أبعاد الضغوط الحياتية وقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين من الجنسين "دراسة عاملية"

د. أحمد بن عبد الله السعيد

ملخص البحث:

طُبق في هذه الدراسة مقياسا أبعاد الضغوط الحياتية، وأبعاد قلق المستقبل، من إعداد (السيد فهمي علي، ٢٠١٣)، وذلك بهدف التعرف إلى أبعاد الضغوط الحياتية المتمثلة في: "الضغوط الدراسية، والضغوط الأسرية، والضغوط الصحية، والضغوط الاجتماعية، والضغوط الانفعالية"، وكذلك أبعاد قلق المستقبل المتمثلة في: "التفكير السلبي في المستقبل، والنظرة التشاؤمية للحياة، والقلق من أحداث الحياة الضاغطة، والمظاهر النفسية لقلق المستقبل، والمظاهر الجسمية لقلق المستقبل"، وذلك لدى عينة من المراهقين من طلاب الثانوي من الجنسين.

وكشفت النتائج عن وجود فروق بين الجنسين في أبعاد كل من الضغوط الحياتية، وأبعاد قلق المستقبل، كما كشفت عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية، وقلق المستقبل، كذلك كشفت الدراسة عن أن البنية العاملية للجنسين تتباين بتباين متغيرات الدراسة.

مشكلة الدراسة:

كانت حياة الإنسان منذ أن خلق الله عز وجل الكون له مستقرة نوعا ما، جعلها الله ملكا له بكل ثرواتها وخيراتها، بلا شروط ولا قيود، منحها له، وطلب منه السعي حتى يحافظ عليها، وسخر له الشمس والقمر والدواب، وكل شيء في الكون جعله رهن إمرته، ولم منه أن يعطيه المقابل، لم يطلب جلالته مقابل ما وهب الرزق، ولا أن يُطعِمه معاذ الله، كل ما طلب الخالق الواهب فقط، هو أن تكون العبادة له وحده عز وجل، فهل فعل الإنسان؟

ينشأ أفراد عينة الدراسة الحالية، من المراهقين والمراهقات، وهم يأملون من المستقبل كل الخير، أن يحمل لهم بشائر ما يتمنون، وما يأملونه لمستقبلهم، المستقبل الذي هو في أبسط صورة عبارة عن تطور سلبي أو إيجابي للماضي، أو أنه عملية تطور للماضي، أو أنه عملية تحول للماضي من حالة إلى أخرى. والمستقبل ليس هو الغيب، بل هو نهج حياة نصوغه وفق متطلبات وجودنا، نعمل من أجله، ونخطط له، إنه مكون رئيسي لسلوك الشخص، والقدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى، والعمل على تحقيقها هي صفة للكائنات والإنسانية، كما أن عدم القدرة – من الناحية النفسية – لبعض الناس على إنجاز الخطط بعيدة المدى يرتبط بالافتقار إلى منظور زمن المستقبل.

(الجهني، ٢٠٠٩؛ عبد السلام، ١٩٩٥).

إن كل منا منذ صغره يتوجه نحو أساسيات تنمو معه، وتكبر شيئًا فشيئًا، في الطفولة يكتنف الغموض سلوكياتنا، وأغلب أمورنا يكون التوجه فيها نحو اللا تمييز، واللاهدف، نتجه نحو اللعب، واللهو، والمرح، وحب التملك، والتمرد، وغير ذلك كثير، سلوكياتنا تحكمها الفترة العمرية، التي نكون عليها ساعتها، لكن مع التقدم العمر، في

الإعدادية، ثم الثانوية، تبدأ الأمور تتبلور، وتسفر دومًا عن جديد لم يكن موجودًا من قبل، فيكون التوجه أو التركيز على الأهداف أكثر وضوحًا، وتمايزًا، في الصغر يكون الهدف في الأغلب والأعم نحو النجاح في الدراسة، والتقدم فيها خطوة بخطوة حتى نصل إلى أعلى المراتب العلمية... في الطفولة، المبكرة والوسطى، والمتأخرة، يندر أن يفكر الفرد الزواج لكن الأمر يختلف تمامًا في مرحلة المراهقة، خصوصًا لدى الإناث، لذا نراهن في فترة المراهقة، وحينما تنمو أنوثتهن، يبدأن في التفكير الفطري في الزواج، والكل سواء في المشاعر الوجدانية – العاطفية، ولا فرق بين هذا وذاك، بين ذكر وأنثى.

ولا ننكر أننا في مراهقتنا تمنينا أن يكون لنا حبيب أو حبيبة، فنترقب قصص الحب والعشق لدى زملاؤنا وزميلاتنا، وكم منا من روى قصص عاطفية وهمية لمجرد أن يقول للغير "أنا هنا محبوب ومرغوب"، ومع الوقت يكون لكل منا له يكون دوافع تدفعه نحو العديد من الآمال والأحلام والطموحات، دوافع نحو البناء أو الوصول لمستقبل أفضل، مستقبل تأتى فيه الدراسة في المقدمة، ثم تكوين الذات، ثم العمل، ثم الزواج وإنجاب الأطفال، وهلم جرا.

ويبقى أن نتسأل، كم من منا سأل نفسه، ما الذي يفكر فيه أبناؤنا المراهقون والمراهقات من طلاب الثانوية العامة؟، ماذا يتمنون؟، ما هي أهدافهم المستقبلية ومخاوفهم وقلقهم منه، وما هي أبعاد الضغوط الحياتية التي تقف أمامهم، وما العلاقة بينها وبين أبعاد قلق المستقبل؟، كذلك ما أهم تلك الضغوط؟، هل يأتي على رأسها الضغوط الدراسية، أو الأسرية مثلا، وهل تؤثر تلك الضغوط أو غيرها على نظرتهم لمستقبلهم الآتي، هل في ظل الظروف القاتمة التي يعيشونها، يتحولون عن النظر إلى المستقبل نظرة أمل ويترقبون منه ومعه تحقيق أحلامهم، إلى النظر إليه نظرة يغشاها التشاؤم، والتفكير بشكل سلبي تجاه القادم الآت من بعيد أو من قريب دون بذل الجهد، وأن يتركوا أنفسهم فريسة لضغوط أحداث حياتهم اليومية، وما يتبع ذلك من تعرضهم لاضطرابات نفسية، وجسدية، قد تجعلهم مع سلبيتهم وعدم تطورهم فكريا مترقبون للكوارث المستقبلية، وما يلحق بها من أضرار لا تبقي ولا تذر.

أهمية الدراسة:

المستقبل لا يمكن إدراكه بشكل مباشر، وهو افتراض ليس موجودًا بعد، لذلك فهو مستقبل، هذا أولاً، وثانيًا هذا الافتراض يمتلك ملامحه الأولية من حركة الواقع الراهن، واتجاهاته المتعددة، إنه عبارة عن حالة نمطية ذات تكوين نفسي، ورغم ما لدى الفرد من آمال يأمل تحقيقها في المستقبل، ومخاوف قد تحدث مستقبلاً يتمنى ألا تتحقق، وتوقعات غير مضمونة بما يمكن أن يكون عليه المستقبل، وطموحات يسعى الفرد إلى إدراكها مستقبلاً، فإن المستقبل يعتبر هو المعبر الذي يسعى الفرد من خلاله نحو النجاح في عديد من مجالات حياته القادمة، مثل الدراسة والعمل، والتجارة، والزواج

وتكوين الأسرة، والفنون والرياضة، وغير ذلك من مجالات الحياة.

إن ما قد يتمتع به المرء – ذكر أو أنثى، صغير أو كبير –من مواهب وقدرات عقلية قد تكون من لوازم النجاح، إلا أنها جميعًا غير كافية لتحقيق النجاحات المستقبلية التي يأملها الفرد، فهناك سمات أخرى يكون على الفرد التحلي أو الاتصاف بها، والتي منها الانضباط، والمثابرة، والشعور بالكفاءة، والفعالية الذاتية، وهذه السمات هل من الممكن أن يحوزها الفرد، وهناك ضغوط عديدة، وتحديات مريرة تقف أمامه كالصخرة التي لا تتكسر، والتي لو تكسرت يكون الوقت عندها قد فات على الفرد دون أن يبلغ مأربه؟

إن المراهق لن يبلغ ما يريد، ولن يحقق أي نجاحات مستقبلية في المجالات التي يتمنى أن يتفوق فيها، ما دامت هناك ضغوطات حياتية حالية ومستقبلية، وما دام هناك قلق من المستقبل الذي لم يأتي بعد، ولم يعرف الفرد ماذا يحمل له معه حين يأتي.

(زيدان، ٢٠٠٧؛ Zimbardo, and Boyd, 2009: 137).

وعليه تكمن أهمية مشكلة الدراسة في النقاط التالية:

١- التعرف إلى الفروق بين الجنسين من المراهقين في أبعاد الضغوط الحياتية وأبعاد قلق المستقبل.

٢- تُعد الدراسة الحالية من الدراسات القليلة على المستوى المحلي والعربي التي درس أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل، على عينة الدراسة الحالية ذاتها.

٣- إثراء المجال النفسي والمكتبة العربية بدراسة جديدة، يأمل الباحث معها أن تكون إضافة بما ستسفر عنه من نتائج، قد تجعلنا نقف على بعض أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل، لدى عينة من المراهقين من طلاب الثانوي بالسعودية.

أهداف الدراسة:

في ضوء ما تقدم تسعى الدراسة إلى عدد من الأهداف نعرضها فيما يلي:

١- التعرف إلى الفروق بين المراهقين من الجنسين في أبعاد الضغوط الحياتية.

٢- التعرف إلى الفروق بين المراهقين من الجنسين في أبعاد قلق المستقبل.

٣- التعرف إلى الارتباطات المتبادلة بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل.

٤- التعرف إلى ما إذا كانت البنية العاملية للجنسين تتباين بتباين متغيرات الدراسة.

مصطلحات الدراسة

أولاً: الضغوط الحياتية*

* معظم البحوث والدراسات نظرت لمصطلح الضغوط من باب الضغوط النفسية، ولكن الباحث فضل استخدامه باسم الضغوط الحياتية، لأن الضغوط النفسية جزء من أو تندرج تحت الضغوط الحياتية.

اطلع مُعد المقياس (السيد فهمي علي، ٢٠١٣) على عديد من الأطر النظرية، والبحوث والدراسات العربية والأجنبية، ومنها (Mechnic, 1983: 125) ؛ الحواجري، ٢٠٠٤ ؛ دسوقي، ١٩٩٦: ٤٢ ؛ منشار، ١٩٩٩: ٣٦٦- ٣٦٧ ؛ معالي، ٢٠٠٣؛ الرشيدي، ١٩٩٩: ٧ ؛ الضريبي، ٢٠١٠؛ الأمارة، ١٩٩٥؛ علي، ١٩٩٧، ٢٠٠٠ ؛ Sarafino, 1994 ; Rees, 1976 ; Ryan, 1989; Weiten, 1983 ; Speck, 1980 ; Moos, 1987 ; Atwater, 1990 ; Schwebel, 1990 ؛ Selye, 1980 ; Cohen and Williamson, 1988؛ السرطاوي والشخص، ١٩٩٨: ٩ ؛ الترتوري والقضاة، ٢٠٠٦: ٢٢٤ ؛ Feldman, 1989: 189)، التي تناولت تعريف الضغوط النفسية.

وقد خلص منها إلى التعريف التالي للضغوط الحياتية: "هي الضغوط التي يعايشها الفرد على مدار حياته، وتعمل كمثيرات في بيئته الداخلية والخارجية، الأمر الذي يُثقل قدرته على التكيف والتوافق معها إلى أقصى حد يمكن أن يتحمله، وتلك الضغوط الحياتية يمكن أن تؤدي إلى عواقب قد تؤدي إلى اختلال السلوك، أو عدم التكيف التوافق، أو الاختلال الوظيفي الذي قد يؤدي إلى المرض العضوي أو النفسي، وبقدر قوة الضغوط واستمرارها بقدر ما ينتج عنها استجابات جسدية، ونفسية، واجتماعية، وصحية وانفعالية، مع الأخذ في الاعتبار أن الأحداث الحياتية ليست ضاغطة دائماً أو لكل الأفراد، وإنما يتوقف ذلك على عدد من المحددات بعضها يقع في الأحداث نفسها، والبعض الآخر يقع في الأفراد أنفسهم، والبعض الثالث في السياق الذي يحيط بكل من الأحداث والأفراد". (علي، ٢٠١٣).

ثانياً: قلق المستقبل

اطلع مُعد المقياس على عديد من الأطر النظرية، والبحوث والدراسات العربية والأجنبية، ومنها (زهران، ١٩٩٧: ٤٨٤؛ عكاشة، ١٩٨٤: ٣٨٠؛ Allessandr, 1996: 106؛ الفيومي، ١٩٩١: ٦٥ ؛ عبد الخالق، ١٩٨٨ ؛ كرميان، ٢٠٠٨؛ عبد الباقي: ١٩٩٣ ؛ Macleod, 1997؛ صبري، ٢٠٠٣ ؛ العجمي، ٢٠٠٤ ؛ معوض، ١٩٩٦ ؛ شقير، ٢٠٠٥ ؛ Zaleski, 1996: 166 ؛ عشري، ٢٠٠٤ ؛ سعود، ٢٠٠٥ ؛ Wells, 1997: 14؛ Bolanowski, 2005)، التي تناولت تعريف القلق بشكل عام وقلق المستقبل بشكل خاص.

وقد خلص منها إلى التعريف التالي لقلق المستقبل: "هو ترقب الفرد للمستقبل الآت، بأحداثه القريبة أو البعيدة بشك تسوده الريبة، وعدم الاطمئنان، وهو لا يأمل منه بشر أو سرور، فنظرته إليه تشاؤمية، وتفكيره في كل أحداثه الغيبية صفتها السلبية واللامبالاة، مما قد ينتج عنه أن يعيش الفرد على نحو دائم في ارتباك، وضيق، وإحساس بالغموض، ويصحب ذلك فقدان الفرد للتفاعل مع كل من حوله، وينصرف للتمحور مع نفسه بشكل يسبب له

بعض من الاضطرابات النفسية والجسمية". (علي، ٢٠١٣).

الدراسات السابقة:

فيما يلي يتناول الباحث عدد من الدراسات السابقة المرتبطة بمتغيرات الدراسة والتي أجريت على الطلاب من الجنسين، مع الأخذ في الاعتبار أن الدراسات التي تناولت طلاب المرحلة الثانوية تُعد قليلة – حسب حدود علم الباحث – وذلك مقارنة بالدراسات التي أجريت على طلاب الجامعة:

سعت دراسة (حسانين ،٢٠٠٠)، إلى معرفة العلاقة بين الضغوط الأسرية والتعليمية وقلق المستقبل وقلق الامتحان، كما هدفت إلى معرفة طبيعة الفروق بين الجنسيين في درجات قلق الامتحان وقلق المستقبل وعلاقتهما بالدافعية للانجاز ومستوى الطموح ومفهوم الذات، وكان قوام العينة (٦٠٠) من الجنسين من طلاب المدارس الثانوية العامة، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة سالبة دالة بين قلق المستقبل والدافعية للانجاز ومستوى الطموح ومفهوم الذات، بينما كانت هناك علاقة ايجابية بين قلق المستقبل وقلق الاختبار، كما كشفت النتائج عن اتسام الإناث بقلق المستقبل.

وأجريت دراسة (داوود وحمدي، ١٩٩٧)على عينة قوامها (ن= ٣٢٠ من الجنسين) بالصفوف من السادس حتى العاشر بالمدارس الأردنية، بهدف التعرف إلى العلاقة بين أبعاد مفهوم الذات ومصادر الضغوط التي يعانون منها، وأظهرت النتائج وجود ارتباط سلبي بين أبعاد مفهوم الذات ومجالات مصادر التوتر المتمثلة في ضغوط الدراسة – الجو الصفي بالمدرسة – الانفعالات والمشاعر والمخاوف، وأقلها أهمية المتعلقة بالمادة والمال والعلاقة مع الأبوين، بينما اعتبرت الضغوط المتعلقة بالمستقبل والعلاقة بالزملاء والمدرسين متوسطة الأهمية، وأنه يوجد أثر دال لمتغير الجنس والصف والتفاعل بينهما على المتغير التابع وهو مجالات الضغوط.

وهدفت دراسة (البرعاوى،٢٠٠١)، إلى التعرف إلى الفروق بين طلبة الجامعة من الجنسين (ن= ٦٥٠)، وذلك في تقدير مصادر الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من عامل الجنس ومستوى الدراسة ومكان الإقامة، وتوصل الباحث إلى عدة نتائج من أهمها أن طلبة الجامعة يعانون من الضغوط الحياتية بنسبة (٥٣،٨ %)، وتدرجت من الضغوط الدراسية إلى الضغوط الانفعالية وضغوط بيئة الجامعة والضغوط الشخصية إلى جانب الضغوط الأسرية، وكان أشد المواقف تأثيرا على الطلبة، هي المتعلقة بالواقع السياسي والتي تتعلق بالجامعة والدراسة.

وبينت دراسة (صبري، ٢٠٠٣)، التي سعت إلى التعرف إلى علاقة المعتقدات الخرافية بكل من قلق المستقبل والدافعية، وذلك على عينة قوامها (١٥٠) من الجنسين، وبينت النتائج أن الذكور يتسمون بقلق المستقبل مقارنة بالإناث، كما بينت أن المعتقدات الخرافية ترتبط بشكل

عكسي بكل من قلق المستقبل، والدافعية، وذلك لدى كل من المراهقين والمراهقات.

أما (العجمي، ٢٠٠٤)، فقد أعدت مقياس للقلق المستقبل، وقامت بحساب خصائصه السيكومترية التي بينت أن المقياس صالح لقياس قلق المستقبل، ومما كشفت عنه الدراسة أيضا أن الإناث يتسمن بقلق المستقبل مقارنة بالذكور.

وفي دراسة عبر ثقافية على عدد من الطلاب المصريين والعمانيين (ن= ١٠٤)، بينت دراسة (عشري، ٢٠٠٤)، أن قلق المستقبل أعلى لدى الطلاب المصريين، وبينت الدراسة أن الإناث في كل من مصر وعمان كن أكثر قلقا من المستقبل مقارنة بالذكور في البلدين.

وأما دراسة (سعود، ٢٠٠٥)، فقد أجرت دراستها بهدف بحث العلاقة بين قلق المستقبل وكل من التفاؤل والتشاؤم، وذلك على عينة كبيرة من الطلاب من الجنسين قوامها (٢٢٤٧)، وقد بينت نتائج الدراسة أن الطالبات، أكثر قلقا من المستقبل، كما بينت أن قلق المستقبل يرتبط سلبا بكل من الأمل والتفاؤل، وإيجابا بالتشاؤم.

وبحثت دراسة (مندوه، ٢٠٠٦)، علاقة قلق المستقبل ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة، وذلك على عينة قوامها (٦٠٠) طالب، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين قلق المستقبل وأبعاد التوافق الدراسي.

وسعت دراسة (مسعود، ٢٠٠٦)، إلى التعرف إلى علاقة قلق المستقبل بكل من الأفكار اللاعقلانية، والضغوط النفسية، وذلك على عينة من المراهقين قوامها (٥٩٩) من الجنسين، وقد بينت النتائج أن المراهقات أكثر عرضة لقلق المستقبل مقارنة بالذكور، وهن أيضا الأكثر معاناة من الضغوط النفسية، ومما كشفت عنه الدراسة أن قلق المستقبل قد ارتبط إيجابيا بالأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية.

وكذلك سعت دراسة (دخان والحجار، ٢٠٠٦)، إلى التعرف إلى مستوى الضغوط الحياتية ومصادرها لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالصلابة النفسية، وبلغت عينة الدراسة (٥٤١) طالبا وطالبة، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها أن درجة أو مستوى الضغوط الحياتية لدى الطلاب قد بلغ (٦٢,٥%) وأن معدل الصلابة النفسية (٧٧,٣٣%)، كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية عدا ضغوط بيئة الجامعة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، بمعنى أن الضغوط أعلى لدى الذكور مقارنة بالإناث.

كما هدفت دراسة (بخيت، ٢٠٠٧)، إلى معرفة طبيعة الضغوط الحياتية لدى الطلاب المتفوقين والعادين وعلاقتها بقلق المستقبل وتقدير الذات، وأجريت الدراسة على عينة قومها (٣٦٦) طالباً وطالبة، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة بين تقديرات الطلاب المتفوقين والطالبات المتفوقات في الضغوط الحياتية، كما بينت عدم وجود فروق دالة بين الضغوط الحياتية للطلاب المتفوقين دراسيا والطلاب العاديين، كما كشفت النتائج عن علاقة ارتباطية

عكسية بين الضغوط الحياتية ومتغيرات دافعية الانجاز وتقدير الذات والحالة النفسية العامة لدى الطلاب المتفوقين والعاديين دراسياً، بينما توجد علاقة ارتباطية طردية بين الضغوط الحياتية وقلق المستقبل بين الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين.

كما سعت دراسة (المشيخى، ٢٠٠٩) إلى بحث علاقة قلق المستقبل بكلا من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، وتم إجراء الدراسة على عينة مكونة من (٧٢٠) طالب من الذكور، وكان من نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة دالة بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في فاعلية الذات وفي مستوى الطموح، كما بينت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين درجات الطلاب في فاعلية الذات ودرجاتهم في مستوى الطموح، وبينت أيضا وجود فروق دالة بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي فاعلية الذات ومتوسطات درجات الطلاب منخفضي فاعلية الذات على مقياس قلق المستقبل لصالح الطلاب منخفضي فاعلية الذات.

فروض الدراسة:

١- "توجد فروق جوهرية دالة ترجع لعامل الجنس في أبعاد كل من الضغوط الحياتية، وقلق المستقبل".

٢- "توجد علاقات ارتباطية متبادلة دالة إحصائياً بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل".

٣- "من المتوقع أن يتباين التركيب العاملي لأبعاد الدراسة بتباين عينتي الذكور والإناث".

المنهج والإجراءات:

أولا: المنهج:

اتبع الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، لأنه الأنسب لموضوع الدراسة الحالية وأهدافها.

ثانياً: العينة:

تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) من المراهقين من الجنسين من طلاب الثانوية العامة، ممن تراوحت أعمارهم بين (١٦ إلى ١٨) عام، بواقع (١٠٠) من الطلاب، ومثلهم من الطالبات، وقد كان متوسط عمر عينة الطلاب (١٧,٩) بانحراف معياري قدره (١,١٩)، أما عينة الإناث فقد كان متوسط أعمارهن (١٧,٧) بانحراف معياري قدره (١,٠١)، والجدول التالي يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسط أعمار عينتي الدراسة.

ثالثاً: أداتا الدراسة:

استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياسا أبعاد الضغوط الحياتية، وأبعاد قلق المستقبل، وهما من إعداده، وقد قام الباحث بحساب خصائصهما السيكومترية، وذلك على عينة قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب الثانوي بواقع (١٥٠) طالب، و (١٥٠) طالبة، وقد كان

متوسط عمر عينة الذكور(١٦,٣) بانحراف معياري قدره (١,٣١)، أما عينة الإناث فقد كان متوسط أعمارهن (١٦,٥٨) بانحراف معياري قدره (١,٠٢)، وكانت قيمة (ت) غير دالة.

وفيما يلي عرض للخصائص السيكومترية الخاصة بكل مقياس.

(أ): مقياس أبعاد الضغوط الحياتية

المقياس من إعداد: السيد فهمي علي (٢٠١٣م)، وتتكون مجموع البنود من (٤٥) بنداً. وقام معد المقياس بحساب خصائصه السيكومترية، وذلك على عينة قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة بواقع (١٥٠) طالب، و(١٥٠) طالبة. وقام مُعد المقياس أيضاً بحساب صدق المقياس بطريقتين هما: صدق التحليل العاملي الذي اسفر عن العوامل التالية: (الضغوط الدراسية وتقيسه البنود أرقام ٢، ٨، ١٦، ١٨، ٢٢، ٢٨، ٣٤، عامل الضغوط الأسرية، وتقسيه البنود أرقام ٢، ٨، ١٦، ١٨، ٢٢، ٢٨، ٣٤، وعامل الضغوط الاقتصادية، الذي تقيسه البنود أرقام ٤، ٦، ٧، ١٢، ٣٣، ٣٥، ٣٧، وعامل الضغوط الصحية وتقيسه البنود أرقام ٥، ٩، ١٣، ١٤، ١٧، ١٩، وعامل الضغوط الاجتماعية وتقيسه البنود أرقام ١١، ٢١، ٢٦، ٢٩، ٣٨، ٤٠، ٤٣، وعامل الضغوط الانفعالية وتقيسه البنود أرقام ١٠، ٢٤، ٢٧، ٣٠، ٣١، ٤١، ٤٥)، كما حسب المقياس بطريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، كذلك قام مُعد المقياس بحساب معامل ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وتبين أن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (٠.١٦١)، و(٠.٥٦٧)، وهي مستويات دلالة تقع بين (٠.٠٥)، و(٠.٠١)، وهذا دليل على ارتباط العبارات بالبُعد الذي تنتمي إليه، وأن العبارات تمثل البُعد الذي تنتمي إليه تمثيلاً جيداً.

كذلك تم حساب الاتساق بين الدرجة الكلية لكل بعد وبين الدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس ككل، وتبين أن قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت ما بين (٠.٤١٩- ٠.٦٩٦)، وجميعها دال إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يعنى ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس مما يعنى أيضا وجود اتساق داخلي بين الأبعاد المكونة للمقياس، وكذلك يعنى وجود اتساق بين العبارات والأبعاد التي تنتمي إليها، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بمستوى صدق مرتفع، أي أن المقياس يقيس ما وضع لقياسه.

وتم حساب ثبات مقياس الضغوط الحياتية عن طريق معامل ثبات "ألفا – كرونباخ" للاتساق الداخلي للأبعاد، وكذلك تم حساب معامل "ألفا "عند حذف المفردة لكل بعد، وتبين لمعد المقياس أن معاملات الثبات التي تم الحصول عليها عند حذف أي مفردة من مفردات أبعاد المقياس تقل بدرجة بسيطة عن معامل ثبات المستوى ككل دون حذف أي مفردة، مما يدل على أن جميع مفردات المقياس ثابتة وتسهم في

زيادة معامل ثبات مقياس أبعاد الضغوط الحياتية.

كذلك تم حساب معامل جتمان العام لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، وتبين أن قيم معاملات ثبات جتمان العام (أقل قيمة – أكبر قيمة) للأبعاد والدرجة الكلية تتراوح من (٠,٦٧٢ -٠,٩٢٤)، وهي معاملات ثبات عالية وتدل على ثبات أبعاد المقياس كما تدل على ثبات المقياس ككل.

وفي دراسات لاحقة تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في دراسة قام (الزهراني، ٢٠١٤)، وذلك على عينة من الممرضين والممرضات السعوديين، كما قامت (عهود الشلهوب، ٢٠١٦) بالتحقق أيضا من الخصائص السيكومترية للمقياس، وذلك على عينة من الاختصاصيين النفسيين والاجتماعيين السعوديين.

تصحيح المقياس

تُصحح البنود في ضوء مقياس رباعي متدرج على النحو التالي:

١. أبدا تُعطى (صفر) درجة
٢. أحيانا تُعطى (درجة)
٣. غالبا تُعطى (درجتان)
٤. دائما تُعطى (ثلاث) درجات

وفيما يلي نعرض أبعاد مقياس الضغوط الحياتية وأرقام العبارات الدالة على كل بعد

جدول (١) : أبعاد مقياس الضغوط الحياتية وأرقام عبارات كل بعد

م	البعد	العبارات	العدد
١	الضغوط الدراسية	١-٣-١٥-٢٠-٢٥-٣٢-٣٦-٢٣-٣٩	٩
٢	الضغوط الأسرية	٢-٨-١٦-١٨-٢٢-٢٨-٣٤	٧
٣	الضغوط الاقتصادية	٤-٦-٧-١٢-٣٣-٣٥-٣٧	٧
٤	الضغوط الصحية	٥-٩-١٣-١٤-١٧-١٩-٤٢	٧
٥	الضغوط الاجتماعية	١١-٢١-٢٦-٢٩-٣٨-٤٠-٤٣	٧
٦	الضغوط الانفعالية	١٠-٢٤-٢٧-٣٠-٣١-٤١-٤٤-٤٥	٨

وفيما يلي تعريف كل بعد من هذه الأبعاد:

١-الضغوط الدراسية:

هي ما يواجهه الطلاب من صعوبات دراسية تتعلق بطريقة التعليم، نوع التعليم، والمناهج الدراسية ونظام الامتحانات والمكتبة ومعاملة المعلمين والتعامل مع إدارة المدرسة– والتي تحتاج للتغلب عليها قدرات وإمكانيات تفوق قدراتهم وإمكانياتهم مما يوقعهم تحت ضغوط دراسية.

٢-الضغوط الاقتصادية:

ما يواجهه الطلاب من صعوبات مادية تتعلق بالدخل ومصاريف ومتطلبات الطالب المدرسية من أدوات دراسية وكتب ومواصلات ومصاريف شخصية ودروس خاصة تستلزم منهم إمكانيات مادية تفوق إمكانياتهم مما يوقعهم تحت ضغوط اقتصادية.

٣-الضغوط الأسرية:

هي ما يواجه الطلاب من صعوبات تتعلق بمعاملة الوالدين والأخوة لهن وعلاقة أفراد الأسرة ببعضهم البعض، وعلاقتهم بالجيران والأقارب ومساحة المنزل، وعدد أفراد الأسرة تستلزم منهم للتغلب عليها مطالب وقدرات تفوق قدراتهم مما يوقعهم تحت ضغوط أسرية.

٤-الضغوط الصحية:

هي ما يواجهه الطلاب من صعوبات مرضية فسيولوجية أو نفسية تستلزم منهم لمواجهتها والتغلب عليها قدرات تفوق قدراتهم مما يوقعهم تحت ضغوط تظهر في صورة أعراض جسمية.

٥-الضغوط الاجتماعية:

هي ما يواجهه الطلاب من صعوبات تتعلق بالعلاقة الاجتماعية بين الطلاب وبعضهم البعض، وبين الطلاب والمعلمين في المدرسة تستلزم منهم لمواجهتها والتغلب عليها قدرات تفوق قدراتهم الاجتماعية مما يوقعهم تحت تأثير ما يعرف بالضغوط الاجتماعية.

٦-الضغوط الانفعالية:

تتمثل فيما يواجهه الطلاب من صعوبات تستلزم منهم إمكانيات وقدرات تفوق قدراتهم مما يؤدى لوقوعهم تحت ضغط ينتج عنه حالة جسمية نفسية تأثره تفصح عن نفسها في شعور الطلاب وسلوكهم مثل الشعور باليأس والضيق والعجز والغيرة وسرعة البكاء والاستثارة والاكتئاب والكراهية والحزن والغضب.

إجراءات تطبيق المقياس تطبيق المقياس:

صمم مقياس الضغوط الحياتية ليطبق بطريقة جماعية أو فردية، ولقد قام الباحث في هذه الدراسة بتطبيقه على العينة الأساسية بصورة جماعية ويقوم الفاحص أولا بتوضيح الهدف من المقياس مركزا على أن الغرض هو معرفة ما يشعر به الفرد في غالب الوقت.

ومن الجدير بالذكر أنه يوجد سبع درجات يمكن الحصول عليها من خلال هذا المقياس؛ الأولى هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الأول وهى درجة بعد الضغوط الدراسية-والدرجة الثانية هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الثاني وهى درجة بعد الضغوط الأسرية ؛والدرجة الثالثة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الثالث وهى درجة بعد الضغوط الاقتصادية؛ والدرجة الرابعة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الرابع وهى درجة بعد الضغوط الصحية والدرجة الخامسة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الخامس وهى درجة بعد الضغوط الاجتماعية والدرجة السادسة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي السادس وهى درجة بعد الضغوط الانفعالية والدرجة السابعة هي الدرجة الكلية للمقياس وهي تمثل مجموع الدرجات المقاييس الفرعية الخمسة، وبذلك تتراوح درجة كل مقياس فرعى، والدرجة الكلية لمقياس الضغوط الحياتية كما بالجدول التالي.

جدول (٢):أبعاد مقياس الضغوط الحياتية ودرجة تصحيح كل بعد

البعد	الدرجة
الضغوط الدراسية	٠-٢٧
الضغوط الأسرية	٠-٢١
الضغوط الاقتصادية	٠-٢١
الضغوط الصحية	٠-٢١
الضغوط الاجتماعية	٠-٢١
الضغوط الانفعالية	٠-٢٤
الدرجة الكلية للمقياس	٠-١٣٥

الخصائص السيكومترية لمقياس أبعاد الضغوط الحياتية في الدراسة الحالية

للاطمئنان على مدى صلاحية مقياس أبعاد الضغوط الحياتية للتطبيق في هذه الدراسة، والتأكد من خصائصه السيكومترية، ومعرفة مدى ملاءمة العبارات للمفحوصين، ومدى قدرتهم على الإجابة عليها دون صعوبة، قام الباحث الحالي بحساب الثبات والصدق للمقياس في هذه الدراسة على عينة استطلاعية عددها (٢٣٠) طالبا من طلاب الثانوي، وذلك للتحقق من خصائصه السيكومترية، وذلك على النحو التالي:

أولا: الصدق

مؤشر صدق التكوين الفرضي

أ) تم حساب معاملات ارتباط كل مفردة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إلية وذلك بعد حذف درجة كل مفردة من الدرجات الكلية للبعد الذي يمثلها وجاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول التالي:

جدول (٣): معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة البند من الدرجة الكلية للبعد الذي يمثلها على مقياس الضغوط الحياتية

بعد الضغوط الدراسية		بعد الضغوط الأسرية		بعد الضغوط الاقتصادية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	٠.٤١٧**	2	٠.١٦١*	4	٠.٤٥٠**
3	٠.٥٤٢**	8	٠.٤٥٤**	6	٠.٤٠٤**
15	٠.٢٣٠**	16	٠.٤٢٤**	7	٠.٥٣٣**
20	٠.٣٥٢**	18	٠.٣٣٧**	12	٠.٣٦٨**
23	٠.٤٦٩**	22	٠.٤٧٣**	33	٠.٥٦٣**
25	٠.٢٧٨**	28	٠.٥٢٢**	35	٠.٥٢٨**
32	٠.٢٩٢**	34	٠.٤١٣**	37	٠.٤٢٤**
36	٠.٥٢٩**				
39	٠.٢٠٧**				

جدول (٤)معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة البند من الدرجة الكلية للبعد الذي يمثلها على مقياس الضغوط الحياتية

بعد الضغوط الصحية		بعد الضغوط الاجتماعية		بعد الضغوط الانفعالية	
رقم العبارة	العامل الرابع	رقم العبارة	العامل الخامس	رقم العبارة	العامل السادس
٥	٠.٣٤١**	١١	٠.٢٢٢**	١٠	٠.٤٤٣**
٩	٠.١٩٧**	٢١	٠.٢٢١**	٢٤	٠.٢٧٤**
١٣	٠.٥٠٨**	٢٦	٠.٥٦٤**	٢٧	٠.٥٤١**
١٤	٠.٣٤٧**	٢٩	٠.٤٥٢**	٣٠	٠.٤٤١**
١٧	٠.٥٤٣**	٣٨	٠.٤٩٢**	٣١	٠.٤٨٩**
١٩	٠.٤١٦**	٤٠	٠.٢٢١**	٤١	٠.٤٣٣**
٤٢	٠.٣٥٦**	٤٣	٠.٣٢٧**	٤٤	٠.٤٥٨**
				٤٥	٠.٥٦٧**

* قيم دالة عند (٠.٠٥) ** قيم دالة عند (٠.٠١)

نلاحظ من جدول السابق أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠.١٦١*) وبين (٠.٥٦٧**) وهو مستوى دلالة يقع بين (٠.٠٥) و(٠.٠١) وهذا دليل على ارتباط العبارات بالبعد الذي تنتمي إليه، وأن العبارات تمثل البعد الذي تنتمي إليه تمثيلاً جيداً.

ب) حساب الاتساق بين الدرجة الكلية لكل بعد وبين الدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس ككل، وجاءت النتائج كما هي مبينة بالجدول التالي:

جدول (٥) : يوضح معامل الارتباط بين درجة البعد وبين الدرجة الكلية لمقياس الضغوط الحياتية

م	البعد	معامل الارتباط
١	الضغوط الدراسية	٠.٦٩٦**
٢	الضغوط الأسرية	٠.٥٠٣**
٣	الضغوط الاقتصادية	٠.٦٤١**
٤	الضغوط الصحية	٠.٤١٩**
٥	الضغوط الاجتماعية	٠.٦١٤**
٦	الضغوط الانفعالية	٠.٥٣٩**

** قيم دالة عند (٠.٠١)

يتضح من الجدو السابق أن قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت ما بين للمقياس(٠.٤١٩- ٠.٦٩٦)وجميعها دال إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يعنى ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس مما يعنى أيضا وجود اتساق داخلي بين الأبعاد المكونة للمقياس، وكذلك يعنى وجود اتساق بين العبارات والأبعاد التي تنتمي إليها، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بمستوى صدق مرتفع ، أي أن المقياس يقيس ما وضع لقياسه، كما يمكن تطبيقه على عينات مماثلة لعينة التقنيين ، وبذلك تكون عبارات المقياس (٤٥) مفردة.

صدق المقارنة الطرفية (التمييزي):

قام الباحث بترتيب درجات عينة التقنين ترتيبا تنازليا في كل بعد من أبعاد المقياس وكذلك الدرجة الكلية بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس، وتم تقسيم الدرجات إلى طرفين علوي وسفلى؛ وتم أخذ أعلى ٢٧%من الدرجات وأقل ٢٧% من درجات الأفراد على المقياس، وتم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للدرجات وحساب قيمة (ت) واختبار مستوى الدلالة كما يلي:

١- حساب المقارنة الطرفية لمتوسطات درجات الأفراد على أبعاد المقياس بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (٦) :يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدرجات الأفراد على أبعاد مقياس الضغوط الحياتية

م	أبعاد مقياس الضغوط	الإرباعى الأدنى ٢٧%	الإرباعى الأعلى ٢٧%	ت	مستوى الدلالة

	الحياتية	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	الضغوط الأسرية	١٤,٣٧	٢.٠٦	٢٢,٧	١.٤٤	١٥,٩٣	٠.٠١
٢	الضغوط الاقتصادية	١٨,٢٢	٤.٠٠	٢٤,٥٦	١.٤٥	٧,٧٢	٠.٠١
٣	الضغوط الدراسية	٢٠,٥٢	٤.٦٧	٢٤,٤٥	١,٦٧	٤,١٥	٠.٠١
٤	الضغوط الاجتماعية	١٧,٥٢	٢.٩٧	٢٥,٧٠	١,٨٢	١٢.٢٣	٠.٠١
٥	الضغوط الانفعالية	١٧,٩٣	٣.٩٦	٣٢.٣٧	٢,٤٤	١٦.١٤	٠.٠١
٦	الضغوط الصحية	٢٠,٥٤	٤.٦٩	٢٣,٦٢	١.٦١	٩,٥٦	٠.٠١

نلاحظ من خلال الجدول السابق، أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات على الأبعاد أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى، كما أن قيمة(ت)لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن أبعاد المقياس تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

٢- حساب المقارنة الطرفية بين المتوسطات الحسابية لكل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة من درجة البعد.

أ) **<u>حساب صدق المقارنة الطرفية للبعد الأول في مقياس الضغوط الحياتية.</u>**

جدول (٧):المقارنة بين متوسطات الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمفردات البعد الأول (الضغوط الدراسية) فى مقياس الضغوط الحياتية

مسلسل	المفردة	الإرباعى الأدنى ٢٧%		الإرباعى الأعلى ٢٧%		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	١	١,٩٦	٠,٧١	٢,٧٨	٠,٥١	٤,٨٧	٠,٠١
٢	٣	١,٥٢	٠,٥١	٢,٧٤	٠,٥٩	٨,١٢	٠,٠١
٣	١٥	١,٨٩	٠,٥٨	٢,٩٣	٠,٢٧	٨,٤٧	٠,٠١
٤	٢٠	١,٥٢	٠,٥١	٢,٧٤	٠,٥٩	٨,١٢	٠,٠١
٥	٢٥	١,٢٦	٠,٤٥	٢,٧٠	٠,٤٧	١١,٦٤	٠,٠١
٦	٣٢	١,٢٩	٠,٧٢	٢,٨٩	٠,٣٢	١٠,٤٥	٠,٠١
٧	٣٦	١,٤٨	٠,٥١	٢,٦٧	٠,٤٨	٨,٨٠	٠,٠١
٨	٢٣	١,٨٩	٠,٥٨	٢,٩٣	٠,٢٧	٨,٤٧	٠,٠١
٩	٣٩	١,٠٧	٠,٢٧	٢,٥٩	٠,٥٧	١٢,٤٩	٠,٠١

نلاحظ من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للارباعي الأعلى في الدرجات لمفردات بعد الضغوط الدراسية لمقياس الضغوط الحياتية أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى لنفس البعد، كما أن قيمة

(ت)لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن مفردات هذا البعد تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى أن البعد يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ب) حساب صدق المقارنة الطرفية للبعد الثاني في مقياس الضغوط الحياتية

جدول (٨):يوضح المقارنة بين متوسطات الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمفردات البعد الثاني (الضغوط الأسرية) في مقياس الضغوط الحياتية

مسلسل	المفردة	الإرباعى الأدنى ٢٧%		الإرباعى الأعلى ٢٧%		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	٢	٢,٠٤	٠,٨٥	٢,٨٩	٠,٣٢	٤,٨٥	٠,٠١
٢	٨	٢,١٥	٠,٨٢	٢,٨١	٠,٤٠	٣,٨١	٠,٠١
٣	١٦	١,٨٥	٠,٦٦	٢,٩٣	٠,٢٧	٧,٨١	٠,٠١
٤	١٨	٢,٤٤	٠,٨٥	٢,٨٥	٠,٣٦	٢,٢٩	٠,٠١
٥	٢٢	١,٦٣	٠,٧٤	٣,٠٠	٠,٠١	٩,٦٠	٠,٠١
٦	٢٨	١,٦٧	٠,٤٨	٢,٧٤	٠,٤٥	٨,٥١	٠,٠١
٧	٣٤	١,٧٠	٠,٦١	٢,٨١	٠,٤٨	٧,٤٣	٠,٠١

نلاحظ من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات لمفردات بعد الضغوط الأسرية لمقياس الضغوط الحياتية أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى لنفس البعد، كما أن قيمة (ت)لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن مفردات هذا البعد تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى ان البعد يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ج) حساب صدق المقارنة الطرفية للبعد الثالث في مقياس الضغوط الحياتية

جدول (٩):يوضح المقارنة بين متوسطات الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمفردات البعد الثالث (الضغوط الاقتصادية) في مقياس الضغوط الحياتية.

مسلسل	المفردة	الإرباعى الأدنى ٢٧%		الإرباعى الأعلى ٢٧%		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	٤	١,١٥	٠,٣٦	٢,٨١	٠,٤٨	٤,٣٤	٠,٠١
٢	٦	٢,٣٣	٠,٨٣	٢,٨٥	٠,٣٦	٢,٩٦	٠,٠١
٣	٧	٢,٠٤	٠,٦٥	٢,٨٥	٠,٣٦	٥,٦٩	٠,٠١
٤	١٢	٢,٠٧	٠,٨٧	٢,٩٣	٠,٢٧	٤,٨٥	٠,٠١
٥	٣٣	٢,٢٦	٠,٨٦	٢,٩٣	٠,٢٧	٣,٨٥	٠,٠١
٦	٣٥	١,٤١	٠,٥١	٢,٦٢	٠,٤٩	٨,٥١	٠,٠١
٧	٣٧	١,٧٠	٠,٦١	٢,٨١	٠,٤٨	٩,٠٥	٠,٠١

نلاحظ من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات لمفردات بعد الضغوط الاقتصادية لمقياس الضغوط الحياتية أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى لنفس البعد، كما أن قيمة (ت) لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن مفردات هذا البعد تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى أن البعد يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

د) حساب صدق المقارنة الطرفية للبعد الرابع في مقياس الضغوط الحياتية.

جدول (١٠):يوضح المقارنة بين متوسطات الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمفردات البعد الرابع (الضغوط الصحية) في مقياس الضغوط الحياتية

مسلسل	المفردة	الإرباعى الأدنى ٢٧%		الإرباعى الأعلى ٢٧%		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	٥	٢,٠٧	٠,٥٥	٢,٨١	٠,٤٠	٥,٦٨	٠,٠١
٢	٩	١,٦٣	٠,٤٩	٢,٥٦	٠,٥١	٦,٨١	٠,٠١
٣	١٣	٢,٠٤	٠,٦٥	٢,٨٥	٠,٣٦	٥,٦٩	٠,٠١
٤	١٤	٢,١١	٠,٧٥	٢,٨٥	٠,٣٦	٤,٦٢	٠,٠١
٥	١٧	١,٧٤	٠,٤٥	٢,٥٦	٠,٥١	٦,٢٧	٠,٠١
٦	١٩	١,٧٨	٠,٥١	٢,٧٤	٠,٤٥	٧,٤١	٠,٠١
٧	٤٢	١,٨٩	٠,٣٢	٢,٥٩	٠,٦٤	٥,١٤	٠,٠١

نلاحظ من الجدول أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات لمفردات بعد الضغوط الصحية لمقياس الضغوط الحياتية أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى لنفس البعد، كما أن قيمة (ت) لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى(٠,٠١)، مما يدل على أن مفردات هذا البعد تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى أن البعد يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

هـ) حساب صدق المقارنة الطرفية للبعد الخامس في مقياس الضغوط الحياتية

جدول (١١): يوضح المقارنة بين متوسطات الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمفردات البعد الخامس (الضغوط الاجتماعية) في مقياس الضغوط الحياتية

مسلسل	المفردة	الإرباعى الأدنى ٢٧%		الإرباعى الأعلى ٢٧%		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	١١	١,٧٨	٠,٥٨	٢,٨٩	٠,٣٢	٨,٧٥	٠,٠١
٢	٢١	١,٨٥	٠,٣٦	٢,٩٦	٠,١٩	١٤,٨	٠,٠١
٣	٢٦	١,٧٨	٠,٥١	٢,٧٤	٠,٤٥	٧,٤١	٠,٠١
٤	٢٩	١,٩٣	٠,٩٢	٢,٩٦	٠,١٩	٥,٧٥	٠,٠١
٥	٣٨	١,٧٨	٠,٤٢	٢,٨٥	٠,٣٦	١٠,٠٢	٠,٠١
٦	٤٠	١,٧٤	٠,٧٦	٢,٥٢	٠,٥١	٤,٤٠	٠,٠١
٧	٤٣	٢,٠٠	٠,٦٨	٢,٩٦	٠,١٩	٧,٠٩	٠,٠١

نلاحظ من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات لمفردات بعد الضغوط الاجتماعية لمقياس الضغوط الحياتية أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى لنفس البعد، كما أن قيمة (ت) لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على أن مفردات هذا البعد تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى أن البعد يتمتع بدرجة عالية من الصدق ٠

و) حساب صـــدق المقارنـــة الطرفيـــة للبعـــد السادس في مقياس الضغوط الحياتية

جدول (١٢):المقارنة بين متوسطات الأرباعى الأعلى والأرباعى الأدنى لمفردات البعد الخامس (الضغوط الانفعالية) في مقياس الضغوط الحياتية

مسلسل	المفردة	الإرباعى الأدنى ٢٧%		الإرباعى الأعلى ٢٧%		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
١	١٠	١,٧٨	٠,٧٠	٢,٨١	٠,٤٠	٦,٧٢	٠,٠١
٢	٢٤	١,٧٨	٠,٤٢	٢,٨٥	٠,٣٦	١٠,٢	٠,٠١
٣	٢٧	١,٨٩	٠,٥١	٣,٠٠	٠,٠١	١١,٤٠	٠,٠١
٤	٣٠	١,٦٣	٠,٥٦	٢,٨١	٠,٤٠	٨,٩٣	٠,٠١
٥	٣١	١,٦٣	٠,٦٣	٢,٨٩	٠,٣٢	٩,٢٦	٠,٠١
٦	٤١	١,٥٦	٠,٧٥	٢,٧٠	٠,٥٤	٦,٤٤	٠,٠١
٧	٤٤	١,٤١	٠,٥٠	٢,٧٠	٠,٥٤	٩,١٣	٠,٠١
٨	٤٥	١,٥٢	٠,٥٨	٢,٧٤	٠,٤٥	٨,٦٨	٠,٠١

نلاحظ من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات لمفردات بعد الضغوط الانفعالية لمقياس الضغوط الحياتية أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى لنفس البعد، كما أن قيمة (ت)لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية دالة جميعها عند مستوى(٠,٠١) مما يدل على أن مفردات هذا البعد تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف؛ مما يعنى أن البعد يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ثبات مقياس أبعاد الضغوط الحياتية

١- **الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ (طريقة تحليل التباين)**

وسوف يعرض الباحث نتائج حساب الثبات بطريقة "الفا–لكرونباخ" على النحو التالي:

أ) معاملات ثبات "الفا" لأبعاد مقياس الضغوط الحياتية.

ب) معاملات ثبات "ألفا" لمفردات المقياس عند حذف المفردة للمقياس كاملاً.

وفيما يلي تفصيل ذلك:

تم حساب ثبات مقياس الضغوط الحياتية عن طريق معامل "ألفا – لكرونباخ "للاتساق الداخلي للأبعاد، وكذلك تم حساب معامل "ألفا "عند حذف المفردة لكل بعد، وإذا كانت قيمة معامل الثبات بطريقة "ألفا" في حالة حذف المفردة أكبر من قيمة معامل الثبات(ألفا) للمقياس ككل دون الحذف أو بمعنى آخر ترتفع قيمة معامل ثبات المقياس ككل بحذف مفردة ما، فذلك يعنى أن وجود هذه المفردة يقلل أو يضعف ثبات المقياس، بدليل أن حذفها كان له أثر إيجاب على قيمة معامل "ألفا "الذى يمثل معامل الثبات، وفى هذه الحالة فإن حذف هذه المفردة أفضل من بقائها ضمن عبارات المقياس .

أما إذا كانت درجة أو قيمة معامل الثبات بطريقة "ألفا" في حالة حذف مفردة ما تعطى قيمة أقل من معامل الثبات (ألفا) للمقياس ككل، أو بمعنى آخر تقل قيمة ثبات المقياس ككل بحذف هذه المفردة، وذلك يعنى أن هذه المفردة مهمة وحذفها يؤثر تأثيرا سلبيا على المقياس، أي أنها مفردة ثابتة وتؤثر في ثبات المقياس ككل. (غنيم، صبرى،٢٠٠٠: ٢٧٣)

وتبين الجداول الآتي معاملات الثبات التي تم الحصول عليها ٠

جدول (١٣): قيم معاملات ارتباط ثبات "ألفا" لأبعاد مقياس الضغوط الحياتية ومعاملات الثبات عند حذف أحد مفرداته

بعد الضغوط الدراسية		بعد الضغوط الأسرية		بعد الضغوط الاقتصادية	
العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات
١	٠,٨١١	٢	٠,٩٠٩	٤	٠,٧٨٥
٣	٠,٨٠٩	٨	٠,٩١٦	٦	٠,٧٧٠
١٥	٠,٨٢٢	١٦	٠,٩١٦	٧	٠,٧٦٩
٢٠	٠,٨١٧	١٨	٠,٨٩٣	١٢	٠,٧٧٤
٢٣	٠,٨٢٨	٢٢	٠,٩١٣	٣٣	٠,٧٦٩
٢٥	٠,٨٣١	٢٨	٠,٩١٨	٣٥	٠,٧٨٢
٣٢	٠,٨٢٩	٣٤	٠,٩٠١	٣٧	٠,٧٧٦
٣٦	٠,٨٣٢	معامل الثبات الكلى للبعد ٠,٩٢١		معامل الثبات الكلى للبعد ٠,٧٨٦	
٣٩	٠,٨٢٥				
معامل الثبات الكلى للبعد ٠,٨٣٤					
بعد الضغوط الصحية		**بعد الضغوط الاجتماعية**		**بعد الضغوط الانفعالية**	
العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات	العبارة	معامل الثبات
٥	٠,٨٠٦	١١	٠,٩٣٢	١٠	٠,٩٠١
٩	٠,٨١١	٢١	٠,٩٢٤	٢٤	٠,٨٩٣
١٣	٠,٨١٥	٢٦	٠,٩١٠	٢٧	٠,٨٩٧
١٤	٠,٨٢٢	٢٩	٠,٩٢٨	٣٠	٠,٨٩٢
١٧	٠,٨١٣	٣٨	٠,٩٣٢	٣١	٠,٨٨٤
١٩	٠,٧٩٨	٤٠	٠,٩١٦	٤١	٠,٨٧١
٤٢	٠,٨٢١	٤٣	٠,٩٣١	٤٤	٠,٨٩٧
معامل الثبات الكلى للبعد ٠,٨٢٦		معامل الثبات الكلى للبعد ٠,٩٣٨		٤٥	٠,٩٠١
				معامل الثبات الكلى للبعد	٠,٩٠١

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات التي يتم الحصول عليها عند حذف أي مفردة من مفردات أبعاد المقياس تقل بدرجة بسيطة عن معامل ثبات المستوى ككل دون حذف أي مفردة، مما يدل على أن جميع مفردات المقياس ثابتة وتسهم في زيادة معامل ثبات مقياس الضغوط الحياتية.

معامل ثبات "ألفا" لمفردات المقياس عند حذف المفردة للمقياس ككل.

جدول (١٤):معاملات ثبات ألفا لمفردات مقياس الضغوط الحياتية عند حذف المفردة

رقم المفردة	معامل الثبات	رقم المفردة	معامل الثبات	رقم المفردة	معامل الثبات	رقم المفردة	معامل الثبات	رقم المفردة	معامل الثبات
١	٠,٨٩١	١٠	٠,٨٩٣	١٩	٠,٨٩٤	٢٨	٠,٨٨٩	٣٧	٠,٨٩١
٢	٠,٨٩٣	١١	٠,٨٩٣	٢٠	٠,٨٩٣	٢٩	٠,٨٩٢	٣٨	٠,٨٩٣
٣	٠,٨٩٤	١٢	٠,٨٨٧	٢١	٠,٨٩٣	٣٠	٠,٨٩٤	٣٩	٠,٨٨٩
٤	٠,٨٨٨	١٣	٠,٨٩٢	٢٢	٠,٨٨٩	٣١	٠,٨٩١	٤٠	٠,٨٩١
٥	٠,٨٨٧	١٤	٠,٨٩٤	٢٣	٠,٨٨٧	٣٢	٠,٨٩٤	٤١	٠,٨٨٩
٦	٠,٨٩٢	١٥	٠,٨٩٢	٢٤	٠,٨٩٣	٣٣	٠,٨٨٩	٤٢	٠,٨٩٢
٧	٠,٨٩٤	١٦	٠,٨٨٩	٢٥	٠,٨٨٨	٣٤	٠,٨٨٧	٤٣	٠,٨٩١
٨	٠,٨٩١	١٧	٠,٨٩٣	٢٦	٠,٨٩٣	٣٥	٠,٨٩٣	٤٤	٠,٨٨٩
٩	٠,٨٩١	١٨	٠,٨٩٢	٢٧	٠,٨٨٧	٣٦	٠,٨٩٢	٤٥	٠,٨٩٣
معامل ثبات المقياس الكلى				٠,٨٩٤					

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات التي يتم الحصول عليها عند حذف أي مفردة من مفردات المقياس تقل بدرجة بسيطة عن معامل ثبات المقياس ككل دون حذف أي مفردة، مما يدل على أن جميع مفردات المقياس ثابتة وتسهم في زيادة معامل ثبات مقياس الضغوط الحياتية.

الثبات عن طريق معامل جتمان

تم حساب معامل جتمان العام لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية، ومما يميز معامل جتمان العام أنه يعطى قيمتين للثبات أعلى قيمة وأقل قيمة، والجدول التالي يبين ذلك:

جدول (١٥): قيم معاملات ثبات جتمان العام لدرجات أبعاد مقياس الضغوط الحياتية

البعد	معامل جتمان العام	
	اقل قيمة	أعلى قيمة
الضغوط الدراسة	٠,٧٣٢	٠,٨٦٨
الضغوط الأسرية	٠,٧٨٤	٠,٨٩٣
الضغوط الاقتصادية	٠,٨٣٤	٠,٩٠٤
الضغوط الصحية	٠,٦٩٧	٠,٧٨٤
الضغوط الاجتماعية	٠,٨٤٣	٠,٩١٢
الضغوط الانفعالية	٠,٦٧٢	٠,٧٤٢
الدرجة الكلية للضغوط	٠,٨٧٩	٠,٩٢٤

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات ثبات جتمان العام (أقل قيمة – أكبر قيمة) للأبعاد والدرجة الكلية تتراوح من (٠,٦٧٢ –٠,٩٢٤) وهي معاملات ثبات عالية وتدل على ثبات أبعاد المقياس كما تدل على ثبات المقياس ككل.

التجزئة النصفية وتصحيح الطول بمعامل سبيرمان وجتمان

تم حساب ثبات مقياس الضغوط الحياتية عن طريق التجزئة النصفية لبنود المقياس (زوجـــي، فردى) Split Half Testوصحح الطول بمعادلة سبيرمان براون وبمعادلـــة جتمـــان لتصـــحيح الطول، ويبين الجدول التالي معـــاملات الثبـــات التي تم الحصول عليها.

جدول (١٦):معاملات ثبات "الفا" و"جتمان" و"التجزئة النصفية" لمقياس الضغوط الحياتية

الأبعاد	عدد المفردات	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			قبل تصحيح الطول	بعد تصحيح الطول بطريقة سبيرمان–براون	بعد تصحيح الطول بمعامل جتمان
الضغوط الدراسة	٩	٠,٧٨٤	٠,٧٢٣	٠,٨٣٩	٠,٨١٣
الضغوط الأسرية	٧	٠,٨٧١	٠,٦٣١	٠,٧٧٤	٠,٧٧٢
الضغوط الاقتصادية	٧	٠,٦٩٦	٠,٨٧١	٠,٨٣١	٠,٨٢١
الضغوط الصحية	٧	٠,٧٧٦	٠,٦٨٤	٠,٨١٢	٠,٨٠٦
الضغوط الاجتماعية	٧	٠,٨٦٨	٠,٥٣٧	٠,٦٩٩	٠,٦٩٨
الضغوط الانفعالية	٨	٠,٨٥١	٠,٨٧١	٠,٧٧٤	٠,٧٧٢
الدرجة الكلية للضغوط	٤٥	٠,٧٨٤	٠,٨٤٠	٠,٩٣١	٠,٩٣١

يتضح من الجدول الســـابق ان جميـــع معاملات الثبات مرتفعة، حيث تراوحـــت مـــن (٠,٦٩٩) و(٠,٨١٣) وأصـــغر قيمـــة مقبولـــة لمعامل ثبات ألفا هي٠,٦ وأفضل قيمة مقبولـــة تتراوح بين (٠,٧–٠,٨) وكلمـــا تزيـــد يكـــون أفضل. (البياتى، ٢٠٠٥: ٥٠–٥١)، وهذا يشير إلى تجانس (تكافؤ) نصفي الاختبار

يتبين مما ســـبق ان مقيـــاس الضـــغوط الحياتية (الأبعاد والمقياس كاملا) يتمتع بدرجـــة عالية من الصدق والثبات تسمح للباحـــث فـــي استخدامه في الدراسة الحالية.

ثانيا: مقياس قلق المستقبل:

أعد هذا المقياس (السيد فهمـــي علـــي، ٢٠١٣)، وهو مؤلف من (٤٥) عبـــارة تقـــيس الأبعاد التالية (التفكير الســـلبي فـــي المســـتقبل، والنظرة التشاؤمية للحياة، القلق من أحداث الحياة الضاغطة، والمظاهر النفسية لقلـــق المســـتقبل، والمظاهر الجسمية لقلـــق المســـتقبل)، وطبـــق المقياس على عينة من الشـــباب فـــي المجتمـــع المصري مكونة من (٢٠٠) من المراهقين مـــن كلا الجنسين من طلاب الثانوية العامـــة، ممـــن تراوحت أعمارهم بين (١٦ إلى ١٨) عام.

وقد اتبع الباحث في بناء مقيـــاس قلـــق المستقبل طريقة ليكرت (Likert Technique)، في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية، لكونهـــا من أشهر الطرائق وأكثرها شيوعاً واستخداماً.

وقد أعطى الباحث أربعة بدائل للاســـتجابة لكل فقرة من فقرات المقياس (أبداً، أحياناً، غالبا، دائماً)، حيث تتراوح بدائل الاستجابة لكل فقرة، من أقصى درجات الموافقة (دائما) إلى أقصـــى درجات المعارضة (أبداً)، مروراً بالحيـــاد فـــي المنتصف (غالباً، أحياناً)، ويتم تقـــدير الإجابـــة التـــي تعبـــر عـــن أقصـــى درجـــات الســـلبية (المعارضة) بصفر درجة، وثلاث درجـــات إذا

كانت الإجابة تعبر عن أقصى درجات الإيجابية (دائما)، وتحسب الدرجة الكلية من خلال جمع درجات المبحوث في كل بنود المقياس، لتعبر عن استجاباته الكلية لمقياس قلق المستقبل. وقد تم خضوع المقياس للتحليلات الإحصائية الخاصة بحسابات صدق المقياس وثباته.

تصحيح المقياس:

في ضوء طريقة ليكرت، يوجد أمام كل عبارة ولكل بُعد من أبعاد المقياس ميزان تقدير للدرجات مكون من (٤) أربعة درجات وهي: أبداً وتُعطي (صفر)، نادراً وتُعطي (١)، أحياناً وتُعطي (٢)، دائماً وتُعطي (٣) لتكون الدرجة الكلية للمقياس (١٣٥) درجة، وهي تشير إلى المعاناة الشديدة من قلق المستقبل، والدرجة الأقل (صفر)، وتشير إلى الخلو التام من قلق المستقبل. يتم تصحيح عبارات المقياس حسب الجدول التالي:

جدول رقم (١٧):يوضح أبعاد مقياس قلق المستقبل وأرقام عبارات كل بُعد ودرجة كل بعد

م	البعد	العبارات	الدرجة
١	بعد التفكير السلبي في المستقبل	١-٦-١١-١٣-١٨-٢٣-٢٤-٣١-٣٦-٣٧-٤٢	٠-٣٣
٢	بعد النظرة التشاؤمية للحياة	٧-٨-١٢-١٧-٢٢-٢٧-٣٢-٣٤-٣٨-٤١	٠-٣٠
٣	القلق من أحداث الحياة الضاغطة	٢-٣-٩-١٩-٢٦-٣٣-٤٣	٠-٢١
٤	بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل	٤-١٤-١٦-٢١-٢٨-٢٩-٣٩-٤٤-٤٥	٠-٢٧
٥	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	٥-١٠-١٥-٢٠-٢٥-٣٠-٣٥-٤٠	٠-٢٤
	الدرجة الكلية للمقياس		٠-١٣٥

صدق المقياس في الدراسة الأصلية وثباته:

(أ) صدق المقياس

تم حساب صدق المقياس من قبل مُعده بالطرق التالية: التحليل العاملي الذي أسفر عن خمسة عوامل هي: (بعد التفكير السلبي في المستقبل -بُعد النظرة التشاؤمية للحياة -القلق من أحداث الحياة الضاغطة -بُعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل المظاهر الجسمية لقلق المستقبل)، والتكوين الفرضي، المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي).

كما تم حساب الاتساق بين الدرجة الكلية لكل بعد وبين الدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس ككل، واتضح أن قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد، والدرجة الكلية للمقياس، كانت جميعها دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١)، وقد تراوحت بين (٠.٤١٩) و(٠.٦٩٦)، وهذا يعنى ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على وجود اتساق داخلي بين الأبعاد المكونة للمقياس، وكذلك يعنى وجود اتساق بين العبارات والأبعاد التي تنتمي إليها، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بمستوى صدق مرتفع، أي أن المقياس يقيس ما وضع لقياسه، كما يمكن تطبيقه على عينات مماثلة لعينة التقنيين، وبذلك تكون عبارات المقياس (٤٥ مفردة) صادقة فيما تقيس.

كذلك قام معد المقياس بترتيب درجات عينة التقنين ترتيبا تنازليا في كل بعد من أبعاد

المقياس، وكذلك الدرجة الكلية بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس، وتم تقسيم الدرجات إلى طرفين علوي وسفلى، وتم أخذ أعلى (٢٧%) من الدرجات وأقل (٢٧%)، من درجات الأفراد على المقياس، وتم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للدرجات وحساب قيمة (ت)، واختبار مستوى الدلالة حيث تبين أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأعلى في الدرجات على الأبعاد أعلى من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإرباعى الأدنى، كما أن قيمة (ت) لاختبار الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على أن أبعاد المقياس تتمتع بالقدرة على التمييز بين المستويين القوى والضعيف، ويعنى كذلك أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

(ب) ثبات المقياس:

تم حساب ثبات مقياس قلق المستقبل من قبل مُعد المقياس عن طريق معامل ثبات "ألفا – كرونباخ" للاتساق الداخلي للأبعاد، وكذلك تم حساب معامل "ألفا "عند حذف المفردة لكل بعد، واتضح أن معاملات الثبات التي تم الحصول عليها عند حذف أي مفردة من مفردات أبعاد المقياس تقل بدرجة بسيطة عن معامل ثبات المستوى ككل دون حذف أي مفردة، مما يدل على أن جميع مفردات المقياس ثابتة، وتسهم في زيادة معامل ثبات أبعاد مقياس قلق المستقبل. كما تبين أن معاملات الثبات التي تم الحصول عليها عند حذف أي مفردة من مفردات المقياس تقل بدرجة بسيطة عن معامل ثبات المقياس ككل دون حذف أي مفردة، مما يدل على أن جميع مفردات المقياس ثابتة، وتسهم في زيادة معامل ثبات مقياس قلق المستقبل.

صدق المقياس وثباته في الدراسة الحالية:

للاطمئنان على مدى صلاحية مقياس قلق المستقبل للتطبيق في هذه الدراسة، والتأكد من خصائصه السيكومترية، ومعرفة مدى ملاءمة العبارات للمفحوصين، ومدى قدرتهم على الإجابة عليها دون صعوبة، قام الباحث الحالي بحساب الثبات والصدق للمقياس في هذه الدراسة على عينة استطلاعية عددها (٢٣٠) طالبا من طلاب الثانوي، وذلك للتحقق من خصائصه السيكومترية، وذلك على النحو التالي:

للاطمئنان على مدى صلاحية مقياس قلق المستقبل للتطبيق في هذه الدراسة، والتأكد من خصائصه السيكومترية، ومعرفة مدى ملاءمة العبارات للمفحوصين، ومدى قدرتهم على الإجابة عليها دون صعوبة، قام الباحث الحالي بحساب الثبات والصدق للمقياس في هذه الدراسة على عينة استطلاعية عددها (٢٣٠) طالبا من طلاب الثانوي على النحو التالي:

١-صدق الاتساق الداخلي:

جدول رقم (١٨):معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس قلق المستقبل بالدرجة الكلية

رقم العنصر	معامل الارتباط بين العنصر ومقياس قلق المستقبل	رقم العنصر	معامل الارتباط بين العنصر ومقياس مقياس قلق المستقبل	رقم العنصر	معامل الارتباط بين العنصر ومقياس مقياس
١	٠,٤٩٥**	١٦	٠,٥٥١**	٣١	٠,٧٤٣**
٢	٠,٤٤٦**	١٧	٠,٧٣٣**	٣٢	٠,٧٣٣**
٣	٠,٣٧٦**	١٨	٠,٧٠٥**	٣٣	٠,٦١٦**
٤	٠,٦٥٤**	٩	٠,٤٧٥**	٣٤	٠,٦٤٦**
٥	٠,٥٨٤**	٢٠	٠,٥٣٣**	٣٥	٠,٤٤٨**
٦	٠,٦١٧**	٢١	٠,٧٢٢	٣٦	٠,٦٨٠**
٧	٠,٦٢٨**	٢٢	٠,٧٥٣**	٣٧	٠,٧٠١**
٨	٠,٥٥٠**	٢٣	٠,٦٨٧**	٣٨	٠,٥٣٨**
٩	٠,٥٣٠**	٢٤	٠,٧٢١**	٣٩	٠,٦٦٥**
١٠	٠,٥٣٥**	٢٥	٠,٦٥٦**	٤٠	٠,٥٤٦**
١١	٠,٥٩٧**	٢٦	٠,٥٠٥**	٤١	٠,٧٤٦**
١٢	٠,٦٤٦**	٢٧	٠,٥٩٣**	٤٢	٠,٦٩٩**
١٣	٠,٧٠٣**	٢٨	٠,٦٤٥**	٤٣	٠,٧٢٤**
١٤	٠,٧٥٢**	٢٩	٠,٦٧٩**	٤٤	٠,٦٥٦**
١٥	٠,٣٧٤**	٣٠	٠,٥٦٣**	٤٥	٠,٦٣٠**

** مستوى الدلالة الإحصائية (٠,٠١)

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجة العنصر والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى الاتساق الداخلي بين العناصر المكونة للمقياس وأنها صادقة بنائياً، وتعد صالحة للتطبيق على أفراد الدراسة.

٢-ثبات المقياس:

جدول (١٩):معاملات ثبات مقياس قلق المستقبل باستخدام طريقة ألفا لكرونباخ

الثبات العام لمقياس قلق المستقبل =٠,٩٦٥					
رقم العنصر	معامل ألفا إذا حذف العنصر	رقم العنصر	معامل ألفا إذا حذف العنصر	رقم العنصر	معامل ألفا إذا حذف العنصر
١	٠,٩٦٥	١٦	٠,٩٦٥	٣١	٠,٩٦٤
٢	٠,٩٦٥	١٧	٠,٩٦٤	٣٢	٠,٩٦٤
٣	٠,٩٦٦	١٨	٠,٩٦٤	٣٣	٠,٩٦٥
٤	٠,٩٦٥	١٩	٠,٩٦٦	٣٤	٠,٩٦٤
٥	٠,٩٦٥	٢٠	٠,٩٦٥	٣٥	٠,٩٦٥
٦	٠,٩٦٥	٢١	٠,٩٦٤	٣٦	٠,٩٦٤
٧	٠,٩٦٥	٢٢	٠,٩٦٤	٣٧	٠,٩٦٤
٨	٠,٩٦٥	٢٣	٠,٩٦٤	٣٨	٠,٩٦٥
٩	٠,٩٦٥	٢٤	٠,٩٦٤	٣٩	٠,٩٦٤
١٠	٠,٩٦٥	٢٥	٠,٩٦٥	٤٠	٠,٩٦٥
١١	٠,٩٦٥	٢٦	٠,٩٦٥	٤١	٠,٩٦٤
١٢	٠,٩٦٥	٢٧	٠,٩٦٥	٤٢	٠,٩٦٤
١٣	٠,٩٦٤	٢٨	٠,٩٦٥	٤٣	٠,٩٦٤
١٤	٠,٩٦٤	٢٩	٠,٩٦٤	٤٤	٠,٩٦٤
١٥	٠,٩٦٦	٣٠	٠,٩٦٥	٤٥	٠,٩٦٥

يتضح من الجدول السابق، أن جميع العناصر المكونة للمقياس قيمة معامل الثبات (ألفا) في حالة حذفها أقل من قيمة ألفا للمقياس ككل مما يعني أن جميع العناصر مهمة وغيابها عن المحور يؤثر سلباً على ثبات المقياس، أي أن جميع عناصر المقياس ثابتة وتؤثر في ثبات المقياس ككل، فيما عدا العبارات أرقام (٣، ١٥، ١٩) والتي كان حذفها سيرفع من درجة الثبات، ولكن الباحث رأى عدم حذفها خاصة وأن هذه العبارات تمتع بدرجة عالية من صدق المحتوى من قبل المحكمين مما يدعم وجودها كما أن درجة الثبات في وجودها مرتفعة الأمر الذي يقلل من الحاجة لحذفها.

ونستخلص من نتائج اختباري الصدق والثبات أن أداة القياس (مقياس قلق المستقبل) صادقة في قياس ما وضعت لقياسه، كما أنها ثابتة بدرجة مقبولة إحصائيا، مما يؤهلها لتكون أداة قياس مناسبة وفاعلة لهذه الدراسة ويمكن تطبيقها بثقة.

إجراءات تطبيق المقياس

صمم مقياس قلق المستقبل ليطبق بطريقة جماعية أو فردية، ولقد قام الباحث في هذه الدراسة بتطبيقه على العينة بصورة جماعية داخل قاعات الدراسة، ويقوم الفاحص أولا بتوضيح الهدف من المقياس مركزا على أن الغرض هو معرفة ما يعانيه الفرد من قلق يخص جوانب عديدة في حياته المستقبلية.

طريقة تصحيح المقياس:

في ضوء طريقة ليكرت، يوجد أمام كل عبارة ولكل بُعد من أبعاد المقياس ميزان تقدير للدرجات مكون من (٤) أربعة درجات وهي: أبداً وتُعطي (صفر)، نادراً وتُعطي (١)، أحياناً وتُعطي (٢)، دائماً وتُعطي (٣) لتكون الدرجة الكلية للمقياس (١٣٥) درجة، وهي تشير إلى المعاناة الشديدة من قلق المستقبل، والدرجة الأقل (صفر)، وتشير إلى الخلو التام من أعراض قلق المستقبل.

وجدير بالذكر أنه يوجد (٦) درجات يمكن الحصول عليها من خلال هذا المقياس، الأولى هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الأول وهى درجة بعد التفكير السلبي في المستقبل ، والدرجة الثانية هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الثاني وهى درجة بعد النظرة التشاؤمية للحياة، والدرجة الثالثة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الثالث وهى درجة بعد القلق من أحداث الحياة الضاغطة، والدرجة الرابعة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الرابع وهى درجة بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل، والدرجة الخامسة هي درجة الفرد على المقياس الفرعي الخامس وهى درجة بعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل، والدرجة السادسة هي الدرجة الكلية للمقياس، وهي تمثل مجموع الدرجات المقاييس الفرعية الستة، والجدول التالي يوضح الحد الأدنى والأعلى للمقياس ككل ومقاييسه الفرعية:

جدول (٢٠)

أبعاد مقياس قلق المستقبل

ودرجة تصحيح كل بعد

البعد	الدرجة
بعد التفكير السلبي في المستقبل	٠-٣٣
بعد النظرة التشاؤمية للحياة	٠-٣٠
القلق من أحداث الحياة الضاغطة	٠-٢١
بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل	٠-٢٧
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	٠-٢٤
الدرجة الكلية للمقياس	٠-١٣٥

ثالثا: إجراءات تطبيق أداتا الدراسة

شارك جميع أفراد العينة المذكورة بشكل تطوعي، وقُدم لهم المقياسين، وقد تم التطبيق بشكل جمعي داخل الفصول الدراسية.

وقد كان ترتيب تطبيق المقاييس هو الترتيب نفسه الوارد بنفس تسلسل عرضه عند عرض تلك المقاييس، وقد تم استبعاد بعض الحالات التي لم تكمل الإجابة على البنود ولم تلتزم بالتعليمات، وتم حساب تكرارها وتوزيعها على أساس ما توفر في باقي الاستجابات، ثم أُدخلت البيانات بعد ذلك في الحاسب الآلي تمهيداً لمعالجتها.

رابعاً: جمع البيانات وتحليلها إحصائياً:

استخدمت بيانات الدراسة من خلال أفراد العينة من الطلاب والطالبات، وقد حُللت البيانات إحصائياً باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS win). وقد أجريت التحليلات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي – الانحراف المعياري– اختبار (ت) – معاملات ارتباط بيرسون – التحليل العاملي.

خامساً: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولا: عرض نتائج الفرض الأول وتفسيرها نص الفرض الأول على ما يلي:

"توجد فروق جوهرية دالة ترجع لعامل الجنس في أبعاد كل من الضغوط الحياتية، وقلق المستقبل".

وفيما يلي نعرض للنتائج الإحصائية المرتبطة بنتائج الفرض الأول، وذلك على النحو التالي:

(أ) عرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للفروق بين الجنسين على أبعاد مقياس الضغوط الحياتية:

جدول (٢١):المتوسطات الحسابية والانحرافات المعياريةوقيمة "ت" في أبعاد مقياس الضغوط الحياتية

الضغوط الحياتية	النوع	م	ع	قيمة ت	الدلالة
الضغوط الدراسية	ذكور	٢٢.٨٥	٢.٨٥٨	٣.٩١٦	٠.٠٠١
	إناث	٢٤.٤١	٢.٧٧٥		
الضغوط الأسرية	ذكور	١٧.١٥	٢.٣٣٣	٤.٠٠٦	٠.٠٠١
	إناث	١٨.٤٩	٢.٣٩٧		
الضغوط الاقتصادية	ذكور	١٧.٢٥	٢.٨٩٧	٣.١٥٣	٠.٠١
	إناث	١٨.٥٣	٢.٨٤٤		
الضغوط الصحية	ذكور	١٧.٩٦	٢.٣٧٠	٢.٨١٢	٠.٠١
	إناث	١٨.٩٣	٢.٥٠٨		
الضغوط الاجتماعية	ذكور	١٧.٢٩	٢.١٤٨	٤.٠٦٥	٠.٠٠١
	إناث	١٨.٥١	٢.٠٩٦		
الضغوط الانفعالية	ذكور	١٧.٠١	٢.٧٤٧	٣.٥١٨	٠.٠١
	إناث	١٨.٣٢	٢.٥١٤		
الدرجة الكلية	ذكور	١٠٩.٥١	٧.٧١٤	٦.٦٦٤	٠.٠٠١
	إناث	١١٧.١٩	٨.٥٦٣		

يتضح من نتائج الجدول السابق ما يلي:

بالنسبة لبعد الضغوط الدراسية

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد الضغوط الدراسية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة لبعد الضغوط الأسرية

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد الضغوط الأسرية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة لبعد الضغوط الاقتصادية

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد الضغوط الاقتصادية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة لبعد الضغوط الصحية

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد الضغوط الصحية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة لبعد الضغوط الاجتماعية

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد الضغوط الاجتماعية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

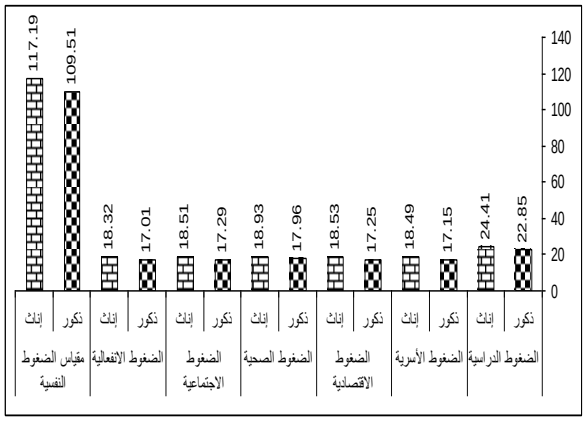
بالنسبة لبعد الضغوط الانفعالية

توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد الضغوط الانفعالية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس أبعاد الضغوط الحياتية

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في الدرجة الكلية لمقياس أبعاد الضغوط الحياتية، وكانت قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

هذا ويمكن تناول النتائج السابقة الواردة بالجدول السابق بيانياً، وذلك يوضحه الشكل التالي:



شكل (١):الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس الضغوط الحياتية

مناقشة النتائج المرتبطة بالفروق بين الجنسين على مقياس أبعاد الضغوط الحياتية

في ضوء ما ورد بالنتائج السابقة، يناقش الباحث النتائج، وذلك على النحو التالي:

كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد الضغوط الحياتية، وكذلك في الدرجة الكلية، وهذه الفروق تُعزى لمتغير الجنس حيث كانت الفروق جميعها في اتجاه الإناث، وهذه النتيجة تختلف مع دراسة كل من (البرعاوي، ٢٠٠١؛ دخان والحجار، ٢٠٠٦)، التي بينت أن الذكور يعانون أكثر من الضغوط خصوصا الدراسية والانفعالية.

إن هذه الضغوط ربما ترجع إلى الطبيعة الفسيولوجية للإناث حيث يتعرضون لأنماط مميزة من الاستجابات الفسيولوجية التي تسمى (نشاط الاستجابة الفردية)، ولذلك فهم يستجيبون بشكل يعبر عن الإحساس بالضغوط الشديدة تجاه أحداث الحياة اليومية، وهذا ما لا يحدث عند الذكور.

وتعتبر هذه الخصائص الفسيولوجية مسئولة عن وضع الإناث في حالة استثارة دائمة مما يجعلهم أكثر توتراً وعصبية، وهو ما ينعكس على انخفاض قدراتهن على التعامل مع الأحداث الضاغطة في المواقف المختلفة وإدراكها على أنها أكثر إثارة للضغوط.

(Kaplan, 1981: 210).

وربما ترجع تلك الفروق بين الجنسين إلى الخصال النفسية والقدرات العقلية والخصال المزاجية التي تلعب دوراً هاماً في شعور الإناث بالضغوط، بل والتعايش معها حيث تعتبر الإناث أكثر عرضة للإحساس بالضغوط نتيجة الدخول في أعمال تنافسية، والعمل تحت ضغط الوقت، وعدم الركون إلى الراحة، وعدم ممارسة الرياضة، وعدم المرونة في العلاقات الاجتماعية مما يؤدى بالإناث إلى صعوبة التعامل في كثير من المواقف وشعورهم بالضغط النفسي.

(الطريرى،٩٨٤ :٣٥-٣٦).

وربما ترجع الفروق السابقة – من وجهة نظر الباحث – إلى الأدوار التقليدية في أساليب التنشئة الاجتماعية لكلاً من الذكور والإناث في المجتمعات العربية حيث يميل الإناث إلى الإحجام والخضوع والقبول والانسحاب الذي يتمثل في الاستغراق في أحلام اليقظة والتمركز حول الذات والتفكير في موضوعات بعيدة عن المشكلة، وبذلك تظل أسباب الضغوط لدى الإناث دون حلول حقيقية بينما يميل الذكور إلى أساليب المواجهة والتخلص من الأسباب الحقيقية للضغوط.

(ب) عرض نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للفروق بين الجنسين على مقياس أبعاد قلق المستقبل.

جدول (٢٢):المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للفرق بين الذكور والإناث في أبعاد مقياس قلق المستقبل ودرجته الكلية

الأبعاد	النوع	م	ع	"ت"	الدلالة
التفكير السلبي في المستقبل	ذكور	٣٠.٠٠	٣.١٤٠	٢.٠٤٢	٠.٠٥
	إناث	٣٠.٨٩	٣.٠٢١		
النظرة التشاؤمية للحياة	ذكور	٢٧.٣١	٣.٣٢٦	٢.١٥٤	٠.٠٥
	إناث	٢٨.٢٨	٣.٠٣٥		
القلق من أحداث الحياة الضاغطة	ذكور	١٩.٠٥	٢.٨٤٤	١.٦٥٠	غير دالة
	إناث	١٩.٧٠	٢.٧٢٥		
المظاهر النفسية لقلق المستقبل	ذكور	٢١.٢١	٣.٢١٧	٢.٨٢٦	٠.٠١
	إناث	٢٢.٤٢	٢.٨٢٥		
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	ذكور	٢١.١٩	٢.٢١٤	٣.٤٤٢	٠.٠١
	إناث	٢٢.٣٥	٢.٥٤٠		
الدرجة الكلية	ذكور	١١٨.٧٦	٩.١٣٤	٣.٩٦١	٠.٠٠١
	إناث	١٢٣.٦٤	٨.٢٦٦		

من النتائج الواردة بالجدول السابق يتبين ما يلي:

بالنسبة لبعد التفكير السلبي في المستقبل

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد التفكير السلبي، حيث كانت قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥).

بالنسبة لبعد النظرة التشاؤمية للحياة

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد التفكير السلبي في المستقبل، حيث كانت قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥).

بالنسبة لبعد القلق من أحداث الحياة الضاغطة

لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث في بعد القلق من أحداث الحياة الضاغطة.

بالنسبة لبعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد المظاهر النفسية لقلق المستقبل لصالح الإناث، حيث كانت قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة لبعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل

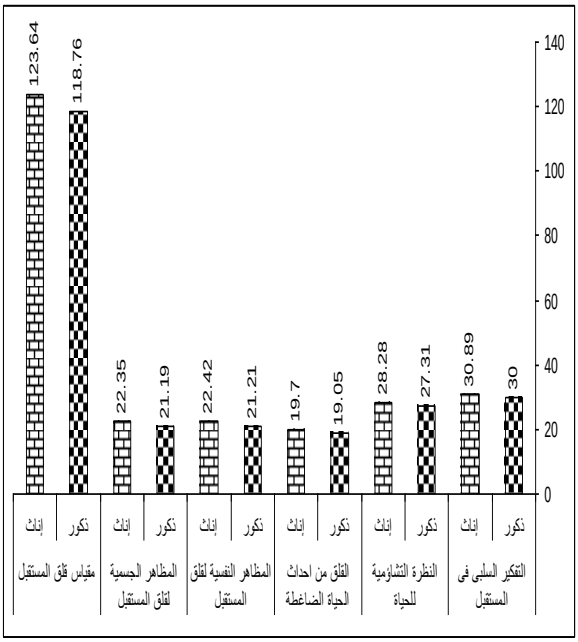
توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في بعد المظاهر الجسمية لقلق المستقبل، حيث كانت قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس أبعاد قلق المستقبل

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الذكور والإناث لصالح الإناث، وذلك في الدرجة الكلية لمقياس أبعاد قلق المستقبل، حيث

كانت قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى(٠,٠١).

هذا ويمكن تناول النتائج السابقة الواردة بالجدول السابق بيانياً، وذلك يوضحه الشكل التالي:



شكل (٢): يوضح الفروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس الضغوط الحياتية

ثانياً: مناقشة النتائج المرتبطة بالفروق بين على مقياس أبعاد قلق المستقبل:

أسفرت النتائج الواردة بالجدول السابق عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، لصالح الإناث، وذلك على بعدا التفكير السلبي في المستقبل والنظرة التشاؤمية للحياة، وعند مستوى (٠,٠١) على أبعاد المظاهر النفسية لقلق المستقبل، والمظاهر الجسمية لقلق المستقبل والدرجة الكلية لمقياس أبعاد قلق المستقبل، بينما لم تك هناك بينهما فروق دالة في بعد القلق من أحداث الحياة الضاغطة.

وهذه النتائج تتفق مع دراسات كل من (العجمي، ٢٠٠٤؛ والعشري، ٢٠٠٤؛ وسعود، ٢٠٠٥؛ ومسعود، ٢٠٠٦)، بينما تختلف مع دراسة (صبري، ٢٠٠٣)، ويمكن تفسير تلك الفروق في مشاعر القلق إلى الطبيعة الإنسانية التي توسم بها الإناث حيث يسعون إلى تمثل سلوك النعومة والرقة والضعف والإحساس، مما يجعلهن أكثر ميلاً إلى الخوف والارتباك والقلق على مستقبلهن، بينما طبيعة الذكور تميل إلى الخشونة والقوة والمواجهة التي تجعلهم يشعرون بالخجل من إظهار قلقهم وخوفهم ويحاولون جاهدين إخفاء هذه المظاهر للقلق المستقبلي.

ومن وجهة نظر الباحث، فإنه يري أن تلك الفروق ربما ترجع إلى طبيعة تفكير الطالبة، حيث نجد أن الطالبة مهمومة أكثر على مستقبلها التعليمي، وهذا يجعلهن أكثر تفوقا علميا، والباحث من واقع عمله كأستاذ مساعد بالجامعة يؤكد على هذا بشكل جلي، فكثير من الطالبات يكن دوما في منافسات مع زميلاتهن مقارنة بالذكور، وبالتالي تزيد من دراستها كلما اقتربت الامتحانات، وتقوم بقضاء كثير من الأوقات في الدراسة ظناً منها أنها سوف تتفوق على زميلاتها، وهذا بالقطع يرفع عنها التفكير المستقبلي، ويزيد من التوتر والقلق نتيجة هذا الأمر.

وربما ترجع تلك الفروق إلى وجود مستوى أقل لقلق المستقبل عند الطلاب عنه عند

الطالبات والسبب حالة اللامبالاة التي يكون عليها الطالب في ظل الأوضاع السياسية والاقتصادية الحالية.

إن النتيجة الحالية لهذا الشق من النتائج الخاصة بالفرض الأول تتسق تماما مع نتيجة الشق الأول من النتائج، فكيف لا يتسق وصمهن بأنهن يعانين من جملة الضغوط الحياتية، ضغوط دراسية وأسرية وصحية واقتصادية واجتماعية وانفعالية، ولا تكون لديهن نظرة تشاؤمية للحياة، ومع مع تعيشه المنطقة العربية –حاليا من صراع وتمزق ومستقبل الله وحده أعلم كيف سيكون في المستقبل القريب أو البعيد.

وهذا يجعلهن – إن جاز للباحث القول – ذوات نظرة سلبية للحياة، تؤثر حتما وقطعا على مظاهرهن النفسية والجسمية المرتبطة بالقلق من المستقبل، وتجرفهن بعيدا نحو تيار القلق المستقبلي، وما يرتبط به من أنواع أخرى من القلق كالقلق العام والقلق الفسيولوجي والوجداني، وغير ذلك.

وما يهم الباحث في نهاية مناقشته لنتيجة هذا الفرض أن يشير إلى أن الفرض قد تحقق بشكل كبير، وأن جملة أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل قد صارت في اتجاه الإناث دون الذكور، وهي نتيجة لا ينبغي أن تمر دون الوقوف عندها، ومراجعة ما تحدثه الآثار السلبية لما يحدث في المجتمع، وما تسببه من دمار نفسي، وقلق مستقبلي بما تحمله الكلمة من معني، وأن هذا التأثير يصيب الإناث دون الذكور بشكل عام.

<u>عرض نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:</u>

نص الفرض الثاني على ما يلي:

"توجد علاقات ارتباطية متبادلة دالة إحصائياً بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل".

جدول (٢٤): معاملات الارتباط المتبادلة بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل

الأبعاد	التفكير السلبي في المستقبل	النظرة التشاؤمية للحياة	أحداث الحياة الضاغطة	المظاهر النفسية لقلق المستقبل	المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	الدرجة الكلية
الضغوط الدراسية	٠.٦٤٣	٠.٣٦٥	٠.٢٩٩	٠.٣٨٥	٠.٣٥٧	٠.٤٩١
الضغوط الأسرية	٠.٣٦٥	٠.٣٨٨	٠.٤٨٦	٠.٥١١	٠.٤٧٧	٠.٠.٥٥٦
الضغوط الاقتصادية	٠.٠.٥٤٦	٠.٠.٥٠٥	٠.٠.٣٣٣	٠.٠.٥٠٢	٠.٠.٣٨١	٠.٦٠٢
الضغوط الصحية	٠.٣٧٨	٠.٤٥٢	٠.٣٨٥	٠.٦٣٤	٠.٧٣٥	٠.٤٧٢
الضغوط الاجتماعية	٠.٠.٣٥٩	٠.٠.٤٦١	٠.٠.٤٨٦	٠.٠.٦٤٣	٠.٠.٤٨٧	٠.٠.٥٤١
الضغوط الانفعالية	٠.٤٧٦	٠.٤٥٦	٠.٧٤١	٠.٧٠٣	٠.٤٣٢	٠.٦٦٤
الدرجة الكلية	٠.٦٨٤	٠.٧٥٤	٠.٦٤٥	٠.٤٢٦	٠.٥٩٥	٠.٧٠٢

* جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١).

تفسير نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها

يبين الجدول السابق أن جميع الارتباطات المتبادلة بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل كانت جميعها موجبة ودالة لما بعد أكثر من (٠.٠٠١)، وهي نتيجة منطقية وتتسق مع طبيعة ما تتضمنه الأبعاد الفرعية من معني.

فالتفكير السلبي في المستقبل من الطبيعي أن يرتبط به ما يعانيه الفرد من ضغوط دراسية، وأسرية، واجتماعية، كذلك كيف تكون نظرة الفرد للحياة تفاؤلية وهو يعاني من ضغوط اقتصادية وصحية، وهو يعاني من توترات انفعالية، والحياة تضغط عليه بكل ما فيها من صراعات. إنه معترك الحياة الصعبة التي نعيشها جميعا، الكل فيها صار في خندق واحد وبوتقة واحدة.

إن ما يعيشه مراهقي هذه الأيام من الجنسين يجعلهم يعيشون كمن يدور في طاحونة أو ساقية، تحاصرهم الضغوط بكافة أشكالها، والحياة لم تعد سهلة كما عشناها نحن أو كما عاشها آباؤنا أو أجدادنا السابقون، مستقبلهم لم يعد مضمون، ليس هناك شيء سهل، لن يقفوا كمن في أفواههم ملعقة من ذهب، كل شيء سهل ومتاح وفي الإمكان.

أن الضغوط الحياتية والقلق من المستقبل يعاني منه الجنسين ولكن بدرجات متفاوتة، وهذا ما حدا بالباحث إلى أن يبحث العلاقة بين الضغوط الحياتية وقلق المستقبل لدى الجنسين، وهذا ما يبينه الجدول التالي:

جدول (٢٥):معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لأبعاد كل من الضغوط الحياتية وقلق المستقبل لدى عينتي الدراسة

الضغوط الحياتية لدى عينتي الدراسة	الدرجة الكلية لمقياس أبعاد قلق المستقبل
الذكور	٠.٣٨٦
الإناث	٠.٥٩٧

- جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١).

لقد بينت الدراسات السابقة كما جاء بالدراسة الحالية أن أبعاد الضغوط النفسية أو مصادرها ترتبط إيجابا بقلق المستقبل وأبعاده كدراسة (سعود، ٢٠٠٦، وبخيت، ٢٠٠٧)، وهذا دلالة في حد ذاته إلى أن العلاقة المباشرة والقريبة بينهما، فحيث توجد الضغوط، يظهر قلق المستقبل، يؤكد بما لا يدع مجالا للشك من أن الضغوط الحياتية لها علاقة ارتباطية موجبة ودالة مع قلق المستقبل، وأن ما يؤثر على الذكور يؤثر على الإناث.

غير أن في النتيجة السابقة ما يلفت النظر، وهي ارتفاع معامل الارتباط بين الضغوط الحياتية وقلق المستقبل لدى الإناث عنه لدى الذكور، وهذا يعني بجلاء قطعي تأثر الإناث دون الذكور بالضغوط الحياتية، وارتباط ذلك بشكل إيجابي قوي ودال بالقلق من المستقبل المجهول.

وهذه النتيجة تدعم نتيجة الفرض الأول وتتسق تماما ما نتائجه من حيث إن الإناث هن الأكثر معاناة من الضغوط الحياتية، وهن الأكثر قلقا من المستقبل، وبالتالي هن الأكثر معاناة

نفسية، والأكثر ترقبا لما قد يحمله المستقبل، وهن في هذا غير الذكور حيث يتسمن بالتفكير السلبي في المستقبل وبالتالي الحياة القادمة، كما يتسمن بأن نظرتهن للحياة ليس فيها تفاؤل، ولا بشر، وهذا يجلهن دوما تحت ضغوط تؤثر عليهن بالقطع بالسلب لا بالإيجاب.

وارتباطا بما سبق يود الباحث أن يلفت الانتباه إلى ما أُشير به، من أن الفرد يصبح قلقا إذا كان عليه أن يتعلم بطريقة جديدة، فالقلق هو الهوة التي توجد بين الآن وغدا، فإذا كنت في الآن فلا يمكن أن تكون قلقا إلا إذا انشغلت بالتفكير في المستقبل، فكلما انشغلت عن ركيزة الحاضر المؤكد بأمنه، وانشغلت بالمستقبل بمجهولة وغموضه كلما عايشت القلق.

والسؤال الذي يرتبط بما سبق ويود الباحث أن يبحثه في دراسة لاحقة، وهو: إذا كان الأمر كما سبق، فهل ينطبق ذلك على إناث عينة الدراسة الحالية دون الذكور؟ وهل يرتبط بما سبق أن عينة الدراسة من طالبات الثانوي وما يرتبط بها من شعورهن بحالات من الهلع والقلق والخوف والشعور بالخطر على مستقبلهن؟

كذلك هل يمكن تفسير هذا القلق المستقبلي للإناث، بأن سمات من يتصفون بقلق المستقبل تتمثل في التركيز الشديد في أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي، والانسحاب من الأنشطة البناءة والانطواء وظهور علامات الشك والحزن وصلابة الرأي والتعنت والتشاؤم وعدم الثقة في الذات والآخرين. ويؤكد هذا الارتفاع الكبير لمتوسط درجاتهن مقارنة بالذكور على أربعة أبعاد من أبعاد قلق المستقبل كما سبق.

أسئلة عديدة تأمل أن تجد لها صدى في دراسات لاحقة.

عرض نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها

نص الفرض الثالث على ما يلي:

"من المتوقع أن يتباين التركيب العاملي لأبعاد الدراسة بتباين عينتي الذكور والإناث".

أسفر التحليل العاملي بعد التدوير لكل من عينتي الدراسة عن (٤) عوامل للذكور ومثلها للإناث، وفيما يلي عرض لعوامل كل عينة على حدة:

أولا: عوامل عينة الذكور*

العامل الأول: عامل (أبعاد الضغوط الحياتية)

جدول رقم(٢٦):تشبعات العامل الأول لدى عينة الذكور

البنود	التشبع
الدرجة الكلية للضغوط الحياتية	0,907
الضغوط الاقتصادية	0,843
الضغوط الاجتماعية	0,824
النظرة التشاؤمية للحياة	0,767
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	0,713
الضغوط الصحية	0,572
الضغوط الأسرية	0,565
الضغوط الدراسية	0,505

* اعتمد الباحث في حساب جوهرية العامل على محك (كايزر)، الذي تحسب جوهرية العامل وفق محكه (≤٠.٣٥)، وقد استبعد الباحث العوامل التي لم تتشبع جوهرياً على أكثر من عاملين.

استوعب هذا العامل (,7632) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن (5,90)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٨) أبعاد موجبة، وهي (الدرجة الكلية للضغوط الحياتية، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الاجتماعية، النظرة التشاؤمية للحياة، المظاهر الجسمية لقلق المستقبل، الضغوط الصحية، الضغوط الأسرية، الضغوط الدراسية)، وعليه يمكن تسمية هذا العامل باسم: عامل أبعاد الضغوط الحياتية.

العامل الثاني: عامل (الضغوط الانفعالية وأبعاد قلق المستقبل).

جدول رقم (٢٧): يوضح تشبعات العامل الثاني لدى عينة الذكور

البنود	التشبع
الضغوط الانفعالية	0,838
الدرجة الكلية لقلق المستقبل	0,477
الضغوط الاجتماعية	0,439
الضغوط الأسرية	0,361

استوعب هذا العامل (16,950) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن (3,051)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٤) أبعاد موجبة، وهي (الضغوط الانفعالية، الدرجة الكلية لقلق المستقبل، الضغوط الاجتماعية، الضغوط الأسرية)،وعليه يمكن تسمية هذا العامل باسم: عامل الضغوط الانفعالية وأبعاد قلق المستقبل.

العامل الثالث: عامل (أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة)

جدول (٢٨): تشبعات العامل الثالث لدى عينة الذكور

البنود	التشبع
الضغوط الأسرية	0,808
الدرجة الكلية للضغوط الحياتية	0,760
الضغوط الاقتصادية	0,506
النظرة التشاؤمية للحياة	0,491
الدرجة الكلية لقلق المستقبل	0,473
القلق من أحداث الحياة الضاغطة	0,449

استوعب هذا العامل (١٥.١٨٤) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن(٢.٧٣٣)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٦) أبعاد موجبة هي (الضغوط الأسرية –الدرجة الكلية للضغوط الحياتية، الضغوط الاقتصادية–النظرة التشاؤمية للحياة –الدرجة الكلية لقلق المستقبل –القلق من أحداث الحياة الضاغطة)، وعليه يمكن تسمية هذا العامل باسم: عامل أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة.

العامل الرابع: عامل (الضغوط الصحية والتفكير السلبي في المستقبل)

جدول (٢٩):تشبعات العامل الرابع لدى عينة الذكور

البنود	التشبع
الضغوط الصحية	0,838
التفكير السلبي في المستقبل	0,764
المظاهر النفسية لقلق المستقبل	0,488

استوعب هذا العامل (12,947)، من النسبة الكلية للتباين، كان جذره الكامن (2,331)، وقد تشبع علي هذا العامل (٣) أبعاد موجبة دالة وهي (الضغوط الصحية، التفكير السلبي في المستقبل، المظاهر النفسية لقلق المستقبل)،وعليه

يمكن تسمية هذا العامل باسم: عامل الضغوط الصحية والتفكير السلبي في المستقبل

ثانياً: عوامل عينة الإناث

أسفر التحليل العاملي بعد التدوير عن استخراج (٤) عوامل، يعرضها الباحث على النحو التالي:

العامل الأول: عامل (أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة)

جدول (٣٠):تشبعات العامل الأول لدى عينة الإناث

البنود	التشبع
الدرجة الكلية للضغوط الحياتية	0,939
النظرة التشاؤمية للحياة	0,728
الضغوط الانفعالية	0,724
المظاهر النفسية لقلق المستقبل	0,720
الضغوط الأسرية	0,480

استوعب هذا العامل (22,350) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن (4,023)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٥) أبعاد موجبة وهي (الدرجة الكلية للضغوط النفسية، النظرة التشاؤمية للحياة، الضغوط الانفعالية، المظاهر النفسية لقلق المستقبل، الضغوط الأسرية)، وعليه يمكن تسمية هذا العامل باسم: عامل أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة.

العامل الثاني: عامل (الضغوط الاقتصادية والاجتماعية / أبعاد قلق المستقبل)

جدول (٣١):تشبعات العامل الثاني لدى عينة الإناث

البنود	التشبع
الضغوط الاقتصادية	0,806
الضغوط الاجتماعية	0,798
التفكير السلبي في المستقبل	0,478
المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	0,409
الدرجة الكلية لقلق المستقبل	0,380-

استوعب هذا العامل "عامل قطبي" (17,335) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن (3,120)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٥) أبعاد، أربعة منها موجبة وهي (الضغوط الاقتصادية، الضغوط الاجتماعية، التفكير السلبي في المستقبل، المظاهر الجسمية لقلق المستقبل)، وواحد سالب هو الدرجة الكلية لقلق المستقبل، وبالتالي فهذا العامل عامل قطبي ويمكن تسميته باسم عامل: الضغوط الاقتصادية والاجتماعية / أبعاد قلق المستقبل.

العامل الثالث: عامل (أبعاد قلق المستقبل / أبعاد الضغوط الحياتية)

جدول (٣١):تشبعات العامل الثالث لدي عينة الإناث

البنود	التشبع
الضغوط الانفعالية	0,804
الدرجة الكلية لقلق المستقبل	0,599
الدرجة الكلية للضغوط الحياتية	0,511-
الضغوط الصحية	0,450-
القلق من أحداث الحياة الضاغطة	0,418-

استوعب هذا العامل (14,815) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن (2,667)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٥)، أبعاد اثنان منها موجبة وهما (الضغوط الانفعالية، والدرجة الكلية لقلق المستقبل)، وثلاث منها سالبة وهي (الدرجة الكلية للضغوط الحياتية، والضغوط الصحية، والقلق من أحداث الحياة الضاغطة)،وبالتالي فهذا عامل قطبي، ويمكن تسمية هذا العامل

باسم عامل أبعاد قلق المستقبل / أبعاد الضغوط الحياتية

العامل الرابع: عامل (القلق من أحداث الحياة الضاغطة والضغوط الأسرية والاقتصادية)

جدول رقم (٣٢):تشبعات العامل الرابع لدى عينة الإناث

المتغيرات	التشبع
القلق من أحداث الحياة الضاغطة	0,896
الضغوط الأسرية	0,855
الضغوط الاقتصادية	0,622

استوعب هذا العامل (14,432) من النسبة الكلية للتباين، وكان جذره الكامن (2,066)، وقد تشبع جوهريا على هذا العامل (٣) أبعاد موجبة هي (القلق من أحداث الحياة الضاغطة، الضغوط الأسرية، الضغوط الاقتصادية)، وعليه يمكن تسمية هذا العامل باسم عامل القلق من أحداث الحياة الضاغطة والضغوط الأسرية والاقتصادية.

بالنظر في الجداول السابقة الخاصة بعوامل عينة الذكور، وكذلك عوامل عينة الإناث، يمكن أن نجمل تلك العوامل كما يبينها الجدول التالي:

جدول (٣٣):جملة عوامل عينتي الذكور والإناث

م	عوامل عينة الذكور	عوامل عينة الإناث
١	أبعاد الضغوط الحياتية	أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة
٢	الضغوط الانفعالية وأبعاد قلق المستقبل	الضغوط الاقتصادية والاجتماعية / أبعاد قلق المستقبل
٣	أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة	أبعاد قلق المستقبل / أبعاد الضغوط الحياتية
٤	الضغوط الصحية والتفكير السلبي في المستقبل	القلق من أحداث الحياة الضاغطة والضغوط الأسرية والاقتصادية

تفسير نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها:

بالنظر في الجدول السابق يمكن مناقشة نتيجة الفرض على النحو التالي:

١. في ضوء العوامل المستخرجة لدى كل من الذكور والإناث.
٢. في ضوء الأبعاد التي تضمنتها عوامل كلا من الذكور والإناث، وفيما يلي مناقشة كل عنصر على حدة:

(أ): في ضوء العوامل المستخرجة لدى كلا من الذكور والإناث.

أولا: بالنسبة لعينة عوامل الذكور:

١. أسفر التحليل العاملي عن استخراج (٤) عوامل جوهرية موجبة
٢. لم يظهر في عوامل عينة الذكور أية عوامل قطبية.
٣. كشف التحليل العاملي لعوامل عينة الذكور عن عامل واحد نقي، هو العامل الأول " أبعاد الضغوط الحياتية" وباقي العوامل لم تكن نقية.
٤. العامل الثالث في عوامل عينة الذكور كان بنفس مسمى العامل الأول في عينة الإناث، وهو عامل أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة.
٥. جمعت عوامل عينة الذكور بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية (مرتان) وقلق المستقبل مرة واحدة.
٦. ظهر عامل أبعاد الضغوط الحياتية مرتان (في العامل الأول والثالث)، بينما ظهر عامل

أبعاد قلق المستقبل مرة واحدة في العامل الثاني.

٧. لم يجتمع عاملا أبعاد الضغوط الحياتية وأبعاد قلق المستقبل في عامل واحد.

ثانيا: بالنسبة لعينة عوامل الإناث

١. أسفر التحليل العاملي عن استخراج (٤) عوامل، نصفها موجب (الأول، والرابع)، والنصف الآخر قطبي (الثاني، والثالث).

٢. لم يكشف التحليل العاملي لعوامل عينة الإناث عن عوامل نقية

٣. العامل الأول في عوامل عينة الإناث كان بنفس مسمى العامل الثالث في عينة الذكور، وهو عامل أبعاد الضغوط الحياتية والنظرة التشاؤمية للحياة.

٤. اجتمع عاملا أبعاد الضغوط الحياتية وأبعاد قلق المستقبل في عامل واحد هو العامل الثالث.

٥. ظهر عامل أبعاد الضغوط الحياتية مرتان (في العامل الأول والثالث)، كما ظهر عامل أبعاد قلق المستقبل مرتان أيضاً (في العامل الثاني والثالث).

٦. جمعت عوامل عينة الإناث بين أبعاد كل من الضغوط الحياتية (مرتان) وقلق المستقبل (مرتان).

(ب): في ضوء الأبعاد التي تضمنتها عوامل كلا من الذكور والإناث، وفيما يلي مناقشة كل عنصر على حدة:

(أ): مقياس أبعاد الضغوط الحياتية

أولا: بالنسبة لعامل أبعاد الضغوط الحياتية "الدرجة الكلية"

١. ظهر هذا العامل كعامل نقي لدى عينة الذكور، بينما لم يظهر لدى عينة الإناث.

٢. ظهر في الشق الأول لدى عينة الذكور (العامل الثالث)، بينما ظهر في الشق الأول (العامل الأول)، وفي الشق الثاني (العامل الثالث) من عوامل عينة الإناث.

٣. ظهر في العامل القطبي الثالث لدى عينة الإناث (الشق الثاني).

٤. ظهر كعامل جوهري موجب لدى الذكور (الأول والثالث)، ولدى الإناث في العامل الأول.

ثانياً: بالنسبة للبعد الفرعي "الضغوط الدراسية"

لم يظهر كبعد فرعي من أبعاد الضغوط الحياتية لدى أي من الذكور أو الإناث.

ثالثا: بالنسبة للبعد الفرعي "الضغوط الأسرية"

لم يظهر كبعد فرعي من أبعاد الضغوط الحياتية لدى الذكور بينما ظهر لدى الإناث في العامل الرابع

رابعا: بالنسبة للبعد الفرعي "الضغوط الاقتصادية"

لم يظهر كبعد فرعي من أبعاد الضغوط الحياتية لدى الذكور، بينما ظهر في الشق الأول الموجب من العامل الثاني القطبي، وفي العامل الرابع وذلك لدى عينة الإناث.

خامساً: بالنسبة للبعد الفرعي "الضغوط الصحية"

ظهر كبعد فرعي من أبعاد الضغوط الحياتية لدى الذكور (الشق الأول من العامل الرابع)، بينما لم يظهر لدى الإناث.

سادساً: بالنسبة للبعد الفرعي "الضغوط الاجتماعية"

ظهر كبعد فرعي من أبعاد الضغوط الحياتية لدى الإناث (الشق الأول من العامل الثاني)، بينما لم يظهر لدى الذكور.

سابعاً: بالنسبة للبعد الفرعي "الضغوط الانفعالية"

ظهر كبعد فرعي من أبعاد الضغوط الحياتية لدى الذكور (الشق الأول من العامل الثاني)، بينما لم يظهر لدى الإناث.

مناقشة النتيجة السابقة الخاصة بجملة أبعاد الضغوط الحياتية

تبين النتائج السابقة أن جملة أبعاد الضغوط الحياتية ومظاهرها (الدراسية والأسرية والاقتصادية والصحية والاجتماعية والانفعالية)، قد جاءت في صف الإناث، وهذا يتسق مع ما جاء بالنتائج السابقة الخاصة بالفرضين السابقين، مما يعني أنهن يعانين أكثر ومقارنة بالذكور من عديد من الضغوط الحياتية، وهذا يعني أن نلتفت نحن كأولياء أمور أو كمعلمين ومعلمات لما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية.

أن علينا أن ننتبه أيضا هل النتيجة الحالية هي ناشئة عما نعيشه من أحداث ضاغطة عنيفة تعصف بالصالح والطالح، ولا تميز بين سوي وشاذ؟، أم هي ناتجة عن طبيعة تخص الإناث دون الذكور؟ ويجب علينا في هذا الصدد أن نشير إلى أن الذكور ليسوا بمنأى من ضغوط أحداث الحياة، فلا يعني هذا أنهم لا يتأثرون بها.

إنهم يعيشون الظروف نفسها، والأحداث ذاتها، ولا يعني أن جملة أبعاد الضغوط الحياتية ومظاهرها قد تخلت أو تنحت عنهم وأنهم بذلك في مأمن من أضرار الضغوط الحياتية، أو أنها ذهبت في الاتجاه الآخر، اتجاه الإناث، ليس ذلك، بدليل أنهم اشتركوا مع الإناث مرتين في عامل الدرجة الكلية لأبعاد الضغوط الحياتية، بل إن هذا العامل قد جاء كعامل نقي لديهم دون الإناث، وذلك في العامل الأول.

إن الضغوط الحياتية ومظاهرها، وما أكثرها، تؤثر على الكل بلا استثناء، فهل من منتبه؟

(ب): مقياس أبعاد قلق المستقبل

أولا: بالنسبة لعامل أبعاد قلق المستقبل "الدرجة الكلية"

١- لم يظهر كعامل نقي لدى عينة الذكور أو عينة الإناث.

٢- ظهر في الشق الثاني لدى عينة الذكور (العامل الثاني فقط)، بينما ظهر في الشق الثاني السالب (العامل الثاني)، وفي الشق الأول الموجب (العامل الثالث القطبي) من عوامل عينة الإناث.

٣- ظهر في العاملان القطبيان (الثاني والثالث) لدى عينة الإناث.

٤- ظهر كبعد جوهري موجب لدى الإناث (في الشق الثاني من العامل القطبي الثاني)، وفي الشق الأول من العامل القطبي الثالث.

ثانياً: بالنسبة للبعد الفرعي "التفكير السلبي في المستقبل"

ظهر كبعد فرعي من أبعاد قلق المستقبل لدى الذكور (الشق الثاني من العامل الرابع)، بينما لم يظهر لدى الإناث.

ثالثاً: بالنسبة للبعد الفرعي "النظرة التشاؤمية للحياة"

ظهر كبعد فرعي من أبعاد قلق المستقبل لدى الذكور في (الشق الثاني من العامل الثالث)، بينما ظهر لدى الإناث في (الشق الثاني من العامل الأول).

رابعاً: بالنسبة للبعد الفرعي "القلق من أحداث الحياة الضاغطة"

ظهر كبعد فرعي من أبعاد قلق المستقبل لدى الإناث في (الشق الأول من العامل الرابع)، بينما لم يظهر لدى الذكور.

خامساً: بالنسبة للبعد الفرعي "المظاهر النفسية لقلق المستقبل"

لم يظهر كبعد فرعي من أبعاد قلق المستقبل لدى أي من الذكور أو الإناث

سادساً: بالنسبة للبعد الفرعي "المظاهر الجسمية لقلق المستقبل"

لم يظهر كبعد فرعي من أبعاد قلق المستقبل لدى أي من الذكور أو الإناث.

مناقشة النتيجة السابقة الخاصة بجملة أبعاد قلق المستقبل

الحال ذاته تكرر في هذا الشق حيث تبين أن جملة أبعاد قلق المستقبل ومظاهره (التفكير السلبي في المستقبل والنظرة التشاؤمية للحياة وأحداث الحياة الضاغطة والمظاهر النفسية والجسمية لقلق المستقبل)، قد جاءت في صف الإناث، وهذا يتسق أيضا مع ما جاء بالنتائج السابقة الخاصة بالفرضين السابقين، مما يعني أنهن يعانين أكثر ومقارنة بالذكور من عديد من جملة أبعاد قلق المستقبل ومظاهره.

إن معاناتهن من أبعاد قلق المستقبل ومظاهره، أبرز لديهن – مقارنة بالذكور– من معاناتهن من أبعاد الضغوط الحياتية ومظاهرها، حيث ظهر لديهن مرتين (العاملان القطبيان الثاني والثالث)، في حين لم يظهر لدى الذكور سوى مرة واحدة، وهذا في مضمونه يعني أنهن يرقبن أحداث المستقبل في حذر، وهن قلقات دون الذكور من أحداث الحياة الحالية أيضاً والضاغطة في الوقت ذاته.

إن النتائج التي جاءت عليها الدراسة الحالية تحتاج أن نقف عليها وعندها وأن ننتبه لأجراس الإنذار التي تقول لنا: "انتبهوا لمراهقينا، خصوصا طلاب وطالبات الثانوي، هم يعانون ضغوط عديدة في جوانب عديدة منة جوانب حياتهم، ونظرتهم للمستقبل ليست تفاؤلية، فهل من منتبه؟ وهل من مستجيب"

ويبقى القول أن الفرض قد تحقق نسبيا من حيث الاتفاق في مسميات العوامل (الثالث لدى الذكور، والأول لدى الإناث)، ومن حيث التشارك في العوامل الأخرى، وكذلك من حيث الاختلاف التام في مسميات العوامل بين الجنسين، وهذا هو الأغلب والأعم من حيث مسميات العوامل.

ويعنى هذا أن هناك تباين نسبى في البنية العاملية النفسية لكلا من الذكور والإناث، وأن هذا التباين قد تم بتباين متغيرات الدراسة، وبتباين عينتي الدراسة.

وأخيراً، فهذه النتيجة قد حددت لنا قوام الظاهرة السلوكية التي اتجه إليها هذا الفرض بالتعرف إلى التركيب العاملي لدى عينتي الدراسة.

مراجع الدراسة

أولاً: المراجع العربية:

١- **أبو سليمان، بهجت عبد المجيد محمد (٢٠٠٢).** فاعلية برنامج في التدريب على الضبط الذاتي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن كلية التربية والفنون.

٢- **الأمارة، أسعد أشرف (١٩٩٥).** علاقة الضغوط والتعامل معها بالخصائص العصابية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، بغداد: الجامعة المستنصرية.

٣- **البرعاوي، أنور (٢٠٠١).** الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة: الجامعة الإسلامية.

٤- **الترتوري، محمد عوض والقضاة، محمد فرحان (٢٠٠٦).** النعم الجديد: دليل المعلم في الإدارة الصفية الفعالة، عمان: دار الحامد.

٥- **الثابت، أوهام نعمان ثابت (٢٠٠٩).** الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي والزواجي لدى المصابات بسرطان الثدي المبكر في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، الدنمرك: الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمرك.

٦- **الحواجري، عبد الله تيسير (٢٠٠٤).** العلاقة بين الضغوط النفسية والإصابة بالقرحة الهضمية، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن: كلية الدراسات العليا.

٧- **الرشيدي، هارون توفيق (١٩٩٩).** الضغوط النفسية: طبيعتها-نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

٨- **الضريبي، عبد الله (٢٠١٠).** أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات: دراسة ميدانية على عدد من العاملين بمصنع زجاج القدم بدمشق، دمشق: ٢٦(٤): ٦٦٩-٧١٩.

٩- **السرطاوي، زيدان أحمد والشخص، عبد العزيز السيد (١٩٩٨).** كراسة تعليمات بطارية قياس الضغوط النفسية وأساليب المواجهة، وحاجات أولياء أمور المعوقين، العين: دار الكتاب الجامعي.

١٠- **العجمي، نجلاء محمد (٢٠٠١).** بناء أداة لقياس قلق المستقبل، لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود.

١١- **المشيخي، غالب محمد (٢٠٠٩).** قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى: كلية التربية.

١٢-**حسانين، أحمد محمد (٢٠٠٠).** قلق وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة المنيا- كلية الآداب.

١٣- **داوود، نسيمة وحمدي، نزيه (١٩٩٧).** العلاقة بين مصادر الضغوط التي يعاني منها الطلبة ومفهوم الذات لديهم، الأردن: مجلة دراسات العلوم التربوية، ٢٤(٢)، ٢٥٣-٢٦٨.

١٤- **دخان، نبيل والحجار، بشير (٢٠٠٦).** الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية، فلسطين:مجلة الجامعة الإسلامية، (٢٤) ٢.

١٥- **درويش، مها محمد سعيد (١٩٩٣).** استراتيجيات التوافق للضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في عمان العاصمة، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن: كلية الدراسات العليا.

١٦- **دسوقي، راوية حسن (١٩٩٥).** فاعلية الذات وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة وبعض المتغيرات النفسية لدى المراهقات، جامعة الزقازيق: كلية التربية، ١(٢٤): ٢٦٩: ٢٩٣.

١٧- **دسوقي، راوية محمود حسن (١٩٩٦).** النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات، القاهرة: مجلة علم النفس، العدد (٣٩).

١٨- **زهران، حامد عبد السلام (١٩٩٧).** الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة: عالم الكتب.

١٩- **زيدان، سها عبد الله (٢٠٠٧).** هواجس المستقبل عند الشباب: دراسة ميدانية على طلاب كلية التربية- جامعة دمشق.

٢٠- **سعود، ناهد شريف (٢٠٠٥).** قلق وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة دمشق.

٢١- **شقير، زينب (٢٠٠٥).** مقياس قلق المستقبل، القاهرة: مكتبة النهضة العربية.

٢٢- **شقير، زينب (١٩٩٧).** الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى طالبات الجامعة، القاهرة: مجلة الإرشاد النفسي، ع (٦).

٢٣- **شند، سميرة محمد (٢٠٠٢).** دراسة لقلق المستقبل وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظوري الجنس والتخصص، جامعة طنطا: مجلة كلية التربية، ٨(٣): ١١٣-١٨١.

٢٤- **شند، سميرة محمد والأنور، محمد (٢٠٠٦).** قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة، جامعة طنطا: مجلة كلية التربية، ٢(٢): ٧٣٣-٨٢٧.

٢٥- **عبد الباقي، سلوى (١٩٩٣).** مسببات القلق: خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل، القاهرة: مجلة دراسات نفسية تربوية، ٨(٥٨): ١٠٢-١٤٦.

٢٦- **عبد الحليم، أشرف محمد (٢٠١٠).**قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة والضغوط النفسية لدى عينة من الشباب، جامعة عين شمس: المؤتمر الشتوي الخامس عشر، ٣٣٥-٣٦٨.

٢٧- **عبد الخالق، أحمد محمد (١٩٨٨).** الصدمة النفسية، الكويت: مطبوعات جامعة الكويت.

٢٨- **عبد المعطي، حسن مصطفى (٢٠٠٦).** ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة: دار زهران الشرق.

٢٩- **عربيات، أحمد عبد الحليم عبد المهدي (١٩٩٤).** مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين كما يدركها المراهقون والمعلمون والمرشدون، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن: كلية الدراسات العليا.

٣٠- **عربيات، أحمد وخرابشة، عمر (٢٠٠٧).** الضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة المتفوقون وإستراتيجية التعامل معها، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ٥ (٢)، ٤٨- ٦٨.

٣١- **عسكر، علي (٢٠٠٣).** ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الصحة النفسية والبدنية في عصر القلق والتوتر، ط (٣)، الكويت: دار الكتاب الحديث.

٣٢- **عشري، محمود محي الدين (٢٠٠٤).** قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية: دراسة عبر حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان، جامعة عين شمس: المؤتمر الشتوي الحادي عشر، م (١): ١٣٩-١٧٨.

٣٣- **عكاشة، أحمد (١٩٨٤).** الطب النفسي المعاصر، ط (٥)، القاهرة مكتبة الأنجلو المصرية.

٣٤- **علي، عبد السلام (١٩٩٧).** المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوجات، القاهرة: مجلة دراسات نفسية، ٧(٢).

٣٥- **علي، عبد السلام (٢٠٠٠).** المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين بالمدن الجامعية، القاهرة: مجلة علم النفس، ع (٥٣)، ٨٥-١٠٢.

٣٦- **فايد، حسين علي (٢٠٠١).** دراسات في الصحة النفسية، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

٣٧- **مسعود، سناء منير (٢٠٠٦).** بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا.

٣٨- **كرميان، صلاح حميد (٢٠٠٨).** سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية باستراليا، رسالة دكتوراه غير منشورة، الدنمرك: الأكاديمية العربية المفتوحة.

٣٩- **معالي، إبراهيم (٢٠٠٣).** أثر التحصين ضد التوتر والتدريب على حل المشكلات في خفض الضغوط النفسية، وتحسين مستوى التكيف لدى أمهات ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة دكتوراه غير منشورة، الأردن: جامعة عمان العربية.

٤٠- **معوض، محمد عبد التواب (١٩٩٦).** أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا–كلية التربية.

٤١- **مندوه، محمود (٢٠٠٦).** قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التفوق النفسي لدى طلاب الجامعة، القاهرة: الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ع (١٦): ٢١٩–٢٧١.

٤٢- **منشار، كريمة عويضة (١٩٩٩).** الضغط النفسي في علاقته بدافعيتي الإنجاز والتواد، جامعة عين شمس: مجلة الإرشاد النفسي، ٧(١٠).

٤٣- **يوسف، جمعة سيد (٢٠٠٠).** دراسات في علم النفس الإكلينيكي، القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

44- **Allessandr, L. (1996).** Introduction to psychopathology. London: Sage Publications.

45- **Atwater, E. (1990).** Psychology of adjustment: Personal growth in changing world. N.Y: Cliffs Prentice- Hall, 109-116.

46- **Bolanowski, W. (2005).** Anxiety about professional future among young doctors. International Journal of Occupation Medicine and Environmental Health, 18(4): 367-374.

47- **Charles, D. (1966).** Anxiety in behavior. Academic Press.

48- **Cohen, S. and Williamson, G. (1988).** Perceived stress in a probability sample of the United States. Spacapan, S. and Oscamp, S. (Eds.)., The Social Psychology of Health. Newbury Park, Ca: Sage, 1988.

49- **Feldman, R. S. (1989).** Adjustment: Appling psychology in a complex world. N.Y: Mc Graw hill.

50- **Madleod, A., et al., (1997).** Anxiety, depression and explanation based pessimism for future positive negative events. Journal of Clinical Psychology, 4(1): 15-24.

51- **Mechanic, D. (1983).** Stress and social adaptation. In: Hans Selye (Ed.), Selye's guide to stress research, Scientific and Academic Edition, N.Y: 125

52- **Moos, R. H. (1987).** Determinants of coping stress. Journal of Personal and Social Psychology, 52(2): 945-955.

53- **Rapport, H. (1991).** Measuring defensiveness against future anxiety. Current Psychology Research and Review, 10(1): 65-77.

54- **Ryan, N. (1989).** Stress coping strategies identified from school age children's perspective. Research in Nursing and Health, 12(2): 940-957.

55- **Sarafino, E. P. (1994).** Health Psychology, (2nd), N.Y: John Willey Sons, Inc.

56- **Schwebel, A. et al., (1990).**Personal adjustment and growth: A life span approach. N.Y: Milton-Brown Publishers

57- **Selye, H. (1980).** The stress concept today. San Francisco: Jossey- Bass.

58- **Speck, B. (1993).** Defining stress as ethical conflict. Bulletin of the Association for Business Communication, 56(1): 34-37.

59- **Weiten, W. (1983).** Psychology applied to modern life adjustment in the 80 (s), USA: Cole Publishing Company.

60- **Welles, A. (1997).** Cognitive therapy of anxiety disorder "A practice manual and conceptual guide". N.Y: John Willy.

61- **Zaleski, Z. (1996).** Future Anxiety: Concept measurement and preliminary research. Person Individual Differences, 21(2):156-174.

62- **Zimbardo, P.G. (2008).** The time paradox: The new psychology of time that will change your life. New York: Free Press.