



دراسة مقارنة في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين

أطروحة مقدمة كجزء من متطلبات الحصول على درجة الماجستير في
علم النفس الإرشادي

إعداد

فهد عوض عبدالرحمن الأسمرى

بكالوريوس الأحياء، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية، 1996م

إشراف

د. أحمد سعد جلال

أستاذ علم النفس المشارك

قسم علم النفس

جامعة البحرين

مملكة البحرين

يناير ٢٠١٤



جامعة البحرين
كلية الآداب
قسم علم النفس
برنامج ماجستير (علم النفس الإرشادي)

(لجنة المناقشة)

ناقش الطالب / فهد عوض عبد الرحمن رقم جامعي ٢٠٠٩٤٧٤٠ الأطروحة التي تقدم بها

للحصول على درجة الماجستير في: علم النفس الإرشادي.

والمعونة: "دراسة مقارنة في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة

الثانوية بمملكة البحرين"

وذلك يوم: الخميس الموافق ٢٠١٤/١/١٦

وقد تشكلت لجنة المناقشة من الأساتذة الآتية أسمائهم:

الاسم	التوقيع
د. أحمد سعد جلال	مشرفاً ورئيساً
د. بركات حمزة حسن	ممتحناً خارجياً
أ.د. جهان العمران	ممتحناً داخلياً



الإهداء

إلى والدي ووالدتي غفر الله لهما.
إلى من له الأيادي البيضاء، رجل الشهامة والكرم الشيخ عبدالعزيز الخريف.
إلى زوجتي الغالية التي بذلت من الجهد الكثير.
إلى كل العاملين في مجال التربية والموهبة .
إلى كل من ساهم في إنجاز هذا العمل.

شكر وعرفان

انطلاقاً من قوله تعالى " رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحاً ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين " (سورة النمل ، الآية 19) .

الحمد لله فاطر السموات والأرض، اللهم لك الحمد كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك، الحمد لله الذي يسر إنجاز هذا العمل، والصلاة والسلام على سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

يسرني أن أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى سعادة الأستاذ الدكتور/ أحمد سعد جلال، الذي شرفني متفضلاً بإشرافه على هذه الدراسة، والذي لم يخل في بذل الوقت والجهد، وإسداء النصح والإرشاد، والدقة في المواعيد، واحترام الوقت، والمتابعة المستمرة، والتحلي بالحلم والصبر، وقد كان لشخصيته بالغ الأثر في حياتي العملية والعلمية، وما قام به من جهد كبير في هذا العمل وخاصة في مجال التحليل الإحصائي، وما زال منهلاً سخياً للعلم، فله كل الشكر والتقدير.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لجامعة البحرين، وقسم علم النفس، وخاصة الأساتذة الأفاضل وما لمسناه من حسن التعامل وطيب الأخلاق، فقد استفدنا الكثير منهم سواء في العلم أو المشورة، ونأمل أن نكون عند حسن ظنهم، متمنياً لهم جميعاً دوام التوفيق والصحة والسعادة.

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	الإهداء.
ب	شكر وعرفان.
ج	فهرس المحتويات.
ز	ملخص الدراسة.
الفصل الأول: مشكلة البحث وأهميته	
٢	مقدمة.
٤	مشكلة البحث.
٦	أسئلة الدراسة.
٧	أهداف الدراسة.
٧	أهمية البحث.
٨	حدود الدراسة.
٩	مصطلحات الدراسة.
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
١٦	أولاً: الإطار النظري.
١٦	(١) الضغوط النفسية.
١٧	نظريات الضغوط.
١٩	كيف تتكون الضغوط؟
٢٠	المواقف التي تخلق الضغط النفسي.
٢١	أقسام الضغوط النفسية.
٢١	مستويات الضغوط.
٢٢	مصادر الضغوط.
٢٣	أسس تصنيف مصادر الضغوط.
٢٣	أشكال الصراع.
٢٤	تصنيف الضغوط.
٢٥	مصادر الضغوط النفسية في مرحلة المراهقة.
٢٩	أعراض ومظاهر الضغوط النفسية.

الصفحة	الموضوع
٣٢	بعض أساليب التعامل مع الضغوط النفسية.
٣٤	(٢) الموهبة.
٣٥	نظريات الموهبة.
٣٧	قياس وتشخيص الموهوبين (تحديد الموهوب).
٤١	نماذج تفسير الموهبة.
٤٤	تصنيف الموهبة.
٤٥	الموهوبون.
٤٦	تصنيف الموهوبين.
٤٦	أنماط الطلاب الموهوبين.
٤٨	تصنيف خصائص الموهوبين وأهميتها.
٤٨	خصائص الموهوبين.
٥٢	ثانياً: الدراسات السابقة.
٦٥	التعليق على الدراسات السابقة.
٦٩	فروض الدراسة.
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	
٧١	المنهج المستخدم.
٧١	مجتمع الدراسة والعينة.
٧٧	أدوات الدراسة.
٧٧	أولاً: دليل كشف الموهبة.
٧٧	أ- صدق المحتوى (المحكمين).
٧٨	ب- صدق البناء (التكوين).
٧٩	ثبات الدليل.
٧٩	ثانياً: مقياس الضغوط النفسية.
٨١	أ- صدق المحتوى (المحكمين).
٨١	ب- صدق البناء (التكوين).
٨١	ثبات المقياس.
٨٣	الأساليب الإحصائية المستخدمة.

الصفحة	الموضوع
	الفصل الرابع: النتائج ومناقشتها والتوصيات
٨٥	أولاً: نتائج سؤال الدراسة الأول.
٩٥	ثانياً: نتائج سؤال الدراسة الثاني.
٩٧	ثالثاً: نتائج سؤال الدراسة الثالث.
١٠٤	مناقشة وتفسير النتائج.
١٠٦	خلاصة النتائج.
١٠٦	التوصيات.
١٠٧	المقترحات.
	المراجع
١٠٨	المراجع العربية.
١١٦	المراجع الأجنبية.
	الملاحق
	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	توزيع الطلبة في العينة الاستطلاعية	٧٢
٢	توزيع أفراد العينة حسب الجنس والمستوى للعام الدراسي ٢٠١١/٢٠١٠	٧٣
٣	توزيع أعداد عينة الدراسة من الطلاب في المدارس الثانوية بمملكة البحرين	٧٤
٤	توزيع عينة الدراسة - توزيع الموهوبين	٧٥
٥	توزيع أفراد العينة على الموهبة والصف	٧٥
٦	توزيع أفراد العينة على الموهبة والصف والجنس	٧٦
٧	معاملات الارتباط بين أبعاد كشف الموهبة والدرجة الكلية	٧٨
٨	التجانس الداخلي لأبعاد كشف الموهبة بطريقة ألفا كرونباخ	٧٩
٩	معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس	٨١
١٠	قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الضغوط النفسية	٨٢
١١	قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الضغوط النفسية	٨٢
١٢	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الضغوط النفسية	٨٥
١٣	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد الانفعالي في مقياس الضغوط النفسية	٨٨
١٤	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد المدرسي في مقياس الضغوط النفسية	٩١
١٥	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد الأسري والاجتماعي في مقياس الضغوط	٩٣
١٦	نتيجة اختبار (ت) للمقارنة بين الموهوبين والعاديين في أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية لطلبة المرحلة الثانوية بمملكة البحرين (العينة الكلية).	٩٥

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١٧	نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين (الذكور) بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين	٩٧
١٨	نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الطالبات من الموهوبات والعاديات للمرحلة الثانوية بمملكة البحرين	٩٨
١٩	نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في الصف الأول الثانوي	١٠٠
٢٠	نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في الصف الثاني الثانوي	١٠١
٢١	نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في الصف الثالث الثانوي	١٠٢

قائمة الأشكال

م	العنوان	الصفحة
١	أبعاد عملية قياس وتشخيص الطفل الموهوب	٣٩
٢	نموذج الحلقات الثلاث الذي يعبر عن تعريف رينزولي للموهبة	٤٠
٣	نموذج تانينبوم للموهبة	٤١
٤	نموذج هيار لأبعاد الموهبة	٤٣

فهرس الملاحق

الموضوع
ملحق (١) دليل كشف الموهبة.
ملحق (٢) مقياس الضغوط النفسية.
ملحق (٣) قائمة بأسماء المحكمين.
ملحق (٤) خطاب من رئيسة قسم علم النفس بجامعة البحرين إلى وزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين لتسهيل مهمة باحث.
ملحق (٥) خطاب من إدارة البحث العلمي بوزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين.

(ملخص الدراسة)

استهدفت الدراسة التعرف على أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بمملكة البحرين، وكذلك التعرف على دلالة الفروق في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين، بالإضافة إلى التعرف على دلالة الفروق في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين إن وجدت باختلاف الجنس والصف الدراسي، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٥٠) طالباً وطالبة والذين يدرسون بالمدارس الحكومية الثانوية للبنين والبنات (نظام توحيد المسارات) التابعة لوزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس الضغوط النفسية، من إعداد الباحث، ودليل كشف الموهبة، وتوصلت هذه الدراسة إلى أهم النتائج التالية:

١- إن أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين قد تمثلت في البعد المدرسي والذي بلغت أهميته النسبية (٥٨,٩١%) لدى أفراد عينة الدراسة، ثم يليه البعد الانفعالي، والذي بلغت أهميته النسبية (٥٤,٠٣%)، وأخيراً البعد الأسري والاجتماعي، والذي بلغت أهميته النسبية (٤٨,١٦%) وهذا يشير إلى أن مستوى الضغوط النفسية في البعد المدرسي قد كانت بدرجة عالية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

٢- لا توجد فروق دالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين.

٣- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الموهوبين والعاديين تبعاً لاختلاف الجنس والصف الدراسي.

الفصل الأول

مشكلة البحث وأهميته

- مقدمة.
- مشكلة الدراسة.
- أسئلة الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- أهمية البحث.
- حدود الدراسة.
- مصطلحات البحث.

الفصل الأول

مشكلة البحث وأهميته

مقدمة:

تركز المجتمعات الديمقراطية في وقتنا الحاضر على الاستفادة من أفرادها وطاقاتهم المختلفة بصفاتهم ثروة بشرية لا تقل أهمية عن الثروة الطبيعية، وترى بعض المجتمعات أن الطاقة البشرية هي وسيلة التنمية وأداتها الأولى. والطلبة الموهوبون (Gifted Student) يمثلون ثروة وطنية لأي مجتمع من المجتمعات، وهم يحتاجون إلى تنمية قدراتهم ومجالات تميزهم ورعايتهم، ولديهم العديد من الحاجات النمائية والإرشادية الخاصة والتميزة عما يقدم للطلبة العاديين، وذلك على عكس الاعتقاد السائد أن هؤلاء لا يحتاجون إلى اهتمام خاص لأنهم قادرون ومتميزون ويستطيعون تدبير أمورهم وحل مشكلاتهم بأنفسهم (Mendaglio,2005).

إن مستوى الشعور بالضغط وانعكاساتها يتفاوت من شخص لآخر، فالبعض كثيراً ما يعاني من أعراض عدم التركيز والآم الظهر وقلة النوم وشعور عام بفقدان الأمل، مما يؤثر سلباً على إنتاجية وصحة ورفاهية (معروف، ٢٠٠١).

ونتيجة التطور التقني الذي فرض نفسه على حياة الأفراد سواء في المنزل أو المدرسة أو أي مكان آخر، أحدث تغيرات نمطية في أحوالهم الاقتصادية والنفسية والاجتماعية، حيث أصبحت الحياة في تغير مستمر، يتطلب علينا مواكبة هذا التغير والانسجام معه، والتأقلم مع عصرنا الحاضر، حتى لا نقع فريسة للضغوط النفسية وخاصة في ظل تعدد مصادرها، والتي أصبحت تهدد حياة الأفراد، وأضحت منتشرة بين أفراد المجتمع لاسيما المراهقين منهم، والذين هم في مرحلة حرجة، تكثر فيها مطالب المراهق واعتراضه على غيره وعدم الاقتناع بواقعه الذي يعيشه في عصر العولمة.

ويشير بترسون (Peterson,2000) إلى أنه من المحتمل أن يخبر الطلبة الموهوبون مستويات عليا من الضغط النفسي المرتبط بتوقعاتهم عن أنفسهم وتوقعات الآخرين عنهم، إضافة

إلى الضغوطات المرتبطة بالعبء الدراسي الثقيل والاشتراك في النشاطات والقرارات المتعلقة بالأمور المهنية المستقبلية.

إن تنوع الملكات البشرية واقع ملموس، وتفاوت المواهب أمر واضح، فإذا صقلت المواهب ونمت كان ذلك سبباً إلى التفوق البشري، وإهمال تلك المواهب يعد تقصيراً في حق الموهوبين، وإنكاراً لعقول واعية، إما بقصد أو غير قصد، يترتب عليه فقدان الثروات البشرية، فالموهوب متميز في أفكاره ومعارفه، يناقش ليصل إلى الحقيقة والمعرفة، ويقبل التحدي ليصل إلى أرقى معايير الذاتية، ويسمو بنفسه عن غيره. وقلة من الموهوبين من يجد البيئة الصافية والتي تناسبه، فكثير من المعتقدات الخاطئة والتيارات التربوية غير الملائمة تعيق التفكير وتكبح القدرات الكامنة لدى هذه الفئة حتى وإن كانت عفوية في بعض الأوقات.

وتعتبر المراهقة فترة مليئة بالتغيرات والتحديات والضغوط التي يمر بها الفرد في انتقاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد (Lohman & Jarvis, 2000)، إذ يتعرض المراهق فيها إلى الضغوط الحياتية المختلفة – أسرية سواء كانت أم دراسية أم اجتماعية، إضافة إلى تعرضه إلى التغيرات البيولوجية التي تنقله تدريجياً إلى عالم الراشدين، لذلك عليه أن يجد أسلوباً كي يتدبر هذه الضغوطات ويستمر في حياته.

وللمراهقين مكانة خاصة في برامج التنمية البشرية للدول، ويتصدر النظام التعليمي قائمة المؤسسات التي يوكل إليها مهمة القيام بتنفيذ ما يخص تربيتهم وإعدادهم للمستقبل، وتخفيف الضغوط النفسية التي يعانون منها، ويحظى اهتمام النظام التعليمي في جميع الدول بتربية ورعاية الطلبة في المرحلة الثانوية وخاصة الموهوبين متسقاً ومتجاوياً مع هذه المسؤولية ومع التعامل الجاد مع المستقبل، وإن من مهام النظام التربوي القيام بهذه المهمة على ما كشفت عنه الدراسات العلمية الحديثة مؤخراً في مجال العلوم التربوية والنفسية والإنسانية من نتائج تؤكد على ضرورة الاهتمام بتقليل ما لدى المراهقين عامة، والموهوبين منهم خاصة من ضغوط نفسية وصعوبات تؤثر على حياتهم الحالية والمستقبلية.

وقد أثبتت البحوث والدراسات العلمية أن هناك ما نسبته بين 2-5 % من الناس يمثلون المتفوقين والموهوبين، حيث يبرز من بينهم صفوة العلماء والمفكرين والمصلحين والقادة

والمبتكرين والمخترعين، والذين اعتمدت الإنسانية منذ أقدم عصورها في تقدمها الحضاري على ما تنتجه أفكارهم وعقولهم من اختراعات وإبداعات وإصلاحات (القاطعي وآخرون، ٢٠٠٠).

تجمع الشعوب في مختلف البلدان على أن الموهوبين هم ثروات وطنية عظيمة علينا استغلالها واستثمارها لصالح رقي المجتمعات وازدهارها، غير أن الشعوب تختلف في مدى اهتمامها باكتشاف ورعاية الموهوبين، ويأتي هذا الاختلاف واضحاً بين الدول العربية والدول المتقدمة من جهة، وفيما بينها من جهة أخرى. وتعد مملكة البحرين من الدول التي تقدم خدمات للموهوبين سعياً إلى ربط الموهبة بالتنمية المستدامة، من خلال إنشاء مركز لرعاية الموهوبين، وحيث أن الدول المتقدمة تدرك أن الموهوبين ثروة يجب المحافظة عليها، فبذلت الجهود للكشف عن الموهوبين، وإعداد البرامج المناسبة لتنمية قدراتهم، ودراسة ظروفهم وطرق التنشئة السليمة الخالية من الضغوط ومنغصات الحياة بقدر ما تستطيع، واهتمت بالصحة النفسية والرعاية التربوية والاجتماعية، ونحن في عالمنا العربي أحوج ما نكون للاهتمام بالشباب في هذه المرحلة وفهم طبيعتهم وتلبية حاجاتهم وتأهيلهم لمواجهة ظروف الحياة وأحداثها الضاغطة.

مشكلة البحث:

تعد الضغوط النفسية إحدى العوامل المهمة التي تسهم بشكل كبير في إعاقة تنمية المواهب لدى الطلبة، فإذا أغفلت فإنها ستسهم في الشعور بالإحباط والإجهاد، وخاصة في مرحلة المراهقة والتي تعتبر في ذاتها عامل ضغط على المراهقين، ولكن في حال توفرت البيئة المناسبة، واتخاذ الإجراءات المنظمة والفعالة للبيئة التعليمية، وتقديم الأفكار الجديدة للمهتمين بالطلبة في هذه المرحلة، فإن ذلك سيبلاً لمعرفة الضغوط النفسية والشعور بها ومعرفة مصادرها.

لقد حظي موضوع الضغوط النفسية باهتمام شديد من جانب العلماء لما له من تأثير على حياة الأفراد، ومع التقدم التكنولوجي والحضاري والتغير الاجتماعي اتسعت دائرة مصادر الضغوط النفسية لتشمل العديد من جوانب حياة الأفراد، فهناك من الضغوط ما هو نفسي كالقلق والإحباط والصراعات اللاشعورية، ومنها ما هو فسيولوجي كالإصابة بالأمراض العضوية، ومنها ما هو اجتماعي كالخلافات الأسرية وتوتر العلاقات بين الأفراد. وهناك مصادر اقتصادية كال فقر والبطالة ونقص الدخل الفردي، بالإضافة إلى الضغوط الطبيعية كالزلازل والبراكين والضغط

الاجتماعية والثقافية والعاطفية والمنغصات اليومية. وللضغوط النفسية مصادر يشترك فيها الموهوبون والعاديون، منها ما هو في البيئة الخارجية للفرد كالأحداث، والمواقف السلبية التي يتعرض لها، والتي يمكن أن تتخذ صوراً اجتماعية واقتصادية، وفيزيائية؛ ومنها ما هو في البيئة الداخلية للفرد كالأفكار، والتصورات الشخصية (مكاوي، ٢٠٠١).

لقد اهتمت المنظمات الحديثة في الدول المتقدمة بالضغوط النفسية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية وقامت بإعداد البرامج، وتسخير الطاقات البشرية لتجاوز هذه المرحلة وتكوين الشخصية المستقرة لدى الطالب والقادرة على التعامل مع ظروف الحياة، غير أن ما يحدث في عالمنا العربي متأخر نوعاً ما ويحتاج شحذ الجهود لتحقيق أهداف التعليم بفاعلية، ومنها سلامة الصحة النفسية للطلاب وتهيئة المناخ المناسب والخالي من الضغوط، لتكوين أفراد لديهم اتجاه إيجابي يساعدهم على تحمل الضغوط النفسية لديهم.

وقد حظي موضوع الضغوط باهتمام متزايد من الباحثين خلال العقود الماضية، ويرجع هذا إلى ما ينجم عن الضغوط النفسية من آثار نفسية وجسدية واجتماعية واقتصادية. إن الطالب هو محور العملية التعليمية وكثيراً ما يواجه الضغوط النفسية سواء من المدرسة أو المنزل أو من الأصدقاء، فإذا لم يتم تقليل الضغوط فإنها تتطور وتصبح أزمة نفسية تعيق نمو وتفكير الطالب.

إن مصادر الضغوط النفسية متعددة وخاصة في مرحلة المراهقة لكلا الجنسين قد تصل للإنهاك النفسي والشعور بالضيق والحدة والانفعالات المتكررة بدون سبب، وبالتالي فإن مواقف الضغط النفسي تؤثر سلباً على الصحة النفسية. ولعل من الضغوط التي تواجه طلبة المرحلة الثانوية ترتبط بالمناهج والمقرارات الدراسية والتي تشكل ضغطاً من حيث عدم مراعاتها لخصائصهم المعرفية والتنوع في أساليب التفكير، وعدم وجود روح التحدي تشعر الموهوب بالملل والضيق. ولابد أن نعلم أن عينة الطلبة في هذه الدراسة غير متجانسة فلدينا الطلبة الموهوبين والعاديين ولكل فئة خصائص وسمات ناهيك عن اختلاف الجنس في العينة.

إن الموهوبين في كثير من المجتمعات ثروة مهملة وغير مستثمرة وذلك لعدم التعرف عليهم والكشف عنهم في كثير من الأحيان، وذلك بسبب إهمال المحيطين بهم، وبالتالي قد

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

- ١- التعرف على أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بمملكة البحرين.
- ٢- التعرف على دلالة الفروق في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين للعيينة الكلية ولكل جنس على حدة.
- ٣- التعرف على دلالة الفروق في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين إن وجدت باختلاف الجنس والصف الدراسي.

أهمية البحث:

يمكننا تحديد أهمية هذه الدراسة على النحو التالي:

أ- من الناحية النظرية:

تتعلق أهمية هذا الموضوع من الاعتقاد السائد حول الموهوبين بأنهم فئة مبدعة، فهي بالتالي ليست في حاجة إلى تشجيع أو برامج إرشادية تساعد على إشباع احتياجاتها النفسية والاجتماعية، وهذا الاعتقاد يعنى الإغفال والإهمال لما يُشعر به هذه الفئة من ملل والروتين في الحياة، وأنه ليس هناك ما يستثير اهتمامها ويتحدى قدراتها وإمكاناتها العالية بما يشبع حاجاتها، وبالتالي تواجه الكثير من المشكلات التي قد تعيق إبداعاتها وتفوقها، وتكمن المشكلة في عدم إشباع الحاجة في أي مجال من مجالات الحياة، ومن هنا كانت الحاجة إلى التعرف على الضغوط النفسية التي يعاني منها الموهوب في مرحلة المراهقة، والتي يمكن من خلالها صقل ودعم الموهوبين ومساعدتهم على اكتشاف مصادر الضغوط، لكي يصبحوا قادرين على أداء دورهم في الحياة بصورة فاعلة.

إن عملية الإرشاد ضرورية في مرحلة الكشف عن الموهوبين، وفي معرفة الضغوط التي يعاني منها الطلبة في المرحلة الثانوية، وحسب إطلاع الباحث فإنه لا يوجد دراسة مقارنة في الضغوط النفسية بين الموهوبين والعاديين، وأغلب الدراسات كانت حول برامج للتقليل من الضغوط النفسية، وتتجلى أهمية الموضوع في تناوله فئة المراهقين من الطلبة في المرحلة

الثانوية، وخاصة الموهوبين منهم، والذين تزداد عليهم الضغوط في هذه المرحلة. ومن خلال الدراسة الحالية، فإنه يمكن تحديد هذه الضغوط وتحديد مصادرها وأسبابها ومقارنة هذه الضغوط لدى عينة الدراسة. وتتمخض أهمية الدراسة في الكشف عن الموهوبين بأسلوب علمي دقيق، والتوصل إلى معلومات إحصائية أكثر دقة. وتشخيص الضغوط النفسية في مرحلة المراهقة مما يخدم العملية التربوية بجميع جوانبها المتعددة، وينير الطريق أمام الآباء لمعرفة دورهم في رعاية أبنائهم، ويعقد الأمل على ما تقدمه الدراسة من إضافة إثرائية إلى المكتبة البحرينية بوجه خاص والمكتبة العربية بوجه عام.

ب- من الناحية التطبيقية:

- ١- تفعيل وتقوية دور التعاون بين الإدارة العامة لرعاية الموهوبين في وزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين من أجل الاهتمام بالبرامج والمناهج والظروف النفسية والاجتماعية للموهوبين.
- ٢- توفير مادة علمية للمختصين في مركز رعاية الموهوبين بمملكة البحرين يمكن من خلالها تطوير البحث، وعقد الدورات والندوات لرعاية الموهوبين في المرحلة الثانوية.
- ٣- يمكن أن تساعد نتائج الدراسة المربين والمرشدين سواء في المدارس العادية أو في مركز رعاية الموهوبين بالبحرين، على فهم الضغوط النفسية لدى الطلبة العاديين والموهوبين، وكيفية التعامل معهم بشكل سليم، ثم وضع البرامج الوقائية للضغوط النفسية.

حدود الدراسة:

الحدود الجغرافية: اقتصرَت الدراسة الحالية على مدارس المرحلة الثانوية التابعة لوزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين.

الحدود البشرية: اقتصرَت الدراسة الحالية على طلبة المرحلة الثانوية بمملكة البحرين.

الحدود الموضوعية: اقتصرَت الدراسة الحالية على موضوع مقارنة الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين.

الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الأول (٢٠١٢ - ٢٠١٣).

مصطلحات الدراسة:

١- الضغوط النفسية Psychological Stress:

هي حالة داخلية للكائن الحي ويعبر عنه بالمصطلح (Stress)، ويشار إليه أحياناً أنه من حوادث خارجية (Stressors)، أو نتيجة الخبرة التي اكتسبت من التعامل بين الفرد والبيئة (Aldwin , 2000).

وتعرفه الجمعية الأمريكية للطب النفسي بأنه: أي حرمان يثقل كاهل الفرد نتيجة لمروره بخبرة غير مريحة، كالمرض المزمن وفقدان المهنة والصراع الزوجي (علي، ٢٠٠٠: ١٠).

يعرف الضغط في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي بأنه: الضغوط عبارة عن عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكلية أو على جزء منه، وبدرجة توجد لديه إحساساً بالتوتر أو تشويهاً في تكامل شخصيته، وحينما تزداد شدة هذه الضغوط فإن ذلك يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه عما هو عليه إلى نمط جديد (في: غانم، ٢٠٠٧: ٢٨٧).

وتعني الضغوط: تلك الظروف المرتبطة بالضبط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تستلزم نوعاً من إعادة توافق عند الفرد وما ينتج من ذلك من آثار جسدية ونفسية، وقد تنتج الضغوط كذلك من الصراع والإحباط والحرمان والقلق (عثمان، ٢٠٠١: ٩٦).

والضغوط مفهوم يشير إلى درجة استجابة الفرد للأحداث، أو المتغيرات البيئية في حياته اليومية، وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الآثار الفسيولوجية، مع أن تلك التأثيرات تختلف من شخص إلى آخر تبعاً لتكوين شخصيته وخصائصه النفسية التي تميزه عن الآخرين، تبعاً للفروق الفردية بين الأفراد (كامل، ٢٠٠٤: ٧٦).

وقد نال الإدراك المعرفي للموقف الضاغط حظوظاً وافرة من اهتمام لازاروس وزملائه Lazarus, et al حيث أكد دور الإدراك Perception والتقييم المعرفي Cognitive Appraisal في الاستجابة للضغوط، ويعني أن الفرد لا يستشعر الضغط إلا إذا أدرك الموقف على أنه يمثل تهديداً له.

ويرى لازاروس Lazarus أن الضغط ينشأ عندما يشعر الفرد بالنقص وعدم القدرة على الوفاء بالمتطلبات البيئية ، أي أن متطلبات البيئة تفوق إمكانياته (Lazarus,1966:165).

والضغط هو ذلك العبء الثقيل الذي يشعر به الشخص نتيجة المرور بمواقف الإجهاد أو الشدة قد تحدث نتيجة للعوامل الفيزيائية، والنفسية أو كلاهما (سعد ووليد، ٢٠٠٨: ٨٧).

وعرفت الموسوعة البريطانية الحديثة New Encyclopedia Britanica: بأنها أي تؤثر أو إجهاد أو عائق يسبب اضطرابات في وظائف الكائن الحي، كالتعرض للإحباط والحرمان والصراع، ومما يتطلب استخدام أساليب الدفاع النفسي.

التعريف الإجرائي للضغط النفسية:

الضغط النفسية هي مجموع الدرجات الكلية التي يحصل عليها الطالب في مقياس الضغط النفسية المستخدم في الدراسة الحالية، والذي يقيس الأبعاد التالية:

١- البعد الانفعالي:

ويقصد به كل ما يشعر به الطالب تجاه المواقف الانفعالية في حياته اليومية.

٢- البعد المدرسي:

ويقصد به كل ما يحيط بالطالب من عوامل وإمكانيات مادية مختلفة، منها الفصول الدراسية والمرافق المختلفة، والتدريبات والأنشطة التي يكلف بها الطالب، وعلاقتهم بأفراد المجتمع المدرسي.

٣- البعد الأسري والاجتماعي:

ويقصد به علاقة الطلبة بأفراد أسرهم، أي تفاعل الطلبة مع والديهم وإخوتهم والعلاقة التي تربط بين الطالب ومجتمعه.

٢- الموهبة Talent:

يعرف عادل عبد الله (٢٠٠٥) الموهبة بأنها تمايز نوعي في قدرة معينة من القدرات في واحدة أو أكثر، أو جانب معين من جوانب التميز واحداً أو أكثر، تظهر على هيئة عطاء جديد، وفكر فريد وإنتاج أصيل مميزاً، ومتميزاً، ونادراً وذا قيمة.

ويعرف "رينزولي" Renzulli الموهبة بأنها التفاعل بين قدرات إنسانية ثلاثة، إذ يمكن للموهوب أن يتميز بواحدة منها أو أكثر مع توافر الحد من بقية القدرات. وهذه القدرات هي:

- قدرات فوق المتوسط: عامة أو خاصة.
- قدرات عالية من الالتزام بالمهمة (الدافعية والمثابرة).
- قدرات عالية من الإبداع (Renzulli, J.1986: 57).

وتوصل المؤتمر الرابع عشر للمجلس العالمي للأطفال الموهوبين والمتفوقين المنعقد في برشلونة عام (٢٠٠٢) لتعريف شامل وهو أن الموهبة العقلية سمة إنسانية تتشكل في القدرة العامة (الذكاء)، والقدرة على التفكير الإبداعي والتحصيل الأكاديمي رفيع المستوى إلى جانب الخصائص السلوكية (صبحي، ٢٠٠٢: ٢٤٧).

ويعرف "هيلر" Heller الموهبة على أنها الاستعداد يعني استعداد أو ميل الفرد إلى مطالب خاصة للتعلم أو التحصيل (Heller,1991:174).

والموهبة عبارة عن عملية نمائية يظهر فيها التميز في مجال أو أكثر من مجالات النشاط الإنساني عند توافر الظروف المساعدة مثل: الدافعية، والتركيز، والإصرار، والإثارة البيئية (Wieczerkowski & Prado,1991:58).

والموهبة: تعبر عن استعداد فطري مولود به الشخص ويتم تدعيمه عن طريق توفير البيئة المناسبة لإظهار هذه الموهبة، والموهبة لها مجالاتها (الفنية، الموسيقية، اللغوية) (بدير، ٢٠١٠: ٧).

وعرف نجيب موسى (٢٠١٠) الموهوب بأنه ذلك الفرد الذي يظهر أداءً متميزاً مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي إليها في واحد أو أكثر من الأبعاد التالية:

١- القدرة العقلية العالية التي تزيد فيها نسبة الذكاء على انحرافيين معياريين موجبين عن المتوسط.

٢- القدرة الإبداعية العالية في أي مجال من مجالات الحياة.

٣- القدرة على التحصيل الأكاديمي المرتفع التي تزيد عن المتوسط بثلاث انحرافات معيارية.

٤- القدرة على القيام بمهارات متميزة أو مواهب متميزة، مثل: المهارات الفنية، أو الرياضية، أو اللغوية.

٥- القدرة على المثابرة والالتزام والدافعية العالية، والمرونة، والأصالة في التفكير، كسمات شخصية عقلية تميز الموهوب عن غيره من العاديين.

٣- الموهوبون Talented:

عرف خليل معوض (٢٠٠٢) الموهوبين بأنهم الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية في اختبارات الذكاء أو اختبارات قدرات التفكير الابتكاري، أو يتفوقون في قدرات خاصة مثل، القدرات الرياضية، أو الموسيقية، أو اللغوية أو الفنية، أو أي قدرة أو أكثر من هذه القدرات.

كما تتعدد المصطلحات التي تعبر عن مفهوم الطفل الموهوب، مثل: مصطلح الطفل الخارق Superior Child، والطفل العبقري Genius Child، والطفل المتفوق Talented Child، ويعتبر مصطلح الطفل الموهوب Gifted Child هو أكثر المصطلحات شيوعاً (الروسان، ١٩٩٩: ٣٧).

ويعرف الموهوبون بأنهم "الذين يمتلكون قدرات كامنة أو ظاهرة تعطي دليلاً على الأداء العالي في المجالات العقلية، والإبداعية، والقدرة الأكاديمية الخاصة، والقدرة على القيادة، والقدرة الفنية، وهم بسبب ذلك يحتاجون إلى زيادة في الأنشطة التي تقدمها المدرسة (Earle, 1998: 9-10).

ومن تعاريف الموهوب أنه "مَن لديه قدرات خاصة في مجال أو أكثر سواء أكانت هذه القدرات ظاهرة أم كامنة، وهذه القدرات هي: القدرة العقلية والأكاديمية والابتكارية، والقيادية، والفنون الأدائية (في: محمد، ٢٠٠٢: ٤).

وفي الموسوعات تشير كلمة موهوب إلى أنها "خاصية تصف الفرد الذي يكون لديه قدرة غير عادية، وحتى الآن لم يستقر على معدل نكاء معين يصف هذا الفرد، إلا أنه غالباً ما يكون من ١٢٠ درجة فما فوق، وعادة ما يقترن هذا المستوى العقلي بالابتكار أو يستخدم كمعيار له، مع وجود بعض الخصائص الأخرى لدى الفرد" (الأشول، ١٩٧٨: ٥٢).

تعريف مارلند (١٩٧٢):

الطفل الموهوب هو ذلك الفرد الذي يظهر أداءً متميزاً في بعد أو أكثر من الأبعاد التالية:

- القدرة العقلية العامة.
- الاستعداد الأكاديمي الخاص.
- التفكير الابتكاري.
- القدرة القيادية.
- المهارات الفنية.
- المهارات الحركية (في: الدايري، ٢٠٠٥).

التعريف الفيدرالي الأمريكي (المطور) (١٩٧٨):

في عام ١٩٧٨ راجعت لجنة من الكونغرس الأمريكي تعريف الموهوبين وتوصلت إلى التعريف الآتي: "إن الموهوبين هم أطفال جرى تحديدهم في فترة ما قبل المدرسة الابتدائية أو الثانوية على أنهم يمتلكون قدرتهم على الأداء الراقى وامتلاكهم قدرات فكرية أو إبداعية أو أكاديمية محددة ويتمتعون بفن القيادة، ويستطيعون ممارسة الفنون البصرية والعملية، والذين لهذه الأسباب مجتمعة يحتاجون إلى خدمات ونشاطات لا تجري في المدرسة العادية النظامية، بغرض تطوير تلك القدرات بشكل كامل" (قطناني والمعادات، ٢٠٠٨: ٥٢).

وعرف رينزولي: الطفل الموهوب هو ذلك الفرد الذي يملك قدرة عقلية عالية على الإبداع، والقدرة على الالتزام بأداء المهمات المطلوبة منه (الداهري، ٢٠٠٥).

إن الموهوبين هم أولئك الذين يقدمون دليلاً على قدراتهم على الأداء المرتفع في المجالات العقلية والأكاديمية الخاصة والإبداعية والفنية والقيادية، ويحتاجون إلى خدمات وأنشطة مدرسية غير معتادة لتطوير هذه القدرات والاستعدادات بشكل كامل (القريطي، ٢٠٠٥).

التعريف الإجرائي للموهبة:

الموهبة هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد في اختبار كشف الموهبة المستخدم في هذه الدراسة، والذي يقيس الأبعاد التالية:

- أ- القائمة الأولى: وتسمى "قائمة الأسرة" بغرض مساعدة الطالب/الطالبة على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم بحسب ما يراه ولي الأمر.
- ب- القائمة الثانية: وتسمى "قائمة المدرسة" بغرض مساعدة الطالب/الطالبة على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم الخاصة من وجهة نظر المعلم/المعلمة.
- ج- القائمة الثالثة: وتسمى "قائمة الطالب" بغرض مساعدة الطالب/الطالبة على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم الخاصة والتي يرى أنه يمتلكها.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري:

(١) الضغوط النفسية.

(٢) الموهبة.

(٣) الموهوبون.

ثانياً: الدراسات سابقة.

ثالثاً: فروض الدراسة.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

نستعرض في هذا الفصل الإطار النظري الخاص بالدراسة الحالية، حيث يتم التركيز على موضوعي الضغوط النفسية، والمرهبة. ونختتم الفصل بعرض للدراسات السابقة المرتبطة بالموضوع.

أولاً: الإطار النظري:

(١) الضغوط النفسية:

يرى هاني الأهواني (٢٠٠٥) أن الضغوط النفسية تمثل تهديداً للشخصية قد ينتج عنها الابتعاد عن تأدية المهام الصعبة والشعور بمقدرة ضعيفة لتحقيق الأهداف والنجاح، مما يؤدي إلى نقص الثقة بالنفس والكفاءة الأكاديمية، فقد تظهر الضغوط في شكل استثارة انفعالية كالقلق والاكتئاب وغيرها من اضطرابات انفعالية لها تأثير على أنماط الوظائف العقلية المعرفية والحسية والعصبية، تؤدي إلى خفض وضعف الأداء، فوجود مجموعة من الضغوط النفسية في المجال الدراسي قد يكون لها تأثيرها السلبي في حفز الطالب على الإنجاز والفاعلية، وبالتالي على تطور المجتمع.

نظريات الضغوط:

اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغط طبقاً لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فسيولوجية أو نفسية أو اجتماعية. كما اختلفت هذه النظريات فيما بينها بناء على ذلك من حيث مسلمات كل منها. ومن هذه النظريات:

أولاً: نظرية "هانز سيلي" Hans Selye (١٩٨٠):

تتطلب هذه النظرية من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط Stressor يميز الشخص ويضعه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة.

ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

١- الفرع Alarm Reaction: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة

التعرض المبدئي للضاغط Stressor، ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم.

٢- المقاومة Resistance: وتحدث عندما يكون التعرض للضاغط متوازماً مع التكيف

فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهرت تغيرات أخرى تدل على التكيف.

٣- الإجهاد Exhaustion: مرحلة تعقب المقاومة ويكون فيها الجسم قد تكيف، غير أن

الطاقة الضرورية تكون قد استنفدت، وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فقد ينتج أمراض التكيف.

وينظر سيلي Selye إلى الضغط على أنه استجابة لأحداث مثيرة من البيئة، وينصب اهتمامه على الاستجابة التي يمكن النظر إليها كدليل أن الفرد يقع فعلاً تحت ضغط بيئة مزعجة ويرى سيلي أن الضغط متغير غير مستقل، وهو استجابة لعامل ضاغط، يميز الشخص ويصفه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الشخص يقع تحت تأثير موقف ضاغط، وتعتبر هذه الاستجابة ضغطاً كما يعتبر حدوثها مصحوباً بأعراض تمثل بالفعل حدوث ضغط (في: المزروع، ٢٠٠٩).

ثانياً: نظرية "موراى" Murray (١٩٣٦):

يعتبر موراى Murray أن مفهوم الحاجة والضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة، ويميز موراى بين نوعين من الضغوط هما:

أ- ضغط بيتا Beta Stress: ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

ب- ضغط ألفا: Alpha Stress: ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالاتها كما هي، ويوضح موراى أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول، أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة يعبر عنه بمفهوم ألفا. ويمكن القول أن هذه النظرية قد ركزت على الضغوط كمتغير مستقل يتمثل في المثيرات البيئية حيث بينت هذه النظرية أن الضغوط صفة أو خاصية لموضوع بيئي، وأنها مرتبطة بموضوعات البيئة التي لها دلالات مباشرة متعلقة بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجته، وهو ما يشير إلى تأكيد النظرية عند تفسيرها للضغوط على المثيرات البيئية وما تحتويه من موضوعات مؤثرة في إشباع حاجة الفرد (في: عطية، ٢٠١١).

ثالثاً: نظرية التقدير المعرفي (١٩٦٦):

وتعرف نظرية التقدير المعرفي "الضغوط" بأنها تنشأ عندما يوجد تناقض بين متطلبات الشخصية للفرد ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين هما:

المرحلة الأولى: وهي الخاصة بتحديد ومعرفة أن بعض الأحداث هي في حد ذاتها شئ يسبب الضغوط.

المرحلة الثانية: وهي التي يحدد الطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف. (في: عثمان، ٢٠٠١).

وقد أمكن تحديد المحكات التشخيصية لاضطراب الضغوط التالية للصدمة وفقاً للدليل الرابع كالاتي:

١- أن يكون الشخص قد خبر حادثاً أو مجموعة من الحوادث تقترب من الموت الفعلي، أو التهديد بالموت، أو تعرضه للإصابة الخطيرة، أو تهديد كامل على جميع أعضاء جسده.

٢- أن تكون استجابة الفرد (إزاء كل ما سبق) هو الخوف الذي قد يصل إلى درجة
الرعب (في: غانم، ٢٠٠٧).

كيف تتكون الضغوط؟

الضغط إما أن ينشأ من داخل الشخص نفسه، ويسمى ضغط داخلي، أو قد يكون ناتجاً
عن ظروف خارجية، مثل: العمل، والعلاقات الشخصية مع الأصدقاء، أو شريك الحياة، أو موت
عزيز، أو موقف صارم، ويسمى ضغط خارجي.

أما العناصر الرئيسة التي تشكل أي موقف ضاغط فهي كما يلي:

- مصادر الموقف الضاغط.

- الاستجابة لهذا الموقف الضاغط.

وبدون هذين العاملين لا يكون هناك مواقف ضاغطة، حيث أن مصادر الضغوط
بمفردها لا تشكل ضغوطاً، كما أن صدور إستجابة شخص معين لمواجهة هذه الضغوط هو الذي
يجعلنا نقول: أن هذا الشخص يعاني من الضغوط أم لا (في: عبيد، ٢٠٠٨).

ويحدد نموذج كوكس COX أربع مراحل مهمة لنشوء الضغط، هي:

١- مرحلة تعرض الفرد لمطلب ما، قد يكون مطلباً داخلياً، مثل: حاجات الفرد النفسية
والفسيولوجية، أو مطلب خارجي من بيئة الفرد.

٢- مرحلة نشوء الضغط، وهي نتيجة عدم التوازن بين المطالب وإدراك الشخص: لمقدرته
على مواجهة هذه المطالب، وعدم التوازن يكون بين المطالب والقدرة المدركة وليس القدرة
الفعلية.

٣- مرحلة الاستجابة هي لجوء الفرد لإحدى أساليب التعامل مع الضغط المتاحة له.

٤- مرحلة العواقب الناجمة عن استجابة الفرد، حيث أن الضغط يمكن أن يحدث عندما
يفشل الفرد في مواجهة المطالب، أو عند توقع العواقب السيئة الناجمة عن الفشل في
مواجهتها (Cox, 1980, 20-21؛ في: سعد ووليد، ٢٠٠٨).

وفيما يلي بعض المواقف التي قد تخلق الضغط النفسي: (عبدالله، ٢٠٠٢).

١- العلاقات المضطربة غير المستقرة: إن العلاقات الاجتماعية أو الأسرية المضطربة تخلق ضغطاً نفسياً كبيراً على الشخص، وقد يستحوذ على كامل الشخصية ويصبح القضية الأولى في حياة الفرد.

٢- عدم القدرة على الاسترخاء: إن الإلحاح على الإنجاز أو أداء عمل ما ثم التصدي لعمل آخر، من غير أن تترك لنفسك فرصة للراحة وتهدئة الذهن واسترخاء الجسم، معناه إطالة الضغط وزيادة التوتر وإمداده بزخم قوي ينهك الشخص.

٣- الثورات الانفعالية والغضب: إن كبت الحالات الانفعالية وكظمها المستمر وعدم التعبير عنها معناه تحويل آثارها إلى داخل الفرد، وتبقى في الداخل بشكل ديناميكي أيضاً. إن هذه التراكمات للانفعالات المكبوتة سوف تحدث اضطراباً في أي عضو ضعيف عند الشخص، أو ذوي الاستعداد للإصابة بالمرض.

٤- سلوكية الإتقان والكمال في الحياة: إن بعض الأشخاص يشعرون دوماً بالفشل والإحباط بسبب عدم عثورهم على الشخص الكامل المثقن. إن من المستحيل أن يكون الإنسان كاملاً بالصورة المثالية.

٥- الميل نحو التنافس المفرط: إن الميل التنافسي الصحي الذي لا إفراط فيه، هو ظاهرة سوية عند الإنسان، ولكن التنافس المستمر واتخاذ أسلوباً في الحياة وهدفاً لكل أنشطة الفرد، يعتبر باعثاً على الضغط النفسي.

٦- الصلابة في السلوك والتعامل: إن عدم المرونة في التعامل مع الناس ومواجهة المواقف يعني البحث عما يزعج ويتعب.

٧- فقدان الصبر أو التحمل: إن الالتزام بالجدية المطلقة أو النسبية في علاقاتك مع الناس ينمي الضغط وسلوك الإثارة.

وتنقسم الضغوط النفسية إلى ثلاث مجموعات:

وقد قسمها (لازارسي وكوهين) إلى:

- ١- الحوادث الجانحة Cataclysmic: وهي حوادث مفاجئة، وعنيفة، ويمكن أن تؤثر على أعداد كبيرة من الأشخاص، مثل: الحروب أو الكوارث الطبيعية بما فيها الزلازل والعواصف.
- ٢- الضغوط الشخصية Personal Stress: وهي أحداث قوية وشديدة تتطلب مواجهة تكيفية فعالة. والفرق الرئيسي بين الضغوط الشخصية والأحداث الجانحة هو أن الضغوط الشخصية تؤثر في عدد قليل من الناس، ومن أمثلتها وفاة شخص عزيز، أو فقد الوظيفة، أو المرض العضوي. أما الجانحة فتؤثر على عدد كبير من الناس.
- ٣- الضغوط العامة Background Stressors: ويمثل هذا النوع من الضغوط المشاحنات أو المضايقات اليومية، وهي حوادث ذات شدة منخفضة، ولكنها تستمر وتتكرر في الحياة على مكان العمل والعودة منه كل يوم، ولا تفرض مثل هذه الحوادث، تهديداً مباشراً في الحال لكن يبدو أن آثارها تصبح سلبية وتراكمية (يوسف، ٢٠١٠).

وللضغوط ثلاثة مستويات:

- المستوى الأول: المستوى البيولوجي، الذي يتمثل في إصابة الجسم بالميكروبات وتعرضه لظروف فيزيقية مرضية.
- المستوى الثاني: المستوى النفسي، الذي يتمثل في الاحباطات والصراعات على اختلاف مصادرها وأنواعها.
- المستوى الثالث: المستوى الاجتماعي، ويتمثل في القيود الاجتماعية والأعراف والتقاليد التي تحد من نشاط الفرد (الجمالي وحسن، ٢٠٠٣).

مصادر الضغوط:

من أهم مصادر الضغوط الإحباط والصراع، والإحباط Frustration: هو إعاقة أو تعطيل التقدم نحو هدف ما.

ويرى عبد الرحمن الهيجان (١٩٩٨) أن الإحباط يحدث عندما يواجه الفرد عقبات تقف في وجه إشباع حاجاته. وهذه العقبات التي تعطل الفرد وتمنعه من تحقيق هدفه قد تنشأ من عدة مصادر، مثل:

أ - الحالة الاقتصادية: قلة المال والدخل مما لا يسمح بتوفير الحاجات الفردية في الحياة للفرد، أو فقدان الدخل سواء بالفصل أو العجز عن العمل.

ب- الحالة المرضية: مثل: حدوث عاهة أو قصور جسمي يعيق الفرد على تحقيق طموحه.

ج - الظروف الاجتماعية: وتتمثل بالقواعد والقوانين والعادات والأنظمة التي تسنها المجتمعات واتجاهات التحيز أو التعصب عند الناس.

د - الظروف المهنية: كظروف العمل ومتطلباته من ترقية، وعدم تطابق الوظيفة مع المؤهل أو الخبرات.

هـ - العلاقة بين الأشخاص: وذلك فيما إذا كانت هذه العلاقة قائمة على التنافس وعدم فهم الآخرين للشخص أو عدم التعاون معه.

الصراع (Conflict): هو الرغبة في أن تذهب في اتجاهين مختلفين في نفس الوقت بواسطة دوافع متناقضة أو متعارضة وفي أي وقت أو موقف يواجه الإنسان اختيار يجد نفسه في دائرة صراع مع النفس، وهناك بعض الصراعات يكون من السهل حلها، بمعنى الاختيار واضح والتردد قصير، إلا أن هناك البعض الآخر يكون من الصعب التعامل معها، مما تثير الضغط لدى الفرد، حيث أن التردد هو الذي يطيل أمد الصراع، وبالتالي كلما كان الصراع مهم وطويل المدى لا يستطيع الفرد حله فيصبح أكثر إثارة للضغط النفسي (يوسف، ١٩٩٠).

أسس تصنيف مصادر الضغوط:

- ١- من حيث متربّاتها إلى: ضغوط بناءة (إيجابية)، في مقابل ضغوط هدامة (سلبية). ومن أمثلة النوع الأول: الزواج والترقي في العمل، ومن أمثلة النوع الثاني: المرض، الإصابة في العمل، وفاة شخص عزيز.
- ٢- من حيث الاستمرار، وتصنف إلى: مستمرة (كمغصات الحياة اليومية، ومتقطعة (كالمناسبات الاجتماعية، مثل: الحفلات والإجازات ومخالفات القانون).
- ٣- من حيث المنشأ، وتصنف إلى ضغوط داخلية (أي من داخل الفرد، مثل: الحاجات والمتغيرات الفسيولوجية، والطموحات والأهداف وغيرها).
- ٤- من حيث المكان الذي تحدث فيه (أي في العمل، أو المنزل، أو المدرسة، أو الشارع وغيرها).
- ٥- من حيث عدد المتأثرين بها، وتصنف إلى: العامة (أي التي يتأثر بها عدد كبير من الناس كالأحداث المزلة)، في مقابل الخاصة التي تؤثر على فرد واحد أو على عدد محدود من الأفراد (كحوادث الطرق، أو مغصات الحياة اليومية).
- ٦- من حيث شدة الأحداث والمواقف الضاغطة ويمكن أن تصنف إلى: خفيفة ومعتدلة وشديدة (أو حادة).
- ٧- من حيث مجال الحياة الذي تحدث فيه أي في المجال الاقتصادي، أو السياسي، أو الاجتماعي، أو الإداري التنظيمي (جمعة، ٢٠٠٤).

وهناك عدة أشكال للصراع هي:

- أ- صراع الإقدام: (Conflict Approach) وهو أقل أنواع الصراع إثارة للضغوط، حيث يكون الفرد بصدد رغبتين أو هدفين إيجابيين ويرغب في الحصول عليها، ولكنه غير قادر على الاختيار بينهما. كالاختيار بين مهنتين أو زوجتين لكل منها محاسنها.
- ب - صراع الإحجام (Avoidance Conflict) وهو أسوأ أنواع الصراع وأكثرها إثارة للضغوط، لأنه يصيب الفرد بالتردد لوقوعه بين هدفين غير مرغوب فيهما، أو بين أمرين أحلاهما مر.

ج - صراع إقدام - إحجام: (Approach – Avoidance conflict) قد يبدو للفرد في بعض الأحيان هدف معين أكثر جاذبية إذا كان بعيد عنه، ولكنه قد يشعر إنه غير محبوب لنفسه إذا اقترب من هذا الموقف يمثل صراع الإقدام - إحجام أن يكون الفرد في موقف ينطوي على رغبتين في اتجاهين أحدهما إيجابي والآخر سلبي.

د - صراع الإقدام الإحجام المزدوج: (Double Approach– Avoidance Conflict) وهو أن يقع الفرد بين هدفين لكل منهما مكون إقدام - إحجام، فمثلاً إذا كنت راغب في الالتحاق بعمل معين للحصول على راتب شهري (إقدام)، ولكن الالتحاق بالعمل قد يلزمه بترك الدراسة، وهو شيء لا يريد الإفراط فيه (إحجام)، وعندئذ يمكنه الاستمرار في الدراسة (إقدام)، ولكن هذا يحرمه من الحصول على المال الذي يرغب فيه (إحجام)، وعندما نحل هذا النوع من الصراع باختيار معين فقد نظل نشعر بأننا تخلينا عن شيء ما (يوسف، ١٩٩٠).

وتصنف الضغوط النفسية إلى ثلاثة أبعاد رئيسة هي:

أ- البعد النفسي: وهي الحالة الوجدانية الناشئة عن مجموعة من الظروف التي يتعرض لها الطلاب وتسبب لهم الضيق والضغط النفسي، مثل: (التفكير في الماضي والمستقبل، والأوهام، والشعور بعدم القدرة على إثبات الذات، والشعور بالتهديد والتوتر، والخوف). معبراً عنها بمجموع درجات استجابات الطلاب على بعد الضغوط النفسية في مقياس الضغوط النفسية الذي أعده الباحث.

ب- البعد الدراسي: وهي الحالة الوجدانية الناشئة عن مجموعة من الظروف التي يتعرض لها الطلاب في المدرسة والتي قد تؤثر على توافقهم وتحصيلهم الدراسي، وتشمل هذه العوامل علاقة الطالب بكل من (المعلم، والزملاء، والمناهج، وإدارة المدرسة، واليوم المدرسي)، معبراً عنها بدرجات الطلاب على بعد الضغوط الدراسية في مقياس الضغوط النفسية الذي أعده الباحث.

ج- البعد الأسري والاجتماعي: هي الحالة الوجدانية الناشئة عن مجموعة من الظروف التي يتعرض لها الطلاب داخل المنزل والتي قد تؤثر على توافقهم وتحصيلهم الدراسي منها

(نوع العلاقة مع الوالدين أو الأخوة)، معبراً عنها بمجموع درجات استجابات الطلاب على بعد الضغوط الأسرية في مقياس الضغوط النفسية الذي أعده الباحث.

مصادر الضغوط النفسية في مرحلة المراهقة:

تتمثل مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة بالمرحلة الثانوية فيما يلي:

أولاً: البلوغ والتغيرات الجسدية:

يعد البلوغ إيذاناً ببدء مرحلة المراهقة، فهو الفترة التي يحدث فيها النضج الفسيولوجي المتسارع، ويشمل ذلك التغيرات الهرمونية والجسدية التي تأخذ محلها في المراهقة المبكرة (Santrock, 2002).

ثانياً: الضغوط الأسرية:

إن سلوكيات واحتياجات وشخصية كل فرد من الأسرة لها تأثيرها على تفاعله مع الأفراد الآخرين في النظام الأسري، مما قد يؤدي إلى الضغط النفسي (Sarafino, 1994). لقد وصفت المراهقة دوماً بأنها مرحلة احتياج انفعالي، إذ تزداد الارتفاعات والانخفاضات في الانفعالات، وغالباً ما تبدو حدة الانفعال غير متسقة مع الحدث، كما قد يعبس المراهقون كثيراً دون أن يعرفوا كيف يعبرون عن مشاعرهم بطريقة ملائمة، وقد ينفجرون في وجه آبائهم أو أقاربهم (Santrock, 2002)، ويمكن أن يشكل هذا الأمر مصدراً للضغط النفسي، فعلى الرغم من أن العديد من الآباء يستطيعون مواجهة تحديات هذه المرحلة، فإن البعض منهم لا يستطيع. ومما يساهم في هذه المشكلة هو مقاومة الآباء لتحويل أبنائهم ولو بجزء بسيط من مرتبة الراشدين، وبدلاً من تطور السلوك المسؤول لدى أبنائهم المراهقين، فإن هؤلاء الآباء يقومون بالحماية الزائدة لهم، ويشجعون الاعتمادية لديهم (Turner & Helms, 1991).

ثالثاً: الضغوط المدرسية:

إن للمدرسة دورها خلال المراهقة، ليس لأنها تنقل المعلومات الدراسية فحسب، بل لأسباب أخرى مهمة كذلك، فعدا مقدار الوقت المجرد الذي يتم قضاؤه في الإصغاء، تمثل

المدرسة مجتمعاً للمراهقين، وهي موقع اجتماعي يتشارك فيه الأفراد من نفس المرحلة العمرية خبراتهم واهتماماتهم المتبادلة. كما أن المدرسة تساهم في تشكيل شخصية المراهقين وتطورهم الاجتماعي، وتوفر أرضية لاختبار الأفكار والنقاشات، إضافة إلى الفرصة للاشتراك في طرق لحل المشكلات (Turner & Helms, 1991). وقد يكون الانتقال إلى المدرسة الثانوية مصدراً للضغط، إذ يتزامن مع تغيرات نمائية أخرى. كما تصبح مسألة الإنجاز أكثر أهمية، ويظهر التنافس بين الطلاب للحصول على علامات عالية (Santrock, 2002).

رابعاً: ضغط الرفاق:

المراهقون في المجتمعات الحديثة يمضون وقتاً كبيراً مع رفاقهم، إذ أنهم يقضون وقتاً كبيراً معهم، إذ أنهم يقضون معظم نهارهم مع أندادهم في المدرسة، ويرونهم أو يتحدثون إليهم بعد الظهر وفي المساء وفي عطل نهاية الأسبوع. وكما ورد في دراسة لارسون وريتشارد (Larson & Richard 1991) أن مزاج المراهقين يكون إيجابياً بشكل كبير عندما يكونون مع أصدقائهم، والوقت الذي يقضونه معهم يصبح أكثر تعزيزاً أثناء مرحلة المراهقة، كما تعد الخبرات مع جماعة الرفاق مهمة لتطوير الاستقلالية والتعبير عنها (Steinberg, 1996). عملياً، فإن المراهقين لا يريدون أن يُروا على أنهم مختلفين عن بعضهم البعض، ونتيجة لذلك فإنهم ينزعون لأن يتكيفوا بشكل متقارب ليؤسسوا معايير خاصة بجماعة الأنداد توفراً إلى تحقيق التقبل الاجتماعي. بالتالي يبدي المراهقون اهتماماً دقيقاً بالموضة الحالية، مثل: طول الشعر والأنشطة الشائعة، كما ينتبهون لماهية أنماط السلوك التي سوف تحظى بقبول الرفاق (Turner & Helms, 1991). ويمكن أن يكون الإذعان لضغط الرفاق إيجابياً أو سلبياً، فمع ميزات التفاعل مع الرفاق التي نكرناها، يميل المراهق في هذه المرحلة النمائية إلى أن يساير رفاقه في أنشطة سلبية، كعمل مقالب بالمعلمين، أو الكتابة بالطلاء على الجدران، أو سرقة مستحضرات التجميل من محل تجاري (Santrock, 2002).

خامساً: السعي للاستقلالية:

في مرحلة المراهقة، يبدأ المراهق بمقاومة مساعدة الوالدين، خاصة عند قيامهما بالنصح والتوجيه المباشر. كما يبدأ بالمطالبة بحقوق وامتيازات الراشدين مع مقاومة المسؤوليات المترتبة

على ذلك وتتأثر حياة الأسرة كثيراً برغبة المراهق في الاعتماد على الذات والاستقلال، بالتالي يضطر الآباء عادة تعريف علاقاتهم السابقة مع أبنائهم حين كانوا أطفالاً، وزيادة المسؤوليات تدريجياً على المراهقين (Turner & Helms, 1991). إذ يتحول الأطفال المذعنون لأهلهم إلى مراهقين غير مذعنين، ويميل الآباء هنا إلى تبني اتجاه من اثنين لمواجهة عدم الطاعة: فإما أن يضغطوا على المراهق ليتمثل قيمهم، أو أنهم يصبحون أكثر تساهلاً ويعطون المراهق حرية كبيرة. ولا يعد أي الأسلوبين حكيماً، ومن الأفضل تبني أسلوب أكثر تكيفاً ومرونة (Santrock, 2002).

سادساً: إيجاد الهوية:

يحاول المراهق في هذه الفترة أن يكون هويته الخاصة به أو "نظريته عن ذاته"، وهذه العملية قد تكون مثيرة للتوتر لدى الكثير من المراهقين بإعادة تقييم القيم والاتجاهات القديمة، حيث أنهم يمرون بأخرى جديدة تساهم في تشكيل مظاهر مختلفة من هويتهم: مهنية، سياسياً، دينياً، أسرياً، فكرياً، اجتماعياً، جسدياً، إضافة إلى اهتماماتهم الذاتية (Santrock, 2002). والتغير الدائم في بنية المجتمع وخياراته المتعددة لا تجعل البحث عن هويتهم أمراً سهلاً (Turner & Helms, 1991). فالوسط الاجتماعي الذي يحاول فيه المراهق تأسيس نوع من الهوية يمارس تأثيراً هائلاً على طبيعة ونتائج هذه العملية، إذ يلعب المجتمع دوراً مهماً في تحديد أي نوع من الهويات يشكل بديلاً ممكناً وأياً مرغوب فيه وأياً مرفوض (Steinberg, 1996).

سابعاً: التغيرات الجذرية في الحياة:

لقد دلت الأبحاث على أن الأحداث المهمة والتي تؤثر في الفرد تعد مصدراً أساسياً للضغط النفسي والتشتت. ومثل هذه الأحداث تشمل التعرض للعنف، طلاق الوالدين، حدوث زلزال، أو وفاة شخص مقرب. والأفراد الذين يتعرضون لمجموعة من التغيرات الجذرية في حياتهم هم أكثر قابلية بالمرض الناجم عن الضغط النفسي (Santrock, 2002). كما أن أي تغير إيجابي (كالزواج أو الحصول على وظيفة جديدة) أو سلبي في حياة الفرد يحتاج إلى طاقة تكيفية، كما أنه يجعل الفرد عرضة للإصابة بالمرض (Turner & Helms, 1991).

ثامناً: المضايقات اليومية أو المتكررة:

ليس من الضروري أن تكون الأحداث الجذرية فقط هي الضاغطة، بل إن أحداثاً أخرى أقل شأنًا يمكنها أن تكون ضاغطة، مثل: قلة الوقت، أو قلة الأصدقاء الحميمين، أو كثرة الواجبات، أو الإزعاج الصادر من منزل الجيران (Sarafino, 1994).

ويشير كوبر ومارشال إلى وجود سبعة مصادر رئيسة للضغوط، ستة منها خارجية، ومصدر

واحد فقط داخلي، وهي:

١- العمل.

٢- تنظيمات الدور.

٣- مراحل النمو.

٤- التنظيمات البيئية والمناخ.

٥- العلاقات الداخلية في التنظيمات البيئية.

٦- المصادر والتنظيمات العليا.

٧- المكونات الشخصية للفرد (العازمي، ٢٠٠٩).

ويحدد بيلز Beals (١٩٨٥) عدة أسباب للضغوط النفسية تتمثل في الآتي:

١- عملية تفسير الحدث الضاغط، فتفسير الحدث الضاغط على أنه شيء ضخم يزيد من حدة المشكلة تعقيداً، كما أن تفسير الحدث الضاغط على أنه مهدد يزيد حدة القلق والشعور بعدم الأمان، كما أن تفسير الحدث الضغط على أنه ناجم عن ما اقترفه الطفل من آثام يزيد من حدة الشعور بالذنب، ومن ثم الشعور بالاكنتاب.

٢- عدم القدرة على إشباع الاحتياجات الأساسية، فعدم إشباع الاحتياجات الأساسية سبب مؤثر سلبياً في زيادة الشعور بالضغط النفسي.

٣- الأحداث اليومية، فالأحداث غير المألوفة والأحداث غير المتوقعة والتي يصعب التنبؤ بها والأحداث الخارجة عن نطاق التحكم هي أحداث تسهم في الشعور بالضغط النفسي.

٤- نمط الشخصية، فهناك نمطان من الشخصية حسب تصور بيلز في تفاعلها بالضغوط

النفسية:

النمط الأول: وهو يتميز بارتفاع الطموح والرغبة المستمرة في تحقيق النجاح، كما يتميز هذا النمط بالرغبة في تنفيذ أشياء عديدة في نفس الوقت، لذلك فهم يضعون أنفسهم في حالة مستمرة من الشعور بالضغط النفسي.

النمط الثاني: وهو يتميز بالقناعة والشعور بالرضا بما يقوم به، لذلك فهو يتميز بالهدوء والاسترخاء مما يجعله أقل تأثرًا بالشعور بالضغط النفسي (في: البحراوي، ٢٠٠٣).

أعراض ومظاهر الضغوط النفسية:

تتنوع الضغوط التي يتعرض لها الفرد وتتفاعل هذه الضغوط مع شخصية الفرد، ومخططة المعرفي، وخبراته السابقة، وعمره، وجنسه، وظروفه العامة والخاصة، وينتج عن الضغوط بعد أن تتفاعل مع الفرد استجابات مختلفة وقد تأخذ هذه الاستجابات أشكالاً، وهي:

١- العلامات والأعراض العامة.

٢- اضطرابات معينة.

أولاً: العلامات والأعراض العامة:

أ- العلامات والأعراض الفسيولوجية: العرق الزائد - ارتفاع ضغط الدم - التنفس

السريع - نوبات من الدوار - عدم الانتظام في النوم - الصداع بأنواعه - التوتر.

ب- العلامات والأعراض الانفعالية: الصدمة الانفعالية - الغضب - الأسى - الاكتئاب -

الشعور بالقهر - سرعة البكاء - العصبية.

ج- العلامات والأعراض المعرفية: الاختلاط في التفكير - شرود الذهن - عدم القدرة

على التركيز - صعوبة اتخاذ القرارات - انخفاض في كل الوظائف المعرفية العليا.

د- العلامات والأعراض السلوكية: الانسحاب من الآخرين - تدهور الصحة الشخصية

- تغير في أنماط السلوك الاعتيادية.

ثانياً: اضطرابات معينة:

عندما تزداد الضغوط على الفرد وتصبح غير مريحة ولا يرى الفرد أمامه فرصة للتكيف مع هذه الضغوط فتجمع الأعراض على شكل اضطراب نفسي وأمراض جسمية، وأهم فئاته:

١- الضغط وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية:

أ- **القلق:** وهو انفعال غير سار، وشعور مكرر بتهديد، وعدم راحة مع إحساس بالتوتر والشد، وخوف دائم، وغالباً ما يتغلب هذا الخوف بالمستقبل والمجهول، ويتصف المصابون بالقلق بواحدة أو أخرى من الخصائص الآتية: الحساسية الزائدة- العصبية والتوتر- الصداع- سوء الصحة الجسمية - نقص الثقة بالنفس.

ب- **الاكتئاب:** حالة انفعالية دائمة نسبياً من الحزن والانقباض والضيق مع الشعور بالهم والغم وهبوط القوى الحيوية ونقص الدافعية، ومن أهم أعراض الاكتئاب: الشعور بالحزن والكآبة والأسى - الشعور بالفشل - كثرة البكاء- اضطراب النوم- الانسحاب الاجتماعي.

ج- **الخوف المرضي:** انفعال غير مفسر عنيف، يتراوح بين الضيق أو عدم السرور حتى الرهبة والهلع والمنبهات المثيرة للخوف المرضي كثيرة من بينها: الزحام والموت والفشل.

د- الضغط وعلاقته ببعض الأمراض الجسمية:

ومن هذه الأمراض: (أمراض القلب- السرطان- قرحة المعدة - مرض السكر - اضطراب النوم- بعض الأمراض الجلدية والأمراض المعدية) (في: يوسف، ٢٠١٠).

أعراض الضغوط :

يرى فونتانا Fontana (١٩٨٩) عندما حذر من مخاطر التعرض المستمر لهذه المواقف مستنداً إلى مجموعة من المظاهر يتصف بها مثل هؤلاء التلاميذ يمكن تلخيصها فيما يلي:

١- الجانب المعرفي: ويتصف أداء التلميذ الذي يتعرض لمواقف ضاغطة مستمرة بما يلي: انخفاض التركيز والاستيعاب، زيادة تشتت القدرات العقلية، ضعف أداء الذاكرة طويلة وقصيرة المدى، صعوبة التنبؤ بسرعة الاستجابة أو الأداء في موقف ما، زيادة معدل خطأ الأداء على المهام المعرفية، حيث تنسم إجابات التلاميذ بالتشكك، الابتعاد عن التخطيط طويل الأمد أو تأجيله لعدم دقة تقدير متغيرات الموقف، إنتاج أفكار مشوشة ومختلطة بل غير مرتبطة بالموقف في حالات كثيرة.

٢- الجانب النفسي: ويتسم التلاميذ الذين يتعرضون لمواقف ضاغطة ما يلي: زيادة التوتر النفسي والعضوي، زيادة وضوح مشكلات الشخصية، مثل: القلق، والدفاعية، والحساسية المفرطة، ضعف التراكيب الجسمية، وتوهم المرض، والحاجة المستمرة لعون الآخرين، ضعف الأبنية الأخلاقية في الشخصية، والانخفاض المستمر لتقدير الفرد لنفسه.

٣- الجانب السلوكي: ويتصف التلاميذ الذين يتعرضون لمواقف ضاغطة بما يلي: زيادة المشكلات السلوكية، وقد يصل الأمر لدى بعض التلاميذ إلى العدوان على الآخرين، أو الغياب أو الهروب من المدرسة، التغير في أنماط النوم إما بزيادة النوم أو بالأرق المستمر، التعامل السطحي مع المواقف وتجاهل المعلومات المهمة، الهروب من المسؤولية، الرغبة في التدخين أو البدء فيه.

ويرى ميكانيك Mechanic (١٩٨٣) أن هناك ثلاثة متغيرات عند النظر إلى أساليب المواجهة هي:

المتغير الأول: مصادر المواجهة أو معيار المواجهة: وهي المهارات التي تعتبر مفيدة في مواقف الضغط المتعددة، وهي تنظيم اتجاهات الفرد نحو الذات كقوة الأنا لديه، ومدى تقديره لذاته، كما تتضمن اتجاهات الفرد نحو العالم كإحساس الفرد بالتماسك، ومدى ثقته بقدرته على السيطرة على المواقف التي يمر بها، وكذلك القدرات العقلية كالمرونة في العمليات العقلية عند الفرد، ومدى نجاح الفرد في إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين.

المتغير الثاني: أساليب المواجهة: وهي التي تميز الفرد كنمط خاص به، مثل: ميل الفرد للانسحاب من المواقف الاجتماعية مقابل الرغبة في التعامل مع الناس، بالإضافة إلى الميل إلى إنكار المشكلة، مقابل الميل بالاعتراف بوجود المشكلة، كما أنها تضم ميل الفرد للوم ذاته مقابل لوم الآخرين وإعتبارهم السبب في المشكلة.

المتغير الثالث: جهود المواجهة: وهي ردود الأفعال الداخلية والخارجية التي يقوم بها الفرد في محاولته لمواجهة الضغوط، فطلب المساعدة من الآخرين، والقيام بعمل مباشر لتغيير الموقف، يعتبران ردي فعل خارجيين. بينما يعتبر رفض التفكير بالمشكلة وتقييمها ردي فعل داخليين.

بعض أساليب التعامل مع الضغوط النفسية:

الكائن الحي لا يقف مكتوف اليدين إزاء أي ضغط خارجي يعرقل أو يهدد استمرار الحياة عنده، فالحفاظ على "النفس البشرية" غريزة فطرية يتمتع بها كل كائن حي، فالإنسان العاقل يقوم بعمليات متعددة تساعده على مقاومة الآثار المؤذية أو تفاديها. وهو يقوم بذلك بوظائفه الفطرية والمكتسبة اللازمة للاحتفاظ بالحياة. وقيامه بهذه الوظائف شعوري أو لا شعوري، عمدية أو تلقائية لا يعني أنه انتهى إلى النجاح دائماً فقد ينجح أو لا ينجح.

وتنشأ الضغوط عندما يتواجد الإحساس بعدم التوازن بين المسؤوليات المطلوبة من الفرد وإمكانياته أو قدراته الذاتية، وكلما زاد إحساس الفرد بعدم التوازن بين قدراته ومتطلبات المهمة كلما قلت ثقته في الإسهام بما يقوم به من نشاط.

وتوجد طريقتين لمواجهة أو التغلب على هذه المشكلة، هما:

١- الطريقة الأولى: محاولة رفع قدرات الفرد وعلاج عدم التوازن عن طريق التدريب مثلاً أو

عن طريق زيادة الجهد.

٢- الطريقة الثانية: تقليل متطلبات المهمة، ففي الكثير من المواقف يستطيع الفرد أن يقلل

من متطلبات المهمة وذلك عن طريق خفض مستويات تطلعاته (طموحه) (في: يوسف،

٢٠١٠).

ومن أساليب التعامل مع الضغوط ومواجهتها:

لقد أشار كل من هيجنز واندلر Higgins & Endler (١٩٩٥) إلى ثلاثة أساليب وعمليات للتعامل مع الضغوط هي:

١- أسلوب التوجه الانفعالي Emotional oriented: ويقصد به ردود الأفعال الانفعالية التي تنتاب الفرد وتتعكس على أسلوبه في التعامل مع المشكلة، وتتضمن مشاعر الضيق، والتوتر، والقلق، والانزعاج، والغضب، والأسى، واليأس.

٢- أسلوب التوجه نحو التجنب Avoidance oriented: ويقصد به محاولات الفرد لتجنب المواجهة المباشرة مع المواقف الضاغطة، وأن يكتفي بالانسحاب من المواقف. ويطلق على هذا الأسلوب الأسلوب الحجائي في التعامل مع المواقف الضاغطة.

٣- أسلوب التوجه نحو الأداء Task oriented: وهو المحاولات السلوكية النشطة التي يقوم بها الفرد للتعامل مباشرة مع المشكلة وبصورة واقعية وعقلانية. ولقد قاما الباحثان باختيار التفاعل بين أحداث الحياة الضاغطة وهذه الأساليب الثلاثة لمواجهة الضغوط النفسية، وذلك على عينة من طلاب وطالبات الجامعة، وقد أسفرت النتائج عن وجود ارتباط سالب بين أسلوب التوجه نحو الأداء وبين الضيق والانزعاج والضغوط بالنسبة لعينة من الذكور فقط، في حين كان لأسلوب التوجه الانفعالي القدرة على التنبؤ بالضغوط والانزعاج وذلك بصورة جوهرية موجبة. ومن ناحية أخرى فقد ارتبط مكون من مكونات أسلوب التوجه نحو التجنب ببعض مقاييس الضيق والضغوط هما: الشرود Distraction، والتشعب الاجتماعي Social Diversion، وقد ارتبط الشرود إيجابياً بالأعراض السيكاطرية والسيكوسوماتية لدى الجنسين، في حين ارتبط التشعب الاجتماعي سلباً بالاكتئاب لدى الجنسين. ويرى الباحثان أن أساليب التعامل مع الضغوط النفسية هي الوسيلة التي يستخدمها الفرد لمواجهة الضغوط التي يمر بها وذلك للتقليل من التوتر والإجهاد، وتختلف طرق المواجهة من شخص لآخر (Higgins & Endler, 1995).

(٢): الموهبة:

تعتبر الموهبة ملكة عند الإنسان عليه أن يحسن استغلالها فهي أشبه ما تكون بالطاقة الكامنة عنده فإذا اكتشفها استفاد منها وطورها.

ويشتمل مصطلح الموهبة على معان ودلالات عديدة، تشير إلى هبة فطرية ومكتسبة، ومن هذه المصطلحات ما ورد في لسان العرب لابن منظور ومنها:

أولاً: العطية الخالية عن الأعواض والأغراض.

ثانياً: كل ما وهب لك، من ولد وغيره: فهو موهوب.

ثالثاً: الإعداد والقدر.

يتضح مما سبق اشتمال التعريفات اللغوية على العطية بلا عوض، والهبة الفطرية واستعداد وقدرة في الإنسان تحتاج للتنمية والتدريب (جروان، ٢٠٠٨).

وقد أشار عبد السلام عبد الغفار (١٩٩٧) إلى أن مصطلح الموهبة شاع استخدامه في أوائل النصف الثاني من القرن العشرين، وقد لاقى استخدامه في مجال التفوق العقلي اعتراضاً في بادئ الأمر، على أساس أن المقصود به هو التفوق في نشاطات ومجالات غير أكاديمية، كالهنر، والقيادة الاجتماعية، والمهارات الميكانيكية، وكانت الفكرة الشائعة أن هذه المجالات وأمثالها ذات أصل تكويني وراثي ولا ترتبط بالذكاء، إلا أن هذه الفكرة سرعان ما تلاشت لاسيما مع ما أسفرت عنه نتائج البحوث من أن الذكاء عامل رئيس في تكوين المواهب ونموها، بالإضافة إلى ما للتدريب من أثر لا ينكر في هذا الصدد، ومن ثم أصبح مفهوم الموهبة شاملاً لكل من ارتفع مستواه عن مستوى العاديين في المجالات الأكاديمية وغير الأكاديمية.

وهناك حقيقة يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار، وهي أن الموهبة ظاهرة معقدة، فلا تقتصر على الجانب المعرفي، والذي يتمثل في قوة الذاكرة والتحصيل المرتفع في عملية التعليم والتفكير العالي وما شابه ذلك، بل يمتد إلى السمات الشخصية والوجدانية والدافعية. ويمكن رؤية هذا الاتجاه الواسع لمفهوم الموهبة في المجالات القيادية (القيادة)، فكثير من المناقشات الحديثة تركز

على الحاجة إلى أفراد موهوبين يمكنهم استغلال موهبتهم وقدراتهم بطريقة مميزة أخلاقية مرغوب فيها، لا يستغلون موهبتهم على سبيل المثال في تعظيم ذاتهم وتفخيمها أو في الثراء الشخصي، ولكن يستغلونها في حل مشكلات المجتمع، مثل: الفقر، أو التلوث البيئي، أو البطالة (البحيري، ٢٠٠٢).

ويذكر رمضان الطنطاوي (٢٠٠٨) بأنه كان ينظر إلى الموهبة فيما مضى بأنها لا ترتبط بذكاء الفرد، وهناك من قال أنها توجد بين المتخلفين عقلياً، ثم تطور العلم وتطورت المعرفة، وأصبحت الموهبة لا ترتبط بمجال معين، وإنما تمتد إلى مجالات الحياة المختلفة، وأنها تتكون بفعل الظروف البيئية التي تقوم بتوجيه الفرد إلى استثمار ما لديه من ذكاء في هذه المجالات، فإذا هيأت البيئة للفرد فرص ممارسة نشاط معين بحيث تؤدي هذه الممارسة إلى ما كان يرنو إليه الفرد من إشباعات، وبذلك يصبح صاحب موهبة في هذا المجال.

نظريات الموهبة:

من أهمها نظرية إبراهيم تانبوم Abraham Tannebaum (١٩٩٢) ويعرف هذا النموذج باسم النموذج النفسي، وهو يرى أن الموهبة لا يمكن تطويرها عند الأطفال وإنما يتم تطويرها عند المراهقين والراشدين فقط. ويرى أيضاً أن الموهبة الأدائية عند كل من الراشدين والمراهقين تحتوي على أربعة أنواع على النحو الآتي:

١- مواهب نادرة: وهي المواهب التي يتفوق فيها الفرد تفوقاً مذهلاً يعود بالنفع عليه وعلى مجتمعه.

٢- مواهب فائضة: وهذه المواهب تساهم بقدر كبير في جمال البيئة ومنها المواهب الأدبية التي فاضت وغمرت المجتمع.

٣- مواهب نسبية: وهي تلك المواهب الخاصة بالعمليات التجارية. ومنها على سبيل المثال الاطباء، المحامون، المهندسون.

٤- مواهب شاذة: وهي بعض المواهب الموجودة في الميدان العملي، والتي قد لا يساعد الحظ أصحابها في الحصول على الاهتمام الكافي بهم. مثل القيام بعمليات حسابية معقدة وسريعة، الألعاب الرياضية الاستعراضية.

وفي رأي رينزولي Runzlli (١٩٧٩) فإن الموهبة يمكن تصنيفها إلى فئتين عامتين، هما:

١- الموهبة المدرسية: تظهر في الطلاب الذين تتوافر لديهم استعدادات وقدرات غير عادية أو أداء متميز عن بقية أقرانهم في مجال أو أكثر من المجالات التي يقدرها المجتمع، وخاصة في مجالات التفوق العقلي، والتفكير الابتكاري، والتحصيل العلمي، والمهارات والقدرات الخاصة، ويحتاجون إلى رعاية تعليمية خاصة.

٢- الموهبة الإنتاجية: من الضروري وضع معايير للوضع المثالي للأشياء المتعلقة ببيئة التعليم المناسبة لظهور الإنتاجية الإبداعية، مثل: إنشاء وتطوير المدارس النموذجية، وبيئة الفصل الدراسي، وعدد الطلاب، بحيث توفر لهم جميع الفرص الممكنة للمشاركة في العملية التعليمية المثالية.

وفي رأي شتينبرج Sternberg (١٩٨٥) فإن الموهبة تضم ثلاثة عناصر، هي:

١- الموهبة التحليلية: تشير الموهبة التحليلية إلى القدرة على تجزئة المشكلة وفهم مكوناتها. وغالباً ما يكون أداء الأفراد الذين لديهم موهبة قوية في هذا المجال ممتازاً في اختبارات الذكاء التقليدية التي تؤكد على التفكير التحليلي، حيث يتطلب التناظر تحليل للعلاقات، كما يتطلب الترادف تحليل أي من الاختيارات أو البدائل المتاحة أقرب وأكثر تناسقاً مع الكلمة المعطاة، كما يستلزم الفهم القرائي تحليل النص، وتستلزم مصفوفات المشكلات تحليل العلاقات الداخلية بين الأشكال أو الأرقام الموجودة في الصفوف والأعمدة.

٢- الموهبة الابتكارية: تبدو الموهبة الابتكارية في الأفراد الذين يمتلكون قدرة على الاستبصار أو الحدس أو أولئك الخبراء في التكيف بنجاح مع المواقف غير المألوفة أو الجديدة نسبياً. هؤلاء الأفراد الموهوبون إبداعياً ليسوا بالضرورة متميزين في اختبارات الذكاء التقليدية، فهم قد يرون الأشياء بطريقة مختلفة، وقد يرون في مشكلة ما أشياء أكثر مما يراه معدو الاختبارات أنفسهم، وبالتالي فإنهم قد يحلون مشكلة غير التي

الذكاء التقليدي، فهم قد يرون الأشياء بطريقة مختلفة، وقد يرون في مشكلة ما أشياء أكثر مما يراه معدو الاختبارات أنفسهم، وبالتالي فإنهم قد يحلون مشكلة غير التي يريدونها معد الاختبار، فهم لا يرون الأشياء بنفس الطريقة التي يراها بها الآخرون. لذا فإن الأفراد الموهوبين إبداعياً قد لا يكونون من بين أولئك الذين يحصلون على درجات عالية في اختبارات الذكاء التقليدية، ولكنهم في الغالب يكونون من بين أولئك الذين يقدمون إنجازات رائعة في مجالات مثل: العلوم والأدب والدراما وغيرها.

٣- الموهبة العملية: تشير الموهبة العملية إلى قدرة الفرد على تطبيق القدرات التحليلية والإبداعية في المواقف اليومية والعملية، فالشخص الموهوب عملياً هو الفرد الذي يمكنه دخول مكان أو موقع ما، ويحدد ما يحتاج أن يفعله للنجاح في هذا الموقع، ثم يشرع في تنفيذه. إن الأشخاص الذين يمتلكون مثل هذا النوع من الموهبة يكون لديهم القدرة على إدراك العوامل التي تؤثر في نجاحهم بسرعة، والعوامل التي تساعدهم على تشكيل بيئتهم والتكيف معها، ولذلك ينجح هؤلاء الأشخاص في تحقيق العديد من الأهداف (في: كمال، ٢٠٠٧).

قياس وتشخيص الموهوبين (تحديد الموهوب):

هناك محكات يمكن من خلالها تحديد وتشخيص الموهوبين منها:

- القدرة العقلية: مقاييس القدرة العقلية.
- التحصيل الدراسي: مقاييس التحصيل الدراسي.
- القدرة الإبداعية: مقاييس الإبداع.
- السمات الشخصية والعقلية: تقديرات وأحكام المعلمين.

١- مقاييس القدرة العقلية:

تعتبر القدرة العقلية العامة المعروفة، مثل: مقاييس ستانفورد - بينيه، أو مقياس وكسلر من المقاييس المناسبة والتي يعبر عنها عادة بنسبة الذكاء.

٢- مقاييس التحصيل الدراسي:

تعتبر مقاييس التحصيل الدراسي أو الرسمية، من المقاييس المناسبة في تحديد قدرة المفحوص التحصيلية، والتي يعبر عنها بنسبة مئوية.

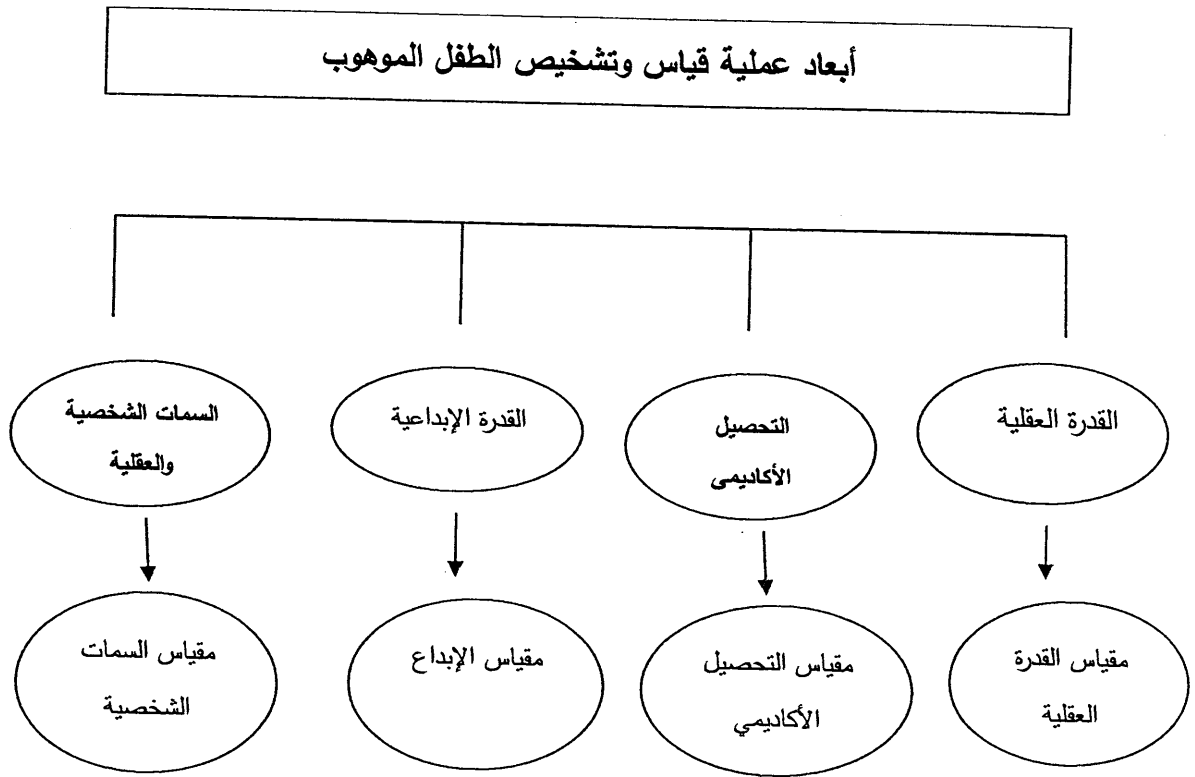
٣- مقاييس الإبداع:

تعتبر مقاييس الإبداع، أو التفكير الابتكاري، أو المواهب الخاصة من المقاييس المناسبة في تحديد القدرة الإبداعية لدى المفحوص، ويعتبر مقياس تورانس للتفكير الإبداعي والذي يتألف من صورتين: اللفظية والشكلية، من المقاييس المعروفة في قياس التفكير الإبداعي وكذلك مقياس تورانس وجيلفورد للتفكير الابتكاري، والذي تضمن الطلاقة في التفكير، والأصالة في التفكير، ويعتبر المفحوص مبدعاً إذا حصل على درجة عالية على مقاييس التفكير الإبداعي أو الابتكاري.

٤- مقاييس السمات الشخصية والعقلية:

تعتبر مقاييس السمات الشخصية والعقلية التي تميز ذوي التفكير الابتكاري المرتفع عن غيرهم وأحكام المعلمين، من الأدوات المناسبة في التعرف على السمات الشخصية، العقلية، من مثل: الطلاقة، المرونة، الأصالة في التفكير، المثابرة. كما تعتبر أحكام المعلمين من الأدوات الرئيسية في التعرف على الموهوبين (سليمان، ٢٠٠٩).

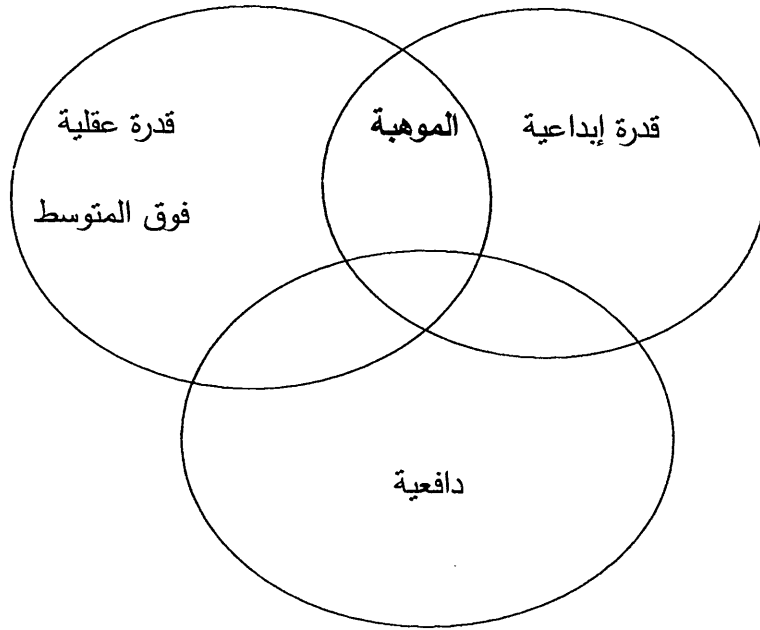
والشكل التالي يمثل مفهوم الطفل الموهوب، والأبعاد التي يتضمنها، وأدوات القياس الخاصة لكل بعد:



شكل (١)

أبعاد عملية قياس وتشخيص الطفل الموهوب
(سليمان، ٢٠٠٩)

وفيما يلي نموذج الحلقات الثلاث الذي يعبر عن تعريف رينزولي للموهبة (١٩٧٧) (مكونات الموهبة):



شكل (٢)

نموذج الحلقات الثلاث الذي يعبر عنه تعريف رينزولي للموهبة

(جروان، ٢٠٠٨)

تتكون الموهبة من تفاعل (تقاطع) ثلاث مجموعات من السمات الانسانية، وهي: قدرات عامة فوق المتوسط، مستويات مرتفعة من الالتزام بالمهام (الدافعية)، ومستويات مرتفعة من القدرات الإبداعية.

أ- قدرات عقلية فوق المتوسط (عامة وخاصة):

قدرات عامة: وتشمل تفكير مجرد، منطق لفظي وحسابي. علاقات مكانية ذاكرة طلاقة لفظية. تشكيل أنماط جديدة معالجة المعلومات السرعة والدقة. الاسترجاع الانتقائي للمعلومات.

قدرات خاصة: وتشمل تطبيق المعرفة العامة في مجال أو أكثر من النشاطات الإنسانية (فنون، قيادة، إدارة). اكتساب واستخدام سليم لمستويات متقدمة من المعرفة (معرفة حسية، تقنية، منطقية). إظهار تميز في مجالات متخصصة. تصنيف المعلومات ذات العلاقة بموضوع أو مجال معين.

ب- الدافعية: وتشمل الاهتمام الزائد، الحماسة للعمل، الانهماك والاندماج في العمل، تعلّق بمشكلة أو موضوع، احتمال العمل الصعب التصميم على إنجاز المهمة، بذل جهد في العمل ثقة بالنفس، مفهوم عالٍ للذات، دافعية للإنجاز، توقعات عالية للأداء، تحديد المشكلات ذات الأهمية، انفتاح للنقد الذاتي والخارجي، حساس تجاه نوعية عمله وأعمال الآخرين وجودتهما.

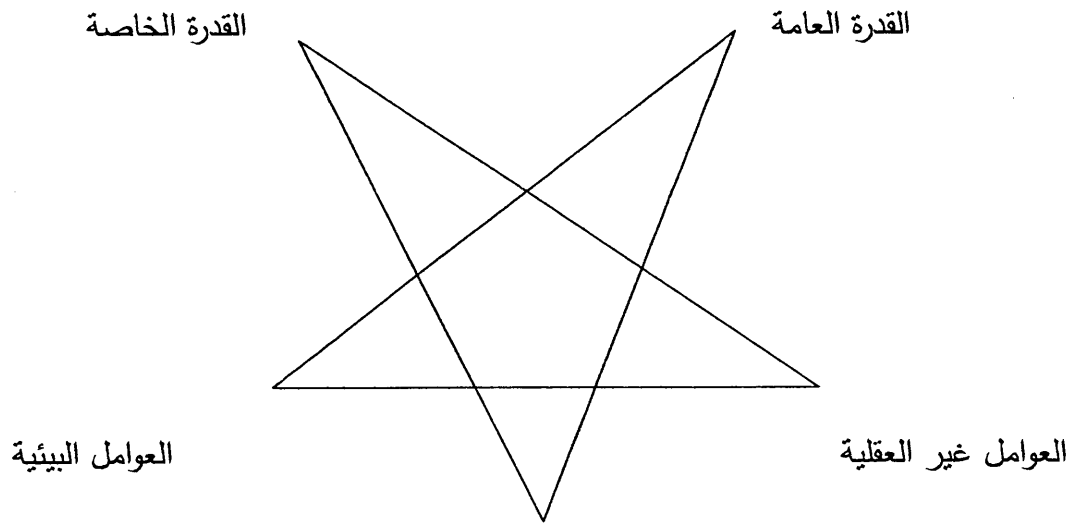
ج- قدرات إبداعية: طلاقة، مرونة، أصالة منفتح على الخبرات، خروج عن المألوف، حب الفضول، يتحمل الغموض، حساس للتفاصيل، قدرة على التلاعب بالأفكار، والمخاطرة بالأفعال والأفكار، يمتلك دوافع ذاتية وخارجية، القدرة على المغامرة.

نماذج تفسير الموهبة:

نموذج (تاتينبوم): (Tannenbaum,s Model, 1992) (في: أبو عوف، ٢٠٠٨).

يشير "تاتينبوم" إلى أن الموهبة نتيجة لتفاعل خمسة عوامل نفسية واجتماعية:

والشكل التالي يوضح نموذج تاتينبوم للموهبة:



عوامل الصدفة

شكل (٣)

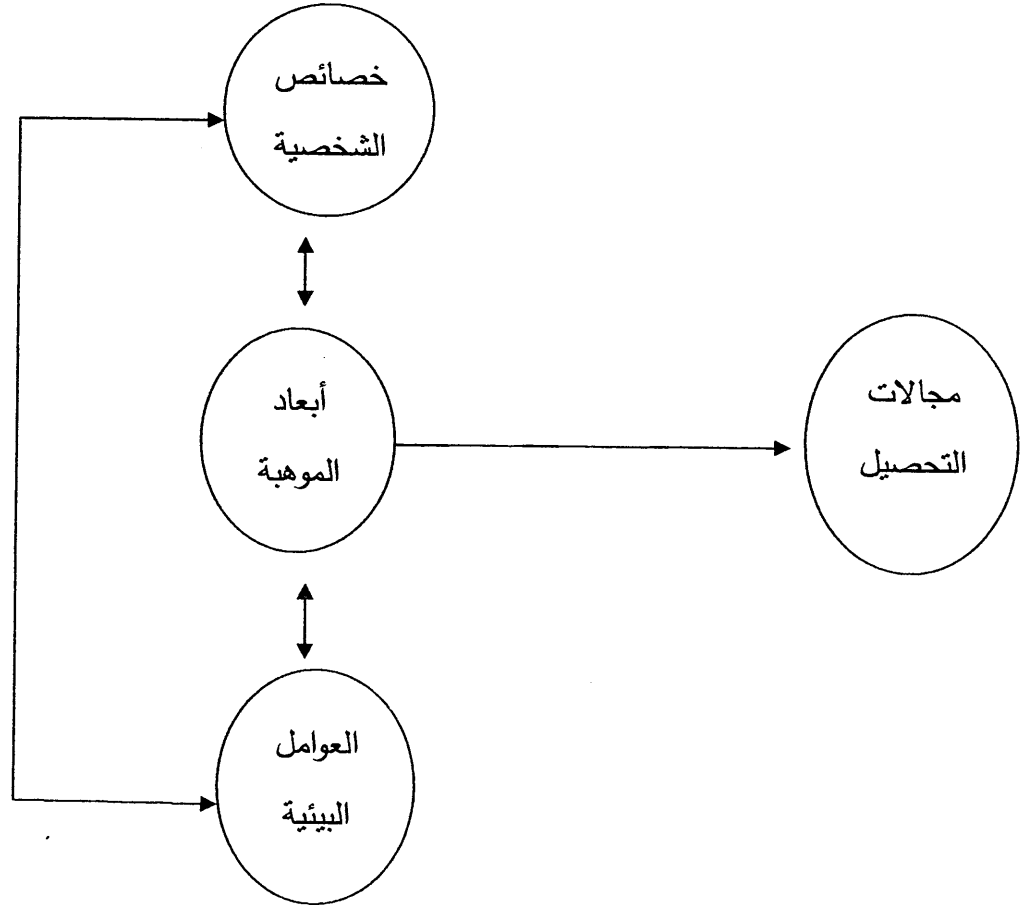
نموذج تاتينبوم Tannenbaum للموهبة

(أبو عوف، ٢٠٠٨)

- أ- القدرة العامة: General Ability : تقاس هذه القدرة عن طريق اختبارات الذكاء، فلا يمكن القول إن نسبة الذكاء ليس لها علاقة بالموهبة.
- ب- القدرة الخاصة: Special Ability: لا يمكن الاعتماد على القدرة العامة فقط في تحديد الموهبة، حيث ينبغي أن يتميز الطفل في قدرات خاصة، كالموسيقى أو الكيمياء أو الرياضيات وغيرها.
- ج- العوامل غير العقلية Nonintellective Factors: إن القدرات لا تصنع الإنجازات وحدها، حيث يجب أن يصاحبها العمل الجاد والرغبة في التضحية في سبيل الإنجاز، ولا يجب إهمال هذه العوامل.
- د- العوامل البيئية: Environment Factors : لا توجد بيئة ذات مواصفات عالمية يمكنها أن تدعى أنها تؤدي إلى نمو الموهبة، ولكن يمكن القول أن بيئة الحب والتشجيع تحقق ذلك، ويعتبر الأبوان من مصادر الدعم والتشجيع كما أن نوعية التعليم وزملاء الدراسة ووسائل تشجيع الأطفال تساعد على ظهور الموهبة.
- هـ- عوامل الصدفة Chance Factors: تؤثر هذه العوامل في إظهار الموهبة وتحقيقها، مثل: ازدياد سوق العمل، ومقابلة شخص ما ظروف معينة.

نموذج (هيلر): (Heller, s Model, 1991) (في: أبو عوف، ٢٠٠٨).

ينظر "هيلر" Heller إلى الموهبة من خلال المفهوم ذو الأبعاد المتعددة للموهبة، وإلى الأداء التحصيلي على أنه محصلة لمؤشرات الموهبة والشخصية والعوامل البيئية، كما يوضحه الشكل التالي:



شكل (٤)

نموذج "هيلر" Heller لأبعاد الموهبة

١- خصائص الشخصية: الدافعية، الاهتمام، مفهوم الذات، استراتيجيات التعلم والعمل،

التحكم في التوقعات، الرغبة في النجاح مقابل الخوف من الفشل، التعطش للمعرفة.

٢- عوامل البيئة: بيئة التعلم المعتادة، المناخ الأسري، البيئة الصفية، أسلوب التعلم،

نوعية التعليم.

٣- مجالات التحصيل: الرياضيات، العلوم الطبيعية، اللغات، الكمبيوتر، الرياضة،

العلاقات الاجتماعية.

تصنيف الموهبة:

هناك حقيقة يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار، وهي أن الموهبة ظاهرة معقدة، فلا تقتصر على الجانب المعرفي، والذي يتمثل في قوة الذاكرة والتحصيل المرتفع في عملية التعليم والتفكير العالي وما شابه ذلك، بل يمتد إلى السمات الشخصية والوجدانية والدافعية. ويمكن رؤية هذا الاتجاه الواسع لمفهوم الموهبة في المجالات القيادية (القيادة)، فكثير من المناقشات الحديثة تركز على الحاجة إلى أفراد موهوبين يمكنهم استغلال موهبتهم وقدراتهم بطريقة مميزة أخلاقية مرغوب فيها، لا يستغلون موهبتهم على سبيل المثال في تعظيم ذاتهم وتقويمها أو في الثراء الشخصي، ولكن يستغلونها في حل مشكلات المجتمع، مثل: الفقر أو التلوث البيئي أو البطالة (البحيري، ٢٠٠٢).

ويقول رينزوللي Runzulli أيضاً أن هناك قدراً من التداخل والتفاعل بين الفئتين، وأن الفئة الثانية من الموهبة تتضمن عدداً كبيراً من المجالات ويمكن تقسيمها لفئتين أخريين وهما:

١- الذكاء العلمي والالتزام بأداء المهام.

٢- الابتكارية (في: كمال، ٢٠٠٧).

ويرى بعض الباحثين أنه على المرشدين العاملين مع الطلبة الموهوبين والمتفوقين أن يأخذوا بعين الاعتبار سمة الموهبة والتفوق لتفسير الصعوبات والضغطات التي يختبرها أولئك الطلبة (Moon & Hall, 1998).

كما لاحظ نيهارت Neihart (٢٠٠٢) في مراجعة للتراث الأدبي أنه من السمات أو الخصائص المرتبطة بالموهبة والتفوق القدرة على حل المشكلات، والتقليل من تأثير الضغوط والشدائد على النفس.

(٣): الموهوبون:

يتميز الموهوبون بخصائص عامة تجعلهم مختلفين عن أقرانهم من غير الموهوبين.

ويرى علي سليمان (٢٠٠١) أن الموهوبين يتميزون بالعديد من السمات الشخصية الإيجابية، مثل: الجرأة، والمغامرة، والرغبة في التفوق، مع درجة عالية من دافعية الإنجاز، ودرجة عالية من الثقة بالنفس، واللياقة الشخصية والاجتماعية، وحسن التصرف.

بينما يرى كيتانو Kitano (١٩٩٠) أنه لدى الموهوبين من السمات والخصائص ما قد يعرضهم للمجازفة، أو يُوقعهم في مواقف صعبة مع أنفسهم ومع الآخرين، ومن بين هذه الخصائص: الحساسية الزائدة، وقوة العواطف، وردود الفعل الكمالية، والشعور بالاختلاف، والنمو غير المتوازن في المجالات العقلية والاجتماعية والعاطفية (Kitano, 1990).

تصنيف الموهوبين:

رأى جلجار Gallagher (١٩٦٦) تصنيف الموهوبين في ثلاث مجموعات، هي:

- ١- المجموعة الأولى: وتشكل ما نسبته ١٥٪ من مجتمع المدرسة، وقد ترتفع إلى ٢٠٪ من ذلك المجتمع وتبلغ نسبة ذكاء أفراد هذه المجموعة كما يقيسها مقياس ستانفورد بينيه للذكاء ١١٦ فأكثر.
- ٢- المجموعة الثانية: وتشكل ما نسبته من ٢٪ إلى ٤٪ من مجتمع المدرسة، وتبلغ نسبة ذكاء أفراد هذه المجموعة كما يقيسها مقياس ستانفورد بينيه للذكاء ١٣٢ فأكثر.
- ٣- المجموعة الثالثة: أفرادها على درجة عالية من الموهبة ولا تزيد نسبتهم عن ١٪ (أي طالب/طالبة من بين كل ألف طالب/طالبة) وتبلغ نسبة ذكاء أفراد هذه المجموعة كما يقيسها مقياس ستانفورد بينيه للذكاء ١٤٠ فأكثر (في: صبحي، ١٩٩٢).

تصنيف الطلاب الموهوبين:

قام خبراء التربية والمهتمون بفئة الموهوبين بتصنيفات لفئات متعددة للموهوبين، فقد أورد فايز الجهني (٢٠٠٨) تصنيف كرونشاك Crunckshank للموهوبين إلى مستويات ثلاثة، هي كما يلي:

- ١- الأذكاء المتفوقون: وحددت نسبة ذكائهم بين (١٢٠-١٣٥)، ويشكلون ما نسبته (٥%-١٠%).
- ٢- الموهوبون: تتراوح نسبة ذكائهم بين (١٣٥-١٤٠) إلى (١٧٠)، ويشكلون ما نسبته (١% - ٣%).
- ٣- العباقر: تتراوح نسبة ذكائهم (١٧٠) فأكثر، وهم يشكلون (٠,٠٠٠٠١%)، أي ما نسبته واحد من كل مئة ألف.

أنماط الطلاب الموهوبين:

النمط الأول: متشعبو التفكير، وهم الذين يعانون من مشكلات الذات (تدني مستوى تقدير الذات) بسبب الطريقة التي يفكرون بها، بحيث أنهم لا يجدون تقبل من زملائهم، ولا يجدون أصدقاء يتخذونهم في الفصل.

النمط الثاني: المثاليون، وهم الذين يظهرون تصرفات فيها نوع من التهور لشعورهم أن قيمتهم تتبع من خلال إنجازاتهم، وعندما يجدون أن إنجازاتهم لم تصل إلى توقعات من يريدون، يأخذهم القلق والاغتراب.

النمط الثالث: مرهفو الإحساس، وهم الطلاب الذين يكونون أكثر دراية بمحيطهم وبيئتهم وبالاختلافات فيما بينهم، والفوارق التي تميزهم عن أقرانهم، لذا قد يصابون بالإكتئاب.

النمط الرابع: المبدعون المتفوقون، وهم الذين يشعرون بالغيرة والعزلة والاكتئاب، والأرق المفرط والشعور بعدم القيمة، وضعف القدرة على التركيز.

النمط الخامس: المتمردون على المجتمع، يكون هذا الشعور عند شعورهم بالفوارق بينهم وبين أقرانهم، وقد يكون لديهم تمرد سلبي والانخراط في سلوك عدواني ضد المجتمع.

النمط السادس: المخفقون دراسياً، ولكنهم موهوبون، وهؤلاء يواجهون خطراً من نوع مختلف، فغالباً يرسب الموهوبون على الرغم من قدراتهم الذهنية، وقد يكون الموهوب الذي تعلم بسرعة في المرحلة الابتدائية قد يخفق في المرحلة المتوسطة أو الثانوية.

النمط السابع: المعاقون تعليمياً، وهم الذين لم يتم التعرف عليهم (المعادات، ٢٠٠٩).

كما أوردت هدى بيبي (٢٠٠٥) تصنيفاً آخر للسمات والخصائص التي تميز الموهوب عن غيره، وهي كالآتي:

أ- السمات العقلية التي تميزه عن غيره: وتتمثل في: (القدرة على الانتباه والملاحظة والتركيز لوقت طويل، والقدرة على الاستيعاب والفهم، والقدرة على تخزين المعلومات وتذكرها، والقدرة على التخطيط الجيد، والقدرة على التحليل، والقدرة على التركيب والتأليف، والقدرة على التقويم، والقدرة على استعمال المنطق، والقدرة على حل المشكلات).

ب- السمات اللغوية التي تميزه عن غيره: وتتمثل في أنه: (ممتاز في التواصل مع غيره، ويستقبل ما يقال له بسرعة، وسريع وصحيح في الإجابة، ويستطيع الإصغاء لفترة طويلة بدون تعب، ويمتلك عدداً كبيراً من المرادفات، ويتكلم بوضوح وسلاسة فائقة، ويستعمل عبارات كاملة وبلغية، وماهر في التعبير عن أفكاره، كما أن صوته يجذب انتباه السامع).

ج- السمات الحس-حركية التي تميزه عن غيره: وتتمثل في أنه: (يظهر توازناً وسلامة في مشيته، ويتحرك برشاقة وأناقة، وماهر في مسك القلم والتناسق في حركة العين والانتباه نحو الأصوات، والتناسق عند كتابة ما يملأ عليه في وقت محدد، والتناسق عند تناول طعامه وفي فترة محددة، وخطه واضح وجميل، وكلامه مفهوم وسليم).

د- السمات الشخصية التي تميزه عن غيره: وتتمثل في: (أن لديه حب الاستطلاع، ويتحلى بروح المثابرة، ويتمتع بمهارة القيادة، وثقته بنفسه قوية، ويتمتع بنشاط دائم، ولديه الجرأة في مواجهة التحديات، ومحبوب من الكثيرين، ولديه رغبة في مخالطة الآخرين، ويعشق النظام، وقادر على اتخاذ القرارات، ومحب للحياة، ومستمتع لبق يحترم آراء الآخرين، وينتقد بلباقة وذوق وذكاء، ويتمتع ببراعة في الإقناع (بيبي، ٢٠٠٥).

تصنيف خصائص الموهوبين وأهميتها:

يتمتع الموهوبون بقدرات خاصة تفوق ما لدى أقرانهم العاديين، فتنوع خصائص الموهوبين وسماتهم بتنوع الدراسات التي تناولتها، فقد ذكر فتحي جروان (٢٠٠٤) قوائم وتصنيفات لتلك الخصائص في مجموعات من بينها:

- خصائص عقلية، اجتماعية وعاطفية، شخصية وأخلاقية (Strang, 1958).
- خصائص اجتماعية، جسمية، وجدانية، تفكيرية (Tuttle & Becker, 1983).
- خصائص معرفية وانفعالية (Baskin, 1989).
- خصائص اجتماعية وعاطفية، جسدية، تربوية ومهنية، أخلاقية (Kauffman & Hallahan, 1992).
- خصائص معرفية، انفعالية، حسية وجسدية، حدسية (Clark, 1992).
- خصائص أخرى كخصائص التعليم والخصائص الإبداعية.

خصائص الموهوبين:

أولاً: الخصائص العقلية:

ومن أهم الخصائص العقلية للموهوبين هي:

١- الشغف بالقراءة والإطلاع في سن مبكرة.

٢- القدرة على الاستدلال والتعميم والتجريد وفهم المعاني والتفكير المنطقي وإدراك العلاقات.

- ٣- إتقان وإنجاز الأعمال العقلية بدرجة يمكن وصفها بأنها خارقة.
- ٤- مستواهم التحصيلي كبير في القراءة والحساب والأدب والفنون والعلوم، لكن لم يظهر تفوقهم في التاريخ والتربية الوطنية والهجاء والخط.
- ٥- أنه سريع التعلم والحفظ وقوي الذاكرة ومتفوق في التحصيل الدراسي، ويتميز بارتفاع نسبة الذكاء.
- ٦- قادر على التركيز والمثابرة والانتباه والملاحظة.
- ٧- محب للاستطلاع والفضول العقلي المنعكس على أسئلته المتعددة.
- ٨- ينظم الأفكار بحيث يسهل عليه صياغتها بلغة سليمة.
- ٩- يستمتع بقراءة القصص وكتابة القصائد الشعرية.
- ١٠- محب للإطلاع وعنده رغبة قوية في المعرفة، يستخدم المكتبة بفاعلية وبصورة مستمرة.
- ١١- يتناول المشكلات بأسلوب متعدد للحلول، ويستخدم الأساليب الإبداعية في معالجتها.
- ١٢- اهتمامه في المسائل والموضوعات المجردة والنظرية أكثر من اهتمامه بالموضوعات العلمية.
- ١٣- قادر على الاستنتاج والاستقراء والتعميم وتكوين ارتباطات منطقية ودقيقة ونظام جديد من العلاقات بين الأشياء.
- ١٤- قادر على القيام بعمل فعال بصورة مستقلة والاندماج في العمل.
- ١٥- قادر على التخطيط والتنظيم والاستبصار وإجراء التجارب وترتيب الأفكار والأشياء بطريقة غير عادية، ولا يتبع الأساليب الروتينية في أعماله.
- ١٦- قدرته على التعبير عن أفكاره الأصلية بسهولة ودقة وكيفية جيدة.
- ١٧- يتفوق الموهوب بالطلاقة والمرونة والأصالة وغازة التفكير والحساسية للمشكلات والاعتماد على النفس والتأمل.

١٨ - يتصف الموهوبون بتنوع اهتماماتهم وهواياتهم وكثرتها.

١٩ - يظهر الموهوبون مستويات متقدمة من التطور اللغوي والقدرة اللفظية، ويستخدمون

التعابير اللغوية في جمل مفيدة وتراكيب معقدة تؤدي معنى تاماً.

ثانياً: الخصائص الجسمية:

يظهر الاختلاف في نمو الموهوبين في النواحي الجسمية عن أقرانهم العاديين، على الرغم من أن عملية النضج عملية نسبية مختلفة من موهوب لآخر، إلا أنها متأثرة بعوامل وراثية وبيئية تظهر تلك الخصائص، ومنها:

١- إن التكوين الجسماني للموهوبين أفضل من التكوين الجسماني للعاديين في الطول والخلو من العاهات، وأنواع القصور الحسي كضعف السمع أو البصر.

٢- يسير النمو الجسمي الحركي بمعدل أكبر من معدل النمو بين العاديين، مثل: الكلام والمشي المبكر.

٣- إن الحالة الصحية العامة للموهوبين أفضل من أقرانهم العاديين.

٤- طاقته للعمل عالية ونموه العام سريع ونشاطه الحركي أكثر من أقرانه.

٥- ينام لفترة قصيرة، ويتمتع بالحيوية والنشاط.

٦- يظهر عدد من الموهوبين من به إعاقة أو مرض أو قصور في ناحية جسمية، ومع ذلك ينبغي في موهبة أو عدة مواهب.

٧- كما قد تظهر الموهبة لدى بعض الفئات ممن لديه إعاقة أو مرض أو قصور حيث ظهرت لدى بعض الموهوبين إعاقات وراثية شديدة لكنهم يمتلكون القدرة في بعض المجالات الإبداعية الضيقة، مثل: الفن، والميكانيكا، والرياضيات، والموسيقى، والذاكرة الخارقة.

ثالثاً: الخصائص الانفعالية والاجتماعية:

أثبتت الدراسات أن معظم الموهوبين يتمتعون بالتالي:

- ١- الاستقرار العاطفي والاستقلالية الذاتية.
- ٢- لديهم القدرة على تولي الأدوار القيادية على المستوى الاجتماعي في شتى مراحل دراستهم.
- ٣- أقل عرضة للاضطرابات الذهانية والعصابية من العاديين.
- ٤- يميل إلى المرح والدعابة التي تظهر في التواصل اللفظي، أو على شكل رسومات أو كتابات أو تعليقات بدون إيذاء الآخرين.
- ٥- يظهر الموهوبون عادة حساسية شديدة لما يدور في المحيط الأسري والمدرسي والاجتماعي بشكل عام، ويشعر بالضيق والفرح في مواقف قد تبدو عادية لدى غيرهم من العاديين.
- ٦- سعي الموهوب إلى الوصول لدرجة الكمالية وهي التفكير بمنطق كل شيء أو لا شيء.
- ٧- تطور مبكر للمثالية من الحكم الأخلاقي.
- ٨- شدة الوعي الذاتي والشعور بالاختلاف عن الآخرين.
- ٩- توقعات من الذات ومن الآخرين تقود غالباً لمستويات عالية من الإحباط مع الذات ومع الآخرين.
- ١٠ - الحاجة القوية للتوافق بين القيم المجردة والأفعال الشخصية.
- ١١ - الاستغراق في الحاجات العليا للمجتمع، مثل: العدالة والجمال والحقيقة.
- ١٢ - قدرة الموهوب على الوصول إلى مستوى مرتفع من حيث التكيف الشخصي والاجتماعي.
- ١٣ - اتصاف الموهوبين بمستويات عالية من الثقة بالنفس، والمثابرة وقوة العزيمة، والتفاؤل والمرح، والتعاطف مع الآخرين ورقة المشاعر.

ثانياً: الدراسات السابقة:

نستعرض في الجزء الثاني أهم الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية، وذلك على النحو الآتي:

وأجرت جريفت Griffith (١٩٩٣) دراسة بعنوان "أساليب مواجهة المراهقين لضغوط الأسرة والمدرسة والأنداد"، والتي استهدفت التعرف على أهم أساليب مواجهة المراهقين للضغوط الأسرية والمدرسية والضغوط الخاصة بالأنداد (الرفاق)، حيث تم إجراء الدراسة على عينة مكونة من (٣٧٥) مراهقاً من طلاب المدارس الثانوية، واستخدمت الدراسة قائمة من أساليب المواجهة للضغوط النفسية، وقائمة حصر السلوك، وذلك بهدف بحث الفروق النمائية والفروق الخاصة بالنوع فيما يتعلق بأساليب مواجهة المراهقين للضغوط الأسرية والمدرسية، والضغوط الخاصة بالأنداد، والعلاقة بين أساليب المواجهة والعائد المتحقق لهذه الأساليب. وقد أوضحت الدراسة النتائج التالية:

- إن المراهقين يميلون إلى تجنب المواجهة أكثر من ميلهم إلى استخدام أساليب المواجهة فيما يتعلق بالضغوط الأسرية والمدرسية، بينما يميلون إلى استخدام المواجهة دون التجنب فيما يتعلق بضغوط الأنداد.
- إن استخدام أساليب المواجهة لدى المراهقين يتزايد بتزايد الصفوف الدراسية من السابعة إلى الثانية عشر فيما يختص بالضغوط الأسرية والمدرسية.
- إن المراهقات يستخدمن كلاً من الأسلوبين (المواجهة والتجنب) لما يواجهن من ضغوط بصورة أكبر.
- إن أسلوب مواجهة الضغوط له عائد مفضل أكثر من أسلوب تجنب الضغوط (Griffith, 1993).

وقد أجرت مها درويش (١٩٩٣) دراسة هدفت التعرف إلى الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة في المرحلة الثانوية في عمان للتوافق مع الضغوط النفسية التي يتعرضون لها، والفروق بين الطلبة ذوي التحصيل المرتفع والمتوسط والمنخفض في استخدام هذه الاستراتيجيات. وتألفت عينة الدراسة من (١٠٩٤) طالباً وطالبة، حيث قامت الباحثة ببناء استبيان وتطبيقه على العينة.

وقد أشارت النتائج إلى أن استراتيجيات الطرق المعرفية، والانعزال، والاسترخاء، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والتعبير عن المشاعر كانت كثيرة الاستخدام من قبل الطلبة. في حين أن استراتيجيات التمرينات الجسمية، والتحول عن الموقف وتجنبه، وممارسة عادات معينة، والعدوان اللفظي والجسدي كانت قليلة الاستخدام من قبل الطلبة، كذلك أظهرت النتائج اختلافاً في الاستراتيجيات المستخدمة من قبل الطلبة ذوي التحصيل المرتفع والمتوسط مع الطلبة ذوي التحصيل المنخفض (درويش، ١٩٩٣).

كما قام أحمد عربيات (١٩٩٤) بدراسة هدفت التعرف إلى مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين كما يدركها المراهقون والمعلمون والمرشدون. وتألفت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالباً وطالبة (٢٠٠ من الذكور، ٢٠٠ من الإناث)، و(٨٠) معلماً ومعلمة، و(٤٠) مرشداً ومرشدة موزعين بالتساوي حسب الجنس. وبعد تحليل البيانات تبين أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت أولوية الترتيب من حيث الشدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وانفصال الوالدين، والفشل في الامتحانات المدرسية، ووقوع خلافات بين الوالدين، ووفاة أحد الأخوة. كذلك أشارت النتائج إلى أن إدراك المعلمين والمرشدين لمستوى الضغط النفسي لدى المراهقين أقل من إدراك المراهقين لمستوى الضغط النفسي لديهم، وأن الضغط النفسي لدى الإناث أعلى منه لدى الذكور. في حين كان الضغط النفسي لأفراد المرحلة الثانوية أعلى منه لدى الأفراد المرحلة الأساسية. كذلك أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في إدراك المرشدين والمعلمات والمراهقات لمستوى الضغط النفسي لديهم (عربيات، ١٩٩٤).

وفي دراسة قامت بها نسيم داود (١٩٩٥) هدفت التعرف مصادر الضغوط التي يعاني منها طلبة الصفوف من السادس إلى العاشر الأساسي في المدارس الأردنية، وعلاقة هذه الضغوط بمتغيرات التحصيل الأكاديمي والجنس والصف. تألفت عينة الدراسة من (٣٢٠) طالباً وطالبة من الصف السادس وحتى الصف العاشر، طبق عليها قائمة مصادر الضغوط. وقد أظهرت النتائج أن أهم الضغوط بالنسبة للطلبة هي المتعلقة بالمدرسة والجو الصفّي والانفعالات والمشاعر والمخاوف. وأن أقلها أهمية هي المتعلقة بالأمور المالية وبالعلاقة مع الأبوين. وأن الضغوطات المتعلقة بالمستقبل وبالعلاقة مع الزملاء ومع المدرسين متوسطة الأهمية. وقد أجرى

تحليل التباين متعدد المتغيرات والذي أظهر وجود أثر لمتغيرات الجنس والصف والتفاعل بينهما على المتغير التابع وهو مجالات الضغوط، كذلك وجود ارتباط سالب بين درجة الطالب على قائمة الضغوط ومعدلة الدراسي، وقد فسرت مصادر الضغوط المتعلقة بالمدرسة (٤٣%) من التباين في معدل علامات الطلاب (داوود، ١٩٩٥).

وفي دراسة مثيا وماكريتر وهولي Metha, McWhirter & Hawley (١٩٩٧) بعنوان أفكار الانتحار والاكتئاب، وأحداث الحياة الضاغطة لدى المراهقين الموهوبين، هدفت التعرف على أهم الضغوط والمشكلات النفسية التي يعاني منها فئة الموهوبين، وعددهم (٣٤)، ونتيجة تعرضهم لبعض الأحداث المؤلمة في حياتهم، ومقارنة مردودات هذه الضغوط التي يعاني منها بعض المراهقين غير الموهوبين وعددهم (٢٨). وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج كان من أبرزها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة الموهوبين وغير الموهوبين في كل من قائمة (بيك) للاكتئاب واستمارة المقابلة لصالح عينة الدراسة من الموهوبين، كما أن هناك بعضاً من الموهوبين قد يتجهون إلى تعاطي المخدرات والكحوليات هروباً من الشعور بالاكتئاب وضغوط الحياة المتكررة والمتغيرة (Metha, & McWhirter, 1997).

كما قام نزيه حمدي ونسيمة داوود (١٩٩٧) بدراسة هدفت استقصاء العلاقة بين مفهوم الذات ومصادر الضغوط لدى عينة من (٣٢٠) طالباً وطالبة من الصفوف السادس وحتى العاشر في مدينتي عمان والزرقاء. حيث استخدم لأغراض الدراسة قائمة مصادر الضغط النفسي وقائمة مفهوم الذات. وقد أظهرت النتائج وجود ارتباطات سالبة ذات دلالة بين الدرجة الكلية لمفهوم الذات وكل من الدرجة الكلية لمصادر الضغوط والدرجات الفرعية لمجالات مصادر الضغط كل على حدة (حمدي وداوود، ١٩٩٧).

وفي دراسة أجراها ديندا وبرادلي Deanda & Bradley (١٩٩٧) حول الضغوط النفسية ومصادرها وأساليب تدبرها لدى المراهقين في المرحلة الإعدادية، تم تطبيق مقياسين للتقرير الذاتي على ٥٤ مراهقاً في لوس أنجلوس، هدفهما معرفة خبرة المراهقين بالضغط النفسي ومصادره التي تحيط بهم، وأساليب التدبر التي استخدموها للتعامل مع هذه الضغوط. وكانت الضغوط المتعلقة بالمدرسة الأكثر تكراراً، يليها الضغوط المتعلقة بالأخوة والآباء (دون الأمهات).

وبالنسبة لتدبر المراهقين لهذه الضغوط، فقد استخدم الطلبة قليلاً من أساليب التدبر، وكانت نسبة النجاح فيها متدنية. وكانت أكثر الاستراتيجيات استخداماً هي أساليب التدبر التكيفية (adaptive coping)، خاصة طلب المساعدة، والاسترخاء، والانشغال، والسيطرة المعرفية، والتفريغ الانفعالي Affective Release (Deanda & Bradley, 1997).

وأجرت رشا راغب (١٩٩٨) دراسة بهدف معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية، بالإضافة لمعرفة الفروق بين طلاب وطالبات الصف الثالث الثانوي العام، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من بين مدارس محافظة الإسماعيلية، وقد تم استخدام مجموعة من الأدوات تمثلت في مقياس الضغوط النفسية لطلبة المرحلة الثانوية من إعداد الباحثة، بالإضافة إلى استبيان مستوى الطموح للراشدين، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية (راغب، ١٩٩٨).

وفي دراسة سادوسكي Sadowski (١٩٩٨) بعنوان: ضغوط السلطة ومدى تأثيرها السلبي في عينة من الموهوبين، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الخلفية الاجتماعية وضغوط الخبرات المؤلمة على الأطفال الموهوبين والذين تسربوا من المدرسة نتيجة هذه الضغوط وتوصلت هذه الدراسة إلى أبرز النتائج التالية:

أ- إن هناك دوراً سلبياً تلعبه الأسرة تجاه أبنائها رغم تمتعهم بكثير من المواهب، وكذلك هناك دور للأقران والأصدقاء والخبرات التربوية والتاريخ النفسي.

ب- توجد ضغوط بسبب عدم التوافق النفسي بين هؤلاء الأطفال وآبائهم، كما أن تعاطي هؤلاء الأطفال لبعض العقاقير والكحوليات ينتج من هذه المشكلات، إضافة إلى مرافقة هؤلاء الأطفال لأصدقاء منحرفين من أسر فقيرة، مما كان له بالغ الأثر في تسرب الأطفال (سادوسكي، ١٩٩٨).

ودرس كلاً من عبد الحي علي ومنصور محمد (١٩٩٩) طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية وقلق الامتحانات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة ببناها، وشملت عينة الدراسة ٢١١ طالباً بالجامعة، من التخصصات العلمية والأدبية، وتم استخدام مقياس الضغوط النفسية

ومقياس قلق الامتحانات، ودرجات الطلاب في نهاية العام الدراسي، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة داله إحصائياً بين التحصيل وكل من الضغوط النفسية وقلق الامتحان (علي ومحمد، ١٩٩٩).

وقامت شهلا الأطرش (٢٠٠٠) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مصادر ومستويات الضغوط النفسية التي يواجهها طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة في الجامعة الأردنية في عمان، واستراتيجيات التوافق المستخدمة من قبل هؤلاء الطلبة للتوافق مع هذه الضغوط. تألفت عينة الدراسة من (٩٤١) طالباً وطالبة (٣٥٨ ذكور، ٥٨٣ إناث) يمثلون جميع كليات الجامعة الأردنية. وقد أظهرت النتائج أن مصادر الضغوط التي يواجهها الطلبة في الجامعة الأردنية تقع ضمن سبعة أبعاد رئيسية هي: الضغوط الأكاديمية، والشخصية، والاجتماعية، والانفعالية، والصعوبات المالية، والصعوبات المتعلقة بكل من الوقت والبيئة. كذلك فقد بينت نتائج الدراسة أن استراتيجيات التوافق المستخدمة من قبل طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة تقع ضمن تسع استراتيجيات هي: الدعم الاجتماعي، والاستراتيجية المعرفية، والاسترخاء، والمحافظة على الضبط الذاتي، والحديث الإيجابي مع الذات، والدعابة والمرح، ومكافأة الذات، وممارسة التمارين الرياضية، والعزلة والوحدة. وأشارت النتائج إلى وجود اتفاق بين طلبة السنة الأولى والسنة الرابعة من حيث أكثر استراتيجيات التوافق استخداماً من قبل هؤلاء الطلبة وهي استراتيجية الحديث الإيجابي الذاتي والاستراتيجية المعرفية والمحافظة على الضبط الذاتي (الأطرش، ٢٠٠٠).

وقد قامت لومان وجارفيس Lohman and Jarvis (٢٠٠٠) بإجراء دراسة حول الضغوط النفسية وأساليب التدبر والصحة النفسية في نطاق الأسرة لعينة من ٤٢ مراهقاً تراوحت أعمارهم ما بين ١١ و١٨ عاماً. وتم استقصاء إدراك مصادر الضغط النفسي بين الأجيال وأساليب التدبر بغرض معرفة مدى الانسجام عند مقارنة التقرير الذاتي للمراهقين عن أنفسهم وتقرير الوالدين عنهم، كما تم مقارنة تقرير المراهقين عن والديهم وتقرير الوالدين عن أنفسهم. وجاءت النتائج لتدعم الافتراض القائل بوجود انسجام أكبر بين تصور الوالدين وابنهما المراهق في البيئة الأسرية الأكثر تماسكاً حول الضغوط المؤثرة على كل من الوالدين والابن وحول أساليب تدبرها، وكانت أساليب التدبر فيها أكثر تكيفاً، كما ارتبطت بارتفاع الدرجات على مقياس الصحة النفسية كذلك (Lohman & Jarvis, 2000).

في حين قامت كوبس ورييس Kobus and Reyes (٢٠٠٠) بدراسة لفهم الضغوط ومواجهتها، حيث أجريت الدراسة على المراهقين المكسيكيين. تألفت عينة الدراسة من (١٥٨) مراهق من ذوي الدخل المنخفض من طلبة الصف العاشر. وقد وجد أن أكثر الضغوط المؤثرة تمثلت بالضغوط المتصلة بالعائلة، وأن أكثر الاستراتيجيات المستخدمة في مواجهة الضغوط كانت متمثلة في الدعم العائلي والاجتماعي، والاعتماد على الذات، وتجنب السلوكات. وأن أكثر فائدة تم تحصيلها كانت من خلال المعاملة المتصلة بالمدرسة لمواجهة الضغوط (Kobus & Reyes,2000).

وفي دراسة عبد الرحيم محاسنة (٢٠٠١) التي هدفت إلى الكشف عن مشكلات الموهوبين وحاجاتهم الإرشادية، فقد وجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في الحاجات والمشكلات بين الطلبة المتميزين والعاديين في خمسة أبعاد لصالح الطلبة العاديين، وهي (الخوف من الفشل، وعدم تفهم الوالدين لحاجاتهم الشخصية، والإحساس بالإحباط والعجز عن التغيير، وافتقار القدرة على اتخاذ القرار ومفهوم الذات)، أما في بعدي (السعي نحو الكمال والمواد الدراسية غير المتحدية لقرائهم) فقد كانت الفروق لصالح الطلبة المتميزين. من جهة أخرى وجدت فروق بين الذكور والإناث المتميزين في أربعة أبعاد، إذ كانت الفروق لصالح الذكور في ثلاثة منها هي (عدم تفهم الوالدين لحاجاتهم الشخصية وسوء التكيف المدرسي، والإحساس بالإحباط والعجز عن التغيير)، بينما كانت الفروق لصالح الإناث في بعد (السعي نحو الكمال)، ولم تظهر فروق ذات دلالة بينهما على بقية الأبعاد (محاسنة، ٢٠٠٠).

وقد تناولت دراسة صابر محمد (٢٠٠١) بعض الضغوط النفسية في ضوء الاتجاه الديني وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من ٣٦٠ طالباً وطالبة واستخدم استبيان الضغوط النفسية من إعداد الباحث، واستبيان الاتجاه الديني من إعداد الباحث، ومقياس التحصيل الدراسي، وتمثلت نتائج الدراسة في وجود علاقة ارتباطية بين الاتجاه الديني وبعض أبعاد الضغوط النفسية، حيث كانت هذه العلاقة موجبة مع ضغوط كل من العلاقة بين الزملاء والأوضاع المجتمعية والهيئة المدرسية، كما وجدت علاقة ارتباطية دالة موجبة بين التحصيل الدراسي والدرجة الكلية للضغوط النفسية (محمد، ٢٠٠١).

وفي دراسة لأبو سليمان بهجت (٢٠٠٢) بعنوان "فاعلية برنامج تدريبي للضبط الذاتي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية"، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى الضغط النفسي على مستوى الأداة ومجالاتها، لصالح المجموعة التجريبية. كما أظهرت النتائج وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى الضغط النفسي فيما يخص المجال الثالث (البعد النفسي)، بين المجموعتين لصالح التجريبية. في حين لم يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية على بقية المجالات (المعرفي والفسولوجي) وعلى أداة الدراسة ككل (بهجت، ٢٠٠٢).

وهدف دراسة بيرن ومازانو (Byrn and Mazanow, ٢٠٠٢) إلى تحديد مصادر الضغط النفسي التي تواجه المراهقين، وإلى تحديد أبرز المشاكل النفسية والجسدية التي تؤثر على حياة المراهق. تكونت عينة الدراسة من (٦٤١٠) مراهقين، (٥١٦) ذكراً (٤٨٤) إناثاً، تتراوح أعمارهم بين (١٣-١٧) سنة من مدارس ثانوية في مدينة كانبيرا في استراليا. وأظهرت نتائج الدراسة أن من أهم مصادر الضغط النفسي التي يعاني منها المراهقون في استراليا، القلق والتوتر والإصابة ببعض الأمراض والخوف من المستقبل (Byrn & Mazanow, 2002).

كما هدفت دراسة منى عبد الله (٢٠٠٢) إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية، وذلك باستخدام (مقياس أساليب المواجهة من إعداد الباحثة)، وذلك على عينة بلغت (١٠٧٣) طالباً وطالبة بالمرحلتين الإعدادية والثانوية، تتراوح أعمارهم بين (١٢ - ١٨) عاماً، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها، أن الأساليب السلبية في مواجهة الضغوط احتلت المراكز الأولى في الترتيب العام لأساليب مواجهة الضغوط (الإنكار - الاستسلام - التنفيس الانفعالي)، كما كشفت عن وجود فروق دالة إحصائية بين عيني الطلاب والطالبات على ثماني أساليب للمواجهة، كذلك وجود فروق دالة إحصائية بين طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية على خمسة عشر أسلوباً من أساليب المواجهة (عبد الله، ٢٠٠٢).

وأجرى أحمد البحراوي (٢٠٠٣) دراسة هدفت إلى التعرف على الفروق في أساليب مواجهة الضغوط بين الطلاب والطالبات لدى الشريحتين الاجتماعيتين العليا والدنيا. حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالباً وطالبة، تم تقسيمهم إلى (١٠٠) طالب، و(١٠٠) طالبة، حيث تم تقسيم الطلاب إلى ذوي مستوى مرتفع ومنخفض. أظهرت نتائج الدراسة أن الطلاب الذكور لديهم القدرة على تحمل الضغوط النفسية أكثر من الطالبات الإناث، وأن من ينتمون للمستوى الاجتماعي المرتفع أكثر فاعلية ممن ينتمون للمستوى الاجتماعي المنخفض (البحراوي، ٢٠٠٣).

وقام محمد جاسم محمد (٢٠٠٤) بدراسة العلاقة بين الضغوط النفسية والتحصيل الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين، وقد بلغ حجم العينة ٤٧٦ طالباً وطالبة من جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، و٤٧٥ طالباً وطالبة من جامعة وادي النيل، ومن طلبة الصفين الأول والرابع فقط، ومن ثمان كليات علمية وإنسانية، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين نوع الضغوط والتحصيل الأكاديمي لدى أفراد العينة، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين نوع الضغوط تبعاً للجنس، والفصل الدراسي، والتخصص الدراسي، وكانت أكثر العوامل تأثيراً في التحصيل الأكاديمي، هي: العوامل الاقتصادية والاجتماعية والأسرية، وإلى حد ما الأكاديمية والذاتية المرتبطة بعامل الجنس والتوافق والصحة النفسية (محمد، ٢٠٠٤).

وفي دراسة زين الدين حنان (٢٠٠٥) بعنوان " أنماط تعلق المراهقين بالوالدين وعلاقتهما بتقديرهم لشدة الضغوط النفسية وأساليب تدبرهم لهذه الضغوط "، وقد شملت العينة (٣٦٥) طالباً: ١٧٧ طالباً، ١٨٨ طالبة) من طلبة الصفين العاشر والأول الثانوي في مدينة عمان. حيث بينت النتائج أن الضغوط الخمسة الأكثر شدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وفاة أحد الأخوة، انفصال الوالدين، وفاة صديق، عدم وجود أصدقاء مخلصين. أما أكثرها تكراراً فكانت: عدم وجود شيء تفعله وقت الفراغ، التعرض للضغط للحصول على علامات عالية، تحيز المعلمين، التعرض للمرض أو الإصابة به، ومرض أحد الأخوة. أما بالنسبة للفروق بين الجنسين، فقد تبين من نتائج الدراسة أن الإناث أكثر تقديراً لشدة الضغوط النفسية من الذكور، وقد كانت الإناث أكثر استخداماً لأسلوب الانسحاب السلوكي وأكثر لجوءاً إلى أساليب التدبر غير الفاعلة مقارنة بالذكور (حنان، ٢٠٠٥).

وأجرى هاني الأهواني (٢٠٠٥) دراسة هدفت الكشف عن مصادر الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية، وبلغت عينة الدراسة ٣٦٠ طالباً وطالبة المقيد من طلاب الصف الثالث الثانوي العام والأزهري في العام الدراسي ٢٠٠٤/٢٠٠٥، واستخدم مقياس مصادر الضغوط النفسية المدرسية من إعداد محيي الدين (٢٠٠٤)، ومقياس فاعلية الذات الأكاديمية من إعداد الباحث، ونتج عن الدراسة وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين مصادر ضغوط البيئة المدرسية وفاعلية الذات الأكاديمية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مصادر ضغوط البيئة المدرسية بين المجموعتين (الأهواني، ٢٠٠٥).

وأجرت أمل أبو عزام (٢٠٠٥) دراسة بعنوان "أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية". وهدفت الدراسة إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٣٤) طالباً و(٤٥٧) طالبة، واستخدمت الدراسة مقياس (سمات الشخصية من إعداد الباحثة)، ومقياس أساليب المواجهة من إعداد: منى عبد الله (٢٠٠٢). ومن نتائج الدراسة أن أهم الأساليب التي يعتمد عليها الطلاب هي اللجوء إلى الله، ثم المواجهة وتأكيد الذات، ثم تحمل المسؤولية، كذلك وجود علاقة بين طبيعة المدارس التابع لها الطلاب وبين الدراسة عن وجود علاقة بين الجنس وبين عدد من أساليب مواجهة الضغوط، كانت لصالح الذكور في أربعة أساليب، ولصالح الإناث في ثلاثة أساليب (أبوعزام، ٢٠٠٥).

وتناول محمود سعيد (٢٠٠٥) دراسة الضغوط النفسية الدراسية وعلاقتها بمفهوم الذات الأكاديمي لدى طلاب الثانوية العامة، وبلغت العينة ٣٣٦ طالباً وطالبة من طلبة الصفين الثاني والثالث الثانوي في عدد من المدارس في خمس محافظات بمصر، وتم تطبيق مقياس مصادر الضغوط الدراسية، ضم ضغوط البيئة المدرسية، والمناهج، والواجبات، والمدرسين، والإدارة، والرفاق، والدروس الخصوصية، والاختبارات، وآخر في مفهوم الذات الأكاديمي، وكشفت نتائج الدراسة عن أن زيادة معدلات درجات الضغوط النفسية للطلبة تؤدي إلى تدني في مفهوم الذات الأكاديمي، وعدم وجود فروق دالة في إدراكهم لمصادر الضغوط، وأن مفهوم الذات الأكاديمي ترجع لمتغير الصف والجنس (سعيد، ٢٠٠٥).

كما أجرت نسرين العتيبي (٢٠٠٧) دراسة هدفت إلى الكشف عن الضغوط النفسية، والعلاقات الاجتماعية لدى المراهقين في المدارس الخاصة المختلطة، وغير المختلطة، وتطوير برنامج يساعد في تحسين قدرة المراهق على التعامل مع الضغوط، وتنمية العلاقات الاجتماعية. ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة عشوائية طبقية تكونت من (٦٩٩) طالباً وطالبة، أي ما نسبته (٥%) من مجتمع الدراسة، وقد تم تطوير أداتين للبحث، وهما: مقياس الضغوط النفسية للمراهقين، ومقياس العلاقات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين في المدارس الخاصة المختلطة، وغير المختلطة. كما تم التحقق من صدق الأداتين بعرضهما في صورتهم الأولى على (١٠) محكمين، وتم حساب ثبات الأداتين باستخدام إعادة الاختبار (Test-retest). وتم تطبيق أدوات الدراسة على العينة لاكتشاف الضغوط النفسية ودرجة العلاقات الاجتماعية لدى المراهقين. وأظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة المراهقين يتعرضون لضغوط نفسية تختلف باختلاف مصادرها. أما بالنسبة للعلاقات الاجتماعية، فقد أظهرت النتائج وجود علاقات اجتماعية لدى الطلبة المراهقين في المدارس المعنية في الدراسة. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية، تعزى لتفاعل نمط التعليم (مختلط/ غير مختلط)، والجنس في معظم مجالات الدراسة، في كلا المقياسين (العتيبي، ٢٠٠٧).

وفي دراسة أجراها الكيكي (٢٠٠٧) بعنوان مصادر الضغوط النفسية التي تواجه طلاب المدارس الثانوية الموهوبين في محافظة الزرقاء، استهدف البحث التعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الطلبة الموهوبين في المدارس الثانوية والتعرف على الفروق في الضغوط النفسية بين طلبة المرحلة الثانوية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)، وقد اختيرت عينة عشوائية بلغت (٢٣٠) طالباً وطالبة من الصف الأول الثانوي في محافظة الزرقاء. ولغرض تحقيق أهداف البحث فقد أعد الباحث مقياساً لذلك، وقد أظهرت النتائج أن هناك ضغوطاً نفسية تواجه طلبة المدارس الثانوية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث) من أبرزها الضغوط المدرسية، كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين طلبة المدارس الثانوية وفقاً لمتغير الجنس (الكيكي، ٢٠٠٧).

كما هدفت دراسة حنان طقش وآخرون (٢٠٠٩) إلى تعرف مصادر الضغط النفسي التي يعاني منها طلبة المراكز الريادية للموهوبين والمتفوقين واستراتيجيات التعامل معها، وتوصلت إلى أن (مجال الانفعال والمشاعر والمخاوف) من أهم مجالات مصادر الضغوط، يليه (التحصيل الدراسي)، وأن أقلها (الأموال المالية والاقتصادية)، (والعلاقات مع الوالدين والأخوة)، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى الجنس في مجالات مصادر الضغط، كما تبين أن أكثر استراتيجية تعامل مع الضغوط استخداماً هي (العنوان اللفظي والجسدي)، ثم (الطرق المعرفية) وأقلها (الانعزال). بينما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في استخدام استراتيجية (ممارسة عادات معينة)، لصالح الذكور. كما ظهر ارتباط ذي دلالة بين استراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي وجميع مجالات مصادر الضغوط باستثناء التحصيل الدراسي (طقش، ٢٠٠٩).

وفي دراسة لبترسون ودونسان وكندي Peterson, Duncan, Canady (٢٠٠٩) أجريت على مجموعة من ١٢١ طفلاً، من الموهوبين، تم تتبعهم حتى التخرج من المدرسة الثانوية، تبين من الدراسة أن الطلاب واجهوا العديد من الأحداث السلبية خلال سنوات الدراسة، أكثرها التحديات الأكاديمية والعلاقات مع الزملاء، وأن الطلاب الموهوبين لا يعبرون عن ضيقهم للبالغين، وإن لديهم القدرة على إدارة الضغوط بشكل جيد (Peterson, Duncan & Canady, 2009).

وأجرى عادل الهلالي (٢٠٠٩) دراسة بعنوان " بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة "، والتي تهدف لمعرفة أساليب مواجهة الضغوط لدى الطلاب، الإيجابية منها، والسلبية، وترتيبها على مدرج أساليب المواجهة، كما يهدف إلى التعرف على الفروق في متوسط درجات أساليب مواجهة الضغوط بين طلاب مرحلتي المتوسط والثانوي، وأيضاً التعرف على الاختلافات في متوسط درجة الطلاب على مقياس مواجهة الضغوط باختلاف الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي في دراسته، وقام الباحث باستخدام مقياس أساليب مواجهة الضغوط.

- وتكونت عينة البحث من (٥٤٧) طالباً، (٢٥٩) طالباً من التعليم المتوسط، (٢٨٨) طالباً من التعليم الثانوي ، تتراوح أعمارهم بين (١٣-١٨) سنة ومن أبرز ما توصلت إليه الدراسة:
- وقوع أساليب المواجهة الإيجابية في المراتب الأولى على مدرج أساليب الضغوط بشكل عام، حيث جاء أسلوب اللجوء إلى الله أولاً، وأسلوب تحمل المسؤولية ثانياً، وأسلوب المواجهة وتأكيد الذات ثالثاً، وأسلوب التحليل المنطقي رابعاً، وأسلوب ضبط الذات خامساً.
 - عدم تأثر أساليب مواجهة الضغوط مرحلتي تعليم المتوسط والثانوي إلا على أربعة أساليب فقط، وهي: ضبط الذات، ولوم الذات، والانعزال، والاسترخاء، والانفصال الذهني، مقابل أربعة عشر أسلوباً غير دالة.
 - ضعف تأثير الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم على أساليب مواجهة الضغوط.

ودرس إيهاب شحاتة (٢٠١٠) العلاقة بين إدارة الذات وضغوط الدراسة لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية، وتكونت عينة الدراسة من ١٢٣ طالباً وطالبة، واستخدم في الدراسة مقياس ضغوط الدراسة من إعداد عبد الباسط، ومقياس إدارة الذات لطلاب المرحلة الثانوية من إعداد الباحث، وأوضحت الدراسة وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين إدارة الذات وضغوط الدراسة، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب الصف الأول وطلاب الصف الثاني على مقياس ضغوط الدراسة وذلك في اتجاه طلاب الصف الأول (شحاتة، ٢٠١٠).

وقد أجرت نوال النفيسي (٢٠١٢) دراسة بعنوان مصادر الضغوط النفسية لدى الطالبات الموهوبات دراسة ميدانية لعينة من الطالبات الموهوبات بشرق مدينة الرياض. وتألقت عينة الدراسة من (٢٥٠) طالبة بالمرحلة الثانوية، طبق عليهن قائمة مصادر الضغوط النفسية، وسعت هذه الدراسة إلى الكشف عن مصادر الضغوط النفسية التي تعاني منها الطالبات الموهوبات أسرياً وأكاديمياً أثناء عملية تكيفهن مع المجتمع. ركزت هذه الدراسة على معرفة الضغوط الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية للطالبات الموهوبات، والتي يمكن أن تؤثر في ظهور الموهبة أو حجبها، ودور هذه العوامل في ظهور الضغوط أمام هؤلاء الطالبات. وقد أوضحت الدراسة النتائج التالية:

- إن غالبية أسر الموهوبات يتراوح عدد أفرادها من ٧-٩ وعدد قليل منهن من ١-٣ أفراد.
- اتفقت هذه الدراسة مع بعض الدراسات السابقة في أن الموهوب يحتل المركز الأوسط بين الإخوة والأخوات.
- غالبية الطالبات الموهوبات يرين أن الموهبة سببت لهن كره الدراسة، والبعض يرين أنها زادت من محبة الآخرين لهن، وعدد قليل يرين أنها سببت لهن مشاكل مع الآخرين.
- كانت أكثر الضغوط الاجتماعية شيوعاً لدى الطالبات الموهوبات هي: الشعور بالعزلة الاجتماعية.
- التمرد على أوامر الأهل والمعلمات.
- عدم تقنهن بما يملكن من موهبة.
- الضغوط الأكاديمية الأكثر أهمية (النفيسي، ٢٠١٢).

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد استعراض مجموعة من الدراسات العربية والأجنبية المتعلقة بالضغط النفسية يمكن ملاحظة ما يلي:

أولاً: من حيث المنهج:

يلاحظ على الدراسات السابقة أن معظمها استخدم المنهج الوصفي الارتباطي وبعضها استخدمته بالإضافة للمقارن، وباستخدام المسح لجمع البيانات مع تحليل المعلومات للتوصل إلى النتائج لوصف الواقع وفهمه وتطويره، أما الدراسات التي استخدمت المنهج التجريبي فهي قلة. ثانياً: من حيث أدوات الدراسة:

تنوعت أدوات الدراسة في الدراسات السابقة، ومنها:

المقاييس: مثل، مقياس ضغوط الدراسة في دراسة شحاتة (٢٠١٠)، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط لمنى عبدالله (٢٠٠٢).

الاختبارات: مثل اختبارات حسابية لكوزي (١٩٩١).

القوائم: كما في قائمة حصر السلوك لجريفت (١٩٩٣).

الاستبيان: مثل استبيان الاتجاه الديني في دراسة محمد (٢٠٠١).

ثالثاً: من حيث عينات الدراسة:

يلاحظ على اختيار العينة أنها كانت مختلفة من حيث طريقة الاختيار والحجم والمراحل

التعليمية.

رابعاً: الفئات العمرية:

تناولت الدراسات السابقة كل المراحل التعليمية من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة الجامعية، وقد ركزت معظمها على المرحلة الثانوية، وتتفق الدراسة الحالية مع معظم الدراسات التي تناولت المرحلة الثانوية بصفوفها الأول والثاني والثالث الثانوي.

خامساً: من حيث الهدف من الدراسة:

أ- هدفت بعض الدراسات إلى محاولة تحديد وفحص والتعرف على مصادر المشكلات والضغوط النفسية في المجال المدرسي كما في دراسة الأهواني (٢٠٠٥).

ب- دراسات هدفت إلى بحث أثر وتحديد العلاقة بين الضغوط النفسية في المجال المدرسي والتحصيل؛ والإنجاز الأكاديمي، كما في دراسة راغب (١٩٩٨)، ومحمد (٢٠٠١).

ج - دراسات تناولت العلاقة بين الضغوط النفسية المدرسية والصحة النفسية في جوانب متعددة منها علاقتها بكل من: استراتيجيات التوافق، كما في دراسة بارسونز وآخرون (١٩٩٦)، وإدارة الذات، كما في دراسة شحاتة (٢٠١٠).

د- دراسات أخرى تناولت تحديد العلاقة بين الإنجاز الأكاديمي والصحة النفسية.

هـ - دراسات تناولت العلاقة بين ضغوط الحياة ونوعية الصلابة النفسية، كما في دراسة كوزي (١٩٩١).

و- دراسات تناولت الفروق الخاصة بالنوع فيما يتعلق بأساليب مواجهة المراهقين للضغوط الأسرية والمدرسية والضغوط الخاصة بالأنداد، كما في دراسة جريفت (١٩٩٣).

ز- دراسات هدفت إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما في دراسة أمل أبو عزام (٢٠٠٥).

سادساً: من حيث نتائج الدراسة:

أ - أشارت الكثير من الدراسات التي تناولت ضغوط الدراسة وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين المتغيرين، وذلك كما أشارت إليه دراسات كل من راغب (١٩٩٤)؛ علي ومحمد (١٩٩٩)؛ محمد (٢٠٠١)؛ محمد (٢٠٠٤)؛ سعيد (٢٠٠٥) والأهواني (٢٠٠٥). مما يؤكد التأثير السلبي لضغوط الدراسة على الإنجاز الأكاديمي.

ب - وعن علاقة الإنجاز الأكاديمي بالصحة النفسية، فقد بينت العديد من الدراسات وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المتغيرين، وذلك كما أشارت إليه دراسات كل من؛ بارسونز وآخرون (١٩٩٦).

ج- وعن علاقة الضغوط المدرسية ببعض المتغيرات الشخصية وغير المعرفية فقد بينت بعض الدراسات السابقة وجود فروق دالة إحصائياً في الضغوط المدرسية تعزى لجنس الطالب، مثل دراسة أبو زيد (١٩٨٥). بينما أوضحت بعض الدراسات عدم وجود فروق دالة إحصائياً في ضغوط الدراسة تعزى للصف، مثل: دراسة كل من: محمد (٢٠٠٤)، وسعيد (٢٠٠٥)، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الضغوط المدرسية تعزى لجنس الطالب، مثل: دراسة كل من محمد (٢٠٠٤)؛ وسعيد، ٢٠٠٥، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في ضغوط الدراسة لنوع التعليم، مثل: دراسة الأهواني (٢٠٠٥).

د - أشارت بعض الدراسات السابقة إلى علاقة الإنجاز الأكاديمي ببعض المتغيرات، فقد بينت العديد منها وجود فروق داله إحصائياً في الإنجاز الأكاديمي تعزى لجنس الطالب، كما في دراسة محمد (٢٠٠٤)، وفروق دالة إحصائياً في الإنجاز الأكاديمي تعزى للصف، كما في دراسة محمد (٢٠٠٤)، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الإنجاز الأكاديمي تعزى للصف والجنس، كما في دراسة سعيد (٢٠٠٥).

هـ- تبين من الدراسات السابقة أن أكثر الاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة الضغوط تتمثل في الدعم العائلي والاعتماد على الذات، كما في دراسة (Kobus & Reyes, 2000)، ودراسة شهلا الأطرش (٢٠٠٠)، بينما يرى درويش (١٩٩٣) أن هناك ارتباط بين التحصيل الدراسي واستراتيجية مواجهة الضغوط. وقد توصلت دراسة محمد (٢٠٠١) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين التحصيل الدراسي والدرجة الكلية للضغوط النفسية بخلاف دراسة علي ومحمد (١٩٩٩)، و رشا راغب (١٩٩٨) التي توصلت إلى وجود علاقة سالبة داله إحصائياً بين التحصيل وكل من الضغوط النفسية. واتفقت دراسة البحراوي (٢٠٠٣) وأمل أبو عزام (٢٠٠٥) على أن الطلاب الذكور لديهم القدرة على تحمل الضغوط النفسية أكثر من الطالبات الإناث، وبالتالي تختلف هذه النتيجة مع دراسة زين الدين حنان (٢٠٠٥) التي نتج عنها أن الإناث أكثر تقديراً لشدة الضغوط النفسية من الذكور.

و- كان من أهم ما توصلت إليه الدراسات السابقة أن مصادر الضغط النفسي مرتبة حسب الشدة، ك وفاة أحد الوالدين وأهمها دراسة عربيات (١٩٩٤)، وزين الدين (٢٠٠٥).

ز- أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الإناث أكثر تقديراً لشدة الضغوط النفسية من الذكور، ومن أهم هذه الدراسات زين الدين (٢٠٠٥)، في حين يعتبر الذكور أكثر تقديراً لشدة الضغوط النفسية في دراسة البحراوي (٢٠٠٣).

ح- أشارت بعض الدراسات إلى الأثر السلبي للضغط النفسي على الإنجاز الأكاديمي والعلاقة السلبية مع تقدير الذات، وأهم هذه الدراسات: (Reyes, 1999)، وحمدى وداود (١٩٩٧).

ثالثاً: فروض الدراسة:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين للعينة الكلية ولكل جنس على حدة.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين باختلاف الجنس والصف الدراسي.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

- منهج الدراسة.
- مجتمع الدراسة والعينة.
- أدوات الدراسة.
- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

تناول هذا الفصل الطريقة والإجراءات والمنهج المتبع في الدراسة الحالية، مع عرض لحدود الدراسة ومجتمعها وعينتها، والأدوات المستخدمة في هذه الدراسة، والأساليب الإحصائية التي تم الاستعانة بها.

أولاً: المنهج المستخدم:

تم استخدام المنهج الوصفي المقارن، للتعرف على أهم مصادر الضغوط على الموهوبين، والفروق بين الموهوبين والعاديين من طلبة المرحلة الثانوية في الضغوط النفسية.

ثانياً: مجتمع الدراسة والعينة:

أ- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية بمملكة البحرين، والذين يدرسون بالمدراس الحكومية الثانوية للبنين والبنات (نظام توحيد المسارات) التابعة لوزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين، والبالغ عددهم (٢٤٩٤٩) طالباً وطالبة، الذكور (٩٦٥٠)، والإناث (١٥٢٩٩)، وذلك طبقاً للإحصائية الرسمية لقسم الإحصاء التربوي في وزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين للعام الدراسي ٢٠١٠ - ٢٠١١.

ب - عينة الدراسة:

١- العينة الاستطلاعية: قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٢٤) طالباً وطالبة، بهدف التأكد من صدق وثبات المقياس ومدى ملائمة تطبيقه على العينة المستهدفة، والتأكد من فهم ووضوح العبارات لأفراد العينة، والجدول التالي يوضح توزيع العينة الاستطلاعية:

جدول (١)

يبين توزيع الطلبة في العينة الاستطلاعية

الصف	الجنس	العدد	الجنس	العدد
الأول ثانوي	ذكور	٠	إناث	٢
الثاني ثانوي	ذكور	٢	إناث	٨
الثالث ثانوي	ذكور	١٠	إناث	٢
الاجمالي	-	١٢	-	١٢
المجموع	٢٤			

٢ - العينة الأساسية:

تم اختيار عينة عشوائية طبقية من الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين، من خلال الخطوات التالية:

١- تم تحديد العدد الكلي لأفراد مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (٢٤٩٤٩) طالباً وطالبة حسب إحصاءات وزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين للعام ٢٠١٠ - ٢٠١١، ويدرسون في مدارس ثانوية حكومية تابعة لوزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين.

٢- تم تحديد العدد الكلي لأفراد عينة الدراسة، وذلك على النحو التالي:

تم اختيار عينة عشوائية من طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم بمملكة البحرين، من الصفوف (الأول والثاني والثالث)، وكان عدد الاستبانات الموزعة (٦٠٠) استبانة، وبلغ عدد الاستبانات المكتملة والتي تم تحليلها إحصائياً (٢٥٠) استبانة، وبالتالي فقد بلغ مجموع أفراد عينة الدراسة النهائي (٢٥٠) طالباً وطالبة، وهم يمثلون ١% من مجتمع الدراسة الكلي. وقد بلغ متوسط عمر أفراد عينة العاديين ١٦,٩٩ سنة وانحراف معياري قدره ١,٢٣٢ سنة، بينما بلغ متوسط عمر الموهوبين ١٧,٠٥ سنة وانحراف معياري ٠,٩٢٨ سنة. وقد بلغ متوسط عمر الذكور (ن=١٠) من الموهوبين ١٦,٦٠ سنة بانحراف معياري ٠,٩٦٦ سنة، والإناث الموهوبات (ن=٥٠) متوسط أعمارهن ١٧,١٤ سنة بانحراف معياري ٠,٩٠٤ سنة.

والجدول (٢) يبين توزيع أفراد المجتمع حسب الجنس والمستوى للعام الدراسي ٢٠١١/٢٠١٠:

جدول (٢)

توزيع أفراد المجتمع حسب الجنس والمستوى للعام الدراسي ٢٠١١/٢٠١٠

المستوى الجنس	الأول	النسبة %	العدد	الثاني	النسبة %	العدد	الثالث	النسبة %	العدد	المجموع	النسبة %
ذكور	٣٣٩٤	١,٠٠	٣٥	٣٠٤١	١,٠٠	٣٠	٣٢١٥	١,٠٠	٣٢	٩٧	٣٨,٨
إناث	٤٩٩٧	١,٠٠	٥٠	٤٩٧٥	١,٠٠	٥٠	٥٣٢٧	١,٠٠	٥٣	١٥٣	٦١,٢
المجموع	٨٣٩١	١,٠٠	٨٥	٨٠١٦	١,٠٠	٨٠	٨٥٤٢	١,٠٠	٨٥	٢٥٠	١٠٠

والجدول (٣) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة من الطلبة في المدارس الثانوية:

جدول (٣)

توزيع أعداد عينة الدراسة من الطلاب في المدارس الثانوية بمملكة البحرين

م	المدينة	اسم المدرسة	العدد			المجموع	النسبة المئوية %
			١/ث	٢/ث	٣/ث		
١	الرفاع	ثانوية الرفاع الشرقي للبنات	١٦	١٦	١٧	٤٩	١٩,٦
٢	مدينة حمد	حمد الثانوية للبنين	١٢	١٠	١١	٣٣	١٣,٢
٣	المنامة	الحورة الثانوية بنات	١٧	١٧	١٨	٥٢	٢٠,٨
٤	المنامة	ثانوية الشيخ عبدالعزيز للبنين	١١	١٠	١٠	٣١	١٢,٤
٥	المحرق	ثانوية الهداية للبنين	١٢	١٠	١١	٣٣	١٣,٢
٦	المحرق	ثانوية الاستقلال للبنات	١٧	١٧	١٨	٥٢	٢٠,٨
	المجموع	٦	٨٥	٨٠	٨٥	٢٥٠	١٠٠

آلية تحديد الموهوبين من أفراد العينة:

تم تحديد درجة الموهوبين من خلال حساب الارباعيات في اختبار كشف الموهبة، وتم اختيار الربع الثالث ٧٥% والتي توازي درجة ٢٠٩ على المقياس، على أساس أن هذه الفئة هم من الموهوبين، وقد بلغ عددهم ٦٠ طالباً وطالبة. وبالتالي تم اعتبار الباقي من غير الموهوبين، والبالغ عددهم ١٩٠ طالباً وطالبة، والجدول التالي يوضح توزيع العاديين والموهوبين من أفراد العينة:

جدول (٤)

توزيع عينة الدراسة الجنس - توزيع الموهوبين

الجنس	ذكور		إناث		إجمالي	
	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %	العدد	النسبة المئوية %
الموهوبون	١٠	١٦,٧	٥٠	٨٣,٣	٦٠	٢٤,٠٠
العاديون	٨٧	٤٥,٨	١٠٣	٤٥,٢	١٩٠	٧٦,٠٠
الإجمالي	٩٧	٣٨,٨	١٥٣	٦١,٢	٢٥٠	١٠٠

يتضح من الجدول (٤) أن نسبة الموهوبين من الذكور بلغت (١٦,٧٪)، بينما بلغت نسبة الموهوبات (٨٣,٣٪)، وقد بلغت نسبة العاديين من الذكور (٤٥,٨٪)، بينما بلغت نسبة العاديات (٤٥,٢٪)، على درجات دليل الموهبة، وبالتالي فإن أغلب أفراد عينة الدراسة من الموهوبين من الإناث.

والجدول التالي يبين توزيع أفراد العينة على الموهبة والصف الدراسي:

جدول (٥)

توزيع أفراد العينة على الموهبة والصف

الصف	الأول الثانوي		الثاني الثانوي		الثالث الثانوي		إجمالي	
	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %
الموهوبون	٢١	٣٥,٠	١٣	٢١,٧	٢٦	٤٣,٣	٦٠	٢٤,٠٠
العاديون	٥٨	٣٠,٥	٦٥	٣٤,٢	٦٧	٣٥,٣	١٩٠	٧٦,٠٠
الإجمالي	٧٩	٣١,٦	٧٨	٣١,٢	٩٣	٣٧,٢	٢٥٠	١٠٠

يتضح من الجدول (٥) أن نسبة الموهوبين في الصف الأول ثانوي بلغت (٣٥٪)، وقد بلغت نسبة الموهوبين في الصف الثاني ثانوي بلغت (٢١,٧٪)، بينما بلغت نسبة الموهوبين في

الصف الثالث ثانوي (٤٣,٣٪)، ويتبين من ذلك أن أغلب أفراد عينة الدراسة من الموهوبين يدرسون في الصف الثالث الثانوي.

والجدول التالي يبين توزيع عينة الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية بمملكة البحرين على الموهبة والصف والجنس:

جدول (٦)

توزيع أفراد العينة على الموهبة والصف والجنس

الصف الجنس		الأول الثانوي		الثاني الثانوي		الثالث الثانوي		إجمالي	
		العدد	النسبة٪	العدد	النسبة٪	العدد	النسبة٪	العدد	النسبة٪
الذكور	الموهوبون	٥	٥٠,٠	٢	٢٠,٠	٣	٣٠,٠	١٠	١٠,٣
	العاديون	٢٧	٣١,٠	٢٩	٣٣,٣	٣١	٣٥,٦	٨٧	٨٩,٧
	الإجمالي	٣٢	٣٣,٠	٣١	٣٢,٠	٣٤	٣٥,١	٩٧	٣٨,٨
الإناث	الموهوبات	١٦	٣٢,٠	١١	٢٢,٠	٢٣	٤٦,٠	٥٠	٣٢,٧
	العاديات	٣١	٣٠,١	٣٦	٣٥,٠	٣٦	٣٥,٠	١٠٣	٦٧,٣
	الإجمالي	٤٧	٣٠,٧	٤٧	٣٠,٧	٥٩	٣٨,٦	١٥٣	٦١,٢

يتضح من الجدول (٦) أن نسبة الموهوبين من الذكور في الصف الأول ثانوي بلغت (٥٠٪)، بينما بلغت نسبة الموهوبين من الإناث في الصف الأول ثانوي (٣٢٪)، وقد بلغت نسبة الموهوبين من الذكور في الصف الثاني ثانوي (٢٠٪) بينما بلغت نسبة الموهوبات (٢٢٪)، وقد بلغت نسبة الموهوبين من الذكور في الصف الثالث ثانوي (٣٠٪)، بينما بلغت نسبة الموهوبات في الصف الثالث ثانوي (٤٦٪).

ثالثاً: أدوات الدراسة:

تتضمن أدوات الدراسة ما يلي:

(١): دليل كشف الموهبة (الخميسي، ١٩٩٩): (الملحق ١).

يهدف دليل كشف الموهبة إلى الكشف عن القدرات والمواهب الخاصة التي يمتلكها الطالب أو الطالبة.

ويتكون دليل كشف الموهبة من ثلاث قوائم:

- أ- القائمة الأولى: وتسمى "قائمة الأسرة" بغرض مساعدة "الطالب/الطالبة" على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم بحسب ما يراه ولي الأمر. وتتكون هذه القائمة من (٣٠) عبارة.
- ب- القائمة الثانية: وتسمى "قائمة المدرسة" بغرض مساعدة "الطالب/الطالبة" على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم الخاصة من وجهة نظر المعلم/المعلمة. وتتكون هذه القائمة من (٣٠) عبارة.
- ج- القائمة الثالثة: وتسمى "قائمة الطالب" بغرض مساعدة "الطالب/الطالبة" على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم الخاصة والتي يرى أنه يمتلكها. وتتكون هذه القائمة من (٣٠) عبارة.

تصحيح الدليل:

تُعطى استجابة المفحوص (غالباً) ثلاث درجات، وبـ (أحياناً) درجتين، وبـ (نادراً) درجة واحدة. وذلك لجميع عبارات دليل كشف الموهبة.

صدق دليل كشف الموهبة:

أ- صدق المحتوى (المحكمين):

تم عرض الدليل على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس وأخذ آرائهم حول صياغة العبارات ومدى صدقها في قياس الضغوط النفسية، (انظر

الملحق ١) وتم الأخذ بالآراء التي أجمع عليها غالبية المحكمين، وتم الإبقاء على العبارات التي حصلت على إتفاق من المحكمين.

ب- صدق البناء (التكوين):

تم حساب صدق البناء (التكوين) intercorrelation among cluster scale من خلال حساب الارتباطات الداخلية بين أبعاد المقياس مع درجته الكلية من خلال حساب معاملات ارتباط بيرسون، والجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين أبعاد دليل كشف الموهبة والدرجة الكلية

م	أبعاد مقياس كشف الموهبة	معاملات الارتباط	الدلالة الإحصائية
١	دليل الأسرة	0.804 **	دال عند ٠,٠٠١
٢	دليل المدرسة	0.335	غير دال
٣	دليل الطالب	0.709 **	دال عند ٠,٠٠١

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول (٧) أن بعدي الأسرة والطالب ارتبطا بشكل دال إحصائياً مع الدرجة الكلية للمقياس، بينما لم يرتبط بعد المدرسة بالدرجة الكلية. مما يعني قدرة الأسرة على اكتشاف مواهب وقدرات أبنائهم لكون العلاقة الأسرية رابطاً قوياً يعطي الفرصة للأسرة للتعرف على مواهب أبنائهم في أوقات مختلفة وخلال سنوات طويلة مما يعطي نوعاً من الثقة لآراء الأسرة في موهبة أبنائهم، أما فيما يتعلق بالطالب يدل على قدرته في التعبير عن رأيه بصراحة ومعرفته بما يمتلك من مواهب وقدرات ربما لا يعرفها من حوله، وبالنسبة لكون دليل المدرسة غير دال إحصائياً فإن هذا يمكن تفسيره بسبب تعدد المعلمين الذين يدرسون الطالب الواحد، وقد لا يجد المعلم الوقت الكافي للكشف عن مواهب الطلبة.

ثبات الدليل:

للتحقق من ثبات دليل كشف الموهبة تم حساب طريقة التجانس الداخلي لاستخراج معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، وذلك لكل بعد من أبعاد دليل كشف الموهبة، والدليل ككل كما يوضح الجدول (٨):

جدول (٨)

التجانس الداخلي لأبعاد دليل كشف الموهبة بطريقة ألفا كرونباخ

البعد	عدد العبارات	ثبات الفا كرونباخ
دليل الأسرة	٣٠	0.848
دليل المدرسة	٣٠	0.912
دليل الطالب	٣٠	0.612

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ألفا لكرونباخ مقبولة إحصائياً، لدليل كشف الموهبة، مما يدل على ثبات الدليل.

(٢): مقياس الضغوط النفسية: (من إعداد الباحث): (الملحق ٢).

يهدف هذا المقياس إلى تحديد مجموعة الضغوط النفسية والصعوبات والمعاناة والمشقة التي يواجهها الطلبة ويدركونها في المواقف الانفعالية، والأسرية، والمجتمع، والمجالات المدرسية في المرحلة الثانوية.

وقد اتبع الباحث الخطوات التالية في بناء المقياس:

أ- تم تحديد تعريف الضغوط النفسية من خلال الإطلاع على الأدبيات والأطر النظرية المرتبطة بموضوع الضغوط النفسية.

ب- تم تحديد أبعاد مقياس الضغوط النفسية من خلال الإطلاع على الأدبيات والمقاييس التي تناولت المفاهيم المرتبطة بمفهوم الضغوط النفسية.

ج- قام الباحث بصياغة ثلاثة أبعاد ومجموعة من العبارات المرتبطة بتلك الأبعاد، والتي بلغ عددها (٦٠ عبارة)، ثم قام الباحث بعرضها على مجموعة من المحكمين المختصين في علم النفس في بعض الجامعات (انظر الملحق ٢)، بهدف استطلاع الآراء حول مدى ارتباط ومناسبة كل عبارة من العبارات بالبعد الذي تنتمي إليه، وقد أسفر هذا الإجراء عن حذف بعض العبارات وإعادة صياغة البعض الآخر طبقاً لآراء المحكمين، وقد استقر عدد العبارات التي تنتمي إلى كل بعد إلى (٢٠) عبارة وضعت لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة. وتم التوصل إلى ثلاثة أبعاد أساسية، هي:

أبعاد المقياس:

١- البعد الانفعالي:

ويقصد به كل ما يشعر به الطالب تجاه عدم قدرته التعبير عن ذاته والشعور بالنقص والفشل والتركيز على الجوانب السلبية، ويتمثل هذا البعد في العبارات من ١-٢٠.

٢- البعد المدرسي:

ويقصد به كل ما يحيط بالطالب من عوامل وإمكانات مادية مختلفة، والشعور بالخوف والتهديد والملل داخل المدرسة. ويتمثل هذا البعد في العبارات من ٢٠-٤٠.

٣- البعد الأسري والاجتماعي:

ويقصد به علاقة الطلبة بأفراد أسرهم، والشعور بالضيق والانزعاج من بعض أفراد الأسرة أو المجتمع. وتمثلت عبارات هذا البعد في العبارات من ٤٠-٦٠.

تصحيح المقياس:

تُعطى استجابة المفحوص (دائماً) خمس درجات، و (غالباً) أربع درجات، و (أحياناً) ثلاث درجات، و (نادراً) درجتين، و (مطلقاً) درجة واحدة. وذلك لجميع عبارات مقياس الضغوط النفسية.

صدق المقياس:

أ- صدق المحتوى (المحكمين):

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس وأخذ آرائهم حول صياغة العبارات ومدى صدقها في قياس الضغوط النفسية، (انظر الملحق ٢)، وتم الأخذ بالآراء التي أجمع عليها غالبية المحكمين، وتم الإبقاء على العبارات التي حصلت على اتفاق من المحكمين.

ب- صدق البناء (التكوين):

تم حساب صدق البناء (التكوين) من خلال حساب الارتباطات بين أبعاد المقياس مع درجته الكلية من خلال حساب معاملات ارتباط بيرسون، والجدول (٩) يوضح ذلك:

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط
البعد الانفعالي	٠,٨٦٢ **
البعد المدرسي	٠,٧٩٤ **
البعد الأسري والاجتماعي	٠,٨٣٩ **

٠٠٠١ دال عند مستوى

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الأبعاد الرئيسية الثلاثة لمقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (٠,٧٩٤ و ٠,٨٦٢)، وهي دالة عند ٠,٠١ وهذه النتيجة تشير إلى صدق البناء للمقياس.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الضغوط النفسية تم استخدام:

١- معامل ثبات التجانس الداخلي: ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha).

وفيما يلي جدول (١٠) يوضح قيم معاملات الثبات لمقياس الضغوط النفسية:

جدول (١٠)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الضغوط النفسية

البعد	عدد البنود	معامل ألفا
البعد الأول: الانفعالي	٢٠	٠,٨٨٥
البعد الثاني: المدرسي	٢٠	٠,٨٢٣
البعد الثالث: الأسري والاجتماعي	٢٠	٠,٨٦٤
المقياس ككل	٦٠	٠,٩٢٧

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ألفا لكرونباخ مقبولة إحصائياً، لمقياس الضغوط النفسية، مما يدل على ثبات المقياس.

٢- معامل ثبات التجزئة النصفية:

تم حساب معامل ثبات التجزئة النصفية Split half لبنود المقياس البالغ عددها ٦٠ بنداً، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١١)

قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس الضغوط النفسية

البعد	عدد البنود	معامل التجزئة النصفية
البعد الأول: الانفعالي	٢٠	٠,٨٤٧
البعد الثاني: المدرسي	٢٠	٠,٧٨٤
البعد الثالث: الأسري والاجتماعي	٢٠	٠,٨٦٤
المقياس ككل	٦٠	٠,٨٢٠

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ثبات التجزئة النصفية لبنود مقياس الضغوط النفسية مقبولة إحصائياً، مما يفيد بثبات المقياس.

رابعاً: الأساليب الإحصائية:

تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لبنود المقياس، كما تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين T.test للتعرف على دلالة الفروق في الضغوط النفسية بين العاديين والموهوبين من طلبة المرحلة الثانوية، واختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق الراجعة لمتغير الصف الدراسي.

الفصل الرابع

النتائج ومناقشتها والتوصيات

- نتائج الدراسة.
- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة.
- توصيات الدراسة.

الفصل الرابع

النتائج ومناقشتها والتوصيات

يتضمن هذا الفصل عرضاً لأهم نتائج الدراسة الحالية ومناقشتها وتفسيرها في ضوء الدراسات السابقة والتوصيات المقترحة.

نتائج سؤال الدراسة الأول:

ما أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين ؟
تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود المقياس المستخدم في الدراسة والجدول التالية توضح ذلك:

أ- على مستوى أبعاد مقياس الضغوط النفسية:

جدول (١٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الضغوط النفسية

البعد	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية للمتوسط الحسابي %
المدرسي	١	٥٨,٩١	١٤,٢٨٢	٥٨,٩١
الانفعالي	٢	٥٤,٠٣	١٥,٠٥٢	٥٤,٠٣
الأسري والاجتماعي	٣	٤٨,١٦	١٤,٤٥٨	٤٨,١٦

* تم حساب الأهمية النسبية لمتوسط البعد من خلال المعادلة الآتية: متوسط البعد ÷ سقف الدرجة (١٠٠) * ١٠٠

يتضح من الجدول (١٢) أن الأهمية النسبية لمتوسط الضغوط النفسية في البعد المدرسي قد بلغت (٥٨,٩١%) لدى أفراد عينة الدراسة، ثم يليه البعد الانفعالي، والذي بلغت أهميته النسبية (٥٤,٠٣%)، وأخيراً البعد الأسري والاجتماعي، والذي بلغت أهميته النسبية (٤٨,١٦%)، وهذا يشير إلى أن مستوى الضغوط النفسية في البعد المدرسي كان بدرجة عالية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ويرى الباحث أن البعد المدرسي يمثل العبء الأكبر لطلبة المرحلة الثانوية، والذي قد يسبب لهم الضيق والإحباط نتيجة شعورهم بسوء العلاقات مع زملائهم من حيث السلوك، وكثرة أعداد الطلبة في الصف، وقد يكون لعدم اهتمام إدارات المدارس بحرية الطلبة وتقييدها قدرًا من الضغوط التي يشعر بها الطلبة، وكذلك الخوف والرغبة من الاختبارات وتحيز بعض المعلمين.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة سعاد أبو زيد (١٩٨٥)، والتي توصلت إلى أن مصادر الضغوط المدرسية حسب شدتها رتبّت كالآتي: المدرس، المدرسة، الزملاء، المناهج. وتتفق أيضاً مع نتيجة دراسة أحمد عربيات (١٩٩٤)، التي توصلت إلى أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت أولوية الترتيب من حيث الشدة لدى المراهقين هي: الفشل في الامتحانات المدرسية.

ومع نتائج دراسة تشارلز وآخرون (Charles, et. al., 1987)، والتي بينت أن مصادر هذه الضغوط تتمثل في المدرسة، وكذلك الخوف من الفشل.

وكذلك مع نتائج دراسة شهلا الأطرش (٢٠٠٠)، التي ترى أن مصادر الضغوط التي يواجهها الطلبة تقع ضمن أبعاد رئيسية منها الضغوط الأكاديمية.

ومع نتائج دراسة ديندا وبرا德利 (Deanda & Bradley, 1997)، التي توصلت إلى أن الضغوط المتعلقة بالمدرسة الأكثر تكراراً.

وكذلك دراسة بترسون وآخرون (Peterson, et.al., 2009)، والتي توصلت إلى أن الطلاب واجهوا العديد من الأحداث السلبية خلال سنوات الدراسة، أكثرها التحديات الأكاديمية.

بينما تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة أحمد عريبات (١٩٩٤)، والتي بينت أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت أولوية الترتيب من حيث الشدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وانفصال الوالدين، والفشل في الامتحانات المدرسية، ووقوع خلافات بين الوالدين، ووفاة أحد الأخوة.

وكذلك تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة زين الدين حنان (٢٠٠٥)، التي بينت أن الضغوط الخمسة الأكثر شدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وفاة أحد الأخوة، انفصال الوالدين، وفاة صديق، عدم وجود أصدقاء مخلصين.

ب- على مستوى البعد الانفعالي:

الجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد الانفعالي في مقياس الضغوط النفسية:

جدول (١٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد الانفعالي في مقياس الضغوط النفسية

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية للمتوسط %
انزعج بشدة عند سماع الأمور المحزنة.	١	٣,٨٢	١,٢٠٠	٧٦,٤
أتذكر أحداثاً مؤلمة في حياتي.	٢	٣,٥٧	١,٢٨٠	٧١,٤
يزعجني عدم قدرتي على التعبير عن رأيي.	٣	٢,٩٨	١,٤٢٠	٥٩,٦
يضايقني شعوري بالقلق غير المبرر.	٤	٢,٩٥	١,٢٨١	٥٩,٠
يصعب على النوم بسهولة.	٥	٢,٩٣	١,٤٣٦	٥٨,٦
أغضب إذا ما ضايقني أحد ولو بكلمة بسيطة.	٦	٢,٩٠	١,٣٩٩	٥٨,٠
أشعر بحساسية إزاء نقد الآخرين لي.	٧	٢,٨٨	١,٢٩٠	٥٧,٦
أشعر بتناقص اهتمامي بالناس.	٨	٢,٨٢	١,٥١٣	٥٦,٤
أحلم أحلاماً مزعجة.	٩	٢,٧٣	١,٠٧١	٥٤,٦
أركز على الجوانب السلبية في حياتي بدلاً من التركيز على الجوانب الإيجابية.	١٠	٢,٧٣	١,٣٧٦	٥٤,٦
أشعر أن أعصابي مشدودة دون سبب حقيقي.	١١	٢,٦٨	١,٤٥٥	٥٣,٦
أرتبك بشدة عند مواجهة المواقف الصعبة.	١٢	٢,٦٨	١,٣٧٢	٥٣,٦
يضايقني تدني تقني بنفسي.	١٣	٢,٥٥	١,٤٥٥	٥١,٠
أرغم على المشاركة في أمور دون اقتناع.	١٤	٢,٣٥	١,٤٠٠	٤٧,٠
خوفي من الفشل يمنعني من اتخاذ أي قرار.	١٥	٢,٣٣	١,٣٣٦	٤٦,٦
أنزعج من الأشياء البسيطة.	١٦	٢,٣٢	١,٣٠٨	٤٦,٤
أشعر أن أمور حياتي خارجة عن سيطرتي.	١٧	٢,٣٠	١,٢٨٠	٤٦,٠
أشعر بعدم القدرة على تحقيق الأهداف الممكنة.	١٨	٢,٢٧	١,١١٨	٤٥,٤
أتضايق لضعف قدرتي على حل مشكلاتي بنفسي.	١٩	٢,١٧	١,٣٦٨	٤٣,٤
أشعر أن حياتي عديمة الأهمية.	٢٠	٢,٠٧	١,٢٦٠	٤١,٤

* تم حساب الأهمية النسبية للمتوسط من خلال المعادلة الآتية: متوسط البند ÷ سقف الدرجة (٥) * ١٠٠

يتضح من الجدول (١٣) أن الأهمية النسبية لمتوسط الضغوط النفسية في البعد الانفعالي محصورة بين (٤١،٤٪ و ٧٦،٤٪)، وكان أهمها البند الخاص بـ (انزعج بشدة عند سماع الأمور المحزنة)، حيث بلغت أهميته النسبية (٧٦،٤٪)، وأقلها البند الخاص بـ (أشعر أن حياتي عديمة الأهمية)، والذي بلغت أهميته النسبية (٥٤،٦٪).

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الأمور المحزنة بغض النظر عن مصدرها سواء من الأسرة أو المدرسة أو المجتمع لازالت تسبب ضغطاً نفسياً للفرد وتختلف من شخص لآخر، وفي المقابل شعور الطلبة بأهمية وجودهم في الحياة وأن لهم أهمية ودور في البيئة ككل يعتبر شعوراً إيجابياً.

ويرى الباحث أن طلبة المرحلة الثانوية نظراً لاعتقادهم بالشعور بالرضا عن الواقع الذي يعيشون فيه، وحاجة كل واحد منهم للتقبل والاحترام والقبول عند التعامل، والقناعة بالرضا عن الذات، وقلة الشعور بالقلق والتوتر، مما قد ينعكس بصورة إيجابية عن أنفسهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة نسيمه داوود (١٩٩٥)، التي أظهرت أن أهم الضغوط بالنسبة للطلبة هي المتعلقة بالمدرسة والجو الصفي والانفعالات والمشاعر والمخاوف.

وكذلك مع نتائج دراسة أبو سليمان بهجت (٢٠٠٢)، والتي بينت وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى ٠،٠٥ في مستوى الضغط النفسي فيما يخص المجال الثالث (البعد النفسي)، بين المجموعتين لصالح التجريبية.

وكذلك تتفق مع نتائج دراسة بيرن ومازانو Byrn & Mazanow (٢٠٠٢)، والتي بينت أن من أهم مصادر الضغط النفسي التي يعاني منها المراهقون في استراليا، القلق والتوتر والإصابة ببعض الأمراض والخوف من المستقبل.

وكذلك مع نتائج دراسة طقش وآخرون (٢٠٠٩)، التي توصلت إلى أن مجال الانفعال والمشاعر والمخاوف من أهم مجالات مصادر الضغوط.

بينما تختلف مع نتائج دراسة زين الدين حنان (٢٠٠٥)، التي أظهرت أن الضغوط الخمسة الأكثر شدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وفاة أحد الأخوة، انفصال الوالدين، وفاة صديق، عدم وجود أصدقاء مخلصين.

كما تختلف مع نتائج دراسة لبترسون وآخرون, Peterson, et al., (٢٠٠٩)، التي بينت أن الطلاب واجهوا العديد من الأحداث السلبية خلال سنوات الدراسة، أكثرها التحديات الأكاديمية والعلاقات مع الزملاء.

ج- على مستوى البعد المدرسي:

الجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد المدرسي في مقياس الضغوط النفسية:

جدول (١٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد المدرسي في مقياس الضغوط النفسية

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية للمتوسط %
أشعر بالتوتر عندما أحصل على علامات متدنية.	١	٤,١٨	١,٢٢٨	٨٣,٦
أشعر بالخوف من الامتحانات.	٢	٣,٩٢	١,٢٩٣	٧٨,٤
بعض الاختبارات الدورية تكون طويلة.	٣	٣,٦٠	١,٢١٠	٧٢,٠
كثرة الأنشطة المدرسية تسبب لي ضغطاً عصبياً.	٤	٣,٤٧	١,٤٩٠	٦٩,٤
يضايقني كثرة الحصص.	٥	٣,٤٧	١,٤٤٣	٦٩,٤
تزعجني تصرفات بعض الطلبة.	٦	٣,٤٥	١,٣٥٨	٦٩,٠
أشعر بالهانة عندما يقلل المعلم من أهمية آرائني في الفصل.	٧	٣,٤٢	١,٢٦٦	٦٨,٤
أنزعج من تقييد نظام المدرسة لحريتي.	٨	٣,٢٢	١,٥٨٥	٦٤,٤
أخاف من الفشل في الدراسة.	٩	٣,٢٠	١,٥٠٥	٦٤,٠
أشعر بالملل في المدرسة.	١٠	٣,١٨	١,٣٥٩	٦٣,٦
أعاني من تحيز المعلمين لغيري من الزملاء.	١١	٢,٨٨	١,٤٠٣	٥٧,٦
أنزعج من تهديد بعض المعلمين لي.	١٢	٢,٨٠	١,٤٩٣	٥٦,٠
أرغب في الغياب عن المدرسة.	١٣	٢,٧٣	١,٤١٣	٥٤,٦
ألجأ إلى الدراسة لأشغل نفسي عن المشاكل.	١٤	٢,٦٣	١,٤٠٢	٥٢,٦
أشعر بعدم الراحة في الفسحة.	١٥	٢,٣٢	١,٤٤٤	٤٦,٤
أشعر بالضغط عندما أكون من المتفوقين دراسياً.	١٦	٢,٣٠	١,٤١٨	٤٦,٠
أتضايق من كثرة أعداد الطلبة بالمدرسة.	١٧	٢,٢٨	١,٤٧٤	٤٥,٦
أفكر في ترك المدرسة بسبب الضغوط التي أعانيها.	١٨	٢,١٠	١,٥٥٩	٤٢,٠
يزعجني مكان جلوسي داخل الصف.	١٩	٢,٠٣	١,٣٧٧	٤٠,٦
أتعرض للتهديد من زملائي.	٢٠	١,٧٣	١,٢٣٣	٣٤,٦

* تم حساب الأهمية النسبية للمتوسط من خلال المعادلة الآتية: متوسط البند ÷ سقف الدرجة (٥) * ١٠٠

يتضح من الجدول (١٤) أن الأهمية النسبية لمتوسط الضغوط النفسية في البعد المدرسي محصورة بين (٣٤,٦ % و ٨٣,٦ %)، وكان أهمها البند الخاص بـ (أشعر بالتوتر عندما أحصل على علامات متدنية)، والذي بلغت أهميته النسبية (٨٣,٦ %)، وأقلها البند الخاص بـ (أتعرض للتهديد من زملائي)، والذي بلغت أهميته النسبية (٣٤,٦ %).

ويعزو الباحث شعور الطالب بالتوتر عند الحصول على علامات متدنية إلى صعوبة بعض المواد الدراسية، ونظام الاختبارات، والمعلمين، مما يشعر الطالب بالتوتر من أجل الحصول على الدرجة والنجاح، ولكن هناك أيضاً علاقات جيدة مع الزملاء في الفصل.

كما أن هذه النتيجة تعود إلى حرص إدارات المدارس على تحقيق النجاح لأكبر عدد من الطلبة بتطبيق بعض الأنظمة، والتي قد لا تراعي قدرات ومشاعر الطلبة، مما ساهم بشكل كبير في شعور الطلبة بالتوتر والوصول إلى درجة الخوف.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة أحمد عربيات (١٩٩٤)، إلى أن مصادر الضغط النفسي التي احتلت أولوية الترتيب من حيث الشدة، ومنها الفشل في الامتحانات.

كما تتفق مع نتائج دراسة لبترسون وآخرون (Peterson, et al., 2009)، والتي توصلت إلى أن الطلاب واجهوا العديد من الأحداث السلبية خلال سنوات الدراسة، أكثرها التحديات الأكاديمية.

وكذلك مع نتائج دراسة محمد جاسم محمد (٢٠٠٤)، التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين نوع الضغوط والتحصيل الأكاديمي لدى أفراد العينة.

وتتفق أيضاً مع نتائج دراسة نسيم داوود (١٩٩٥)، التي أظهرت أن أهم الضغوط بالنسبة للطلبة هي المتعلقة بالمدرسة والجو الصفي والانفعالات والمشاعر والمخاوف.

بينما تختلف مع نتائج دراسة عادل الهلالي (٢٠٠٩)، التي بينت ضعف تأثير الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم على أساليب مواجهة الضغوط.

وكذلك تختلف مع نتائج دراسة طقش وآخرون (٢٠٠٩)، التي أظهرت ارتباط ذي دلالة إحصائية بين استراتيجية البحث عن الدعم الاجتماعي، وجميع مجالات مصادر الضغوط؛ باستثناء التحصيل الدراسي.

كما تختلف مع نتائج دراسة زين الدين حنان (٢٠٠٥)، التي توصلت إلى أن الضغوط الخمسة الأكثر شدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وفاة أحد الأخوة، انفصال الوالدين، وفاة صديق، عدم وجود أصدقاء مخلصين.

واختلفت كذلك مع نتائج دراسة أحمد عربيات (١٩٩٤)، التي أسفرت عن أن الضغوط التي احتلت أولوية الترتيب من حيث الشدة لدى المراهقين هي: وفاة أحد الوالدين، وانفصال الوالدين، والفشل في الامتحانات المدرسية، ووقوع خلافات بين الوالدين، ووفاة أحد الأخوة.

د- على مستوى البعد الأسري والاجتماعي:

الجدول التالي يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد الأسري والاجتماعي في مقياس الضغوط النفسية:

جدول (١٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبنود البعد الأسري والاجتماعي في مقياس الضغوط النفسية

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية للمتوسط %
أتضايق عندما أكون بعيداً عن أسرتي.	١	٣,٧٥	١,٤٤٥	٧٥,٠
يزعجني مرض أحد الأخوة.	٢	٣,٦٧	١,٥٤٨	٧٣,٤
يزعجني فقدان أحد أفراد الأسرة لعمله.	٣	٣,١٢	١,٥٨٥	٦٢,٤
يضايقني اتخاذ الأهل قرارات خاصة بي دون التشاور معي.	٤	٢,٩٣	١,٥٠٦	٥٨,٦
أقوم نفسي عند عدم مساعدة أسرتي في أعمال المنزل.	٥	٢,٧٣	١,٤٧١	٥٤,٦
تزعجني كثرة المشاجرات بيني وبين إخوتي.	٦	٢,٥٣	١,٤٤٣	٥٠,٦
يضايقني الوضع الاقتصادي لأسرتي.	٧	٢,٤٨	١,٤٤٤	٤٩,٦
يؤنبني شعور بأن بعض الناس يكرهوني.	٨	٢,٤٧	١,٢٩٥	٤٩,٤
أتنمر من تدخل الوالدين في شؤني الخاصة.	٩	٢,٤٣	١,٥١١	٤٨,٦
أشعر بالغيرة عند اهتمام والدي بأحد أخوتي أكثر مني.	١٠	٢,٢٨	١,٤٧٤	٤٥,٦
أتضايق من نقد زملائي لي.	١١	٢,٢٨	١,٣٦٧	٤٥,٦
أشعر بتقييد حريتي في البيت.	١٢	٢,٢٧	١,٥٠٦	٤٥,٤
أخفي عن والدي ما يحدث معي في المدرسة.	١٣	٢,١٨	١,٣٤٧	٤٣,٦
أتضايق من كثرة الخلافات بين الوالدين.	١٤	٢,١٨	١,٥٥٧	٤٣,٦
عندما أحتاج إلى والدائي لا أجدهما إلى جوارتي.	١٥	٢,٠٢	١,٥٠١	٤٠,٤
يضايقني الوضع الاقتصادي لأسرتي.	١٦	١,٨٧	١,١٨٦	٣٧,٤
والدي يجعلني أشك في قدراتي.	١٧	١,٨٣	١,٢١٠	٣٦,٦
يضايقني تواجدي بين أفراد أسرتي.	١٨	١,٨٠	١,٢٧٣	٣٦,٠
والدائي لا يهتمون باحتياجاتي.	١٩	١,٧٢	١,١٥١	٣٤,٤
أشعر أن والدائي لا يحبوني بقدر ما أحبهم.	٢٠	١,٦٢	١,١٦٦	٣٢,٤

* تم حساب الأهمية النسبية للمتوسط من خلال المعادلة الآتية: متوسط البند ÷ سقف الدرجة (٥) * ١٠٠

يتضح من الجدول (١٥) أن الأهمية النسبية لمتوسط الضغوط النفسية في البعد الأسري والاجتماعي محصورة بين (٣٢،٤% و ٧٥،٠%)، وكان أهمها البند الخاص ب (أتضايق عندما أكون بعيداً عن أسرتي)، والذي بلغت أهميته النسبية (٧٥،٠%)، وأقلها كانت للبند الخاص ب (أشعر أن والداي لا يحبونني بقدر ما أحبهم)، والذي بلغت أهميته النسبية (٣٢،٤%).

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن غالبية الأسر متوافقة فيما بينها إلى درجة كبيرة مما يزيد الشعور بالإحساس بالضغط النفسي عند مواجهة المواقف المختلفة لأحد أفراد الأسرة، وكذلك أن الطالب في هذه المرحلة العمرية يكون أكثر حاجة إلى التعايش مع الآخرين ويشكو إليهم ما يعترى نفسه من مشاعره و تغيرات عديدة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة أحمد عربيات (١٩٩٤)، التي رتبت الضغوط من حيث الشدة لدى المراهقين إلى: وفاة أحد الوالدين، وانفصال الوالدين، والفشل في الامتحانات المدرسية، ووقوع خلافات بين الوالدين، ووفاة أحد الأخوة.

وكذلك مع نتائج دراسة لومان وجارفيس Lohman & Jarvis (٢٠٠٠)، التي جاءت نتائجها لتدعم الافتراض القائل بوجود انسجام أكبر بين تصور الوالدين وابنه المراهق في البيئة الأسرية الأكثر تماسكاً حول الضغوط المؤثرة على كل من الوالدين والابن وحول أساليب تدبرها. كما تتفق مع نتائج دراسة كوبس ورييس Kobus & Reyes (٢٠٠٠)، التي توصلت إلى أن أكثر الضغوط المؤثرة تمثلت بالضغوط المتصلة بالعائلة.

بينما تختلف مع نتائج دراسة طقش وآخرون (٢٠٠٩)، التي أظهرت أن (مجال الانفعال والمشاعر والمخاوف) من أهم مجالات مصادر الضغوط، يليه (التحصيل الدراسي)، وأن أقلها (الأمر المالية والاقتصادية)، (والعلاقات مع الوالدين والأخوة).

وأيضاً تختلف مع نتائج دراسة سعاد أبو زيد (١٩٨٥)، التي بينت أن مصادر الضغوط المدرسية حسب شدتها رتبت كالآتي: المدرس، المدرسة، الزملاء، المناهج.

نتائج سؤال الدراسة الثاني:

هل توجد فروق دالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين؟

ولإجابة عن هذا السؤال تم حساب اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٦)

نتيجة اختبار (ت) للمقارنة بين الموهوبين والعاديين في أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية لطلبة المرحلة الثانوية بمملكة البحرين (العينة الكلية)

البعد	الموهوبون ن=٦٠			العاديين ن=١٩٠			قيمة ت	دلالة ت
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي للمتوسط	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي للمتوسط		
الأول: الانفعالي	٥٤,٠٣٣	١٥,٠٥٢	٥٤,٠٣٣	٥٧,٦٣٦	١٤,١٣٩	٥٧,٦٣٦	١,٦٩٤	٠,٠٩١ غير دالة
الثاني: المدرسي	٥٨,٩١٦	١٤,٢٨٢	٥٨,٩١٦	٥٩,٣٥٢	١٢,١٥٦٦	٥٩,٣٥٢	٠,٢٣٢	٠,٨١٧ غير دالة
الثالث: الأسري والاجتماعي	٤٨,١٦٦	١٤,٤٥٨	٤٨,١٦٦	٥١,٢٢٦	١٤,٤٠٥	٥١,٢٢٦	١,٤٣٣	٠,١٥٣ غير دالة
الدرجة الكلية للضغوط	١٦١,١١٦	٣٥,٨٥٥	٥٣,٧٠٥	١٦٨,٢١٥	٣٤,١١٨	١١,٣٧٢	١,٣٨٨	٠,١٦٦ غير دالة

يتضح من الجدول (١٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لجميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية بين الموهوبين والعاديين، وهذا يعني أن الطلبة الموهوبين

والعاديين يتعرضون لضغوط متشابهة سواء على البعد الانفعالي أو المدرسي أو الأسري والاجتماعي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على مستوى البعد الانفعالي بشعور الطلبة بالثقة والقدرة على تحقيق أهدافهم في حدود إمكاناتهم والشعور بأهمية الحياة وتقبل الظروف التي تواجههم، أما على مستوى البعد المدرسي؛ فالمدارس في مملكة البحرين ذات تصميم موحد في كافة الفصول والمرافق، والمناهج الدراسية متقاربة إلى حد كبير في مدارس البنين والبنات؛ باستثناء بعض المواد الإثرائية، والتي لا تعتبر من التحديات الأكاديمية التي على الطلبة مواجهتها. أما على مستوى البعد الأسري والاجتماعي فتتشابه الأحوال الأسرية في المسكن والملبس إلى حد ما، وكذلك الأحوال المادية والطقوس الاجتماعية والبيئة الواحدة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة محمود سعيد (٢٠٠٥)، والتي أظهرت أن زيادة معدلات درجات الضغوط النفسية للطلبة تؤدي إلى تنني في مفهوم الذات الأكاديمي، وعدم وجود فروق دالة في إدراكهم لمصادر الضغوط.

كما تتفق مع نتائج دراسة أحمد عربيات (١٩٩٤)، والتي أسفرت عن عدم وجود فروق دالة في إدراك المرشدين والمعلمين والمرافقات لمستوى الضغط النفسي لديهن. وكذلك مع نتائج دراسة أبو سليمان بهجت (٢٠٠٢)، والتي بينت أنه لم يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية على بقية المجالات (المعرفي والفسولوجي) وعلى أداة الدراسة ككل بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.

بينما تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة ميثا وماكريتر وهولي (Metha, 1997) (McWhirter & Hawley)، والتي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة الموهوبين وغير الموهوبين لصالح عينة الدراسة من الموهوبين.

كما تختلف مع نتائج دراسة أبو سليمان بهجت (٢٠٠٢)، والتي أظهرت وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ في مستوى الضغط النفسي فيما يخص المجال الثالث (البعد النفسي) بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية.

نتائج سؤال الدراسة الثالث:

هل تختلف هذه الفروق (إن وجدت) باختلاف:

أ- حسب الجنس:

١- الذكور:

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين من الذكور في أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٧)

نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين (الذكور) بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين

البعد	الموهوبون ن = ١٠		العاديون ن = ٨٧		
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت
الأول: الانفعالي	٥٤,٧٠٠	١٦,٤٣٨	٥٦,٦٢	١٢,٨٧٤	٠,٤٣٤ غير دالة
الثاني: المدرسي	٦٤,٣٠٠	١٤,٦٨٩	٥٨,٥٥	١١,٥٠٦	١,٤٥٣ غير دالة
الثالث: الأسري والاجتماعي	٥٢,٢٠٠	١٣,٩٩٨	٥١,٣٣	١٥,٠٠٧	٠,١٧٤ غير دالة
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	١٧١,٢٠٠	٣٣,٠٧٧	١٦٦,٥٠٥	٣٣,١٩٩	٠,٤٢٣ غير دالة

يوضح الجدول (١٧) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الموهوبين والعاديين من الذكور في أبعاد المقياس ودرجته الكلية.

٢- الإناء:

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبات والعاديات في أبعاد مقياس الضغوط النفسية ودرجته الكلية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٨)

نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الطالبات من الموهوبات والعاديات للمرحلة الثانوية بمملكة البحرين

البعد	الموهوبات ن = ٥٠		العاديات ن = ١٠٣		
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت
الأول: الانفعالي	٥٣,٩٠٠	١٤,٩٣٥	٥٨,٤٩٥	١٥,١٣٤	٠,٠٧٩ غير دالة
الثاني: المدرسي	٥٧,٨٤٠	١٤,١٠٢	٦٠,٠٢٦	١٢,٦٩٦	٠,٣٣٦ غير دالة
الثالث: الأسري والاجتماعي	٤٧,٣٦٠	١٤,٥٥٩	٥١,١٣٥	١٣,٩٤٩	٠,١٢٤ غير دالة
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	١٥٩,١٠٠	٣٠,٢٥٩	١٦٩,٦٦٠	٣٤,٩٧٢	٠,٠٨٦ غير دالة

يوضح الجدول (١٨) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الإناء الموهوبات والإناء العاديات. يوضح الجدول (١٨) أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الإناء الموهوبات والإناء العاديات في أبعاد المقياس ودرجته الكلية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن السبب يعود إلى اتفاق أفراد عينة الدراسة بغض النظر عن الجنس على أهمية الضغوط التي تواجههم، وكذلك اتفاق أفراد عينة الدراسة على تشابه طبيعة الحياة الأسرية وتشابه طبيعة المجتمع في مملكة البحرين.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة محمد جاسم محمد (٢٠٠٤)، التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين نوع الضغوط تبعاً للجنس.

وكذلك مع نتائج دراسة طقش وآخرون (٢٠٠٩)، والتي توصلت إلى أنه لا تظهر فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى الجنس في مجالات مصادر الضغط.

بينما تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عبد الرحيم محاسنة (٢٠٠١)، التي وجدت فروق بين الذكور والإناث المتميزين في أربعة أبعاد، إذ كانت الفروق لصالح الذكور في ثلاثة منها، هي: (عدم تفهم الوالدين لحاجاتهم الشخصية، وسوء التكيف المدرسي، والإحساس بالإحباط والعجز عن التغيير)، بينما كانت الفروق لصالح الإناث في بعد (السعي نحو الكمال).

كما تختلف مع نتائج دراسة زين الدين حنان (٢٠٠٥)، والتي بينت أن الإناث أكثر تقديراً لشدة الضغوط النفسية من الذكور.

وكذلك مع نتائج دراسة نسرین العتيبي (٢٠٠٧)، التي أظهرت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية، تعزى للجنس في معظم مجالات الدراسة وهي: نمط التعليم (مختلط/ غير مختلط)، ودرجة العلاقات الاجتماعية.

ب- حسب الصف الدراسي:

تم حساب اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين حسب الصف الدراسي، والجدول التالي يوضح ذلك:

أ- الصف الأول الثانوي:

جدول (١٩)

نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في الصف الأول الثانوي

البعد	الموهوبون ن = ٢١		العاديون ن = ٥٨		دلالة ت
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
الأول: الانفعالي	٥٣,٥٧١	١٦,٥٣٠	٥٨,٦٨٩	١١,٤٩٢	٠,١٢٦ غير دالة
الثاني: المدرسي	٥٧,٣٣٣	١٦,٢٧٦	٥٩,٧٧٥	١٢,٨٢١	٠,٤٨٩ غير دالة
الثالث: الأسري والاجتماعي	٤٨,٧١٤	١٧,٥٠١	٥٣,٧٠٦	١٣,٩٤٢	٠,١٩٤ غير دالة
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	١٥٩,٦١٩	٤٣,١٨٥	١٧٢,١٧٢	٣١,٥٩٧	٠,١٦٣ غير دالة

يوضح الجدول (١٩) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الموهوبين والعاديين في الصف الأول الثانوي سواء على مستوى أبعاد المقياس الثلاثة، أو الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية.

ب- الصف الثاني الثانوي:

جدول (٢٠)

نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في الصف الثاني الثانوي

البعد	الموهوبون ن = ١٣		العاديون ن = ٦٥		
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت دلالة
الأول: الانفعالي	٥١,٦١٥	١٤,٨١٢	٥٧,٠٩٢	١٦,١٠٠	١,١٣٣ غير دالة
الثاني: المدرسي	٥٩,٨٤٦	١١,٥٣١	٥٨,٨٤٦	١٢,٠١٧	٠,٢٧٦ غير دالة
الثالث: الأسري والاجتماعي	٥٠,٤٦١	١٥,٢٥٦	٥٠,٩٢٣	١٤,٢٩١	٠,٩١٧ غير دالة
الدرجة الكلية للضغط النفسية	١٦١,٩٢٣	٢٩,٩٦٥	١٦٦,٨٦١	٣٥,٥٨٤	٠,٤٦٨ غير دالة

يوضح الجدول (٢٠) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الموهوبين والعاديين في الصف الثاني الثانوي سواء على مستوى أبعاد المقياس الثلاثة، أو الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية.

ج- الصف الثالث الثانوي:

جدول (٢١)

نتيجة اختبار (ت) للتعرف على دلالة الفروق بين الموهوبين والعاديين في الصف الثالث الثانوي

البعد	الموهوبون ن = ٢٦		العاديون ن = ٦٧		
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت
الأول: الانفعالي	٥٥,٦١٥	١٤,٣١٦	٥٧,٢٣٥	١٤,٣٣٩	٠,٦٢٢ غير دالة
الثاني: المدرسي	٥٩,٧٣٠	١٤,٢٢٥	٥٩,٤٧٧	١١,٨٦٤	٠,٩٣١ غير دالة
الثالث: الأسري والاجتماعي	٤٦,٥٧٦	١١,٤٤٤	٤٩,٣٧٣	١٤,٨٠٨	٠,٣٨٨ غير دالة
الدرجة الكلية للضغوط النفسية	١٦١,٩٢٣	٣٣,٢٨٨	١٦٦,١٠٤	٣٤,٩٧٣	٠,٥٢٤ غير دالة

يوضح الجدول (٢١) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الموهوبين والعاديين في الصف الثالث الثانوي سواء على مستوى أبعاد المقياس الثلاثة، أو الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن ذلك يعود إلى اتفاق أفراد عينة الدراسة على وجود الضغوط النفسية في المدرسة مهما اختلف الصف الدراسي، ووضوح تلك الضغوط لدى أفراد

عينة الدراسة، وكذلك تشابة الإمكانيات المادية في المدارس والمناهج الدراسية، واستخدام أساليب موحدة في إيصال المعلومة من قبل المعلمين والمعلمات.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عادل الهلالي (٢٠٠٩)، التي بينت ضعف تأثير الصف الدراسي والعمر والجنسية ونوع التعليم على أساليب مواجهة الضغوط.

كما تتفق مع نتائج دراسة محمد جاسم محمد (٢٠٠٤)، التي أسفرت عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين نوع الضغوط تبعاً للجنس، والفصل الدراسي، والتخصص الدراسي.

بينما تختلف مع نتيجة دراسة إيهاب شحاتة (٢٠١٠)، التي وجدت فروقاً دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الصف الأول وطلاب الصف الثاني على مقياس ضغوط الدراسة، وذلك في اتجاه طلاب الصف الأول.

كما تختلف مع نتيجة دراسة نسيم داود (١٩٩٥)، والتي أظهرت وجود أثر لمتغيرات الجنس والصف والتفاعل بينهما على الضغوط النفسية.

وكذلك تختلف مع نتيجة دراسة جريفت (Griffth,1993) التي وصلت إلى أن استخدام أساليب المواجهة لدى المراهقين يتزايد بتزايد الصفوف الدراسية من السابعة إلى الثانية عشر، فيما يختص بالضغوط الأسرية والمدرسية.

مناقشة وتفسير النتائج:

يفسر الباحث التأثير السلبي للضغوط النفسية المدرسية، والتي تمثل البعد الأكثر أهمية على الإنجاز الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية، إلى ارتفاع مستوى إدراكهم وتقييمهم للضغوط المدرسية، والتي تتمثل في المناهج الرتيبة، ورهبة الاختبارات، والانزعاج والاحباط من سوء العلاقات مع أفراد المجتمع المدرسي، والمعاناة من سلبية البيئة المدرسية.

فقد يكون اعتقاد الطالب وإدراكه الذاتي لقدراته ومهارته التي تمكنه من الإنجاز للمهام التحصيلية، ربما تساعده على تحسين أساليب المواجهة والتصدي للضغوط، مما قد يسهم في ارتفاع شعوره بكفاءته وثقته بنفسه وتقديره لذاته، وتحقيق بعض مما لديه من طاقات في ما يعود عليه بالفائدة، وزيادة قدرته على التعامل والمشاركة الايجابية مع الآخرين، وذلك على حد سواء من الطلبة الموهوبين أو العاديين.

ويرى الباحث بأن طالب المرحلة الثانوية في هذه المرحلة العمرية يسعى إلى الاستقلالية والتحرر من القيود، فقد تؤدي وظائفه النفسية إلى الوفاء بمهامه في عدد من المظاهر منها: استغلال الطاقات، والاستفادة من الإمكانيات التي لديه فيما يعود عليه بالنفع والفائدة، مما قد يسهم في شعوره بالرضا والإشباع الذاتي.

وحيث أن المراهقة فترة مليئة بالتغيرات والتحديات والضغوط التي يمر بها الفرد في انتقاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد (Lohman & Jarvis, 2000)، إذ يتعرض المراهق فيها إلى الضغوط الحياتية المختلفة – أسرية سواء كانت أم دراسية أم اجتماعية، إضافة إلى تعرضه إلى التغيرات البيولوجية التي تنقله تدريجياً إلى عالم الراشدين، لذلك عليه أن يجد أسلوباً كي يتدبر هذه الضغوطات ويستمر في حياته.

كما يرى الباحث أن عدم وجود فروق بين الإناث الموهوبات والإناث العاديات، وكذلك الذكور الموهوبون والذكور العاديين في أبعاد المقياس ودرجته الكلية يدل على عدم اهتمام من قبل الأسرة والمدرسة بالموهبة بالشكل الكافي وبضرورة تنميتها لدى أبنائهم.

وقد أثبتت البحوث والدراسات العلمية أن هناك ما نسبته بين 2-5 % من الناس يمثلون المتفوقين والموهوبين في أي مجتمع، حيث يبرز من بينهم صفوة العلماء والمفكرين والمصلحين والقادة والمبتكرين والمخترعين، والذين اعتمدت الإنسانية منذ أقدم عصورها في تقدمها الحضاري على ما تنتجه أفكارهم وعقولهم من اختراعات وإبداعات وإصلاحات (القاطعي وآخرون، ٢٠٠٠).

ويرى الباحث أن هناك الكثير من المواهب ربما لم يكتشفها الطالب بنفسه، ولم يكن لدى الأسرة الثقافة والاهتمام اللازم لذلك، وكذلك الحال بالمدرسة مما أدى إنطفاء في مواهب الكثير، والتي تحتاج إلى تنميتها بالتدريب والتحفيز.

والطلبة الموهوبون (Gifted Student) يمثلون ثروة وطنية لأي مجتمع من المجتمعات، وهم يحتاجون إلى تنمية قدراتهم ومجالات تميزهم ورعايتهم، ولديهم العديد من الحاجات النمائية والإرشادية الخاصة والتممايزة عما يقدم للطلبة العاديين، وذلك على عكس الاعتقاد السائد أن هؤلاء لا يحتاجون إلى اهتمام خاص لأنهم قادرين ومتميزون ويستطيعون تدبير أمورهم وحل مشكلاتهم بأنفسهم (Mendaglio, 2005).

خلاصة النتائج:

- ١- إن أهم مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين تتمثل في البعد المدرسي، والذي بلغت أهميته النسبية (٥٨,٩١%) لدى أفراد عينة الدراسة، ثم يليه البعد الانفعالي، والذي بلغت أهميته النسبية (٥٤,٠٣%)، وأخيراً البعد الأسري والاجتماعي، والذي بلغت أهميته النسبية (٤٨,١٦%). وهذا يشير إلى أن مستوى الضغوط النفسية في البعد المدرسي كانت بدرجة عالية لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- ٢- عدم وجود فروق دالة إحصائية في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والطلبة العاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين.
- ٣- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الموهوبين والعاديين تبعاً لاختلاف الجنس والصف الدراسي.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي بما يلي:

- ١- الاهتمام بدراسة الضغوط النفسية؛ وخاصة المدرسية كما كشفتها الدراسة الحالية من خلال إعداد برامج إرشادية مناسبة، بما يكفل تجنب الأعباء التي تترتب على ضغوط المجال المدرسي.
- ٢- الاهتمام بالتدخل المبكر من أجل حل مشكلات الطلاب وضغوط الدراسة الواقعة عليهم ليتسنى لهم مواصلة دراستهم بشكل طبيعي.
- ٣- الاهتمام بعمل برامج محفزة لزيادة رغبة الطلبة في الدراسة، وبرامج إرشادية للتقليل من الضغوط النفسية.
- ٤- تفعيل دور مراكز رعاية الموهوبين، من خلال تثقيف الأسر في كيفية التعامل مع الموهوبين، وتنمية مهاراتهم.

الدراسات المقترحة:

ومن الدراسات المقترحة في هذا الصدد ما يلي:

- ١- إجراء دراسة بعنوان الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية وحاجاتهم للإرشاد النفسي.
- ٢- إجراء دراسة بعنوان برنامج مقترح للتخفيف من الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- ٣- إجراء دراسة بعنوان قدرة المعلمين وإدارات المدارس في التعامل مع الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة الثانوية.

قائمة المراجع

أ- المراجع العربية:

الأشول، عادل أحمد عز الدين (١٩٨٧). موسوعة التربية الخاصة. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

أبوزيد، سعاد محمد عبد الغني (١٩٨٥). الضغوط النفسية المدرسية كما يدركها تلاميذ المدرسة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.

أبوسليمان، بهجت (٢٠٠٢). فاعلية برنامج في التدريب على الضبط الذاتي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

الأطرش، شهلا حسين محمد (٢٠٠٠). مصادر الضغط النفسي واستراتيجيات التوافق لدى طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة في الجامعة الأردنية، رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

أبو عزام، أمل علاء الدين (٢٠٠٥). أساليب مواجهة الضغوط وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، رسالة دكتوراه، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة.

أبو عوف، طلعت (٢٠٠٨). الأسرة والأبناء الموهوبون. الإسكندرية: الجلال.

الأهواني، هاني (٢٠٠٥). مصادر الضغوط النفسية الدراسية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة والأزهرية (دراسة مقارنة). مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، مصر (١٢)، ١١٧، ٤٣ - ٧٥.

البحراوي، أحمد نبيل محمود (٢٠٠٣). الضغوط النفسية والاجتماعية المدرسية (أساليب المواجهة): دراسة مقارنة بين شرائح اجتماعية مختلفة، لدى طلبة وطالبات المرحلة (الإعدادية)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.

البحيري، عبد الرقيب أحمد (٢٠٠٢). الموهبة أهي مشكلة؟ دراسة من منظور الصحة النفسية،

ورقة عمل مقدمة للمؤتمر العلمي الخامس تحت عنوان "تربية الموهوبين والمتفوقين:

المدخل إلى عصر التميز والإبداع"، كلية التربية، جامعة أسيوط.

بدير، كريم (٢٠١٠). سيكولوجية الموهبة والعبقريّة. القاهرة: عالم الكتب.

بيبي، هدى الحسين (٢٠٠٥) دور المعلم المرشد في إرشاد المتفوق الموهوب، ورقة عمل مقدمة في المؤتمر العلمي العربي الرابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين "معاً لدعم الموهوبين والمبدعين في عالم سريع التغير، المنعقد في ١٦-١٨/٧/٢٠٠٥، بتنظيم المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين ومؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله لرعاية الموهوبين، عمان - الأردن.

جروان، فتحي (١٩٩٨). الموهبة والتفوق والإبداع. العين: دار الكتاب الجامعي.

جروان، فتحي (٢٠٠٤). الموهبة والتفوق والإبداع. ط ٢، الأردن: دار الفكر.

جروان، فتحي (٢٠٠٨). الموهبة والتفوق والإبداع. عمان: دار الفكر.

الجمالي، فوزية، وعبد الحميد، حسن (٢٠٠٣). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة، دراسات عربية في علم النفس، (٢)، ١، ١٥١-٢١٢.

جمعة، محمد (٢٠٠٤). ضغوط العمل وكيفية مواجهتها. مكتبة الانجلو: القاهرة.

الجهني، فايز سويلم مسعد (٢٠٠٨). أدوار وصعوبات معلمي الموهوبين المرتبطة بتخطيط وتنفيذ وتقويم المنهج الإثرائي في برنامج الموهوبين المدرسي بمدارس التعليم العام، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، جامعة أم القرى، كلية التربية.

الخميسي، سلامة (١٩٩٩). من يعلم الطفل الموهوب. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، (٣٢)، ١، ١٣-٢٥.

الداهري، صالح حسن (٢٠٠٥). سيكولوجية رعاية الموهوبين والمتميزين وذوي الاحتياجات الخاصة: الأساليب والنظريات. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

داوود، نسيمة (١٩٩٥). الضغوط التي يعاني منها طلبة الصفوف من السادس حتى العاشر في المدرسة الأردنية وعلاقتها بمتغيرات التحصيل الأكاديمي والجنس والصف. دراسات (العلوم الإنسانية). ٢٢(٦)، ٦٧١-٧٠٦.

داوود، نسيمة وحمدى، نزيه (١٩٩٧). العلاقة بين مصادر الضغوط التي يعاني منها الطلبة ومفهوم الذات لديهم. دراسات الجامعة الأردنية - سلسلة العلوم التربوية، ٢٤ (٢)، ٢٥-٢٦٨.

درويش، مها (١٩٩٣). استراتيجيات التوافق للضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في عمان العاصمة. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية، عمان: الأردن.

راغب، رشا إبراهيم (١٩٩٨). الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

الروسان، فاروق (١٩٩٩). أساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة. عمان: دار الفكر.

زين الدين، حنان (٢٠٠٥). أنماط تعلق المراهقين بالوالدين وعلاقتها بتقديرهم لشدة الضغوط النفسية وأساليب تدبيرهم لهذه الضغوط. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

سادوسكي (A. Sadowski). (٢٠٠٧). ضغوط السلطة ومدى تأثيرها السلبي في عينة الموهوبين، ترجمة: طارق عبد الرؤوف عامر، دراسات في التفوق والموهوبة والإبداع والابتكار، الأردن، عمان: دار اليازوي، (٣٢)، ١٣٠-١٣١.

سعد، مراد، وخليفة، وليد (٢٠٠٧). الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي (المفاهيم - النظريات - البرامج). الإسكندرية: دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر.

سعيد، محمود محيي الدين (٢٠٠٥). مصادر الضغوط النفسية الدراسية وعلاقتها بمفهوم الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، مصر ٢، ١٠٩، ١-٤٤.

سليمان، علي (٢٠٠٠). برنامج الكشف عن الموهوبين ورعايتهم. الرياض: مدينة الملك عبدالعزيز للعلوم والتقنية.

سليمان، علي (٢٠٠١). تجارب عالمية حديثة في رعاية الموهوبين، ورقة عمل مقدمة في الملتقى الأول لمؤسسات رعاية الموهوبين بدول الخليج العربية، ١٣-١٤ يناير ٢٠٠١ الرياض: مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله لرعاية الموهوبين، مكتب التربية العربي لدول الخليج.

شحاته، إيهاب سيد محمود (٢٠١٠). العلاقة بين إدارة الذات وضغوط الدراسة لدى عينة من طلاب المرحلة الأزهرية. المؤتمر السنوي الخامس عشر لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، أكتوبر ٢٠١٠.

صبحي، تيسير (١٩٩٢). الموهبة والإبداع: طرائق التشخيص وأدواته المحوسبة. عمان: دار التنوير العلمي للنشر والتوزيع.

صبحي، تيسير (٢٠٠٢). عرض ومراجعة لكتاب دليل المعلم والأسرة في رعاية الموهوبين من تأليف لويس يوركر، مجلة العلوم التربوية، ١، ١٢، ٢٥.

طقش، حنان، وغيث، سعاد، وبنات، سهيلة (٢٠٠٩). مصادر الضغط النفسي لدى طلبة المراكز الريادية للموهوبين المتفوقين واستراتيجيات التعامل معها. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، ١٠ (١).

الطنطاوي، رمضان (٢٠٠٨). الموهوبون أساليب رعايتهم وأساليب تدريسهم. الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

العازمي، مناحي (٢٠٠٩). الضغوط الأسرية كما تدركها أمهات الأطفال المعاقين. رسالة دكتوراه، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة.

عبد السلام، عبد الغفار.(١٩٩٧). التفوق العقلي والابتكار. القاهرة: دار النهضة العربية.

عبد الله، عادل (٢٠٠٥). سيكولوجية الموهبة. القاهرة : دار الرشاد.

عبد الله، محمد قاسم (٢٠٠٢). مدخل إلى الصحة النفسية. دمشق: دار الفكر.

عبد الله، منى محمود (٢٠٠٢). أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية. رسالة دكتوراه، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية. معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس، القاهرة.

عبيد، ماجده (٢٠٠٨). الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

العتيبي، نسرين (٢٠٠٧). الضغوط النفسية والعلاقات الاجتماعية لدى المراهقين في المدارس الخاصة المختلطة، وغير المختلطة في محافظة العاصمة، وتطوير برنامج للتعامل مع الضغوط النفسية، وتنمية العلاقات الاجتماعية. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.

عريبات، أحمد عبد الحليم (١٩٩٤). مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين كما يدركها المراهقون والمعلمون والمرشدون. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان: الأردن.

عثمان، فاروق (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

عطية، محمود (٢٠١١). ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها، مكتبة الانجلو: القاهرة.

على، عبد الحي ومحمد، منصور (١٩٩٩). الضغوط النفسية وعلاقتها بالامتحانات وأثرها على مستوى التراكمية لدى الطلاب الجامعيين، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا. ١٣، (١).

علي، عبد السلام علي (٢٠٠٠). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية. مجلة علم النفس، القاهرة، ٩ (٥٣).

غانم، محمد (٢٠٠٧). مقدمة في علم الصحة النفسية. الإسكندرية: المكتبة المصرية. القاطعي، عبدالله علي والضبيان، صالح موسى والحازمي، مطلق طلق والسليم، الجوهرة، القريطي عبد المطلب أمين (2005). الموهوبون والمتفوقون خصائصهم، اكتشافهم ورعايتهم. القاهرة: دار الفكر العربي.

كامل، محمد (٢٠٠٤). الضغوط النفسية ومواجهتها. الرياض: مكتبة الساعي للنشر والتوزيع.

كمال، طارق (٢٠٠٧). سيكولوجية الموهبة والإبداع. الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.

الكبيكي، علي محمود (٢٠٠٧). مصادر الضغوط النفسية التي تواجه طلبة المدارس الثانوية الموهوبين في محافظة الزرقاء. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

محاسنة، عبد الرحيم (٢٠٠١). حاجات ومشكلات الطلبة المتميزين الملتحقين ببرامج المتميزين في الأردن مقارنة مع الطلبة غير المتميزين. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

محمد، صابر السيد (٢٠٠١). دراسة لبعض الضغوط النفسية في ضوء الاتجاه الديني وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

محمد، محمد جاسم (٢٠٠٤). مشكلات الصحة النفسية، أمراضها وعلاجها، ط (١)، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

المزروع، ليلى عبد الله (٢٠٠٩). أنماط التعلق وعلاقتها بالرضا عن الحياة وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

معروف، اعتدال (٢٠٠١). مهارات مواجهة الضغوط في الأسرة والعمل والمجتمع. الرياض: مكتبة الشقري.

المعاداتي، سعد وقطناني، محمد (٢٠٠٨). إرشاد الأطفال الموهوبين: دليل المعلم والمربي. عمان: دار جرير للنشر والتوزيع.

معوض، خليل (٢٠٠٢). قدرات وسمات الموهوبين. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب. مكاي، صلاح فؤاد (٢٠٠١). دراسة تنبؤية لأثر ضغوط الحياة في بعض متغيرات الشخصية لدى فئات من الموهوبين. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ١٧، (٤٦).

موسى، موسى نجيب (٢٠١٠). الطفل الموهوب (موهبة ورعاية في محيط الأسرة)، الأردن، عمان: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.

النفيسي، نوال (٢٠١٢). مصادر الضغوط النفسية لدى الطالبات الموهوبات دراسة ميدانية لعينة من الطالبات الموهوبات بشرق مدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الملك سعود: الرياض.

الهاللي، عادل (٢٠٠٩). بعض أساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

الهيجان، عبد الرحمن محمد (١٩٩٨). ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها. معهد الإدارة العامة، الرياض.

يوسف، جمعة سيد (١٩٩٠). التوافق النفسي. القاهرة: مكتبة غريب.

يوسف، سليمان عبد الواحد (٢٠١٠). علم نفس الموهبة. القاهرة: مصر العربية للنشر والتوزيع.

ب- المراجع الأجنبية:

- Aldwin, C. (2000). Stress coping and development. New York: A division of Guilford Publications.
- Byrn, A. & Mazanow. (2002). Sources of stress in Australia adolescents: Factor structure and stability over time, **School Psychology**, the Australia. Camarena, P. M, Sarigiani. P.A.
- Deanda, D. & Bradly, M. (1997). A study of stress, and **Social Work in Education**, Journal OF Coping stressors, Strategies 19, 87-98.
- Earle, S. (1998). A critical incident study of the school guidance counselor,s interactions with gifted students. Unpublished Ph.D, Kent State University.
- Fontana, D. (1998). Managing stress. London: British Psychological Society and Routledge Ltd.,26-44.
- Griffth (1993). Adolescent coping with family school, and peer stressors (ERIC (ED374367)).
- Heler, K. (1991). The Nature and development of giftedness: A Longitudinal Study. **European Journal For High Ability**, 2(2),174-1880.

- Kitano, M. (1990). Intellectual abilities & psychological intensities in young gifted children: Implication for the Gifted, **Reoper Review**, (13): 5–10.
- Kobus, K. & Reyes, O. (2000). A descriptive study urban Mexican American adolescent's perceived stress and coping. **Hispanic Journal of Behavioral Sciences**, 22 (2), 163–178.
- Lazarus, R. S. (1966). Psychological Stress and the Coping Process. Newyork: McGraw Hill.
- Loman, B. J. & Jarvis, P. A. (2000). Adolescent stressors, coping strategies, and psychological health studied in the family context. **Journal of Youth and Adolescence**, 29, 15–43.
- Mechanic, D. (1983). Stress and social adaptation. In Hans Selye (Ed.), *Selye's Guide to Stress Research, Scientific and Academic Editions*, New York, 125.
- Mendaglio, S. (2005). Counseling gifted persons into account. **Gifted Education International**, 19, 204–212.
- Metha, A. and McWhirter, E. H. (1997). Suicide Ideation, Depression, and Stressful Life Events among Gifted Adolescents. **Journal for the Education of the Gifted**, 20, 3, 284–304. ERIC, EJ549074.
- Moon, S.M., & Hall, A.S. (1998). Family therapy with intellectionally and creatively gifted children. **Journal of Marital and Family Therapy**, 24, 59–80.

- Neihart, M. (2002). The social and emotional development of gifted children: What do we know?. **Gifted Child Quarterly**, 47, 144–154.
- Peterson, J . Duncan, N. Canady, K. (2009). A longitudinal study of **Negative life events, stress**, and School Experiences of Gifted Youth. **Gifted Child Quarterly**, 53(1), 34–49.
- Peterson, J. S.(2000). Addressing counseling needs of gifted students. **Professional School Counseling**, 10(1), 86–102.
- Renzulli, J. (1986). **What makes Giftedness?** Re-examining a definition. New York: facts on file, Inc. Delta Kappa Press, 98, 176 –199.
- Santrock, J. W. (2002). **A Topical approach to life–span development**. New York: McGraw Hill.
- Sarafino, E. P. (1994). **Health psychology: Biopsychosocial Interaction**, 2nd ed., New York: John Wiley & Sons.
- Steinberg, L. (1996). **Adolescence**. 4th ed., New York: McGraw Hill.
- Turner, J. S. & Helms, D. B. (1991). **Lifespan Development**. 4th ed., Fort Worth, TX: Holt, Rinehart & Winston Inc.
- Wieczerkowski, W. & Prado, T. (1991). Parental fears and expectation form the point of view of a counseling center for the gifted, **European Journal for High Ability**, 2, 56–72.

الملاحق

ملحق (١)
دليل كشف الموهبة

دليل كشف الموهبة

القائمة الأولى

" قائمة الأسرة "

- اسم (الطالب / الطالبة):
- الجنس : ☐ ذكر ☐ أنثى
- تاريخ الميلاد:
- الصف الدراسي:
- المدرسة:
- محل الإقامة:
- عمل الأب:
- مستوى تعليم الأب:
- عمل الأم:
- مستوى تعليم الأم:
- قام بملء هذه القائمة: "الأب" (.....) "الأم" (.....) " آخرون " (.....).

تعليمات مهمة:

- يطبق هذا الدليل بغرض مساعدة " ابنك / ابنتك " على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم الخاصة ، لذا حاول أن تكون صادقاً في استجابتك.
- فيما يلي مجموعة من العبارات، لا توجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة، لكن المطلوب منك أن تحدد إجابتك دون أن تترك عبارة واحدة بقدر الإمكان.
- إذا كنت توافق على مضمون العبارة بدرجة كبيرة، ضع علامة (√) تحت كلمة غالباً.
- إذا كنت توافق على مضمون العبارة، ولكن بدرجة أقل، ضع علامة (√) تحت كلمة أحياناً.
- إذا كنت لا توافق على مضمون العبارة، ولا تنطبق على "ابنك / ابنتك"، ضع علامة (√) تحت كلمة نادراً.
- لا يوجد زمن محدد للإجابة على هذه القائمة، لكن حاول أن تجيب سريعاً.

م	العبارة	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أشعر أن العمر العقلي لـ "ابني/ ابنتي" يفوق عمره الزمني".			
٢	يتقدم " ابني/ ابنتي " على أقرانه من حيث القدرة على التعلم"			
٣	يتقدم " ابني/ ابنتي " على أقرانه من حيث إدراك العلاقات.			
٤	يتقدم " ابني/ ابنتي " على أقرانه من حيث فهم الأمور وإدراكها.			
٥	أشعر أن ذكاء " ابني/ ابنتي " مرتفع".			
٦	يتفوق " ابني/ ابنتي " في واحدة أو أكثر من المواد الأكاديمية مثل: الرياضيات أو العلوم أو اللغات.			
٧	يتميز " ابني/ ابنتي " بقدرة عالية على الاستيعاب والحفظ.			
٨	يتميز " ابني/ ابنتي " بسرعة التعلم، والدافعة للإنجاز.			
٩	يهتم " ابني/ ابنتي " بواحدة أو أكثر من المواد الأكاديمية .			
١٠	أشعر " ابني/ ابنتي " يتمتع بذكاء فوق متوسط ، وأن تفكيره لا يتسم بالإبداع أو التجديد.			
١١	يتميز " ابني/ ابنتي " باستعداد خاص للإبداع.			
١٢	أشعر أن " ابني/ ابنتي " لديه استعداد للاختراع.			
١٣	يتميز " ابني/ ابنتي " بقدرته على إيجاد أفكار وحلول جديدة.			
١٤	لدى " ابني/ ابنتي " أفكار أصيلة في التصدي للمشكلات .			
١٥	يتميز " ابني/ ابنتي " بأنه يكتشف حل الألغاز ، ويبتكر في حلها.			
١٦	أرى الطلاب لا يألفون " ابني/ ابنتي " عند التعامل معه لأول وهلة.			
١٧	أشعر أن " ابني/ ابنتي " يألف الناس سريعاً عند التعامل معهم.			
١٨	يبدل " ابني/ ابنتي " جهداً شديداً لحل مشكلات الآخرين.			
١٩	لا يتحمل " ابني/ ابنتي " مسؤوليات أصدقائه منذ صغره.			
٢٠	أشعر أن أصدقاء " ابني/ ابنتي " تابعون له عندما يتحدثون معه.			
٢١	لدى " ابني/ ابنتي " قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الفنية الآتية: الرسم – النحت- التلوين – تشكيل المعادن.			
٢٢	لدى " ابني/ ابنتي " قدرات فنية خاصة في واحد من من المجالات الموسيقية الآتية: الأداء الموسيقي – التأليف الموسيقي- الغناء.			
٢٣	لدى " ابني/ ابنتي " قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الأدبية مثل: كتابة الشعر- الزجل- القصة.			
٢٤	أشعر أن " ابني/ ابنتي " يتفوق على أقرانه في أحد المجالات الفنية.			
٢٥	منذ نعومة أظفار " ابني/ ابنتي " وأنا أشعر أنه موهوب فنياً.			
٢٦	" ابني/ ابنتي " ليس به عيوب جسدية.			
٢٧	يتميز " ابني/ ابنتي " برشاقة جسمه.			
٢٨	يتمتع " ابني/ ابنتي " بقوة عضلية وبدنية.			
٢٩	يتمتع " ابني/ ابنتي " بالقدرة على الاحتمال البدني وخفة الحركة.			
٣٠	أشعر " ابني/ ابنتي " لديه قدرات رياضية خاصة جديرة بالاهتمام.			

دليل كشف الموهبة

القائمة الثانية

" قائمة المدرسة "

- اسم (الطالب/ الطالبة):
- الجنس : ☐ ذكر ☐ أنثى
- الصف الدراسي : ☐ الأول ثانوي ☐ الثاني ثانوي ☐ الثالث ثانوي
- المدرسة:
- قام بملء هذه القائمة معلم/ معلمة الفصل لمادة:

تعليمات هامة:

- يطبق هذا الدليل بغرض مساعدة "الطالب/ الطالبة" على اكتشاف قدراتهم ومواهبهم الخاصة، لذا حاول أن تكون صادقاً في استجابتك.
- فيما يلي مجموعة من العبارات، لا توجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة، لكن المطلوب منك أن تحدد إجابتك دون أن تترك عبارة واحدة بقدر الإمكان.
- إذا كنت توافق على مضمون العبارة بدرجة كبيرة، ضع علامة (√) تحت كلمة "غالباً".
- إذا كنت توافق على مضمون العبارة، ولكن بدرجة أقل، ضع علامة (√) تحت كلمة "أحياناً".
- إذا كنت لا توافق على مضمون العبارة، ولا تنطبق عليك، ضع علامة (√) تحت كلمة نادراً.
- لا يوجد زمن محدد للإجابة على هذه القائمة، لكن حاول أن تجيب سريعاً.
- مع الشكر.....

م	العبارة	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أشعر أن العمر العقلي لـ "الطالب/ الطالبة" يفوق عمره الزمني".			
٢	يتقدم "الطالب/ الطالبة" على زملائه في الفصل من حيث القدرة على التعلم".			
٣	يتقدم "الطالب/ الطالبة" على زملائه في الفصل من حيث إدراك العلاقات.			
٤	يتقدم "الطالب/ الطالبة" على زملائه في الفصل من حيث فهم الأمور وإدراكها.			
٥	أشعر أن ذكاء "الطالب/ الطالبة" مرتفع".			
٦	يتفوق "الطالب/ الطالبة" في واحدة أو أكثر من المواد الأكاديمية مثل: الرياضيات أو العلوم أو اللغات.			
٧	يتميز "الطالب/ الطالبة" بقدرة عالية على الاستيعاب والحفظ.			
٨	يتميز "الطالب/ الطالبة" بسرعة التعلم، والدافعة للإنجاز.			
٩	يهتم "الطالب/ الطالبة" بواحدة أو أكثر من المواد الأكاديمية.			
١٠	أشعر "الطالب/ الطالبة" يتمتع بذكاء فوق متوسط، وأن تفكيره لا يتسم بالإبداع أو التجديد.			
١١	يتميز "الطالب/ الطالبة" باستعداد خاص للإبداع.			
١٢	أشعر أن "الطالب/ الطالب" لديه استعداد للاختراع.			
١٣	يتميز "الطالب/ الطالبة" بقدرته على إيجاد أفكار وحلول جديدة.			
١٤	لدى "الطالب/ الطالبة" أفكار أصيلة في التصدي للمشكلات .			
١٥	يتميز "الطالب/ الطالبة" بأنه يكتشف حل الألغاز، ويبتكر في حلها.			
١٦	أرى الطلاب لا يأفون "الطالب/ الطالبة" عند التعامل معه لأول وهلة.			
١٧	أشعر أن "الطالب/ الطالبة" يألف زملائه سريعاً عند التعامل معهم.			
١٨	يبدل "الطالب/ الطالبة" جهداً شديداً لحل مشكلات زملائه			
١٩	لا يتحمل "الطالب/ الطالبة" مسؤوليات زملائه في الفصل.			
٢٠	أشعر أن "الطالب/ الطالبة" لديه قدرات خاصة في قيادة الفصل.			
٢١	لدى "الطالب/ الطالبة" قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الفنية الآتية: الرسم - النحت - التلوين - تشكيل المعادن.			
٢٢	لدى "الطالب/ الطالبة" قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الموسيقية الآتية: الأداء الموسيقي - التأليف الموسيقي - الغناء.			
٢٣	لدى "الطالب/ الطالبة" قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الأدبية مثل: كتابة الشعر - الزجل - القصة.			
٢٤	أشعر أن "الطالب/ الطالبة" يتفوق على زملائه في أحد المجالات الفنية.			
٢٥	منذ أول مرة تعاملت مع "الطالب/ الطالبة" وأنا أشعر أنه موهوب فنياً.			
٢٦	"الطالب/ الطالبة" ليس به عيوب جسدية.			
٢٧	يتميز "الطالب/ الطالبة" برشاقة جسمه.			
٢٨	يتمتع "الطالب/ الطالبة" بقوة عضلية وبدينية.			
٢٩	يتمتع "الطالب/ الطالبة" بالقدرة على الاحتمال البدني وخفة الحركة.			
٣٠	أشعر "الطالب/ الطالبة" لديه قدرات رياضية خاصة جدية بالاهتمام.			

دليل كشف الموهبة

القائمة الثالثة

" قائمة الطالب "

- اسم (الطالب/ الطالبة):
- الجنس : ☐ ذكر ☐ أنثى
- تاريخ الميلاد:
- الصف الدراسي :
- المدرسة:
- محل الإقامة :
- عمل الأب:
- مستوى تعليم الأب:
- عمل الأم:
- مستوى تعليم الأم:

تعليمات مهمة:

- يطبق هذا الدليل بغرض مساعدتك على اكتشاف قدراتك ومواهبك الخاصة، لذا حاول أن تكون صادقاً في استجابتك.
- فيما يلي مجموعة من العبارات، لا توجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة، لكن المطلوب منك أن تحدد إجابتك دون أن تترك عبارة واحدة بقدر الإمكان.
- إذا كنت توافق على مضمون العبارة بدرجة كبيرة، ضع علامة (√) تحت كلمة "غالباً".
- إذا كنت توافق على مضمون العبارة، ولكن بدرجة أقل، ضع علامة (√) تحت كلمة "أحياناً".
- إذا كنت لا توافق على مضمون العبارة، ولا تنطبق عليك، ضع علامة (√) تحت كلمة نادراً.
- لا يوجد زمن محدد للإجابة على هذه القائمة، لكن حاول أن تجيب سريعاً.
- مع الشكر.....

م	العبارة	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أشعر أن عمري العقلي يفوق عمري الزمني.			
٢	أتقدم على أقراني من حيث القدرة على التعلم.			
٣	أتقدم على أقراني من حيث إدراك العلاقات.			
٤	أتقدم على أقراني من حيث فهم الأمور وإدراكها.			
٥	أشعر أن ذكائي مرتفع.			
٦	أتفوق في واحدة أو أكثر من المواد الأكاديمية مثل: الرياضيات أو العلوم أو اللغات.			
٧	أتميز بقدرة عالية على الاستيعاب والحفظ.			
٨	أتميز بسرعة التعلم ، والدافعة للإنجاز.			
٩	أهتم بواحدة أو أكثر من المواد الأكاديمية.			
١٠	أشعر أنني أتمتع بذكاء فوق متوسط ، وأن تفكيري لا يتسم بالإبداع أو التجديد.			
١١	أتميز باستعداد خاص للإبداع.			
١٢	أشعر أن لدي استعداد للاختراع.			
١٣	أتميز بقدرته على إيجاد أفكار وحلول جديدة.			
١٤	لدي أفكار أصيلة ومتعددة في التصدي للمشكلات .			
١٥	أتميز بأنه اكتشف حل الألغاز ، وأبتكر في حلها.			
١٦	الناس لا يألّفونني بسرعة عند التعامل معه لأول وهلة.			
١٧	أشعر أنني أتألف مع الناس سريعاً عند التعامل معهم.			
١٨	أبذل جهداً شديداً لحل مشكلات الآخرين.			
١٩	أتحمل مشكلات ومسؤوليات أصدقائي منذ صغري.			
٢٠	أشعر أن أصدقائي تابعون لي عندما يتحدثون معي.			
٢١	لدي قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الفنية الآتية: الرسم – النحت- التلوين – تشكيل المعادن.			
٢٢	لدي قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الموسيقية الآتية: الأداء الموسيقي – التأليف الموسيقي- الغناء.			
٢٣	لدي قدرات فنية خاصة في واحد من المجالات الأدبية مثل: كتابة الشعر- الزجل- القصة.			
٢٤	أشعر أنني أتفوق على أقرانه في أحد المجالات الفنية.			
٢٥	منذ نعومة أظفاري وأنا أشعر أنني موهوب فنياً.			
٢٦	ليس بي عيوب جسدية.			
٢٧	أتميز برشاقة جسمي.			
٢٨	أتمتع بقوة عضلية وبدنية.			
٢٩	أتمتع بالقدرة على الاحتمال البدني وخفة الحركة.			
٣٠	أشعر أن لدي قدرات رياضية خاصة جديرة بالاهتمام.			

ملحق (٢)
مقياس الضغوط النفسية



جامعة البحرين

مقياس الضغوط النفسية

أخي الطالب .. أختي الطالبة:

فيما يلي قوائم مختلفة من العبارات، يرجى الإجابة عليها بصراحة وصدق وعدم ترك أية عبارة دون إجابة. علماً أن هذه المعلومات لغايات البحث العلمي فقط، وستبقى سرية ولن يطلع عليها أحد سوى الباحث، ولاداعي لذكر الاسم.

كما يرجى تعبئة المعلومات التالية، ووضع إشارة في المربع المقابل:

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

الصف: ☐ الأول ثانوي ☐ الثاني ثانوي ☐ الثالث ثانوي

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تمثل كل منها شكل من أشكال الضغوط النفسية، أمل أن تكون إجاباتكم على عبارات المقياس بوضع علامة (√) في الخانة التي تعبر عن وجهة نظركم.

الانفعالي

البعد	الرقم	العبارة	دائماً ٥	غالباً ٤	أحياناً ٣	نادراً ٢	مطلقاً ١
	١	أشعر بحساسية إزاء نقد الآخرين لي.					
	٢	أشعر أن حياتي عديمة الأهمية.					
	٣	يزعجني عدم قدرتي على التعبير عن رأيي.					
	٤	أغضب إذا ما ضايقتني أحد ولو بكلمة بسيطة.					
	٥	أحلم أحلاماً مزعجة.					
	٦	أنزعج من الأشياء البسيطة.					
	٧	يضايقني تدني ثقتي بنفسي.					
	٨	يصعب على النوم بسهولة.					
	٩	أشعر بعدم القدرة على تحقيق الأهداف الممكنة.					
	١٠	خوفي من الفشل يمنعني من اتخاذ أي قرار.					
	١١	أرغم على المشاركة في أمور دون اقتناع.					
	١٢	يضايقني شعوري بالقلق غير المبرر.					
	١٣	أشعر أن أمور حياتي خارجة عن سيطرتي.					
	١٤	أشعر أن أعصابي مشدودة دون سبب حقيقي.					
	١٥	أتضايق لضعف قدرتي على حل مشكلاتي بنفسي.					
	١٦	أرتبك بشدة عند مواجهة المواقف الصعبة.					
	١٧	أركز على الجوانب السلبية في حياتي بدلاً من التركيز على الجوانب الإيجابية.					
	١٨	انزعج بشدة عند سماع الأمور المحزنة.					
	١٩	أتذكر أحداثاً مؤلمة في حياتي.					
	٢٠	أشعر بتناقص اهتمامي بالناس.					

البيد	الرقم	العبارة	دائماً ٥	غالباً ٤	أحياناً ٣	نادراً ٢	مطلقاً ١
٦. المدرسي	٢١	أنزعج من تهديد بعض المعلمين لي.					
	٢٢	أشعر بالمهانة عندما يقلل المعلم من أهمية آرائني في الفصل.					
	٢٣	كثرة الأنشطة المدرسية تسبب لي ضغطاً عصبياً.					
	٢٤	أشعر بالضغط عندما أكون من المتفوقين دراسياً.					
	٢٥	أشعر بعدم الراحة في الفسحة.					
	٢٦	بعض الاختبارات الدورية تكون طويلة.					
	٢٧	أعاني من تحيز المعلمين لغيري من زملاء.					
	٢٨	أعرض للتهديد من زملائي.					
	٢٩	أخاف من الفشل في الدراسة.					
	٣٠	يزعجني مكان جلوسي داخل الصف.					
	٣١	أشعر بالتوتر عندما أحصل على علامات متدنية.					
	٣٢	ألجأ إلى الدراسة لأشغل نفسي عن المشاكل.					
	٣٣	أنزعج من تقييد نظام المدرسة لحريتي.					
	٣٤	يضايقتني كثرة الحصص.					
	٣٥	أفكر في ترك المدرسة بسبب الضغوط التي أعانيها.					
	٣٦	أرغب في الغياب عن المدرسة.					
	٣٧	أشعر بالخوف من الامتحانات.					
	٣٨	أتضايق من كثرة أعداد الطلبة بالمدرسة.					
	٣٩	تزعجني تصرفات بعض الطلبة.					
	٤٠	أشعر بالملل في المدرسة.					

البعد	الرقم	العبرة	دائماً ٥	غالباً ٤	أحياناً ٣	نادراً ٢	مطلقاً ١
	٤١	تزعجني كثرة المشاجرات بيني وبين إخوتي.					
	٤٢	أتضايق من كثرة الخلافات بين والديين.					
	٤٣	يزعجني فقدان أحد أفراد الأسرة لعمله.					
	٤٤	أشعر بتقييد حريتي في البيت.					
	٤٥	يضايقني الوضع الاقتصادي لأسرتي.					
	٤٦	يضايقني اتخاذ الأهل قرارات خاصة بي دون التشاور معي.					
	٤٧	يزعجني مرض أحد الأخوة.					
	٤٨	أندمر من تدخل والديين في شؤوني الخاصة.					
	٤٩	يضايقني تواجدي بين أفراد أسرتي.					
	٥٠	ألوم نفسي عند عدم مساعدة أسرتي في أعمال المنزل.					
	٥١	ينتابني شعور بأن بعض الناس يكرهونني.					
	٥٢	والداي لايهتمون باحتياجاتي.					
	٥٣	أخفي عن والدي ما يحدث معي في المدرسة.					
	٥٤	تنتابني حالة من الخجل أثناء وجودي مع الآخرين.					
	٥٥	أشعر أن والداي لا يحبونني بقدر ما أحبهم.					
	٥٦	أتضايق عندما أكون بعيداً عن أسرتي.					
	٥٧	والدي يجعلاني أشك في قدراتي.					
	٥٨	أشعر بالغيرة عند اهتمام والدي بأحد أخوتي أكثر مني.					
	٥٩	أتضايق من نقد زملائي لي.					
	٦٠	عندما أحتاج إلى والداي لا أجدهما إلى جوارتي.					

ملحق (٣)
قائمة بأسماء المحكمين

قائمة بأسماء المحكمين

م	الاسم	المركز الأكاديمي
١	أ.د. محمد مقداد	أستاذ بقسم علم النفس - جامعة البحرين
٢	أ.د. جيهان العمران	أستاذ بقسم علم النفس - جامعة البحرين
٣	أ. د. عادل محمد العدل	أستاذ بقسم صعوبات التعلم - جامعة الخليج العربي
٤	د. توفيق عبدالمنعم	أستاذ مشارك بقسم علم النفس - جامعة البحرين
٥	د. محمد المطوع	أستاذ مشارك بقسم علم النفس - جامعة البحرين
٦	د. أمينة شلبي	أستاذ مساعد بقسم علم النفس - جامعة البحرين

ملحق (٤)

خطاب من رئيسة قسم علم النفس بجامعة البحرين لتسهيل مهمة
باحث

٢٠١٢/١٠/١٠

لن يهمل الأمر

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،

يرجى منكم التكرم بتسهيل مهمة الطالب / فهد عوض عبد الرحمن- رقم جامعي ٢٠٠٩٤٧٤٠ والذي يدرس ببرنامج ماجستير علم النفس الإرشادي بقسم علم النفس بجامعة البحرين، في تسهيل مهمته في العمل الميداني وتطبيق مقاييس الدراسة على الطلبة بالمرحلة الثانوية الذين يدرسون في مملكة البحرين وذلك ضمن المعلومات الخاصة بأطروحة الماجستير، والتي عنوانها "دراسة مقارنة في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين"، وذلك تحت إشراف الدكتور/ أحمد سعد جلال الأستاذ المشارك بقسم علم النفس بجامعة البحرين. ولكم خالص الشكر والتقدير.

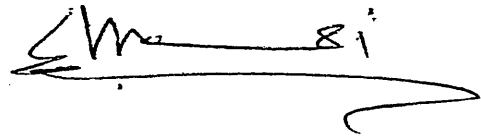
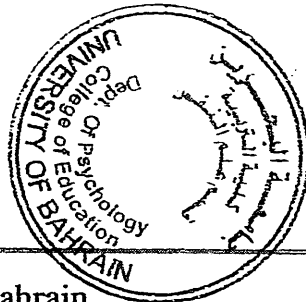
وتفضلوا بقبول وافر التحية والاحترام،،

رئيسة قسم علم النفس

د. أماني الشيراوي

المشرف على الأطروحة

د. أحمد سعد جلال



ملحق (٥)

خطاب من إدارة البحث العلمي بوزارة التربية والتعليم بمملكة
البحرين



الرقم: ١٠/٣/ت م ب
التاريخ: ٢٣ أكتوبر ٢٠١٢م

حضرة الفاضل فهد عوض الأسمرى المحترم

تحية طيبة وبعد،،،

الموضوع: الموافقة على تطبيق أدوات بحث بوزارة التربية والتعليم ومدارسها

بالإشارة إلى طلبكم المقدم بتاريخ ٢٠١٢/١٠/١١م بشأن تطبيق أدوات البحث المعنون: "دراسة مقارنة في الضغوط النفسية بين الطلبة الموهوبين والعاديين بالمرحلة الثانوية بمملكة البحرين"، يسرني إعلامكم بموافقة الإدارة / الإدارات المعنية على تطبيق أدوات البحث وفق التعليمات والشروط التالية:

١. الالتزام عند التطبيق بأداة / أدوات البحث التي تمت الموافقة عليها دون إضافة أو حذف.
٢. المحافظة على المعلومات التي يتم جمعها، وعدم استخدامها إلا لأغراض البحث العلمي.
٣. تزويد إدارة المكتبات العامة بوزارة التربية والتعليم بنسخة من البحث بعد الانتهاء منه.
٤. جميع الإجراءات والخطوات اللازمة لتطبيق أدوات الدراسة تقع على عاتق الباحث نفسه ولا يحق له الاعتماد على كوادر الوزارة لأداء هذه المهمة.

مع تمنياتنا لكم بالتوفيق، وتفضلوا بقبول خالص التحية والاحترام.

د. فرزانه عبدالله المراغي
مدير إدارة البحث العلمي بالوكالة

(Abstract)

The study aimed to identify the main sources of psychological stress among gifted students in Bahrain, as well as the significant differences in the psychological stress between the ordinary and gifted students according to sex and grade at secondary school level in the kingdom of Bahrain.

The study sample consisted of 250 male and female students who were studying in public secondary schools in the Ministry of Education of the kingdom of Bahrain. The study used Measure of Psychological Stress, prepared by the investigator, and the Booklet for Discovering Gifted Students.

The study found out the following important results:

- 1- The most important sources of psychological stress among gifted students in high school in the kingdom of Bahrain was the school dimension, whose relative importance was (58.91%) in the study sample, followed by the emotional dimension, whose relative importance was (54.30%) . Finally, the family and social dimension, whose relative importance was (48.16%), indicating that the level of psychological stress in the school dimension was very high among secondary school students.
- 2- There were no significant differences in psychological stress between the gifted and the ordinary students in the study sample.
- 3- There were no significant differences between the gifted and ordinary students according to sex and grades .

UNIVERSITY OF BAHRAIN

College of Arts

Department of Psychology



A comparative Study of the Psychological Stress between Gifted and Ordinary Students at the Secondary School Level in the Kingdom of Bahrain

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master Degree in Counseling Psychology

Submitted by

Fahad Awad Abdulrahman Al-Asmari

Bachelor of Biology, King Saud University, Saudi Arabia, 1996

Supervised by

Dr. Ahmed Saad Galal

Associated Professor, Department of Psychology

UOB

Kingdom of Bahrain

January - 2014