الدراسات المتعددة التي أجريت في مجال التفكير الابتكاري تؤكد حقيقة هامة، بأن العقل البشري مازال حتى الآن لم يستثمر بأفضل ما فيه.

إن هذه التعاريف تؤكد على أن التفكير هو من المفاهيم المجردة التي يصعب قياسها مباشرة، أو تحديد تعريف له فقد اختلفت وجهات نظر الباحثين حول تعريف التفكير لذلك نرى أن التفكير من العمليات العقلية المعقدة التي يصعب الإحاطة بجميع جوانبه.

لذلك سنتناول هذه الدراسة أحد الوسائل المساعدة على تنمية نمط من أنماط التفكير وهو التفكير الابتكاري.

تتعدد تعريف التفكير الابتكاري تبعا لوجهة نظر العلماء حوله، ومن هذه التعاريف:

تعريف جلفورد للابتكار: بأنه تفكير في نسق مفتوح يتميز الإنتاج فيه بخاصة فريدة هي تنوع الإجابات المنتجة والتي لا تحددها المعلومات المعطاة.

تعريف تورانس للابتكار: على أنه عملية الاحساس بالصعوبات والمشكلات وإدراك الثغرات في المعلومات من احتلال أو عناصر مفقودة أو عدم أتساق، والبحث عن دلائل ومؤشرات في الموقف للحصول على معلومات، ووضع الفروض واختبارها، ثم الربط بين النتائج، وربما إدخال بعض التعديلات على الفروض ثم إعادة اختبارها وأخيرا مشاركة وتبادل الانتاج الابتكاري والحل مع الآخرين. (حسن، 1995: 20)

ويرى جوران 1999: أن التفكير الابتكاري هو نشاط عقلي مركب هادف توجهه رغبة قوية في البحث عن الحلول والتواصل الى نواتج أصلية لم تكن معروفة سابقا.

أما موسى وآخرون 2003: يعرف التفكير الابتكاري بأنه المبادأة التي يبديها الفرد في قدرته على التخلص من السياق العادي للتفكير وإتباع نمط جديد من التفكير.

ويعرف "جيلفورد" (1984) التفكير الابتكاري بأنه عملية معرفية أو نمط من التفكير التباعدي الذي يتصف بالطلاقة والمرونة والأصالة والحساسية للمشكلات، وينتج عنه ناتجا ابتكاريا. (سرايا، 2007: 144)

أما "منسي" 2003: فيقول أنه نوع من التفكير الذي يهدف إلى اكتشاف علاقات جديدة أو طرائق غير مألوفة لحل مشكلة قائمة.

يعرف "جميل طارق" 2005: التفكير الابتكاري بأنه طاقة الفرد لأن يبتكر أشياء أو أفكار من أي نوع، بحيث تكون صفة خاصة جديدة وغير معروفة للشخص الذي أبدعها.

بينما عرفه هارمون 1955: بأنه العملية التي ينتج عنها شيء جديد سواء كان هذا الشيء فكرة أو موضوعا أو شكلا جديدا أو انتقالا من عناصر قديمة إلى أخرى جديدة.

تعريف عادل سرايا 2007: هو عملية أو نشاط عقلي معرفي يقود الفرد إلى إنتاج أفكار واستجابات تمتاز بالتعددية والتنوع والتفرد، عندما يواجه مشكلة أو قضية أو ظاهرة معينة في مناخ تعليمي ملائم، يتصف بالحرية في التفكير واختيار مصدر التعليم المناسب.

يعرف سبيرمان: التفكير الابتكاري على أنه عملية تفكير تحدث عندما يتمكن العقل من إدراك العلاقة بين شيئين بطريقة يتولد عنها ظهور شيء. (الخالدي: 54)

ويعرفه علي 2002: بأنه عملية عقلية تعتمد على مجموعة من القدرات العقلية (الطلاقة المرونة، لأصالة) وسمات الشخصية المبتكرة، وتعتمد أيضا على بيئة مسيرة لهذا النوع من التفكير لتعطي في النهاية المحصلة الابتكارية وهي الإنتاج الابتكاري والحلول الابتكارية للمشكلة والذي يتميز بالأصالة والفائدة والقبول الاجتماعي وفي نفس الوقت يثير الدهشة لدى الآخرين. ومن خلال التعاريف السابقة للتفكير الابتكاري أتفق مع تعريف علي 2002 لأنه يتضمن قدرات التفكير الابتكاري الرئيسية وهي:

الطلاقة وتعني قدرة الفرد على استدعاء أكبر عدد ممكن من الأفكار المناسبة في فترة زمنية محددة لمشكلة أو موقف مثير والمرونة وتعني القدرة على إنتاج استجابات مناسبة لمشكلة أو موقف مثير، استجابات تتسم بالتنوع واللامنطية، وبمقدار زيادة الاستجابات الفريدة تكون المرونة كما تعد الأصالة هي قدرة الفرد على إنتاج استجابات أصلية أي قليلة التكرار

بالمعنى الإحصائي داخل الجماعة التي ينتمي إليها الفرد، أي أنه كلما قلت درجة شيوع الفكرة زادت أصالتها ويعبر المجموع الكلي لدرجات الطلاقة- المرونة- الأصالة، عن درجة القدرة على التفكير الابتكاري للفرد.(ندى، 2007: 13)

وكما أن التفكير الابتكاري هو عملية عقلية تعتمد على المرونة والطلاقة والاصالة حيث يتنوع ويتفرد وتتعدد الفرد في انتاج الافكار والاستجابات عند اصطدامه بوقف او مشكل ما.

2.1. مكونات التفكير الابتكاري:

تشير بعض المراجع الى أن المكونات الاساسية للتفكير الابتكاري هي الطلاقة والمرونة والاصالة.(منصور، 1989: 207)

1.2.1. الطلاقة: وتتمثل في قدرة الشخص المبتكر على انتاج أكبر عدد ممكن من الأفكار عن موضوع معين في وحدة زمنية ثابتة مع غيره . اي أنه على درجة عالية من القدرة على سيولة الافكار وسهولة توليدها.

أما تورانس فيعرفها بأنها قدرة الفرد على إعطاء أكبر عدد ممكن من الاستجابات المناسبة، إزاء مثير معين، في مدة زمنية محددة.

وتقسم الطلاقة الى اربع أنماط هي:

- الطلاقة اللفظية: تظهر في القدرة على استحضر الفاظ كثيرة، تتوفر فيها خصائص معينة، كأن يطلب مثلا من شخص ان يذكر أكبر عدد ممكن من الكلمات تنتهي بحرف معين.

- الطلاقة التصويرية (التخيلية): تظهر في القدرة على تكوين عدد كبير من الأفكار المرتبطة بموقف معين في زمن معين.

- الطلاقة التعبيرية: تظهر في القدرة على صياغة الأفكار بسرعة، أو إصدار أفكار متعددة في موقف محدد، شريطة أن تتصف هذه الأفكار بالثراء والتنوع.

- طلاقة التداعي أو الترابطية: تظهر في قدرة انتاج عدد كبير من الأفكار، تتوافر فيها خصائص معينة من حيث المعنى.(خليل، 2008: 389)

2.2.1. المرونة: يعرفها جيلفورد بأنها القدرة على سرعة إنتاج أفكار تنتمي إلى أنواع مختلفة من الأفكار التي ترتبط بموقف معين.

ويعرفها تورانس بأنها قدرة الفرد على التفكير في اتجاهات مختلفة تتضمن فئات مختلفة من الاستجابات، على أن يشمل إنتاجه أنواعا متعددة من الأفكار، وكذلك امكانية تحويل تفكيره من مدخل آخر، واستخدام مجموعة من الاستراتيجيات.

وتتمثل في قدرة الشخص المبدع على تغيير الحالة الذهنية والأفكار لكي تتناسب مع تعقد الموقف الابتكاري وتشير المرونة هنا إلى عكس ما يسمى بالصلب الذهني والجمود. كما تمثل المرونة الجانب النوعي في الابتكار، ويقصد به قدرة الفرد على تنويع الأفكار والاستجابات التي يقدمها الفرد حول مثير واحد، كما تشير أيضا إلى سهولة تغيير الفرد لحالته الذهنية التي يظهرها بتغيير الموقف الذي يتعرض له. (خليل، 2008: 390)

3.2.1. الأصالة: يعرفها كل من جيلفورد وتورانس بأنها القدرة على إنتاج أفكار غير مألوفة وتمثل في القدرة على إنتاج الأفكار غير العادية، وحل المشكلات بطرق غير متوقعة، واستخدام الأشياء والمواقف بأساليب غير شائعة فالمبتكر الأصيل بهذا المعنى لا يكرر أفكار المحيطين به وحلولهم التقليدية للمشكلات، فهي بذلك تتضمن الانفراد والتجديد في الأفكار. (شهاب، 2000: 42)

وتعد الاصالة من أبرز القدرات الابتكارية، فهي تدخل ضمن معظم تعريفات الابتكار، ويمكن استخدامها في التنبؤ بقدرة الفرد على الابتكار. (عبد الغفار، 1975: 150) وتوصف أفكار الأفراد الذين يطرحون أفكار أصلية بأنها: لا تكرر أفكار الأفراد الآخرين، خارجة عن المألوف والشائع، غير تقليدية، لا تخضع لتقويم الذات على وفق عناصر بيئية محددة ومنطلقة من دون ضوابط.

3.1. أساليب تنمية التفكير الابتكاري:

تتعدد أساليب أو طرق تنمية التفكير الابتكاري والتي يمكن للمعلمة استخدامها داخل حجرة الصف لتنمية قدرات التفكير الابتكاري لدى الطالبات وفيما يلي عرض لتلك الأساليب أو الطرق التي ذكرها علي (2002) وحسن (1990).

1.3.1. التقصي والاكتشاف: (النشاطات العلمية) :

لقد شاع استخدام هذه الطريقة في جميع المراحل الدراسية المختلفة وفي التلميذ سلوك العالم في بحثه وتوصله للنتائج، وقد عرف زيتون (2004) الاكتشاف بأنه " طريقة التدريس التي تعتمد على استخدام مجموعة من الأنشطة تساعد التلميذ على التوصل للمعرفة من جهة والتعرف على أسلوب العلم وعملياته واكتساب مهارات البحث المتضمنة".

أما رعد (1990) فتعرفه على أنه "الطريقة القائمة على استراتيجيات تدريسية تدعم التفاعل المتبادل بين المعلم والتلاميذ وتتضمن استخدام العمليات العقلية من قبل التلاميذ كما يمكن استخدام العمليات العملية لوصول المعلم إلى استنتاجات معينة حول موضوع التعلم".

ويرى زيتون (2003) أن من خصائص التقصي والاكتشاف "استخدام الاسئلة المحفزة والمنشطة لتفكير التلاميذ حيث يتم استخدامها في كافة خطوات التدريس.

2.3.1. الألغاز الصورية:

يعرفها العاني (1997) بأنها " بعض المعلومات (حقائق، مفاهيم، مبادئ) تقدم الى التلاميذ بشكل صور لغزية ويطلب منهم الاستجابة لها، وتكون على اشكال مختلفة كأن تعرض صوراً فيها أخطاءً علمية يطلب اكتشافها او تصحيحها او تكون على شكل مقارنة بين صورتين ثم يطلب ايجاد نقاط التشابه والاختلاف بينهما وغير ذلك . "

ويعرفها نادر (2000) بأنها "صور يحمل كل منها لغزاً او أكثر يطلب من التلميذ التوصل الى حلها وذلك عن طريق اثاره بعض الاسئلة، والاسئلة التي ترافق الألغاز الصورية غالباً ما تكون اسئلة فكرية يمكن الإجابة عنها بأكثر من جواب واحد صحيح، ويمكن تضمين الألغاز الصورية افكاراً علمية مختلفة من حقائق ومفاهيم ومبادئ مختلفة يتوصل اليها التلميذ عن طريق حل هذه الألغاز".

يرى سند 1985 ان هناك نمطين عامين من الألغاز الصورية هما:

- الغاز تبيين مواقف حقيقية ويسأل المتعلم عن سبب حدوثها.
- الغاز يتلاعب المعلم فيها بشيء ما في الرسم او سلسلة الرسوم ثم يسأل المتعلمين عن الخطأ الموجود فيها"، ويذكر العاني (1997) أنه يمكن عمل الالغاز الصورية من اشكال وانواع مختلفة اهمها:
- تعرض صورتان لشيء او ظاهرة ما ويحور شيء في احدى هاتين الصورتين تحويراً بسيطاً ويسأله عن هذا التحوير او الاختلاف الموجود فيها.
- تعرض صورة تمثل حدث غير متوقع او ظاهرة غير مألوفة ويسأل التلاميذ عن سبب حدوث ذلك.
- تعرض صورتان تمثلان شيئين مختلفين وفيهما بعض التشابه ويطلب من التلاميذ ايجاد نقاط التشابه والاختلاف بينهما.

- قد يمثل اللغز الصوري ظاهرة او حدثاً او جهازاً وفيه اخطاء مقصودة ويطلب من التلاميذ اكتشاف ذلك الخطأ او تلك الاخطاء ويؤكد زيتون (1998) أن استخدام الألغاز الصورية في تدريس العلوم يؤدي الى مساعدة التلاميذ في التعبير عن آرائهم وتنمية تفكيرهم الابتكاري وخلق الرغبة والمتعة في الدرس.

3.3.1. الأسئلة المتشعبة (المتباعدة):

تتميز طبيعة هذه الأسئلة بأنها تتطلب إجابات متعددة ومختلفة، ترتبط بالمشكلة المعروضة لأن مثل هذه الأسئلة تخلق إثارة عند الطلبة، وتعتمد هذه الصيغ على قدرة المعلم في تحفيز تفكير التلاميذ إلى إعطاء أجوبة متعددة للسؤال نفسه وهذا ما يحفز قدرة الطلاب العقلية في التفكير أثر لتقديم مثل هذه الأجوبة.

ويؤكد غباين (2004): "على المعلم أن يعمل على تطوير مهاراته في استخدام الأسئلة وتوظيفها في إثارة مناقشات صافية ممتعة للتلاميذ وتطوير مهارات التفكير الخلاق لديهم"

ويرى الخليلي وآخرون (1996) "بأنها الأسئلة التي يكون لها أكثر من إجابة صحيحة واحدة، أو التي تستدعي معلومات أوسع وأعمق مما هو متوفر في الكتاب. ويعتمد التلاميذ فيها على معلوماتهم وخبراتهم الشخصية في إعطاء إجابات مختلفة، لكنها جميعاً إجابات

مقبولة وهي تتيح الفرصة للتلميذ كي يطور قدراته في الاستعمال المبدع للمعلومات في درس العلوم من خلال التفكير في بدائل متعددة وطرق متنوعة في استعمال المعلومات للتوصل إلى الإجابات المحتملة للسؤال المطروح "ونظرا لما وجدته الباحثة من تميز هذه النوعية من الأسئلة بأن لكل منها إجابات عديدة محتملة ومقبولة، وهي جميعا تدعو إلى أعمال العقل في السؤال وإعطاء إجابات من نوع ما.

4.3.1. اختلاق العلاقات (الابتكار بالدمج) :

يقوم هذا الأسلوب على فرض أو اختلاق علاقة بين شيئين أو أكثر ليس بينهما أي صلة ويستخدم عادة كنقطة بدء في عملية توليد الأفكار مثال على ذلك: الكلمتان هما نظارة وقلم الأفكار الابتكارية بعد الدمج هي:

- صناعة نظارة تحتوي أحد أذرعها على قلم.

- عمل نظارة من الليزر تكتب الأفكار التي تصدر من العقل.

- عمل قلم في مؤخرته نظارة مكبرة للحروف

5.3.1. تأليف الأشتات:

يقوم هذا الأسلوب على ربط العناصر التي يوجد بينها اختلاف، وعدم تناسب مع بعضها البعض ويستخدم هذا الأسلوب من حيث المبدأ لتيسير عمليتين هما جعل الغريب مألوفاً، وجعل المألوف غريباً.

6.3.1. حفز الدماغ (العصف الذهني):

يعد العصف الذهني كأسلوب لتحفيز التفكير وتتميته من الأساليب التي تساعد المعلم على إعطاء الحرية لتلاميذه عند طرحه تساؤل لمشكلة ما، يتلقى بعد ذلك كل الأفكار والحلول الممكنة من التلاميذ حيث يمكن للمعلم أن يقسم الفصل إلى مجموعات ويطرح عليهم تساؤل أو مشكلة ويحدد وقت لمناقشة كل فكرة ويكون دور المعلمة حيادياً يقتصر على توجيه الأسئلة وإدارة النقاش وتفعيله في حالة إذا لم ترتقي المناقشة إلى المستوى الذي يأمله المعلم.

7.3.1. العصف الكتابي:

العصف الكتابي شبيه بالعصف الذهني، وقواعده وقوانينه كقواعد وقوانين العصف الذهني. المذكورة سابقاً غير أنه يعتمد على الكتابة وليس الحديث والكلام.

8.3.1. الابتكار بالحوار:

يعتبر الحوار والنقاش من الوسائل النافعة لإثراء وتطوير فكرة أو رأي، ذلك لأن الحوار فيه تمحيص للأفكار، وإزالة الضعيف منها، وتنمية القوي فيها، كما أن في الحوار تحريك للقوى العقلية والفكرية عند الإنسان.

9.3.1. الابتكار بإعادة الوصف:

هذه الطريقة تدعو لإعادة النظر في الكلمات المهمة في الموضوع أو المشكلة التي تود أن تجد لها أفكاراً ابتكارية جديدة، بحيث تسطر معاني كثيرة أخرى لكل كلمة من هذه الكلمات المهمة ثم تربط هذه المعاني الجديدة بالموضوع وتحاول أن تفكر في الأفكار الجديدة.

10.3.1. الابتكار بطريقة مجالس الابتكار:

يجلس نفر من المهتمين بتطوير عقولهم وتنمية تفكيرهم الابتكاري في لقاء ودي مفتوح، غير مبرمج، ولا تكلف فيه، ثم يترك الباب لمن شاء أن يتكلم، ولكن يشترط في الكلام ما يلي:

- ألا يتكلم إلا في الأمور الغريبة غير المألوفة.
- ألا تنتقد أية فكرة ولا يعترض عليها.
- أن يفكر الجميع في أية فكرة أو رأي يطرح بمعنى أن يحاول كل فرد الاقتناع بهذه الأفكار، ولا يبأس من تحسينها وتطويرها لتصبح فكرة ابتكاريه يمكن تطبيقها.
- ليس بالضرورة أن يكون لهذه المجالس مدير، كما لا يكون فيها تنظيم للكلام وإنما تمتاز بالعفوية والودية.
- أما يمكن للمشاركة أن يسجل الأفكار المبتكرة التي حازت على إعجابه أثناء أو بعد انتهائه.

11.3.1. حل المشكلات:

اعتبر ابراهيم (2004) أن أسلوب حل المشكلات أحد الأساليب التي يمكن من خلالها تنمية التفكير الابتكاري وقد ذكر أن الابتكار "عملية تركيبية لعدد من الأفكار وترتبط بحل مشكلة، ولذا فإن حل المشكلة يعد أحد الطرق المهمة التي تنمي قدرات التفكير الابتكاري". ويعرف غباين (2004) أسلوب حل المشكلات أنه "عملية تفكيرية يستخدم الفرد فيها ما لديه من معارف مكتسبة سابقة ومهارات من أجل الاستجابة لمتطلبات موقف غير مألوف". ويلخص جروان (2002) خطوات حل المشكلة فيما يأتي:

- دراسة عناصر المشكلة وفهم كل عنصر فيها وتحديد المعلومات الناقصة والزائدة والصعوبات المتوقعة.
- جمع المعلومات وتوليد الأفكار.
- تحليل الأفكار المقترحة واختيار الأفضل منها في ضوء معايير حل المشكلة.
- وضع خطة حل المشكلة.
- تنفيذ الخطة وتقييم النتائج "وبناء على الخطوات المذكورة، وما أشار إليه غباين (2004) أن "تعبير حل المشكلات يعني السلوكيات والعمليات الفكرية الموجهة لأداء مهمة ذات متطلبات عقلية معرفية، وقد تكون المهمة حل مسألة حسابية أو تصميم تجربة علمية".

4.1. مستويات التفكير الابتكاري:

هناك عدة تقسيمات لمستويات التفكير الابتكاري وعموما هناك من يحدد مستويات التفكير الابتكاري في ثلاث وهي كآتي:

1.4.1 المستوى الأول (مستوى الابتكار الفردي السيكولوجي):

وهي ما نعتبره المستوى الأول للابتكار أو قاعدة الأساس، ويبدأ في المراحل الأولى من العمر، وفيه يحاول المبدع سد الفجوة القائمة بين ما هو معروف فعلا وبين المجهول حتى الآن عن طريق التعبير المستقبلي أو الانطلاق الفكري والخيالي المجاوز كرسم الأطفال أو محاولات الطلاب لحلول غير مطروقة لمسائل أو مشكلات ما وهو ما يعتبر بمثابة منبأ أو مؤشر الابتكار لاحق حقيقي.

2.4.1. المستوى الثاني (مستوى الابتكار الناقد):

وهو خطوة متقدمة عما سبقه فهو يقوم على تفكير يجاوز التعبير الحر حيث ينتقد وينقض أسس النظم القائمة للأشياء، ويسوق حججا مضادة تستند الى المنطق في رفضها، وهذا المستوى ليس أكثر من جسر يمهد الطريق نحو ابتكار أكثر نضجا وتميزا وإطالة طبيعة الضوء.

3.4.1. المستوى الثالث (مستوى الابتكار الخلاق أو العبقرى):

وهو بمثابة تحول كفي لكل ما سبقه فهو أعلى مستويات الابتكار وأكثرها نضجا وأصالة فهو لا يتوقف عند مجرد تجميع ورفض النظم القائمة، بل يسعى لانطلاق منها أو من قبل ويتخذ بداية جذرية تختلف عن الحاضر وعن كل ما يتوقعه الناس ويزدحم تاريخ العلوم الطبيعية وتاريخ الحضارة بنماذج من هذا المستوى نظرية الكارثة والأشعة السينية وطبيعة الكم والرسم التجريدي ومسرح اللامعقول، ليست مجرد نتائج منطقية أو تطورات حتمية تلقائية لآراء سابقة بل هي بدايات جديدة صريحة تنتج بطريقة تلقائية أفكار وتقويمات. (عامر، 2006: 122).

5.1. العوامل المؤثرة في التفكير الابتكاري:

هناك مجموعة كبيرة من العوامل التي يمكن أن تلعب دورا في إثارة وتنمية أو إعاقة وتقبيد قدرات التفكير الإبداعي لدى الأفراد، ومن أهم تلك العوامل. (الطيبي، 2001: 54)

1.5.1 الصفات الشخصية للفرد:

مثل المرونة والبادرة والحساسية للمثيرات والدافعية والاستقلالية والمزاجية وتأكيد الذات والفكاهة والسيطرة، وهذه السمات تجعله أكثر قدرة على الإبداع والابتكار.

2.5.1. المحاكاة: وهي عامل سلبي لأن تقليد الآخرين تحد من قدرة الفرد على الابتكار

بينما الاستقلالية عن الآخرين وعدم الاكتراث بأرائهم يسهم في تطوير السلوك الابتكاري.

3.5.1. أساليب التربية والتعليم:

أن أساليب التربية والتعليم التي تعتمد على تلقين وحشو أدمغة الطلاب بالمعلومات لا تفسح أمام الطلبة لأن يقدحوا زناد فكرهم وتسخيرها للتفكير الابتكاري المنتج بينما الأساليب التربوية غير المفيدة تفسح للطلاب فرصة التفكير الحر. (عبد العزيز، 2006: 89)

4.5.1. البنية الأسرية:

تعد الأسرة اللبنة الأساسية الأولى في حياة الإنسان إذ عن طريقها يتلقى عاداته وقيمه ومعتقداته، وفيها يتفاعل الطفل مع والديه وإخوانه ويتأثر بهم، ويتعامل وفق أنماط السلوك السائد في أسرته مع الآخرين وفي إطار الأسرة نجد نماذج مختلفة للتعامل، فهناك الأسرة المتسامحة المرنة التي تعامل أفرادها بشيء من التسامح التام، والاحترام المتبادل، وتعمل على تهيئة البيئة المناسبة لاستثارة الجوانب العقلية، وصقل الجوانب الاجتماعية وما يتعلق بأبعاد الشخصية، فيحرص هذا النوع من الأسر على إمتاع أفرادها بالرحلات وقراءة الكتب والمجلات والألعاب المختلفة، وإتاحة الفرصة للمناقشة وإبداء وجهات النظر مما يساعد على تنمية المدارك واستثارة جوانب القوى العقلية الكامنة، كما تعمل على تشجيع الاستقلالية والاعتماد على الذات في صور الحياة المختلفة ونجد في المقابل أسرا عكس ذلك تماما.

6.5.1. الجماعة النفسية:

يحتاج المبدع في بداية الأمر إلى تقديم عمله إلى جماعة تعترف بهذا العمل وتقومه، فالمبدع أيا كان مجال إبداعه، فإنه يحتاج إلى شخص أو أكثر للالتفاف حوله لشد أزره وتخفيف عزلته وتحقيق جو من الأمن النفسي يمكنه من الكشف عن جوانب أخرى مبتكرة في مجال إبداعه يقول "روجرز": "إن الأساس النفسي لكل إبداع ثقافي هو سلامة المبدع النفسية والحفاظ عليه من اللفظ الاجتماعي الذي قد يلحقه نتيجة لمحاولة التجديد فإذا أحس بخطر النبذ والإبعاد عقابا له على محاولاته لتجديد قد يؤدي به ذلك إلى نبذ ذاته المبدعة وفي هذا خطر على سلامته النفسية أو قد يؤدي به ذلك إلى نبذ مجتمعه استباقا لنبذ مجتمعه له".

(الطيبي، 2001: 55)

7.5.1. التفكير الابتكاري الجماعي:

وهو أحد الأساليب التي تلجأ إليه الحكومات والمؤسسات لإيجاد حلول مناسبة لمشكلات مختلفة لإنتاج أفكار عديدة تساهم في تحقيق حاجات الشعب حيث تعرض المشكلة على مجموعة من المبتكرين لدراستها بهدف إيجاد حلول لها، وبهذه الطريقة يتاح لهم شحذ عقولهم بدون التعرض لهم بأي نقد أو تجريح أو تهكم، وسجل جميع أفكارهم في جلسة لاحقة من أجل تقويمها أو تعديها (العصف الذهني) حيث يتم تشجيع الانسياب الحر للأفكار للمساهمة في إنتاج عدد كبير من الأفكار المتنوعة وتشجيع الحوار الموضوعي (العزيم، 2006: 92).

6.1. مراحل التفكير الابتكاري:

لقد اختلف الباحثون في تحديد مراحل العملية الابتكارية، باختلاف فلسفة مقدميها وأهدافهم التي يسعون إلى تحقيقها باستخدامها. (الطيبي، 2001: 61)

1.6.1. مرحلة الإعداد:

ويتم في هذه المرحلة استحضار الخبرات السابقة المتجمعة لدى الطفل أو الراشد عند تخطيطه كل مشكلة أو للوصول إلى شيء جديد، إذ يقوم باستدعاء هذه المعلومات والخبرات الموزعة التي لم تكن منظمة من قبل في ضوء مستواه، فيقوم بتنظيمها وترتيبها لكي يصل إلى تصور دقيق للمشكلة، أو للموقف، ومن ثم يكرس الفرد جهده المعرفي الذهني لاستراتيجية تحليل المشكلة وعناصرها وفهم مكوناتها.

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة أولية وضرورية ويفترض "شتاين" وجود طور تحضيرية لعملية الإبداع دون أن يجعل منها جزءاً مندرجاً في عملية الإبداع التي تبدأ حسب رأيه بالفرضية. وتفترض هذه المرحلة أن الفرد ينبغي أن يكون في حالة وعي وإدراك قويين لفترة طويلة ويكون هذا الإعداد عاماً وخاصاً، ويرتبط العدد العام بالمجال مثل: التراكيب والأبنية العامة في الموضوع بشكل عام.

ويرتبط العدد الخاص بالمشكلة المراد معالجتها مباشرة لذلك، وحتى ينجح الفرد في السير في هذه المرحلة يجب أن تهيأ له المعلومات والتفاصيل والخبرات والأفكار، ويكون ذلك بالقراءة له إذا كان طفلاً أو مساعدته على القراءة والاتصال بالآخرين الذين توجد لديهم أفكار غنية عن تلك المشكلة كما يجب أن تكون المعلومات المتوافرة للطفل بمستوى يسمح له

بتمثلها واستيعابها وتنظيمها لتصب وتسهم في حل المشكلة، ويتم ذلك ضمن مستوى معرفي بسيط وبأبنية معرفية حسية وعملية وبالتالي فمرحلة الإعداد تتضمن البحث الدقيق للمشكلة بالدراسة والتمحيص (الشرييني وصادق، 2002: 105)

2.6.1. مرحلة الاحتضان:

وتسمى بمرحلة الاختمار، حيث يترك الفرد موضوع المشكلة وينصرف إلى نشاط آخر ليترك المجال لأفكاره لكي تختمر في ذهنه حيث ذهب "أرخميدس" إلى الحمام لكي يستحم، بينما كانت أفكاره تختمر في ذهنه لكي يعمل عقله بصورة لاشعورية للتوصل إلى حل للمشكل وهي نشاط غير ظاهر يسمى بما قبل الاستبصار ويتصف بنشئيت الانتباه.

3.6.1. مرحلة الإشراق أو التنوير:

حيث تلمع فكرة عن حل المشكلة في ذهن صاحبها وهي عبارة عن شرارة تقدح زناد فكرة لتثيره بالحل ويأتي ذلك بشكل مفاجئ حيث يتمسك الفرد بها والاستفادة منها لكي لا تفلت منه لأنها قد لا تعود إليه مرة أخرى، فعندما كان "أرخميدس" في الحمام قال "وجدتها ووجدتها" أي أنه وجد الحل، وفي هذه المرحلة يمكن وصفها بالاستبصار وإعادة تنظيم الخبرة وإعادة صياغة المشكلة وبناء الأفكار، أي أن المبتكر لا يدرك الموقف كوحدات منفصلة كما لا يصدر استجابات منفصلة وإنما يهتم بأكثر عناصر الموقف ارتباطا بالمشكلة مستخدما الأسلوب التحليلي في الحل.

4.6.1. مرحلة التحقق والتنفيذ:

وهي مرحلة اختبار الحل والتأكد منه أو الوصول إلى الإنتاج الذي يتم التوصل إليه في ضوء الحقائق المعروفة والمنطقية أو في ضوء نتائج التجارب.

7.1. الاتجاهات النظرية المفسرة للتفكير الابتكاري:

لقد تعددت الاتجاهات التي تناولت التفكير الابتكاري من حيث التحليل والتفسير ومن أشهرها:

1.7.1. الاتجاه الترابطي:

وكان بزعامة "ثورندايك" الذي أشار إلى أن التفكير الابتكاري هو تفكير ترابطي ينتج عن العلاقة التي تربط بين المثير والاستجابة، وتحدد قيمة التفكير الابتكاري بمدى نوعية الرابطة التي إذا ما كانت قوية فإنها تتكرر وتقوى، وأما إذا كانت ضعيفة فإنها تزول وتتلاشى وقد تبنى فكرة "ثورندايك" فيما بعد كل من "ميدنيك" و"مالتزمان".

2.7.1. الاتجاه السلوكي:

وقد تبنى "سكنر" الذي ذهب إلى أن التفكير الابتكاري هو ذلك النوع من التفكير الذي يلقي التعزيز أو الإثابة، مما يؤدي إلى إمكانية استمراره، أما إذا لم يلاقى التعزيز المطلوب فإنه يصبح تفكيراً غير مرغوب فيه، ويأخذ في التضاؤل ثم الزوال، وقد أيد وجهة نظر "سكنر" هذه فيما بعد المري "كروبلي".

3.7.1. الاتجاه الجشطالتي الاستبصاري:

وقد أظهر هذا الاتجاه محاولة جديدة مغايرة للنظرة التي كانت سائدة من قبل حول التفكير الإبداعي، وكان ذلك على يد كل من "كوفكا" و"كوهلر" و"فيريمر"، وقد تبنى تغيير الابتكار من بين هؤلاء العلماء الألمان الثلاثة العالم "فيريمر"، الذي افترض بأن التفكير الابتكاري هو تفكير استبصاري وتفكير حدسي، فالفكرة الابتكارية لديه هي تلك الفكرة التي تتم فيها صياغة الموقف أو المشكلة التي يصل فيها الفرد إلى الحل فجأة بفعل عمليات ذهنية فاعلة، ينشط فيها ذهن البدع نشطاً غير عادي ويعالج فيها الموقف معالجة جديدة لم يكون قد عرفها من قبل.

4.7.1. الاتجاه التحليلي:

وقد ارتبط هذا الاتجاه أكثر من غيره من الاتجاهات بالأدب والفن الذي اعطى التفكير غير الواعي، الدور الفاعل للتفكير الابتكاري ويفترض "كوبيه" هنا أن الابتكار يتطلب حرية مؤقتة لما قبل الوعي والشعور، وذلك لأن اللاوعي يحرض الذهن ويحثه على التفكير، ويبرز ذلك كله بما ذهب إليه من أن اللعب الحر للعمليات التصورية تسبق الكلمات التي تملك الحد الأدنى من عملية التواصل.

5.7.1. الاتجاه الإنساني:

ونادى بهذا الاتجاه الجديد كل من "ماسلو" و"روجرز" ودافعت عنه بعد ذلك "باربرا كلارك" وقد ذهب هؤلاء إلى أن كل فرد يولد مبتكرا وينبغي أن تتوفر له الظروف والخبرات والمواقف التربوية كي يصل إلى أقصى نمو ممكن، ويؤدي إلى أفضل أداء متوقع، وافترضت "باربرا كلارك" بأن التعلم الأمثل هو ذلك النوع من التعلم الذي يمكن أن يوصل الطالب إلى حالة التفكير الابتكاري.

6.7.1. الاتجاه المعرفي:

ويركز هذا الاتجاه على أن التفكير الابتكاري يمثل عملية ذهنية تسيير وفق سلسلة من العمليات التي يتم من خلالها معالجة الموضوع وربطه بعدد كبير من الخبرات التي تم تخزينها في البنية المعرفية للمتعلم، ويعمل على تدويرها أو إدخالها ضمن الذات ثم يقوم بدمجها في بنائه المعرفي، حتى يصل في النهاية إلى حلول جديدة وأصلية، ويمكن أن تظهر هذه النتائج على صورة أداءات ومعالجات وبنى معرفية، في حين رأى كل من "تايلور" و"جيتزلر" (1975) من قبل بأن الذاكرة تعمل على تخزين جملة من العمليات الإنتاجية المبدعة والمحددة. (سعادة، 2003: 261)

2. الضغوط النفسية:

1.2. تعريف الضغوط النفسية:

تعرف الضغوط النفسية لغة على أنها: من ضغط، ضغطا وضغطة أي عصره وزحمه وضيق عليه الضغط بضم الصاد الزحمة والضيق والشدة والمشقة، الضغطة بفتح الصاد القهر والضيق والاضطراب ومنه ضغطة القبر أي تضيقه على الميت. (شحاته، 2003: 208) ومعناه أيضا: الكرب والشدة. (الشرييني، 2001: 308)

أما اصطلاحا فإن الضغط ليس بالمفهوم الجديد وهو مشتق من الفعل اللاتيني الذي معناه الضيق، شد، أوثق، ومن الفعل الفرنسي بمعنى طوق بذراعيه وجسمه مؤديا إلى الاختناق الذي يسبب القلق.

أما بالنسبة لظهور كلمة الضغط فإنها لم تظهر في اللغة الفرنسية قبل القرن العشرين، في المقابل استعملت في اللغة الإنجليزية على مدى قرون للدلالة على العذاب، الحرمان، المحن الضجر والمصائب أي تفسير عن قساوة الحياة بكلمة واحدة وفي اللغة العربية دلت هذه الكلمة على معاني كثيرة كالإجهاد، الكرب، الإرهاق والإنهاك ولم تعرف هذه الكلمة في علم النفس إلا بعد ما ظهرت كمصطلح فيزيائي والذي يقصد به الضغط المفرط والذي تتحمله مادة معينة نتيجة العوامل الفيزيائية كالحرارة الشديدة والبرودة القاسية. (دورون وزيارو، 1997: 10)

يعتبر مفهوم الضغط في علم النفس مشكلة اصطلاحية لتعدد المعاني الموجودة له ذا المصطلح، ولهذا يواجه الباحثون عدة مشكلات تتعلق بالتعريفات، تنتج في بعض الأحيان عن ندرتها وأحيان أخرى من تعددها ومحاولة الوصول إلى تعريف متفق عليه، وتظهر في اختلاف تعاريفها من قبل الباحثين فيما يلي:

نظرا لاختلاف وجهات النظر فيما يتعلق بالضغط النفسي وصعبت وضع تعاريف مناسبة له، وعلى أساس هذا وردت الكثير من التعاريف المختلفة التي حاولت تحديد معناه والتي تصنيفها داخل ثلاث مجموعات كالتالي:

- **المجموعة الأولى: (التي تصنفه كاستجابة جسدية):** وهي مفاهيم ترى أن الضغوط تحدث بسبب وجود ضاغط أو مثير معين، يتمثل في مظاهر سوماتية مثل أمراض القلب، جريان الدم، الاضطراب في افرازات الغدد، خلل في الجهاز العصبي.... الخ .

من أهم العلماء الذين أخذوا بهذا المنحى:

هانز سيلبي 1956: ويعتبر الأب المؤسس للضغوط، فهو أول من استخدم مصطلح الضغوط في المجال البيولوجي، ولذا يعرف الضغط النفسي بأنه الاستجابة الفسيولوجية غير المحددة التي يستجيب بها الجسد ألي مطلب يقع عليه حيث نرى أن هانز سيلبي استخدم مصطلح الضغط في المجال البيولوجي إشارة منه لحالة من البلاء والتمزق داخل الجسد. (جاسم، 2004: 308)

وكذلك تعرف وليم الخولي "ان الضغط هو ما يكشف عن صعوبات بدنية شديدة"

- المجموعة الثانية: (التي تصفه كاستجابة سيكولوجية)

هذه المجموعة ترى أن الضغط النفسي حدث ناتج عن ضغط يتبدى في مظاهر سيكولوجية وأنه عامل له صيلة بمشاعر الحزن وعدم السرور، وعدم الارتياح والاحساس بالألم . ويوضح ليفين وسكوتش أن الضغط: "حالة تكون في اضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية وتتضمن المواقف التي يدرك فيها الفرد فيها بأن هناك فروق بين ما يطلب منه سواء كان داخليا وخارجيا وقدرته على الاستجابة لها". (توفيق الرشيدى، 1999: 18)

ويعرف كوفر وابلاي أن الضغط: "حالة تكون فيها الحالة العامة والشخصية معرضة للخطر ويكسر الفرد حيويته للحماية منها".

ويعرف رابكن الضغط أنه: "عبارة عن نظام استجابة لحالة ضاغطة أو لضواغط وتتكون من نظام تفاعلات فسيولوجية ونفسية سواء مباشرة أو مرجأة".

ويرى موراي أن الضغط: "خاصية أو وصفة لموضوع بيني أو لشخص تيسر أو تعوق جهود الفرد في تحقيق هدف معين".

وتشير انتصار يونس إلى أن: "الضغط يحدث عندما يتعرض الفرد لعوائق صعوبات تستلزم منه مطالب تكيفيه فوق احتمالته وتتحصر مصادر الضغط النفسي في الإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية".

ويعرف سعد جلال الضغط بأنه: "أي موقف قادر على إنتاج تغيرات في الكائن الحي"

ويعرف كاندر أن الضغط النفسي: "حالة من التوتر العاطفي تنشأ من أحداث الحياة المرضية".

-المجموعة الثالثة:

حيث يتصور أصحاب هذا الاتجاه أن الضغط أو الاجهاد "STREES" يتجلى من خلال عملية التفاعل بين الفرد والمحيط، حيث يركزون على التفاعلات الحاصلة بين الظروف المحيطة كعوامل معيقة وما يترتب عن أعراض مرضية، ومن الباحثين الذين تبناوا هذا الطرح ما يلي هم:

تايلور حيث عرف الضغط أو الاجهاد بأنه "اي تغيير يلقي عبنا على القدرات الكفية لدى الفرد".

فالضغط بالنسبة إليه هو عبارة عن ذلك التغيير الاجتماعي، والمهني حتى الجسمي إلخ الذي يتحدى قدرات الفرد على التكيف سواء كان مع ذاته أو مجتمعه. أما هولمز يعرفه بأنه ذلك الحدث المثير الذي يلقي مطالب صعبة على الفرد. (بن زروال، 2001: 31)

أي بمعنى ذلك الموقف الذي الفرد، ويتجاوز قدراته وإمكانياته الطبيعية من اجل التعامل على الرغم من الكتابات المختلفة حول موضوع الضغط النفسي، إلا أن عياراً أو مفهوم الضغوط لا تعني الشيء نفسه لهم جميعاً، ومع ذلك يمكن القول بأن العامل المشترك في تعريفات العديد من الباحثين هو الجمل الذي يقع على كاهل ال حي وما يتبعه. وتكمن المشكلة الرئيسية ضمن إطار إيجاد تعريف محدد للمفهوم في أنه تكوين افتراضي وليس شيئاً ملموساً واضح المعالم من السهل قياسه، ويستدل على وجود الضغوط من خلال استجابات سلوكية معينة.

2.2. عوامل الضغوط النفسية:

1.2.2. العوامل النفسية الاجتماعية المسببة للضغوط:

تتفاوت العوامل النفسية الاجتماعية من المسؤوليات الحياتية اليومية إلى الأحداث والتغيرات ببعدها السلبي والايجابي، وهو تنشأ من التفاعل بين الإدراك وعمليات التأهيل الاجتماعي أي تفسير الفرد للأحداث التي تقع ضمن مجاله النفسي والاجتماعي، ومن ضمن إطار الأسباب النفسية الاجتماعية للضغوط ما يلي:

التوافق: تعتمد صحة الفرد العامة على

الاحتفاظ بالتوازن بين الجانب العقلي والبدني، وتكمن الخطورة في التغيرات التي يوجهها الجسم التي من شأنها إحداث خلل في التوازن الكيميائي.

الإحباط: شعر الفرد بالإحباط عند وجود عائق يمنعه من تحقيق هدفه أو في حالة شعوره بالعجز لتغيير الموقف غير المرغوب فيه، وفي الغالب يتجسد رد الفعل في انفعال الغضب، ومن الطبيعي أن يصحب ذلك إفراز للهرمونات التي ترتبط بالمواقف الضاغطة. **زيادة الحمل:** ويحدث ذلك عندما تزيد المتطلبات على قدرات الفرد لمواجهتها مثل عدم وجود وقت كافي لإنجاز المتطلبات وزيادة المسؤولية وعدم وجود مساندة اجتماعية . **الحرمان الحسي:** مثل قلة الإثارة التي تتمثل في المهام الروتينية التي لا تتطلب مجهودا فكريا أو بدنيا من الفرد.

فالفرد الذي يجد نفسه يزاول عمال مكررا خالي من الإثارة، يفقد الرغبة في الأنشطة اليومية، يجد نفسه منهكا خلال العمل اليومي الا أنه يؤدي عملا أقل من قدرته، يجد حياته مملة، يشعر بالقلق بسبب فقدان الإثارة.(عسكر، 2003: 91)

ويعد التغيير الاجتماعي السريع مصدرا آخر من مصادر الضغوط الذي سببته التكنولوجيا الحديثة التي أدت إلى حرمان الفرد من الشعور بالتعاطف والعزلة والعمل بطريقة آلية رغم وجود الآخرين حوله، مما يسبب الإحساس بالملل والإحباط، والشعور بالضغوط.

أما إذا لم يستطع مواجهة هذه الأحداث والتغيرات ويشعر بالإحباط وزادت المتطلبات على قدراته أو فقد الاجتماعية والرغبة في ممارسة أنشطته اليومية

حدث خلل في هذا التوازن، وفقد الفرد توافقه النفسي والاجتماعي. لذلك نتوقع أن الضغوط المستمرة قد تؤدي إلى التعرض للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية والتي من أمثلتها ما يتعرض له مدير شركة أو مؤسسة يقضي أسابيع طويلة أو شهور كاملة في حالة طوارئ في مؤسسته، والزوجة التي تعاني من انفعال الخوف من الفشل لمدة طويل، وهذه الانفعالات المطولة تؤدي إلى تغيرات فسيولوجية طويلة والتي تؤدي هذه بدورها إلى تحطيم أعضاء الجسم وإلى الاضطرابات السيكوسوماتية. (العيسوي، 1997: 285)

ونستنتج من ذلك أن الفرد يتمتع بصحة سليمة إذا أستطاع أن يحتفظ بالتوازن بين الجانب النفسي والجسمي، وفسر الأحداث والتغيرات التي تقع ضمن مجلة النفسي والاجتماعي بطريقة سليمة.

3.2.2. العوامل المهنية المسببة للضغط:

تستخدم كلمة الضغوط عند تناول الموضوع من الناحية المهنية للدالة على حالتين مختلفتين هما:

- ظروف العمل المادية والاجتماعية:

التي تحيط بالفرد في مكان عمله وتسبب له نوع من الضيق، ومن ثم ترتبط بالعوامل الخارجية.

- الشعور غير السار الذي ينتاب هذه العوامل:

وترجع أهمية تناول العالقة بين الضغوط والعمل إلى أهمية العمل في حياة الفرد فهو يقضي حوالي ثلث حياته في مزاوله عمله كوسيلة إشباع حاجاته، ويؤدي عمله ضمن شبكة من العالقات ومحيط بشري تتباين دوافعهم وتوقعاتهم، ومن الطبيعي أن يواجه الفرد مواقف واستجابات ال تلقى القبول عنده والتي قد تتحول إلى مصادر للضغوط بالنسبة له مثل عدم كفاية الوقت للمتطلبات الوظيفية أو عدم كفاية المردود المادي لمتطلبات الحياة أو محاولة التوازن بين متطلبات العمل والمسؤوليات الأسرية (خاصة الموظفات) أو التفرقة في المعاملة من جانب المسئول أو الضوضاء في مكان العمل أو عدم المشاركة في القرارات التي تخص عمل الفرد وتجمع هذه العوامل بين عوامل تتعلق بالعمل نفسه وعوامل تتعلق ببيئة العمل الاجتماعية والمادية، (عسكر، 1998: 83) إن وجود بعض المعوقات في بيئة العمل تؤدي إلى الإحساس بالعجز والقصور مما يترتب عليه حدوث الضغط النفسي الذي تكون أعراضه على شكل ضعف في الدافعية وعدم الرضا عن وضع الفرد،(الطريي، 1994: 441)

للضغوط النفسية مصادر متعددة حيث يتعرض الفرد في حياته إلى ضغوط تأتي من مصادر مختلفة تعمل كل منها مستقل أو تتفاعل معا ف تأثيرها على الفرد منها:

المصادر البيئة: وتتمثل في الحالة الاقتصادية العامة والاتجاهات والحالة الاجتماعية العامة، والوضع التعليمي وغيرها، وتلعب البيئة المادية دورا كبيرا في صنع الضغوط في منظمات العمل، وأي تغيير في هذه المصادر يكون فوق الحدود الطبيعية للتعامل معها يمكن أن يسبب الضغط النفسي الذي يظهر كاستجابة للإحباط أو القلق أو التوتر.

المصادر التنظيمية: وتشمل ضعف تصميم الهيكل التنظيمي وعدم وجود سياسة محددة وواضحة وعدم المشاركة في اتخاذ القرارات وتعرض الموظفين لضغوط العمل الشديدة، وتتكون من سياسة وأهداف الأفراد، وقد تسبب هذه العوامل مجتمعة أو منفصلة أثارا سلبية (نفسية وسلوكية وفسولوجية) وضغوطا نفسية ضارة على الموظف إلا أن مقدار الضغط يختلف من منظمة إلى أخرى.

المصادر الفردية: وتشمل عوامل صراع الدور والعبء الزائد وقلة الرقابة والمسؤولية، وغير ذلك من العوامل التي تختلف من فرد إلى آخر، وقد يكون الضغط والتوتر، إذ أن هناك بعض الأفراد تنهار أعصابهم عند ظهور العالمات الأولى للضغط وآخرين يبدون أكثر تماسكا في الظروف الضاغطة.

مصادر ضغوط جماعة العمل: وتشمل ضعف العالقة مع الزملاء في العمل والمرؤوسين والافتقار إلى تماسك الجماعة ونقص المساندة الاجتماعية من الجماعة ومؤازرتها. (بن زروال، 2007: 111)

تتخصر مصادر الضغط في الإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية كما يمكن تصنيف نوع استجابات الفرد للضغط النفسي إلى استجابات بناءة يتغلب بها على الإحباط والصراع أو قد يلجأ إلى استجابات الشعورية يطلق عليها الوسائل الدفاعية مثل الكذب والتبرير والإنكار، والإسقاط وأحلام اليقظة. (يونس، 1993: 344)

3.2. الاتجاهات النظرية المفسرة للضغوط النفسية:

1.3.2. نظرية التحليل النفسي:

عمل التحليل النفسي منذ نشأته على تحديد وفهم أشكال المواجهة وبشكل خاص الأشكال اللاشعورية منها، وسميت وسائل الدفاع الأولية، وقد أدخل فريد مفهوم الدفاع للمرة الأولى عام 1849 وعرفه لاحقا بأنه "تسمية عامة لكل التقنيات التي يستخدمها الأنا في مواجهة الصراعات التي من المحتمل أن تؤدي للعصاب". وقد رأى فريد أن وظيفة الدفاع هي ضد الدافع في حين أن أبنته أنا فرويد وسعت مجال وظائف الدفاع لتشمل الانفعالات والمثيرات المهددة للمحيط أيضا.

ويمكن تلخيص الأفكار الأساسية لدراسات التعامل (المواجهة) من جهة النظر التحليلية النفسية بما يلي: أن الدفاع وما يرتبط به من علاقات عبارة عن آليات تحمي الأنا من الصراعات، ويمكن لهذا الصراع أن يتكون من مطالب وطموحات غير محققة داخل الجهاز النفسي من تهديدات المحيط. ويفترض هنا أن القلق هو المثير الذي يسبب تسخير هذه الآليات. (رضوان، 2009: 204)

ما يمكن استخلاصه أن نظرية التحليل النفسي ركزت على الوظائف السيكولوجية والتمثلة في مهام الأنا ودورها في القضاء على الصراع، حيث اعتبرتها بمثابة آليات دفاعية يستخدمها الفرد عند تعرضه لمواقف ضاغطة، في حين نجد أنها أهملت دور تأثير البيئة الاجتماعية في تحديد الوظائف السيكولوجية وفي كيفية التعامل مع المواقف المهددة لكيان الفرد. وتعددت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغط طبقا للاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فيزيولوجية أو نفسية أو اجتماعية، كما اختلفت هذه النظريات فيما بينها بناء على ذلك ومن حيث المسلمات كل منها:

2.3.2. نظرية هانز سيللي: كان "هانز سيللي" بحكم تخصصه كطبيب، متأثرا بتفسير الضغط النفسي فيزيولوجي تتطلق نظرية هانز سيللي من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل هو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويضعه على أساس للبيئة الضاغطة. ويعتبر سيللي أن الأعراض الاستجابية الفيزيولوجية للضغط عالية وهدفها المحافظة على الكيان والحياة، وحدد سيللي ثالث مراحل للدفاع ضد الضغط، ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

- الفرع: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط، ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم وقد تحدث الوفاة عندما تنهار مقاومة الجسم ويكون الضاغط شديدا.

- المقاومة: وتحدث عندما يكون التعرض للضاغط متلازما مع التكيف فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف.

- الإجهاد: مرحلة تعقب المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف، غير أن الطاقة الضرورية قد استنفذت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة قد ينتج عنها أمراض التكيف. (السيد عثمان، مرجع سابق: 98)

3.3.2. نظرية سبيلبر جر: يعتبر فهم نظرية "سبيلبر جر" في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط، فلقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين نوعين من القلق هما: قلق الحالة وقلق السمة. ويشير كذلك إلى أن للقلق شقين يشملان ما يشار إليه أنه سمة القلق العصابي والقلق المزمن. وسمة القلق استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق قلقاً يعتمد بصورة أساسية على الخبرة الماضية، بينما حالة القلق موقفه وتعتمد بصورة أساسية ومباشرة على الظروف الضاغطة "سبيلبر جر" في نظريته للضغوط يربط بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق وما يشتهه في عالقة قلق الحالة بالضغط، يستبعده عن حالة قلق السمة أو القلق العصابي الناتج عن الخبرة السابقة بالضغط حيث أن الفرد يكون من سمات شخصية القلق أصل. وفي الإطار المرجعي لنظريته بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها ويحدد العالقة بينها وبين مكانزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة وتخفف الضغط (كبت، إنكار، إسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط.

كما نجد "سبيلبر جر" يساوي بين المفهومين (الضغط، القلق) وذلك لأن الضغط النفسي وقلق الحالة يوضحان بين خصائص القلق كرد فعل انفعالي والمثيرات التي تستدعي هذه الضغوط فالقلق كعملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل بشكل ما من الضغط، وتبدأ هذه العملية بواسطة مثير خارجي ضاغط، كما يميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد، فكلمة الضغط تشير على الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي. (الرشيدي، مرجع سابق: 54)

4.3.2. نظرية موراي: يعتبر "موراي" أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك ومفهوم الضغط يمثل المحددات

المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة ويعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي أو لشخص تفوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز "موراي" بين نوعين من الضغوط هما:

- **ضغط بيتا:** ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية كما يدركها الفرد.

- **ضغط الفا:** ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالاتها كما هي، ويوضح "موراي" أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة معينة ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة فهذا يعبر عنه . (السيد عثمان، مرجع سابق)

4.2. أشكال الاستجابة للضغط النفسي:

وينتج عن الشعور بحالة الانضغاط التي يعانيها الفرد تحت تأثير الضغوط المختلفة حالة من عدم الاتزان الفسيولوجي والنفسي تعبر عن نفسها في الحاجات وتوترات تخرج الفرد من انتظامه العادي فيعيا قواه العقلية وصفاته المزاجية ويشدذ طاقاته الجسمية والروحية ليبذل مجهودات تكيفيه وليستعد حالته التي كان عليها وقد تتجح هذه المجهودات عند حل المشكلة والتغلب على مصادر الضغط ذاته ويستعد حالته العادية والطبيعية؛ وقد تفشل هذه المجهودات ويظل الفرد تحت حالة الانضغاط فترة من الزمن . وسواء استطاع الفرد التغلب على الضغوط والتخلص من حالة الانضغاط التي وقع تحت تأثيرها، أو أنه بين الحالة وشعر بها فإنه يكون إزاء إثيان استجابة ما تتضمن أبعادا فسيولوجية بدنية حيوية وبيوكيماوية وأبعاد سيكولوجية وأخرى اجتماعية وحتى روحية، ولا تكون هذه الاستجابة من خلال بناء استاتيكي استقرارى سكوني وإنما تتأتي من خلال بنية تفاعلية دينامية معينة.

فإن الاستجابة للضغوط تبدو في ديناميكية تبدأ من مصادر الضغط وقد تكون هذه خارجية -مواقف المشتقة والأحداث الضاغطة أو داخلية - ذكريات اليمه، مواقف صدمة . مشاعر سلبية - ولكن هذه الحوادث ليست هي ضاغطة في حد ذاتها وإنما هي ضاغطة عندما يراها الإنسان كذلك فتنشأ عمليات تفاعل حالة الضغط، وهي عمليات جسمية بدنية فسيولوجية وعمليات إدراكية عقلية معرفية وأخرى مزاجية انفعالية مما يؤدي إلى حالة من

حشد الطاقات والاستعداد والإمكانات فنشأ نظام للمراقبة لكي يقرر متى تحدث الدفاعات ويشعر الإنسان بهذه الوثبات الدفاعية تنشط بداخله وحالة التهيؤ التي يكون عليها حتى إنها تبدو في تقرير ذاتي وأثناء ذلك تهب حالة من التقسيم لتحديد استراتيجية القرار لإعطاء تعليمات لمصادر تحرك الدفاع للمواجهة ومقاومة حالة الانهيار أو الانضغاط.
(الرشيدي، 1999: 38)

جدول رقم(01): يوضح الخطوات التي تحدث بين الضغوط والسلوك المرضي أو الاضطراب

وجود مثير محتمل للضغوط الموقف الذي يتطلب عملية توافق من جانب الفرد	
الوعي بالضاغط المحتمل وتقديره	
محاولة مواجهة الضغط المحتمل محاولات بناءة لحل المشكلة أو التوافق معها	
إذا كانت المواجهة فعالة تتوقف العملية	
إذا لم تكن فعالة: تحدث الاستجابة	
استجابات فسيولوجية(مثال: زيادة ضربات القلب)	استجابة نفسية(مثال القلق)
عمليات دفاعية (محاولات لخفض الضغوط دون حل المشكلات التي تقف خلفها)	
السلوكيات المضطربة	
تعمل الآليات الدفاعية على خفض الضغوط	تفشل الدفاعات وتستمر الاستشارة النفسية

لكنها تترك السلوك (إرهاب الخلاء أو الساحة)	(مثال القلق)
- تفشل الدفاعات وتستمر - والاستشارة الفسيولوجية - (مثال: مشكلات الصحة الجسمية)	- شل الدفاعات وتثير الضغوط الاستعداد للاضطراب (مثل الفصام، الاكتئاب)

(سيد يوسف، 2007: 32) وهناك من قسم الاستجابات تبعا لخصائص الفرد وطبيعة

الضغوط وشدتها إلى قسمين:

1.4.2. استجابات إرادية: يعيها الفرد ويشعر إزاء وقوعها برد فعل مثال استجابة الفرد

لضغط الحرارة بتخفيف الملابس أو استجابة البرد لارتداء الملابس .

2.4.2. استجابات اللاإرادية: وهي تتمثل في رد فعل بعض أجهزة الجسم التي تعمل ال

إراديا وتنقسم الاستجابات اللاإرادي بدورها إلى قسمين هما:

عضوية: مثل التنبيهات الهرمونية وفعاليات الجهاز السمبتاوي والبارا سمبتاوي.

نفسية: وتشمل كافة الاستجابات التي يتحكم فيها أو لا يتحكم فيها الإنسان في المواقف

الضاغطة. (الإمارة، 2001: العدد 2)

وحيث تترتب عليه الاعراض التالية بسبب المصادر المختلفة للضغوط فإن الأفراد

يتعرضون لها بشكل أو بآخر ونظرا لوجود الاختلافات الفردية فإنهم يتباينون في مواجهتها

ويمكن تصنيف النتائج أو الآثار السلبية لضغوط العمل كالتالي:

الحالة الصحية:

تسمى الضغوط بالقائل الصامت، وتكون وراء مشكلات جسدية وأعراض، ندرج ضمنها

الأعراض الجسدية. (ياسين وآخرون، 1999: 174)

الأعراض الجسدية:

- تغيرات في أنماط النوم.

- التعب أو فقدان الطاقة.

- تغيرات فَّ الهضم (الغثيان، والقي، الإسهال)

- فقدان الدافع الجنسي.

- آلام وأوجاع في أماكن مختلفة من الجسم.
- العدوى.
- عسر الهضم. ا
- لدوا، والإغماء، والتعرق، والارتعاش.
- تنمل القدمين واليدين.
- العمل الزائد للعمل.
- ضغوط الوقت.
- الخطر الجسدي....الخ
- مرض القلب الزمن المرض
- نبض قلب خاطبة . (شيخاني،2003: 18)

الحالة النفسية: نظرا لكون الجسم كنظام متكامل فإن أي خلل جسدي من شأنه التأثير على الجانب الفكري أو الانفعالي (ياسين وآخرون، 1999: 174)

من خلال أعراض تظهر على مستوى الذهني والانفعالي وهي كالاتي:
الأعراض الانفعالية:

- سرعة الانفعال.
- تقلب في المزاج.
- العصبية.
- سرعة الغضب.
- العدوانية واللجوء إلى العنف.
- لشعور بالاستنزاف الانفعالي أو الاحتراق النفسي.
- الاكتئاب.
- سرعة البكاء.

الأعراض الفكرية أو الذهنية:

- النسيان.
- الصعوبة في التركيز.
- الصعوبة في اتخاذ القرارات.
- الاضطراب في التفكير.
- ذاكرة ضعيفة أو الصعوبة في استرجاع الأحداث.
- استحواذ فكرة واحدة على الفرد.
- انخفاض في الإنتاجية أو دافعية منخفضة.
- انجاز المهام بدرجة عالية من التحفظ.
- تزايد عدد الأخطاء.
- إصدار أحكام غير صائبة. (عسكر، 2003: 51)

الأداء في العمل: من المعروف أن تأثير الضغوط الاستثارة يأخذ شكل U بالمقلوب، أي الأداء العالي يربط بدرجة معتدلة من الضغوط ومع ذلك فإن هذه النتيجة مفتوحة الآن لكثرة الجدل من جانب الباحثين، حيث يرون أن توضع بالاعتبار الموفق والفرد والمهمة المطلوب انجازها عند تحديد العالقة بين الضغوط بالغياب وترك العمل واللجوء إلى المهدئات، ومن الناس هنا التطرق إلى حالة نفسية تعرف بالاحتراق النفسي تتولد نتيجة التعرض المستمر للضغط، ويعرف الاحتراق النفسي بأنه الاستنزاف البدني والانفعالي. وتتمثل في مجموعة من المظاهر الأعراض السلبية تختصر في العالقات الشخصية وهي كالاتي:

- عدم الثقة غير المبررة بالآخرين.
- نسيان المواعيد أو إلغائها قبل فترة وجيزة.
- تصيد أخطاء الآخرين.
- التهكم والسخرية من الآخرين.

- تبني سلوك واتجاه دفاعي في العالقات مع الآخرين.
 - تجاهل الآخرين.
 - التفاعل مع الآخرين بشكل آلي (غياب الاهتمام الشخصي/تفاعل يكتنفه البرود).
- (ياسين وآخرون، 1999: 175. وعسكر، 2003: 55)

5.2. قياس الضغوط النفسية:

يمثل قياس الضغوط وفحصها والتعريف على مستوياتها الفرد آخر الاهتمامات الرئيسية لدى علماء النفس، كما تمثل معرفة قابلية الفرد واستعداده للتعرض للضغوط إضافة إلى تعرضه الفعلي لها الخطوة الرئيسية نحو مواجهة هذه الضغوط وإدارتها، حيث أن القدرة على مواجهة الضغوط والتغلب عليها أو التعايش معها تعتمد على درجة الاستعداد ونمط الشخصية إضافة إلى شدة الضغوط وجوهرية التغيرات الحياتية، وكذلك الأساليب التوافقية استراتيجيات المواجهة القائمة وجدير بالذكر أن هناك طرق متعددة لقياس وفحص مستوى الضغوط منها:

- المقاييس الفسيولوجية .
- المؤشرات الكيميائية الحيوية.
- المقاييس والاختبارات النفسية التي تضم:
- أساليب التقرير الذاتي: منها
- الاستبانات أو الاستخبارات.
- المقابلات.
- الملاحظة في المواقف الطبيعية والمصطنعة.

3- التفكير الابتكاري والضغوط النفسية:

الآثار المعرفية: تؤثر الضغوط النفسية على البناء المعرفي للفرد، ومن ثم فإن العديد من الوظائف العقلية تصبح غير فعالة وتظهر هذه الآثار في الأعراض التالية:

- نقص الانتباه وصعوبة التركيز وضعف قوة الملاحظ .
- تدهور الذاكرة حيث تقل قدرة الفرد على الاستدعاء والتعرف وتزداد الأخطاء

- عدم القدرة على اتخاذ القرارات ونسيان الأشياء
 - فقدان القدرة على التقييم المعرفي الصحيح للموقف
 - ضعف قدرة الفرد على حل المشكلات وصعوبة معالجة المعلومات.
 - التعبيرات الذاتية السلبية التي يتبناها الفرد عن ذاته وعن الآخرين.
 - اضطراب التفكير حيث يكون التفكير النمطي والجامد هو السائد لدى الفرد.
- (الرشيدي، 1999: 34)

خلاصة الفصل:

تناولنا في هذا الفصل متغير التفكير الابتكاري والضغط النفسية حيث عرضنا مفهوم التفكير الابتكاري والنظريات والاتجاهات، وأنواع ومستويات التفكير الابتكاري، حيث تناولنا شرحا مختصر لهما، كما عرضنا الضغوط النفسية والعوامل المتسببة فيها، ومصادرها، وأشكال الاستجابة لها، والاتجاهات المفسرة له، بذلك انهينا الفصل قليل من تفصيل.

الجانب الميداني

الفصل الثالث

الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1. الإطار الزماني والمكاني

2. منهج الدراسة

3. الدراسة الاستطلاعية

4. مجتمع وعينة الدراسة

5. أدوات الدراسة

6. إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية

7. الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعدما أنهينا عرض فصول الجانب النظري من البحث، سنتعرض في هذا الفصل إلى الجانب الميداني الذي يعتبر المرجع أو المحك الذي من خلاله يتمكن الباحث إثبات ما جاء في الجانب النظري لبحثه، والذي لا يمكن لأي باحث الاستغناء عنه.

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى العناصر التالية: بداية بالإطار الزمني والمكاني، ثم المنهج المتبع، تاليه الدراسة الاستطلاعية من حيث أهدافها وإجراءات تطبيقها، الدراسة الأساسية والتي تشمل كل من عينة الدراسة، ثم أدوات الدراسة، كما سنتطرق إلى الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة.

1- الإطار الزمني والمكاني للدراسة:

لقد اخترنا لهذه الدراسة بلدية الريح كمكان لتطبيق الدراسة، وهي مكان تواجد التلاميذ الذين يمثلون عينة البحث، وبما ان دراستي على تلاميذ الرابعة متوسط فكانت متوسطة آل ياسر ومتوسطة 15 جانفي والتي تمت فيها الدراسة الاستطلاعية، فالاطار المكاني للدراسة وأما زمانيا فقد تم زيارة مدير المؤسسة والتفاهم معه على وقت تطبيق الدراسة في 5أفريل 2018 وتطبيق الاستطلاعية 9أفريل والاساسية كانت يوم 19أفريل 2018.

2- منهج الدراسة:

اتبعنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يُعنى بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع، كما يهتم بتحديد الممارسات الشائعة والاتجاهات عند الأفراد. (دالين، ترج: نوفل وآخرون، 1997: 336)

وقد ارتأينا إتباع هذا المنهج لتلاؤمه مع طبيعة الدراسة حيث يساعدنا المنهج الوصفي الارتباطي على "وصف العلاقة بين المتغيرات وصفا كميًا، أي تحديد الدرجة التي ترتبط بها متغيرات كمية بعضها بالبعض الآخر". (أبو علام، 2004: 231)

ويمكننا من الكشف عن العلاقة بين التفكير والضغط النفسية وذلك من خلال استخدام أدوات جمع البيانات وتحليل النتائج المتوصل إليها.

3- الدراسة الاستطلاعية:

بعد أن منحتني الإدارة التصريح الخاص بالزيارة الميدانية، وذلك لإجراء هذه الدراسة، توجهنا إلى متوسطة 15 جانفي بالرياح، وقد تم العمل بالتنسيق مع مدير المؤسسة ومراقب السنة الرابعة متوسط، حيث قمنا بالدراسة الاستطلاعية على 30 تلميذ وذلك يوم 10 أبريل 2018 حيث قمنا بتطبيق الاستبيان على عينة الدراسة، وتمت خلالها قراءة تعليمات الاستبيان عليهم، ثم شرح العبارات الغامضة. وبناء على ذلك حاولنا القيام بدراسة استطلاعية حققنا من خلالها:

- طريقة اختيار العينة للدراسة الأساسية عن طريق العينة القصدية العشوائية لتسهيل الاتصالات.

- اختيار حصة الرياضة التي غالبا ما يسهل الاستغناء عنها لإجراء الاختبارات، والاعتماد على نفسي وعلى صديقتي في إجراء الاختبارات وعلى المستشار التربوي كمساعد في توزيع الاستبيانات. حيث تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة تتكون من 30 تلميذ وتم اختيارهم بطريقة قصدية بحيث تم تطبيق استبيان الضغوط النفسية وذلك لمعرفة مدى صلاحية الاستبيان في الصورة الاولى .

ومن هنا نكون قد أخذنا فكرة على استخدام أدوات جمع البيانات والملاحظات، ووقفنا على الصعوبات التي يمكن أن نصادفها عند تطبيقنا للدراسة، كعدم استرجاع بعض الاستبيانات، وغياب البعض عن إجراء الاختبارات التي قدرنا أنها تكون قليلة، نظرا الانضباط العينة، ولذا أعطتنا فكرة عن تحديد حجم العينة بعدد أقل من المطلوب ومنه تم تحديد وقت تطبيق الدراسة الأساسية.

4- مجتمع وعينة الدراسة:

في هذه الدراسة عينة البحث هو تلاميذ السنة رابعة متوسط بمتوسطة آل ياسر الرياح، وبعد اتصالنا بمدير المؤسسة وافنا بعدد التلاميذ في السنة رابعة متوسط للسنة الدراسية 2018/2017 وهو 110 تلميذا فمست عينة الدراسة 101 تلميذ يحكم أن 9 التلاميذ الآخرين معفيين من الرياضة ولم يلتحقوا بالدراسة ولخصناها في الجدول التالي:

الجدول رقم 02 يوضح عينة الدراسة حسب الجنس

العدد	الجنس
58	أنثى
43	ذكر
101	المجموع

5- أدوات جمع البيانات:

لتحريّ الدقة والموضوعية في دراسة الظواهر النفسية كان لابد من استعمال أدوات تسمح بجمع البيانات الضرورية والمعلومات الخاصة بالظواهر المدروسة، وتم اختيار هذه الأدوات بحيث تلائم طبيعة المشكلة المدروسة والفرضيات المطروحة وتساعد على تحقيق الأهداف التي نصبو إلى تحقيقها من خلال هذه الدراسة . تمثلت هذه الأدوات في مقياسين:

- اختبار تورانس للتفكير الابتكاري

- استبيان الضغوط النفسية .

5.1 اختبار التفكير الابتكاري:

لقد تم تبني اختبار التفكير الابتكاري من دراسة الاستاذ قنوعة(2014) "التفكير المركب وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط".

اخترنا لهذه الدراسة اختبار التفكير الابتكاري، مع بعض التعديل من مقياس القدرة على التفكير الابتكاري الذي أعده محمود عبد الحليم منسي، وهو مأخوذ من مقياس القدرة على التفكير الابتكاري اللفظي لتورانس .

وهذا المقياس على شكل اختبار موقت، وهو بصورته النهائية بعد التعديل يتكون من

خمس أسئلة مفتوحة يطلب من المفحوص الإجابة بأكبر عدد ممكن من الإجابات حول:

- تخمين الأسباب: فيها يطلب من المفحوص أن يذكر أكبر عدد ممكن من الأسباب

حول حادثة معينة.

-الاستعمالات: فيها يطلب من المفحوص أن يذكر أكبر عدد من الاستعمالات التي

يعدها غير اعتيادية لشيء محدد بحيث تصبح هذه الأشياء أكثر فائدة وأهمية.

-**المتريبات:** وفيها يطلب من المفحوص أن يذكر ماذا يحدث لو أن نظام الأشياء، تغير فأصبح على نحو معين.

-**المواقف:** وفيها يطلب من المفحوص أن يبين كيف له أن يتصرف في بعض المواقف.

- **التطوير والتحسين:** وفيها يطلب من المفحوص أن يقترح عدة طرق لتصحيح بعض الأشياء المألوفة لديه على نحو أفضل مما هي عليه الآن.

المقياس يتناول الأبعاد الثلاثة للتفكير الابتكاري وأن كل سؤال يقيسها الثلاثة في نفس الوقت وهذه الأبعاد تتمثل في:

-**الطاقة الفكرية:** أي القدرة على استدعاء أكبر عدد ممكن من الأفكار المناسبة في فترة زمنية محددة لمشكلة أو موقف مثير.

- **المرونة:** أي القدرة على إنتاج استجابات مناسبة لمشكلة أو موقف مثير، استجابات تتسم بالتنوع واللامنطية وبمقدار زيادة الاستجابات الفريدة الجديدة تكون زيادة المرونة التلقائية.

- **الأصالة:** القدرة على إنتاج استجابات أصيلة، أي قليلة التكرار بالمعنى الإحصائي داخل الجماعة التي ينتمي إليها الفرد، أي أنه كلما قلت درجة شيوع الفكرة زادت درجة أصالتها. أما طريقة التصحيح فتحسب الدرجة الكلية والدرجة على الأبعاد كالآتي:

- **الدرجة الكلية:** وتقاس بحاصل جمع درجات الطاقة والمرونة والأصالة مع ملاحظة أن الاختبار موقت.

- **درجة الطلاقة:** وتقاس بالقدرة على ذكر أكبر عدد ممكن من الإجابات المناسبة.

- **درجة المرونة:** وتقاس بالقدرة على تنوع الإجابات المناسبة، بإعطاء درجة لكل مجموعة استجابات في انتمائها لأكثر عدد ممكن من المجالات.

- **درجة الأصالة:** وتقاس بالقدرة على ذكر إجابات غير شائعة في الجماعة التي ينتمي إليها الفرد وتكون على النحو التالي:

- عندما يكون تكرار الفكرة لدى أفراد العينة أقل أو تساوي 1% فإن درجة الأصالة تكون 5.

- عندما يكون تكرار الفكرة لدى أفراد العينة أكبر من 1% وأقل أو تساوي 2% فإن درجة الاصالاة تكون 4.

- عندما يكون تكرار الفكرة لدى افراد العينة أكبر من 2% أقل أو تساوي 3% فإن درجة الاصالاة تكون 3.

- عندما يكون تكرار الفكرة لدى افراد العينة أكبر من 3% أقل أو تساوي 4% فإن درجة الاصالاة تكون 2.

- عندما يكون تكرار الفكرة لدى افراد العينة أكبر من 4% أقل أو تساوي 5% فإن درجة الاصالاة تكون 1.

- عندما يكون أكبر من 5% فإن درجة الاصالاة تكون 0

2.1.5. الخصائص السيكومترية لاختبار التفكير الابتكاري:

1.2.1.5. صدق المحكمين: ويتم فيه عرض الصورة المبدئية من المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في المجال، وذلك لأبداء الرأي في العبارات، ومدى مناسبتها، وفي ضوء ذلك يتم حذف العبارة التي يتم الحكم عليها بأنها غير مناسبة، أو متكررة في عبارات أخرى، وكذلك التي لم تصل نسبة اتفاق المحكمين على مناسبتها إلى درجة معينة . وهذه الطريقة نتأكد بها من صدق المحتوى أو المضمون الذي هو فحص المقياس فحصا منطقياً دقيقاً، بغرض تحديد ما إذا كان يغطي بالفعل عينة ممثلة للسلوك المراد قياسه، وبالتالي فهو يقوم بتحليل المجال السلوكي المراد قياسه، تحليلاً يتيح الكشف عن عناصره ومكوناته الأساسية، بحيث تصبح فقرات المقياس بمثابة العينة الممثلة حقا لهذه العناصر والمكونات، وتقديرات الخبراء أو الحكام هنا هي المحاكات التي تستخدم لتحديد هذا الصدق. ولقد انتهجنا طريقة حذف كل البنود التي لم يتفق عليها أكثر من محكم، وهذا لنحصل على صدق عال للمحكمين من جهة، ونعالج مشكل طول المقاييس من جهة أخرى وهذا الحذف آثرنا أن يكون بعد التحكيم ليعطينا سعة أكبر في الحذف ففي مقياس التفكير الابتكاري أبقينا على خمسة أسئلة من أصل سبعة.

لقد أجراء الاستاذ اختبار التفكير الابتكاري، وعلى العينة الاستطلاعية مقدره ب 60 مبحوثا وتحصل على:

حيث أن 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 الإحصائية SPSS فكانت النتائج كالتالي بالنسبة لمقياس التفكير الابتكاري:

جدول رقم 03: معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية لمقياس التفكير الابتكاري

الابعاد	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1 الطلاقة	0.92	دال عند مستوى 0.01
2 المرونة	0.90	دال عند مستوى 0.01
3 الاصاله	0.78	دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول رقم الذي يلخص النتائج التي أعطاها البرنامج SPSS أن كل معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0.01 أي أن هناك ارتباطا ايجابيا بين الأبعاد والمقياس ككل، مما يدل على صدق المقياس في اتساقه الداخلي إحصائيا. (قنوعة، 2014)

2.2.1.5. الثبات: المقياس الثابت هو الذي يعطي نفس النتيجة تقريبا لنفس الفرد عند إجراء القياس لمرات عديدة في نفس اليوم أو أيام مختلفة، حيث تكون تلك النتيجة مؤشرا جيدا لقدرات هذا الفرد، وهناك طرق عديدة لحساب الثبات نطبق منها في دراستنا طريقتين هما

طريقة التجزئة النصفية: وهي من أكثر طرق تأكيد الثبات شيوعا، حيث يطبق الباحث الاختبار أو الاستبيان مرة واحدة، أي يعطى الفرد درجة واحدة عن جميع المفردات، ثم يحسب معامل الارتباط بين مجموعي درجات نصفي بنود المقياس، ويلاحظ ارتفاع معامل الثبات كلما زاد حجم العينة، ويجب أن تكون درجتا الفرد على نصفي الاختبار متناظرتين

عند حساب معامل الارتباط، كما يجب استخدام معامل ارتباط يتناسب مع طبيعة الدرجات على المقياس. ويذكر أنه توجد طرق متعددة لحساب الثبات بالتصنيف (كالقسمة إلى نصفين، الفردي والزوجي، جزءا المقياس) وتختلف هذه الطرق في أسلوب تصنيف الاختبار ولكنها تتفق في كيفية حساب معامل الارتباط . وفي حالتنا نقوم بتقسيم المقياس إلى فقراته الفردية والزوجية، ثم نستخدم درجات النصفين، في حساب معامل الارتباط بينهما، فننتج معامل ثبات نصف المقياس، وبعد ذلك نقوم باستخدام معادلة سبيرمان براون لحساب معامل ثبات المقياس حيث كان معامل الثبات (0.83)

2.5. استبيان الضغوط النفسية:

ويتضمن الاستبيان جزئين:

الجزء الاول: يتكون من مقدمة وبيانات أولية تتمثل في الجنس.

الجزء الثاني: الذي يقيس الضغوط النفسية عند تلاميذ الرابعة متوسط فهو يتكون

من 40 بند مقسمة الى ابعاد: الضغوط الاسرية والضغوط الاجتماعية والضغوط الشخصية والضغوط الدراسية .

الجدول رقم 04 يوضح ابعاد وبنود الاستبيان:

أرقام البنود	البعد	
-38-37-34-31-29-27-24-7-5-2	الضغوط الأسرية	البعد رقم 01
26-25-21-20-19-18-16-9-6-4	الضغوط المدرسية	البعد رقم 02
32-30-28-22-17-8-1	الضغوط الاجتماعية	البعد رقم 03
40-39-36-35-33-23-15-14-13-12-11	الضغوط الذاتية	البعد رقم 04

ويتم الاجابة على بنود من خلال 05 بدائل مرتبة كما يلي:

الجدول رقم 05 كيفية الاجابة عن البنود

ابدأ	نادرا	احيانا	غالبا	دائما
01	02	03	04	05

1.2.5. الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية:

1.1.2.5. صدق المحكمين: ويتم فيه عرض الصورة المبدئية من المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في المجال، وذلك لإبداء الرأي في العبارات، ومدى مناسبتها، وفي ضوء ذلك يتم حذف العبارة التي يتم الحكم عليها بأنها غير مناسبة، أو متكررة في عبارات أخرى، وكذلك التي لم تصل نسبة اتفاق المحكمين على مناسبتها إلى درجة معينة . وهذه الطريقة نتأكد بها من صدق المحتوى أو المضمون الذي هو فحص المقياس فحصاً منطقياً دقيقاً، بغرض تحديد ما إذا كان يغطي بالفعل عينة ممثلة للسلوك المراد قياسه، وبالتالي فهو يقوم بتحليل المجال السلوكي المراد قياسه، تحليل يتيح الكشف عن عناصره ومكوناته الأساسية، بحيث تصبح فقرات المقياس بمثابة العينة الممثلة حقاً لهذه العناصر والمكونات، وتقديرات الخبراء أو الحكام هنا هي المحاكات التي تستخدم لتحديد هذا الصدق. (عباس، 1996: 25). ولقد انتهجنا طريقة حذف كل البنود التي لم يتفق عليها أكثر من محكم، وهذا لنحصل على صدق عالٍ للمحكمين من جهة، ونعالج مشكل طول المقاييس من جهة أخرى وهذا الحذف آثرنا أن يكون بعد التحكيم ليعطينا سعة أكبر في الحذف ففي مقياس الضغوط النفسية أبقينا على 40 بند من أصل 54. أنظر الملحق رقم 3. وقد تم اختيار استبيان الضغوط النفسية الخاص بالدراسة ألا وهي "علاقة التفكير الابتكاري بالضغوط النفسية لدى تلاميذ الرابعة متوسطة" من قبل الطالبة وذلك بالاستعانة بالجانب النظري.

2.1.2.5. 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 فرداً وأخرى دنيا تكونت من 9 فرداً، 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 06: قيمة ت بين درجات المجموعتين الدنيا والعليا للمقياس

المجموعتين	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار ت	الدالة الإحصائية
المجموعة العليا	9	212.22	12.87	12.46	دالة 0.01
المجموعة الدنيا	9	144.66	9.92		

نلاحظ من خلال الجدول ان قيمة "ت" دالة عند 0.01 مما يجعل المقياس يتمتع بصدق تمييزي عال.

3.1.2.5. صدق الاتساق الداخلي:

الجدول رقم 06 يوضح ارتباط الابعاد بالدرجة الكلية

البعد	قيمة معامل ارتباط بيرسون	الدالة
الضغوط الاسرية	0.60	دالة عند 0.01
الضغوط المدرسية	0.83	دالة عند 0.01
الضغوط الاجتماعية	0.84	دالة عند 0.01
الضغوط الشخصية	0.76	دالة عند 0.01

من خلال الجدول نلاحظ ان قيمة ارتباط بيرسون لترايط الابعاد بالدرجة الكلية دالة عند 0.01.

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

- 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 08: معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية للمقياس بمعادلة سبيرمان براون

معامل الثبات بالتجزئة النصفية	عدد البنود	عدد العينة
0.89	40	30

نلاحظ من الجدول أن معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية للمقياس مقبول .

طريقة معامل ألفا-كرونباخ: نحسب معامل ألفا للمقياس:

جدول رقم 09: معامل ألفا كرونباخ للمقياس

معامل الثبات ألفا كرونباخ	عدد البنود	عدد العينة
0.87	40	30

تشير البيانات في الجدول إلى قيم معامل الثبات للمقياس عن طريق معامل ألفا كرونباخ،

وتظهر أنها مقبولة إحصائياً.

6- إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية:

بعد التأكد من سلامة وصلاحية الأدوات، وتحديد مجتمع وعينة الدراسة، قمنا بتطبيق

الدراسة الميدانية خلال الثلاثي الثاني 2018/2017 .

تم الاتفاق مع إدارة المتوسطة وتخصيص حصة الرياضة لتطبيق اختبار التفكير الابتكاري

مع توزيع الاستبيان للضغوط النفسية، كما تم شرح الاختبار والاستبيان وتعليماتهم والاستعانة

بالمستشار التربوي وصديقتي مع اشراف الطالبة.

وبعد ذلك استخدمنا الحاسوب في تحضير وتجهيز وتفرغ البيانات وفق الاساليب

المتعارف عليها، لتحليلها والوصول الى نتائج، وتمت عمليات الضبط والمراجعة في كل خطوة

من خطوات التحليل والمعالجة الاحصائية حيث أدخلت البيانات باستخدام برنامج الرزم

الإحصائية SPSS لتتم معالجتها إحصائياً.

7- الأساليب الاحصائية:

إن أي باحث لا يستغنى عن الطرق والاساليب الاحصائية في دراسته في الغالب، فهي

الوسيلة التي تمده بالوصف الموضوعي الدقيق، وهي الأداة التي يختبر بها الباحث الفروض

من خلال البيانات ويعتمد عليها من أجل إعطاء البحث صيغة علمية. (معمرية، 2007: 188)

وبناء على هذا فقد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

1.7. معامل ارتباط بيرسون:

في دراستنا هذه نبحت في الكشف عن العلاقة الموجودة بين ظاهرتين أو متغيرين لمعرفة درجة ونوع الارتباط بينهما لذلك نستخدم معامل ارتباط بيرسون فهو الأسلوب الإحصائي المناسب لقياس قوة واتجاه العالقة بين متغيرين كميين. (الزعبى والطلافة، 2003: 223)

2.7. أساليب إحصائية للتأكد من صدق وثبات المقاييس :

استعملنا عدة أساليب للتأكد من صدق وثبات المقاييس

- معامل ارتباط بيرسون: للتأكد من صدق الاتساق الداخلي
- اختبار "ت": مع اختبار ليفين للتأكد من الصدق التمييزي .
- معامل ألفا كرونباخ: لحساب الثبات.

استخدام معادلة سبيرمان براون: لحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية.

3.7. حجم التأثير: يعرف حجم التأثير على انه: الدرجة التي تكون فيها النتائج لها

دلالة علمية في مجتمع الدراسة وانه عبارة عن مؤشر يحدد درجة اهمية او عدم اهمية نتائج الدراسة بغض النظر عن حجم عينة الدراسة.

وعند استخدام معامل الارتباط بيرسون في حجم التأثير يوجد اسلوبين هما:

الاول: وهو تفسير مقدار معامل الارتباط على أنه حجم التأثير.

الثاني: وهو تفسير مقدار معامل ارتباط بيرسون مربع. (عزت، 2011: 278)

ويفسر معامل ارتباط بيرسون في ضوء المحكاة التي وضعها كوهين 1988 التالية:

- حجم التأثير صغير أو ضعيف عندما $r=0.10$ أو $r^2(0.01)$

- حجم التأثير متوسط عند $r=0.30$ أو $r^2(0.09)$

- حجم التأثير كبير عندما $r=0.50$ أو $r^2(0.25)$

وتكمن أهمية حجم التأثير في أنه يزيد الباحثين بمؤشرات الدلالة العميقة بخلاف اختبار الدلالة الاحصائية، وحجم التأثير يشير إلى درجة وجود الظاهرة في المجتمع بمقياس متصل كما يعطي اشارة إلى معنى الدلالة الفروق بين المتوسطات ويمكن استخدام حجم التأثير لحساب قوة الاختبار الاحصائي.(عزت، 2011: 282) واعتمد في دراستي على الاسلوب الثاني والذي ينص على مربع قيمة معامل بيرسون

4.7. برنامج SPSS: والتي تعني الرزمة- الإحصائية للعلوم الاجتماعية - إذ يمكن للبيانات أن يكون إدخالها مباشرة بتعريف المتغيرات والتفريغ، أو ملخصة بشكل تقاطعي، أو بشكل جدول تكراري، نعم البرنامج أن يتعامل معها خلال عمليات التحليل الإحصائي كأنها بيانات خام، على شكل تكرارات مرتبة بشكل مصفوفة مكونة من أعمدة (متغيرات)، وصفوف (حالات).(العقيلي والشايب، 1998:246)

واستعملنا هذا البرنامج في حساب الارتباط باستعمال معامل بيرسون، باستعمال في الدراسة الأساسية، وكذلك في حساب صدق الاتساق الداخلي ومعامل الثبات باستعمال التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ واختبار "ت"، وهذا من أجل التأكد من الخصائص السيكمومترية لمقياس الضغوط النفسية .

خلاصة الفصل :

اتبعنا في دراستنا خطوات إجرائية تمثلت في تحديد المنهج المستخدم الذي هو المنهج الوصفي الارتباطي المناسب لمثل هاته الدراسة، واختيار العينة عن طريق أسلوب العينة القصدية من مجتمع الدراسة، وتناولنا الدراسة الاستطلاعية، واستخدمنا أدوات جمع البيانات المتمثلة في استبيان الضغوط النفسية، واختبار التفكير الابتكاري، حيث تأكدنا من صدق وثبات مقياس الضغوط النفسية بطرق مختلفة، وتعرضنا إلى الأساليب الإحصائية المستعملة، وقد وظفنا برنامج الحزم الإحصائية SPSS من أجل تفريغ البيانات، ومعالجتها، وستعرض نتائج ما توصلنا إليه في الفصل القادم.

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

تمهيد

1. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة
2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى
3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
4. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
5. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
6. مناقشة نتائج فرضيات الدراسة
7. الاستنتاج العام للدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في اختبار التفكير الابتكاري والضغط النفسية، وزع على عينة الدراسة المقدرة بـ 101 تلميذ، وبعد جمع هذه البيانات وتميزها وتفريغها في جهاز الكمبيوتر، قمنا بالمعالجة الإحصائية من خلال حساب معاملات الارتباط، بالاعتماد على برنامج SPSS في ضوء الفرضيات ونعرض النتائج مع التحليل والمناقشة والتفسير.

1. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة:

قبل عرض النتائج نذكر بالفرضية العامة التي تنص على أنه "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط". وقمنا بحساب العلاقة من خلال حساب قيمة معامل ارتباط بيرسون مع حجم التأثير، والجدول التالي يبين النتائج :

جدول رقم 10: يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية

المتغيران	العدد	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	حجم التأثير
التفكير الابتكاري	101	0.01	0.86	غير دالة عند 0.05	0.0001
الضغط النفسية					

من خلال الجدول رقم 10 نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط بيرسون 0.01 بمستوى دلالة 0.86 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05، وعليه فإننا نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه لا توجد علاقة دالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية وهي نفسها فرضية الدراسة، وهذه العلاقة بحجم تأثير 0.0001 وهو ضعيف.

الجدول رقم 11: يوضح معامل ارتباط بيرسون بين ابعاد التفكير الابتكاري والضغط النفسية

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	حجم التأثير
الطلاقة	101	-0.04	0.67	غير دالة عند 0.05	0.0016
المرونة	101	-0.02	0.84	غير دالة عند 0.05	0.0004
الاصالة	101	-0.03	0.73	غير دالة عند 0.05	0.0009

نلاحظ من خلال الجدول رقم 11 ان قيمة ارتباط بيرسون لطلاقة (-0.04) بمستوى دلالة 0.67 فهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه نقول أنه لا توجد علاقة بين بعد الطلاقة والضغط النفسية وهذه العلاقة بحجم تأثير 0.0016 وهو ضعيف .

كما نلاحظ ايضا من نفس الجدول ان قيمة معامل ارتباط بيرسون للمرونة (-0.02) بمستوى دلالة 0.84 فهي غير دالة احصائيا عند المستوى 0.05 وعليه فإنه لا يوجد علاقة بين المرونة والضغط النفسية وهذه العلاقة بحجم تأثير 0.0004 وهو ضعيف.

ونلاحظ ايضا قيمة معامل بيرسون للأصالة (-0.03) بمستوى دلالة 0.73 وهذا يعني ان العلاقة غير دالة احصائيا عند المستوى 0.05 وعليه فإنه لا توجد علاقة بين الاصالة والضغط النفسية وهذه بحج تأثير 0.0009 وهو ضعيف.

وعلى ضوء هذا التحليل نستنتج أنه لا توجد علاقة دالة احصائيا بين ابعاد التفكير الابتكاري والضغط النفسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط .

2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى:

قبل عرض النتائج نذكر بالفرضية الجزئية الأولى التي تنص على انه: "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط الاسرية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط".
وقمنا بحساب قيمة معامل ارتباط بيرسون مع حجم التأثير والجدول التالي يبين النتائج:
الجدول رقم 12: يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري

والضغوط الاسرية

المتغيران	العدد	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	حجم التأثير
التفكير الابتكاري الضغوط الاسرية	101	-0.03	0.72	غير دالة عند 0.05	0.0009

نلاحظ من خلال الجدول رقم 12 ان قيمة معامل ارتباط بيرسون (-0.03) عند مستوى الدلالة 0.72 فهي غير دالة عند المستوى 0.05 وعليه فأنا نقبل الفرض الصفرى الذي ينص على أنه "لا توجد علاقة ذات دلالة احصائيا بين التفكير الابتكاري والضغوط الاسرية لدى تلاميذ الرابعة متوسط" وهذه العلاقة بحجم تأثير 0.0009 وهو ضعيف، وهذا تأكيد فرضية الدراسة.

3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

قبل عرض النتائج نذكر بالفرضية الجزئية الثانية التي تنص على انه: "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط المدرسية لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط" وقمنا بحساب معامل ارتباط بيرسون وحجم التأثير والجدول التالي يبين النتائج:

الجدول رقم 13 يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري والضغط

المدرسية

المتغيران	العدد	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	حجم التأثير
التفكير الابتكاري الضغط المدرسية	100	0.3	0.73	غير دالة عند 0.05	0.0009

نلاحظ من خلال الجدول رقم 13 ان قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.3)، عند مستوى الدلالة 0.73 فهي غير دالة عند المستوى 0.05 وعليه فإننا نقبل الفرض الصفري وهي "لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري والضغط المدرسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط"، وهذه العلاقة بحجم تأثير 0.0009 وهو ضعيف.

4. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

قبل عرض النتائج نذكر بالفرضية الجزئية الثالثة التي تنص على انه: "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاجتماعية لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط" وقمنا بدراسة العلاقة بين التفكير والضغط الاجتماعية عند تلاميذ السنة رابعة متوسط ومن خلال معامل ارتباط بيرسون والجدول التالي يبين النتائج:

الجدول رقم 14: يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري

الضغط الاجتماعية

المتغيران	العدد	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	حجم التأثير
التفكير الابتكاري	101	0.4	0.67	غير دالة عند 0.05	0.0016
الضغط المدرسية					

نلاحظ من خلال الجدول رقم 14 ان معامل ارتباط بيرسون (0.04) عند مستوى دلالة 0.67 فهي غير دالة احصائيا عند المستوى 0.05 وعليه فأنا نقبل الفرض الصفري الذي ينص على أنه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاجتماعية لدى تلاميذ الربعة متوسط ومن هنا فإن هذه العلاقة بحجم تأثير 0.016 ضعيف، وهي نفسها فرضية الدراسة.

5. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

قبل عرض النتائج نذكر بالفرضية الجزئية الرابعة التي تنص على انه: "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري الضغوط الشخصية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط". وقمنا بحساب قيمة معامل ارتباط بيرسون وحجم التأثير والجدول التالي يبين النتائج:

الجدول رقم 15: يوضح قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التفكير الابتكاري

والضغوط الشخصية

المتغيران	العدد	قيمة معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	حجم التأثير
التفكير الابتكاري الضغوط المدرسية	100	0.2	0.82	غير دالة عند 0.05	0.0004

نلاحظ من خلال الجدول رقم 15 ان قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.02) بمستوى الدلالة 0.82 فهي غير دالة احصائيا عند المستوى 0.05، وعليه فإننا نقبل الفرض الصفري الذي يقول أنه "لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط الشخصية لدى تلاميذ الرابعة متوسط، وهذه العلاقة بحجم تأثير 0.0004 وهو ضعيف.

6. مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات:

من خلال نتائج المتحصل عليها نقوم بمناقشة نتائج الفرضيات بداية بالفرضية العامة التي تقول بعد اجراء الدراسة انه "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط النفسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط" فيمكن ترجيح عدم وجود علاقة الى حسب نظرية ثرونديك الذي يرى أن المثير والاستجابة يحدد قيمة التفكير الابتكاري وذلك بمدى نوعية الرابطة التي إذا ما كانت قوية فإنها تتكرر وتقوى وأما إذا كانت ضعيفة فإنها تزول وتتلاشى وعليه إن الضغوط النفسية حسب ما سبق كانت ضعيفة وبالتالي لم تؤثر في التفكير الابتكاري. أما في ما يخص الفرضية الجزئية الأولى التي توصلنا الى انها ايضا "لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط الاسرية لدى تلاميذ الرابعة متوسط"

حيث نلاحظ من اصحاب الاتجاه المعرفي أن الذاكرة تعمل على تخزين جملة من العمليات المبدعة حيث أنه ليس بالضرورة أنه اذا تعرض التلميذ للضغوط اسرية يغيب او يقل التفكير الابتكاري، وبما ان الابداع مخزن وبالتالي عند تعرض التلميذ لأي موقف يتطلب تفكير يكون جاهز ويتعامل معه بشكل عادي.

ننتقل الفرضية الجزئية الثانية التي توصلت نتائجها الى أنه "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط المدرسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط" وهنا نرجح عدم وجود علاقة الى ان التلميذ لا يشغل باله بما يحدث في المدرسة وذلك بأنه مازالوا في مرحلة عمرية صغيرة وبالتالي لا يتأثر تفكيرهم الابتكاري بالضغوط المدرسية بمجرد التعرض لموقف ابداعي.

أما في ما يخص الفرضية الجزئية الثالثة فكانت نتائجها تقول أنه "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط النفسية لدى تلاميذ الرابعة متوسط" وعليه فإن عدم وجود علاقة بين المتغيرين راجع الى استخدام التلاميذ لأساليب مواجهة الضغوط النفسية هذا حسب دراسة أمل الاحمد ورجاء مريم(2009) كما تقول دراسة هادي(2008) أن التفكير الابتكاري يساعد على حل المشكلات عندما تكون هناك ترابط بين ابعاده ذلك ان كل ما كان التلميذ قادر على تخطي مشكلاته كان قادر على أن يفكر حيث نرى حسب الاتجاه الانساني أن كل فرد يولد مبتكر وينبغي ان تتوفر له الظروف والخبرات والمواقف التربوية كي يصل الى أقصى نمو ممكن.

أما الفرضية الجزئية الرابعة تقول بعد النتائج الى أنه "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغوط الشخصية لدى تلاميذ الرابعة متوسط" حيث نرجح الى عدم وجود علاقة بين المتغيرين الى الحيل الدفاعية هذا حسب النظرية التحليلية حيث ركزت على الوظائف السيكلوجية المتمثلة في مهام الأنا ودورها في القضاء على الصراع حيث اعتبرتها بمثابة أليات دفاعية يستخدمها الفرد عند تعرضه لمواقف ضاغطة ومن هنا نقول أنه عدم وجود علاقة بين التفكير الابتكاري والضغوط الشخصية يرجع الى ان التلاميذ لديهم حيل دفاعية.

7. الاستنتاج العام للدراسة:

إن الهدف من إجراء هذه الدراسة هو الكشف عن عدم وجود علاقة بين التفكير الابتكاري وابعاده والضغط النفسية عند تلاميذ السنة الرابعة متوسط وبعد عرض تحليل البيانات المتحصل عليه ميدانيا ومناقشتها توصلنا إلى جملة من النتائج:

- 1- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية.
- 2- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاسرية.
- 3- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط المدرسية.
- 4- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الاجتماعية.
- 5- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط الشخصية.

وعلى ضوء الاستنتاج اقدم اقتراح وهو اعادة اجراء الدراسة وتكون بعينة اكبر وبتفصيل أدق.

خلاصة الفصل:

تم في هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة في ضوء التحقق من فرضياتها حيث توصلنا إلى الاستنتاج العام للدراسة من خلال تحقق الفرضية العامة للدراسة بعدم وجود عالقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التفكير الابتكاري والضغط النفسية عند تلاميذ السنة الرابعة متوسط مع تفصيل في عدمه لباقي الفرضيات الجزئية لنخلص إلى الاستنتاج العام وجملة من الاقتراحات للباحثين والى التلاميذ والأولياء قائمين على العمل التربوي بصفة عامة او بصفة خاصة.

خاتمة

إن القدرة على مواجهة المشكلات التي تمثل أحد المظاهر الإيجابية للصحة النفسية تحتاج التفكير وعملياته ومهاراته، والتفكير هو مهارة يمكن تعليمها وتعلمها ولا يوجد ما هو أخصب من المدرسة لممارسة هذا النوع من التعليم.

هذا ما دعانا لتحديد مشكلة نختارها للدراسة من هذا الموضوع الواسع المتمثل في التفكير الابتكاري، ووقع تحدينا لعلاقة التفكير الابتكاري بالضغوط النفسية، فكان عنوان دراستنا "علاقة التفكير الابتكاري والضغوط النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط دراسة ميدانية بمتوسطة آل ياسر-الرباح" حاولنا أن نصل إلى نتائج موضوعية يمكن الوثوق فيها وذلك من خلال إجراء بحث نظري حول متغيري الدراسة بالإضافة إلى قيامنا بدراسة ميدانية من أجل الكشف عن عدم وجود علاقة ارتباطية بين التفكير الابتكاري والضغوط النفسية وواجهتنا في ذلك بعض صعوبات منها، تعجب التلاميذ من الاختبار والعزوف اول مرة عن الاجابة وطول المقياس ودقة إجراءات التطبيق، لكن حاولنا التغلب على هذه الصعوبات بأخذ التفكير الابتكاري، وبتوضيح إجراءات التطبيق وتعليمات المقياس لتلاميذ، وكانت مدة الاختبار والمقياس ثلاثة أيام وبعد الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية استخدمنا فيها أدوات لجمع البيانات تتمثل في اختبار التفكير الابتكاري واستبيان الضغوط النفسية، وبعد تحليل البيانات خلصنا إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين التفكير الابتكاري والضغوط النفسية، فمن هنا نكون قد عرفنا أن الضغوط النفسية ليس دائماً تؤثر في تفكير التلاميذ، فمثلاً قد يكون لتلاميذ يعاني ضغوط اسرية وضغوط شخصية لكن بمجرد وقعه في موقف يتطلب التفكير الابتكاري يكون فيه مبدع وهذا ما وضح من نتائج دراستنا.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- ✓ بن زروال، فتيحة(2002): مصادر ومستويات الإجهاد لدى الأستاذ الجامعي واستراتيجيات المرشد النفسي في علاجه والوقاية منه، ماجستير، جامعة الحاج لخضر باتنة.
- ✓ توفيق الرشيدي، هارون(1999): الضغوط النفسية، مكتبة الانجلو المصرية.
- ✓ جاسم محمد، محمد (2004): سيكولوجية الإدارة التعليمية وآفاق التطوير العام، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.
- ✓ الجراح، عبد الناصر وعبيدات، علاء الدين (2011): مستوى التفكير ما وراء المعرفي لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الأردنية في العلوم، 7مجلد، 2عدد.
- ✓ جروان، فتحي عبد الرحمن(2002): تعليم التفكير مفاهيم وتطبيقات، ط1، الاردن، عمان.
- ✓ جميل، طارق عبد المجيد،(2005): الأنشطة الإبداعية للأطفال، ط1، دار صفاء، عمان.
- ✓ جودت، أحمد سعادة، (2003): تدريس مهارات التفكير، ط1، دار الشروق.
- ✓ الحارثي، ابراهيم (2002): تدريب المعلمين على تعليم مهارات التفكير، مكتبة الشقري، الرياض.
- ✓ حسن، محمد علي(1995): فاعلية استراتيجية العصف الذهني في تدريس وحدة تلوث البيئة على تنمية قدرات التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي لطلبة الصف الأول ثانوي علمي في دولة البحرين، رسالة ماجستير كلية علوم التربية، قسم المناهج وطرق التدريس، جامعة البحرين.
- ✓ حسين، طه عبد العظيم وحسين، سلامة عبد العظيم(2006): استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، ط1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.
- ✓ الخلايلة، عبد الكريم(1997): طرق تعليم التفكير للأطفال، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة.

✓ الدردير، عبد المنعم (2004): دراسات معاصرة علم النفس المعرفي، ط1، عالم الكتب، القاهرة.

✓ رعد، نجاح علي(1990): تأثير طريقة الاكتشاف الموجه على تحصيل العلوم لتلميذات الصف السادس بمكة المكرمة، رسالة ماجستير كلية العلوم التربوية، قسم المناهج وطرق التدريس، جامعة ام القرى بمكة المكرمة.

✓ رولان، دورون وفرانسوا، زيارو(1997): موسوعة علم النفس ترجمة فؤاد شاهين، ط1، منشورات عويدات، لبنان.

✓ زرنوفي، ناجي ندى(2007): أثر استخدام الحاسب الآلي في تنمية التفكير الابتكاري والتحصيل الدراسي في مقرر الفيزياء لدى طالبات الصف الثاني ثانوي بمدينة جدة، دراسة شبه تجريبية، متطلب تكميلي لنيل الماجستير في المناهج وطرق ادريس العلوم.

✓ الزعبي، محمد بلال والطلافة، عباس (2003): النظام الإحصائي SPSS فهم وتحليل البيانات الإحصائية، دار وائل للنشر، عمان الأردن .

✓ زيتون، حسن حسين(2003): تعليم التفكير، ط1، عالم الكتب القاهرة.

✓ سرايا، عادل (2007): تكنولوجيا التعليم المفرد وتنمية الابتكار، ط1، دار وائل، عمان.

✓ السرور، ناديا هایل(2002): مدخل إلى تربية المتميزين والموهبين، ط3، عمان دار الفكر.

✓ سعيد، عبد العزيز (2006): تعليم التفكير ومهاراته، ط1، دار الثقافة، عمان .

✓ سند، روبرت وآثر، كارين(1985): الاستجاب الإبداعي وأساليب الاصغاء المتحسس، مدخل لمفهوم الذات، ط2، ترجمة رؤوف عبد الرزاق العاني، جامعة بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.

✓ شحاتة، حسن والنجار، زينب(2003): معجم المصطلحات التربوية والنفسية، دار المصرية، ط1، القاهرة.

- ✓ شحاني، سمير(2003): الضغط النفسي وطبيعته، أسبابه والمساعدة الذاتية، دار الفكر العربي، ط1، لبنان.
- ✓ الشرييني، زكريا وصادق، يسرية (2002): أطفال عند القمة، الموهبة والتفوق العقلي والإبداعي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ✓ الشرييني، لطفي (2001): موسوعة شرح المصطلحات النفسية، دار ط1، النهضة العربية للطباعة، لبنان.
- ✓ العاني، رؤوف عبد الرزاق(1997): اتجاهات حديثة في تدريس العلوم، ط2، مديرية مطبعة الادارة المحلية، بغداد
- ✓ عبد الرؤوف عامر، طارق (2006): الاتجاهات الحديثة للمهارات الابتكارية، ط1، دار السحاب، مصر.
- ✓ عبد الرؤوف عامر، طارق (2005): الإبداع، ط1، الدار العالمية، مصر.
- ✓ عبد الهادي، نبيل وآخرون(2003): مهارات التفكير في اللغة والتفكير، ط1، دار الميسرة، عمان
- ✓ عزت، عبد الحمد حسن(2001): الاحصاء النفسي التربوي التطبيقات باستخدام برنامج SPSS18، دار الفكر للنشر، القاهرة .
- ✓ عسكر، علي (2003): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط3، دار الكتاب الحديث، الجزائر.
- ✓ عوض، عباس محمود (1999): علم النفس الإحصائي، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- ✓ غباين، عمر (2004): تطبيقات مبتكرة في تعليم التفكير، ط1، جهينة للنشر والتوزيع، عمان.
- ✓ فاروق، السيد عثمان(2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

- ✓ قنوعة، عبد اللطيف(2014): التفكير المركب وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الرابعة متوسط، رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير جامعة عمار ثليجي، الاغواط- الجزائر.
- ✓ محمود شقير، زينب (1999): رعاية المتفوقين والموهوبين والمبدعين، ط1، دار النهضة العربية، القاهرة.
- ✓ محمود محمد، علي (2002): تنمية مهارات التفكير من خلال المناهج التعليمية (رؤية مستقبلية)، ط1، دار المجتمع، جدة.
- ✓ مصطفى، فهيم، (2001): مهارات التفكير في مراحل التعليم العام، رياض الاطفال- الابتدائي- الاعدادي- الثانوي رؤية مستقبلية للتعليم في الوطن العربي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ✓ معمريّة، بشير (2007): القياس النفسي وتصميم أدواته، منشورات الحبر، الجزائر.
- ✓ منسي، محمود عبد الحليم (2003): الابداع والموهبة في التعليم العام، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- ✓ منصور، طلعت(1981): التعلم الذاتي وارتقاء الشخصية، ط1، الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ✓ موسى، رشاد علي، الحطاب، سهام (2004): الابتكار، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ✓ نادر، سعد عبد الوهاب وآخرون (2000): طرائق التدريس لمعاهد المعلمين، ط3، مطبعة وزارة التربية، بغداد.

الملاحق

قائمة الملاحق

1- استبيان الضغوط النفسية

2- اختبار التفكير الابتكاري

3- قائمة المحكمين

الملحق رقم (01) استبيان الضغوط النفسية



جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي



كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم العلوم الاجتماعية

أخي التلميذ / اختي التلميذة:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نحن بصدد إجراء دراسة في إطار إعداد مذكرة التخرج استكمالاً لمتطلبات الحصول على شهادة الماستر، تخصص ارشاد وتوجيه وتحقيق أهداف هذه الدراسة بعنوان: التفكير الابتكاري وعلاقته بالضغوط النفسية لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط وصُمم هذا الاستبيان الذي يحوي مجموعة من العبارات والأسئلة التي تتعلق بالأحداث والخبرات اليومية التي يمكن أن يمر بها الفرد.

نرجو منكم التكرم بقراءة كل فقرة بعناية، ثم تحديد مدى ظهورها لديك بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة؛ التي تصف حالتك . فإذا شعرت بأن فقرة تناولت موقفا لم يسبق لك أن مررت فيه فقد تصرفك على أساس خبرتك الفعلية في مواقف مماثلة. لاحظ أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، عليك فقط أن تجيب كما تشعر وتتصرف فعلا.

الجنس: ذكر: (.....) أنثى: (.....)

الرقم	البند	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	أجد صعوبة في تحقيق طموحاتي الدراسية					
2	يمنعني والداي من التعبير عن رأيي داخل الاسرة					
3	أشعر بعدم الاستقرار عند الزملاء والأساتذة					
4	تؤثر الضوضاء والصراخ في البيت على تحصيلي					
5	يضايقني عدم قدرتي على دعوة أصدقائي لزياتي في البيت					
6	تزعجني قلة وجود المياه في المدرسة					
7	أعاني من عدم الاحترام بين أفراد أسرتي					
8	أعاني من عدم قدرة الادارة على حل الكثير من مشكلات التلاميذ					
9	أعاني من تشدد بعض الأساتذة أثناء الدراسة.					
10	اضطر للعمل أثناء الدراسة لأتمكن من الأنفاق على متطلباتي الدراسية والشخصية					
11	أعزف عن مشاركة الزملاء في الكثير من المناسبات بسبب قلة المال					
12	أمتنع عن الذهاب لأماكن إنفاق المال (مقهى، نادي، مطعم ..)					
13	أخجل من زيارة زملائي لبيتي لتواضع أثاثه					
14	يؤدي ارتفاع تكلفة المواصلات اليومية إلى تغيبي عن الجامعة					
14	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير مستلزماتها الضرورية					
15	أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الزملاء والأساتذة					
16	أجد صعوبة في إنجاز الواجبات الدراسية لكثرتها					
17	يؤثر الواقع على مذاكرتي وتحصيلي الدراسي					
18	اعاني من سوء توزيع الحصص في الجدول الزمني الدراسي					
19	يرهقني التحضير للامتحانات					

					ينعكس عدم الانتظام في الدراسة سلبا عل مستواي الدراسي	20
					يمنتع بعض الأساتذة عن توضيح مفردات المادة في بداية الدراسة	21
					أعاني من عدم قدرتي على التوفيق بين دراستي وعلاقتي الاجتماعية	22
					أجد صعوبة بالاحتفاظ بالأصدقاء داخل المدرسة	23
					يميز والدي أو والدي بيني وبين أخوتي	24
					أتضايق من أساليب التعامل الفئوي بين التلاميذ	25
					يرفض بعض زملائي مساعدتي في فهم بعض المواد الدراسية الصعبة	26
					يزعجني ضيق مساحة بيتنا	27
					يضايقني عدم احترام التلاميذ للإدارة	28
					يعاملني والداي بقسوة	29
					أشعر بالضيق واليأس لعدم اهتمام المدرسة لشكاوى التلاميذ	30
					تكثر الخلافات بين أفراد أسرتي	31
					يضايقني موقع المدرسة الجغرافي نظرا لمكان إقامتي	32
					أشعر أنني مهموم دائما	33
					يضايقني إلحاح والداي وحثهم لي على الدراسة	34
					أشعر بالحرج وجرح مشاعري لأبسط نقد موجه لي	35
					أعاني كثيرا من التشتت وعدم التركيز في الدراسة	36
					أعاني من عدم التعاون بين أفراد أسرتي	37
					أعاني من قلة المرافق الحيوية للأنشطة الثقافية والرياضية	38
					أتضايق من سوء معاملة العاملين (المطعم- المكتبة . . . الخ)	39
					أعاني من عدم القدرة على التعبير عن رأيي	40

الملحق رقم(02): اختبار التفكير الابتكاري

أمامك مجموعة من الأسئلة

- يرجى قراءة كل سؤال قراءة جيدة وينبغي مراعاة الزمن المحدد لكل سؤال والتي يجب قراءتها بعناية قبل البدء بالإجابة.
- حاول التفكير في أكبر عدد ممكن من الإجابات المختلفة لكل سؤال مهما كانت طبيعة هذه الإجابات فكلها صحيحة.
- لا تهتم كثيرا بالتعبير ، المهم وضوح الفكرة.
- يرجى الإسراع في الإجابة عن الأسئلة وعدم ترك أي منها دون إجابة.
- لا تقلب الصفحة حتى تخبر بذلك.
- لا تبدأ في الإجابة حتى يؤذن لك .

السؤال الأول: وقع حادث بقرب من المنزل إذ وجدت امرأة مرمية على الأرض بها كسور مع وجود الدم. أذكر أكبر عدد ممكن من الأسباب التي أدت إلى هذا الحادث اذكر كل الأسباب الممكنة حتى التي تبدو غريبة قد لا يفكر فيها غيرك.(الزمن المخصص 8 دقائق)

- 1
-2
-3
-4
-5
-6
-7
-8
-9
-10
-11
-12.
-13
-14
-15
-16
-17
-18

الرجاء عدم قلب الصفحة حتى يؤذن لك

السؤال الثاني: أذكر أكبر عدد من الاستعمالات التي تعتبرها استعمالات غير عادية قد لا يفكر فيها غيرك لمجموعة من علب (باطات) العصير الفارغة والتي تعتقد أنها تجعل هذه الأشياء أكثر فائدة وأهمية؟ (الزمن المخصص 8 دقائق)

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....
- 12.....
- 13.....
- 14.....
- 15.....
- 16.....
- 17.....

الرجاء عدم قلب الصفحة حتى يؤذن لك

السؤال الثالث: ماذا يحدث لو أن نظام الأشياء تغير فأصبح لدى الإنسان عين واحدة في مؤخرة رأسه بالإضافة إلى الاثنتين الأماميتين العاديتين حاول أن تفكر في أكبر عدد ممكن من الإجابات التي قد لا يفكر بها غيرك؟ (الزمن المخصص 8 دقائق)

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....
- 12.....
- 13.....
- 14.....
- 15.....
- 16.....
- 17.....

الرجاء عدم قلب الصفحة حتى يؤذن لك

السؤال الرابع: إذا عينت مسؤولاً عن النقود في مجموعة أنت عضو فيها ويحاول أحد الأعضاء أن يدخل في تفكير الزملاء أنك غير أمين ماذا تفعل؟ أذكر أكبر قدر ممكن من

الاحتمالات (الزمن المخصص 8 دقائق)

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....
- 12.....
- 13.....
- 14.....
- 15.....
- 16.....
- 17.....

الرجاء عدم قلب الصفحة حتى يؤذن لك

السؤال الخامس: فكر في طرق إضافة وتعديل لتصبح الدراجة الهوائية على نحو أفضل، لا تشغل بالك من ناحية إذا كان التغيير الذي تقترحه ممكن التطبيق أو لا، كما لا يجب أن تقترح شيئاً يستخدم حالياً لجعل الشيء على نحو أفضل؟ (الزمن المخصص 8 دقائق)

-1
-2
-3
-4
-5
-6
-7
-8
-9
-10
-11
-12
-13
-14
-15
-16
-17

الرجاء عدم قلب الصفحة حتى يؤذن لك

الملحق رقم (03): قائمة المحكمين

الرقم	الاسم	التخصص
1	عمار حمامه	علم النفس تنظيم وعمل
2	علي خرف الله	علم النفس المعرفي
3	محمد رضا شنة	علم النفس تنظيم وعمل
4	خليفة زواري احمد	علم النفس المدرسي
5	حنان دبار	علم النفس المدرسي
6	محمد السعيد قيسي	علم النفس المدرسي
7	أحمد فرحات	علم النفس المدرسي