مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية
المجلد 40 العدد 1 (2024): 291- 310

Damascus University Journal of Educational and Psychological Sciences
Vo. 40 No.1 (2024): 291- 310

الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة الصف الثالث الثانوي العام في مدارس مدينة دمشق

د. أنس محمد شحادة[1]

[1] مدرس في قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية بدرعا–جامعة دمشق.

الملخص:

يهدف هذا البحث إلى تعرف مدى انتشار الضغوط النفسية، لدى عينة من طلبة الصف الثالث الثانوي العام في مدارس مدينة دمشق؛ بلغ عددهم (237) طالباً وطالبة، وقد تم استخدام مقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة، ومقياس مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية، للإجابة عن أسئلة وفرضيات البحث؛ وتم التوصل إلى مجموعة من النتائج أبرزها: إن الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث كانت منتشرة بشكلٍ مرتفع، إضافةً إلى أن أكثر مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية هي: المصادر المتعلقة بالامتحان، اضافةً للأساليب الوالدية في التعامل مع طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية، كما تبين عدم وجود فروق بين أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس، في حين كانت الفروق دالة على ذات المقياس تبعاً لمتغيري المستوى التعليمي للوالدين، والتخصص الدراسي، وكانت الفروق لصالح الطلبة من ذوي مستوى التعليم /دراسات عليا/ للوالدين، والطلبة ذوي التخصص العلمي.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، امتحان شهادة الدراسة الثانوية، طلبة المرحلة الثانوية.

تاريخ الإيداع: 2023/1/31
تاريخ القبول: 2023/3/5

حقوق النشر: جامعة دمشق – سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

ISSN: 2789-6390 (online)
https://journal.damascusuniversity.edu.sy

Psychological pressures among a sample of Students in Third Year of General Secondary Schools in Damascus City

DR. Anas Mohammad Shehadeh[1]

[1] Teacher in Counselling Department, Faculty of Educational in Daraa, Damascus University

Abstract:

This research aims to identify the prevalence of psychological stress among a sample of Students in Third Year of General Secondary Schools. They numbered (237) male and female students, the measure of psychological stress among students and the measure of sources of psychological stress among students of the secondary certificate examination were used to answer the research questions and hypotheses. A number of results were reached, most notably: The level of psychological stress among the research sample was high; while it is the most common source of psychological stress among research sample. While the most sources of psychological stress among students are the sources related to the exam, in addition to parental methods in dealing with secondary school students. It was also found that there were no differences between the members of the research sample on the psychological stress scale according to the gender variable, While the differences were indicative of the same scale according to the variable of the educational level of the parents and the academic specialization, and the differences were in favor of the students with Education level /Postgraduate/ of parents, and the students with scientific specialization.

Received:31/1/2023
Accepted:5/3/2023

Copyright: Damascus University- Syria, The authors retain the copyright under a CC **BY- NC-SA**

Key Words: Psychological Stress, Secondary School Certificate Examination, Secondary School Students.

المقدمة:

يُعد امتحان شهادة الدراسة الثانوية من المراحل المفصلية في حياة الفرد؛ إذ يتوقف عليه تحديد مسار حياته المستقبلي في المجال المهني أو التعليمي، ما يجعله من أهم الامتحانات التي يجتازها الطالب، ذلك أن الحصول على شهادة التعليم الثانوي، يُعد الوسيلة الوحيدة لتعزيز، وتتويج النشاط الذي قطعة الطالب خلال سنوات دراسته في المراحل السابقة (الهواري،2021، 81؛ السيد،2021، 215)، وبالتالي يكون الطلبة المقبلون على امتحان شهادة الدراسة الثانوية عرضةً للضغوط في المجالات النفسية، والاجتماعية، والأكاديمية نتيجة للمبالغات الاجتماعية المحيطة به، والتي تتمثل بـ: الحرص الشديد على تلبية احتياجات الأبناء، وإضفاء جو من الحساسية الشديدة تجاه أي موقف يتعرض له الابن، ووجود ضغط أسري يكون الغرض منه زيادة تركيز الابن، وزيادة عدد ساعات دراسته (العنزي وصوالحة،2020، 715؛ الشهري،2020، 179)؛ إضافةً للأعباء والمتطلبات الملقاة على عاتق الطلبة؛ فهناك متطلبات تتعلق بالاستذكار، والتحصيل، والامتحان، وأخرى تتعلق بالاستخدام المنظم للوقت، إضافةً لمتطلبات نفسية، وبيئية، واجتماعية، ومدرسية، من خلال توفير مناخ يقوم على التشجيع والتقبل، ويخلو من الضغط والتوتر ليتمكن الطالب من التعامل مع المواد الدراسية بكفاءة (الهريمي والحلبية،2022، 354)؛ مما يخلق لدى الطلبة شعوراً بأنهم تحت رقابة أسرية، ومدرسية، ومجتمعية؛ وبالتالي يزداد مستوى الضغوط النفسية والمدرسية لديهم؛ فيتأثر أدائهم الإمتحاني سلباً (بن ويس،2018، 22)، ومن هنا كان هذا البحث لتعرف مستوى الضغوط النفسية، ومصادرها لدى طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية، ومحاولة اقتراح آليات للحد منها.

مشكلة البحث:

يعيش الطلبة المقبلون على امتحان شهادة الدراسة الثانوية أنواعاً من الضغوط النفسية تفرضها البيئة الأسرية، والمدرسية، والمجتمعية، على اعتبار أن امتحان شهادة الدراسة الثانوية هو امتحان رسمي موحد على المستوى الوطني، يفرض على الطلبة الإلمام بجميع المواد الدراسية التي تلقوها خلال العام الدراسي (أخرس،2017، 209؛ الراشدي،2019، 314)، مما يجعل الطلبة يعيشون بظروف ضاغطة، وهو ما أكدته دراسة (Robins, Roberts& Sarris, 2018)، والتي توصلت إلى أن الضغوط النفسية، منتشرة بنسبة مرتفعة في المراحل التعليمية عموماً، وفي مرحلة الدراسة الثانوية على وجه الخصوص، في حين أشار (العدوي وأحمد وحسين،2018)، إلى أن طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية يعانون الخوف من المجهول، إضافةً لعدم الثقة بالنفس، كما توصل كل من (الهواري،2021؛ النجار وأبو الفضل،2021) إلى أن الطالب المقبل على امتحان شهادة الدراسة الثانوية يكون أكثر توتراً، وعرضةً للضغوط النفسية والاجتماعية، نتيجةً العبء الدراسي، والتوقعات المبالغ فيها من قبل الأسرة، والمدرسين، والتلاميذ أنفسهم، وعلى نحوٍ مماثل أشار كل من (Wickramasingh et al., 2018) إلى أن الانهاك النفسي منتشر بنسبة (28.8%) لدى طلبة المرحلة الثانوية، في حين أشار كل من (Belozerova et al.,2018) إلى أن الانهاك النفسي منتشر بنسبة (40%) لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية، ومن خلال الإحاطة السابقة تتعدد مسوغات اختيار موضوع البحث منها: الانتشار الواسع للضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية، وهذا ما أكدته دراسة (العربيات،2005؛ بن ويس،2018؛ الراشدي،2019)، إضافةً لكون امتحان شهادة الدراسة الثانوية في الجمهورية العربية السورية، يُعتبر كابوساً مرعباً للعائلات، والطلبة، وحتى الجهات القائمة على تنفيذه، كونه من أقسى الامتحانات في المنطقة العربية وهو ما أكده (إسماعيل،2022، 1)، يضاف لذلك ما لاحظه الباحث خلال عمله كمرشد نفسي في فترة سابقة من أن الضغوط النفسية تعتري

الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية، وأسرهم مما يؤثر سلباً على أدائهم الامتحاني، ومن هنا نبع الإحساس بمشكلة البحث، وللتحقق من وجود المشكلة تم العمل على استطلاع آراء (30) من الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية، للتعرف إلى مدى وجود الضغوط النفسية لديهم، من خلال توجيه السؤال الآتي عليهم (ما الذي تشعر به كطالب مقبل على امتحان شهادة الدراسة الثانوية؟)؛ فأشار (94%) من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية إلى أنهم يشعرون بالضيق لدى التفكير بالامتحان، وأشار (98%) من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية إلى أنهم يشعرون بالتوتر بسبب تهديد ووعيد الوالدين، كما أشار (100%) من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية إلى أنهم يشعرون بالخوف من عدم دخول الفرع الجامعي المرغوب، في حين أشار (100%) من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية إلى أنهم يشعرون بالإنهاك بسبب التحضير للامتحان، وعلى ما سبق يُمكن أن نُلخص مُشكلة البحث في التساؤل التالي: ما مدى انتشار الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية؟

أهمية البحث: تتجلى أهمية البحث في النقاط التالية:

1. عدم وجود دراسات في الجمهورية العربية السورية –بحدود علم الباحث–تصدت لموضوع الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة.
2. أهمية الفئة التي تناولها البحث، وهي طلبة الصف الثالث الثانوي العام، إذ تعد من الفئات المهمة في القطاع التربوي، وفي حياة المجتمعات.
3. يُتوقع أن تُسهم النتائج التي سيتوصل إليها البحث الحالي، في لفت الانتباه لوضع برامج ارشادية لخفض مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية.
4. يُتوقع أن تُسهم النتائج التي سيتوصل إليها البحث الحالي، في لفت انتباه أولياء الأمور إلى اتباع أساليب تعامل مع طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية، قائمة على التشجيع والتعزيز بدلاً من التهديد والوعيد.

أهداف البحث: يهدف هذا البحث إلى تعرف:

1. مدى انتشار الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث.
2. مصادر الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث.
3. تعرف طبيعة الفروق بين أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية بالاستناد إلى متغيرات الجنس، والمستوى التعليمي للوالدين، والتخصص الدراسي.

أسئلة البحث:

1. ما مدى انتشار الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث من الجنسين؟
2. ما أكثر مصادر الضغوط النفسية شيوعاً لدى أفراد عينة البحث؟

فرضيات البحث:

1.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تُعزى إلى مُتغير الجنس.

2.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تُعزى إلى مُتغير المستوى التعليمي للوالدين.

3.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تُعزى إلى مُتغير التخصص الدراسي.

حدود البحث:

1-الحدود البشرية: تم تطبيق البحث على عينه من الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة، في مدارس مدينة دمشق، تراوحت أعمارهم ما بين (17 الى 18) عاماً.

2-الحدود الموضوعية: تمثلت الحدود الموضوعية للبحث بالعمل على دراسة مدى شيوع الضغوط النفسية ومصادرها لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة، وذلك باستخدام (مقياس الضغوط النفسية، ومقياس مصادر الضغوط النفسية)، واستخدام المنهج الوصفي التحليلي، والأساليب الإحصائية الملائمة.

3-الحدود المكانية: تم تطبيق هذا البحث في مدارس مدينة دمشق للتعليم الثانوي (مدرسة أحمد صادق الحاج، ومدرسة عصام كعور في منطقة التضامن، ومدرسة عبد الرحمن الكواكبي، ومدرسة بهجت البيطار، ومدرسة فايز منصور في منطقة الحلبوني، ومدرسة أمية في منطقة باب توما، ومدرسة شيماء السعدية في منطقة الزاهرة).

4-الحدود الزمانية: تم تطبيق هذا البحث في مدارس مدينة دمشق للتعليم الثانوي؛ خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2022-2023.

مُصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

1-الضغوط النفسية (Psychological Stress): يُعرَّفها (العنزي وصوالحة،2020، 703) "بأنها ما يواجه الفرد من صعوبات ومشكلات تفوق قدراته، وتجعله عاجزاً على إيجاد الحلول المناسبة، وهذا ما يشعره بحالة من الإحباط، وعدم الراحة النفسية والجسدية".

ويُعرف الباحث الضغوط النفسية إجرائياً: بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب، نتيجة اجابته على البنود المعدة لقياس الضغوط النفسية، وتتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس بين (75) درجة كحد أعلى، و(15) درجة كحد أدنى.

2-**امتحان شهادة الدراسة الثانوية (Secondary Stage Exam):** يعرف (الشهري،2020، 186) امتحان شهادة الدراسة الثانوية بأنه امتحان يُجرى بنهاية مرحلة التعليم الثانوي، يحصل فيه الطالب على شهادة تتوج نهاية مرحلة الدراسة الثانوية، وتسمح له بمواصلة تعليمه في المرحلة الجامعية.

ويُعرف الباحث امتحان شهادة الدراسة الثانوية اجرائياً: بأنه امتحان يأتي بنهاية المرحلة الثانوية، ويحتل المرتبة الثانية في سلم الشهادات بعد شهادة التعليم الأساسي، في هرم الامتحانات في الجمهورية العربية السورية.

3-الطلبة المقبلون على امتحان شهادة التعليم الثانوي (Secondary Stage Exam Students): يعرفهم الباحث إجرائياً: بأنهم الطلبة الحاصلون على شهادة التعليم الأساسي، ويتابعون دراستهم في مدارس مدينة دمشق الثانوية، بالصف الثالث الثانوي، وتتروح أعمارهم بين (17-18) عام؛ حيث سيتم إجراء البحث الحالي عليهم.

الإطار النظري:

أولاً الضغوط النفسية:

يتعرض الإنسان في حياته اليومية إلى كثير من الضغوط النفسية، التي تحيط به سواء في المنزل أو المدرسة أو العمل، مما يجعله في توتر دائم، يؤثر سلباً على حياته بأكملها، ونظراً للآثار التي تتركها الضغوط النفسية المحيطة بالفرد على صحته النفسية وبالتالي على إنتاجيته، وتفاعله في المجتمع، فقد كانت محل اهتمام الباحثين (السيد، 2021، 217)، وهو ما يحاول البحث الحالي إلقاء الضوء عليه من خلال:

مصادر الضغوط النفسية: أشارت كل من (Arslan& Renshaw,2018,508) إلى أن هناك مصدرين للضغط النفسية وهما مصاد داخلية، ومصادر خارجية؛ فالمصادر الداخلية هي: النابعة من بعض المعتقدات والأفكار الخاطئة، والمصادر الخارجية: هي المواقف التي تحدث ويصعب السيطرة عليها ومن أمثلتها: ضغوط العمل، والدراسة، والكوارث الطبيعية.

أنواع الضغوط النفسية: أشار كل من (Virtanen et al.,2018, 522) إلى أن هناك ست أنواع للضغوط النفسية وهي:1. الضغوط الشخصية: مثل الضغوط التي تنشأ من الأساليب الخاطئة التي يتبعها الشخص في حياته اليومية، 2. الضغوط الاجتماعية: ومنها العادات والتقاليد التي أوجبها المجتمع على الفرد. 3. الضغوط الفيزيائية: وهي الضغوط التي تصدر من البيئة الخارجية، وتسبب ضاغطًا عند تعرض الفرد لها كالبرودة الشديدة أو الحرارة الشديدة. 4. الضغوط الطارئة: وهي الضغوط الناتجة عن حدث طارئ ومفاجئ كفقد عزيز. 5. الضغوط المدرسية: وتتمثل في الصعوبات التي تواجه الطالب في مختلف المراحل الدراسية كضغط المناهج والامتحانات 6. الضغوط الاقتصادية: كضغوط البطالة، وقلة فرص العمل.

مراحل الضغوط النفسية: أشار كل من (Azimi et al., 2016, 22; Salmela & Tynkkynen, 2012, 932) لوجود ثلاث مراحل للضغوط النفسية وهي: 1. مرحلة الإنذار والتنبه: وفيها تظهر استجابات هرمونية يشعر من خلالها الفرد بارتفاع ضغط الدم، والتوتر العضلي، وسرعة التنفس. 2.مرحلة المقاومة: وفيها يدرك الفرد الحظر، ويحاول التكيف معه، من خلال عده طرق مثل أخذ استراحة.3–مرحلة الانهاك: وفيها يستمر الفرد في الفشل بالتكيف مع الضغوط، والصعوبات التي يعاني منها.

مظاهر الضغوط النفسية: أشار كل من (Arslan & Renshaw ,2018,509) إلى أن الضغوط النفسية تتجلى في المظاهر الآتية: 1. المظاهر الفسيولوجية والبدنية: كالصداع، اضطرابات الأكل.2. المظاهر المعرفية: كالتشتت الإدراكي، وعدم القدرة على الانتباه والتركيز.3. المظاهر النفسية الاجتماعية: كالإحباط والقلق.4. المظاهر السلوكية: كالتعب، والعدوانية، والاتكالية.

آثار الضغوط النفسية: أشار كل من (Modabber et al.,2017, 395) إلى وجود مجموعة من الآثار المترتبة على الضغوط النفسية ومنها: 1. الآثار الجسمية: وتشمل مجموعة من المظاهر منها: اضطرابات الجهاز الهضمي، واضطرابات النوم، وارتفاع ضغط الدم. 2. الآثار النفسية: ومنها القلق، والاكتئاب، والإحباط، واللامبالاة. 3. الآثار الاجتماعية: العزلة، والانسحاب الاجتماعي. 4. الآثار المعرفية: ومنها: نقص الانتباه، وصعوبة التركيز، وضعف القدرة على حل المشكلات.

مما سبق نرى أن الضغط النفسي يمثل مشكلة يمكن أن تصيب الفرد من مصادر متنوعة، ومن الجدير بالذكر أن الضغط النفسي يحدث نتيجة لتفاعل تلك العوامل مع بعضها البعض.

منهج وإجراءات البحث:

1- **منهج البحث:** تم اتباع المنهج الوصفي التحليلي الذي يعد من أهم المناهج المستخدمة في مجال البحوث الإنسانية، والاجتماعية، ذلك أنه يقوم على وصف الظواهر، والأحداث، وجمع الحقائق، والمعلومات، والملاحظات عنها، ووصف الظروف الخاصة بها، وتقرير حالتها كما توجد عليه في الواقع (درويش،2018، 66-72)، وقد تم تطبيق هذا المنهج في البحث الحالي للتعرف إلى مدى شيوع الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية؛ وكذلك الفروق بين الطلبة في الضغوط النفسية، في ضوء متغيرات الجنس والمستوى التعليمي للوالدين، والتخصص الدراسي.

2- **المجتمع الأصلي:** يتكون المجتمع الأصلي للبحث من جميع طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مدينة دمشق، والبالغ عددهم وفقاً لدائرة الإحصاء بمديرية تربية دمشق للعام الدراسي (2023/2022): (36667) طالباً وطالبة.

عينة البحث:

أ. **عينة البحث السيكومترية:** تكونت عينة البحث السيكومترية من (101) طالباً وطالبة من الصف الثالث الثانوي العام في مدارس مدينة دمشق، تم اختيارهم عشوائياً، للتحقق من صدق أدوات البحث وثباتها.

ب. **عينة البحث الأساسية:** تم تطبيق أدوات البحث على عينة متاحة (أي الأسلوب المتيسر بمعنى المدارس والصفوف التي استطاع الباحث الدخول إليها)، مكونة من **(237)** طالباً وطالبة من الصف الثالث الثانوي العام، في مدارس محافظة دمشق، بمناطق التضامن، والميدان، الحلبوني، باب توما، الزاهرة، إذ توزع أفراد عينة البحث بين (التخصصات الأدبية /109/، والتخصصات العلمية /128/)؛ بحيث كان هناك (137) من الذكور و(100) من الإناث، وتراوحت أعمارهم بين **(17-18)** عاماً.

متغيرات البحث وفئاتها.

- ❖ الضغوط النفسية.
- ❖ الجنس: (ذكور، إناث).
- ❖ المستوى التعليمي للوالدين (غير متعلم، ثانوي، إجازة جامعية، دراسات عليا).
- ❖ التخصص الدراسي: (أدبي، علمي).

أدوات البحث وخصائصها السيكومترية:

1-مقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة: أعده كل من (Hu & schaufeli,2009)]، ثم قام الباحث بترجمته واعداده للغة العربية؛ حيث تكون المقياس من (15) بند موزعه على ثلاثة أبعاد، يجاب عليها بخمسة خيارات؛ وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس، قام معدوه بتطبيقه على (345) طالباً وطالبة، بمرحلة الدراسة الثانوية والجامعية؛ وللتحقق من صدق المقياس، استخدم المؤلفان صدق التحليل العاملي الذي أظهر ثلاث عوامل: وهي الإنهاك النفسي، ويتضمن البنود من (1-5)، التخوف الدراسي، ويتضمن البنود من (6- 9)، الفعالية الأكاديمية، ويتضمن البنود من (10-15)، كما اعتمد معدوه للتحقق من ثبات المقياس، معامل ألفا كرونباخ الذي بلغت قيمته (0.88)؛ إذ يعتبر هذا المقياس مناسباً للأفراد في مرحلة الدراسة الثانوية والجامعية، وقد استخدم الباحث للتحقق من صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية الإجراءات الآتية:

أولاً صدق المقياس:

أ- **الاتساق الداخلي:** طيق مقياس الضغوط النفسية على عينة مكونة من (101) طالباً وطالبة من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية (من خارج عينة البحث الأساسية)، للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، ثم تم العمل على إيجاد معاملات ارتباط درجة كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس، وبالرجوع إلى معاملات الارتباط نجد أن جميعها كانت جميعها دالة عند مستوى (0,01)، وهذا يعني أن المقياس يتصف باتساق داخلي جيد، والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول (1): درجة ترابط كل بعد مع الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية

البعد	درجة ترابط البعد مع الدرجة الكلية للمقياس	البعد	درجة ترابط البعد مع الدرجة الكلية
الإنهاك النفسي	0.62	الفاعلية الأكاديمية	0.63
التخوف الدراسي	0.51		

ب-الصدق التمييزي: طيق مقياس الضغوط النفسية على عينة مكونة من (101) طالباً وطالبة من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية (من خارج عينة البحث الأساسية)، للتحقق من قدرة المقياس على التمييز بين الفئات الطرفية (الربيع الأدنى، والربيع الأعلى) والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول (2): الصدق التمييزي لمقياس الضغوط النفسية

المقياس	الفئات	ن (N)	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	Sig	الدلالة
الضغوط النفسية	الربيع الأدنى 27	52	22.03	2.9	13.8	0.000	دال
	الربيع الأعلى 27		32.18	2.4			

نلاحظ من الجدول السابق أن الفرق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى دالاً عند مستوى (0.01)، وهذا يعني أن المقياس لدية القدرة على التمييز بين الفئات الطرفية.

ثانياً ثبات المقياس: لحساب ثبات مقياس الضغوط النفسية، تم تطبيقه على (101) طالباً وطالبة من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية (من خارج عينة البحث الأساسية)، وقد جرى استخراج معاملات الثبات لهذا المقياس، عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ، ومعامل التجزئة النصفية.

الجدول (3): معامل ثبات مقياس الضغوط النفسية

أبعاد المقياس	قيمة معامل ألفا كرونباخ	قيمة معامل التجزئة النصفية	
		Spearman	Person
الإنهاك النفسي	66	0.75	0.76
التخوف الدراسي	0.71	0.62	0.62
الفعالية الأكاديمية	0.79	0.77	0.59
الدرجة الكلية	0.82	0.69	0.75

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيم معامل الثبات للمقياس هي على درجة جيدة من الثبات، وبالتالي يُمكن الاطمئنان اليها، والوثوق بها، واستخدام المقياس على عينة البحث.

2-**مقياس مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية:** أعده كل من (شقير وعبد الهادي،2014)؛ حيث تكون المقياس من (28) بند، وثلاثة خيارات للإجابة، وللتحقق من صدق المقياس وثباته، تم تطبيقه على عينة مكونة من (282) طالباً من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية، وقد استخدم المؤلفان للتحقق من صدق المقياس: صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي الذي تراوحت قيمته بين (0.55-0.85)، كما اعتمد المؤلفان للتحقق من ثبات المقياس، الثبات بالإعادة الذي بلغت قيمته (0.78)، إضافةً لمعامل ثبات ألفا كرونباخ الذي بلغت قيمته (0.77)، ويعتبر هذا المقياس مناسباً للأفراد في مرحلة الدراسة الثانوية، وقد استخدم الباحث للتحقق من صدق وثبات الاختبار في الدراسة الحالية الإجراءات الآتية:

أولاً صدق المقياس

أ-صدق الاتساق الداخلي: تم تطبيق مقياس مصادر الضغوط النفسية، على عينة مكونة من (101) طالباً وطالبة من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية في مدارس مدينة دمشق (من خارج عينة البحث الأساسية)؛ للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، ثم تم العمل على إيجاد معاملات ارتباط درجة كل بند مع الدرجة الكلية للمقياس، وبالرجوع إلى معاملات الارتباط نجد أن جميعها كانت جميعها دالة عند مستوى (0,01)، وهذا يعني أن المقياس يتصف باتساق داخلي جيد، والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول (4): صدق الاتساق الداخلي لمقياس مصادر الضغوط النفسية

البند	درجة ترابط البند مع الدرجة الكلية	البند	درجة ترابط البند مع الدرجة الكلية	البند	درجة ترابط البند مع الدرجة الكلية	البند	درجة ترابط البند مع الدرجة الكلية
1	.803**	8	.718**	15	.724**	22	.759**
2	.787**	9	.785**	16	.733**	23	.728**
3	.790**	10	.757**	17	.639**	24	.722**
4	.865**	11	.819**	18	.648**	25	.675**
5	.675**	12	.765**	19	.395**	26	.750**
6	.852**	13	.833**	20	.750**	27	.735**
7	.823**	14	.802**	21	.755**	28	.772**

ب-الصدق التمييزي: طبق مقياس مصادر الضغوط النفسية، على عينة مكونة من (101) طالباً وطالبة من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية في مدارس مدينة دمشق (من خارج عينة البحث الأساسية)، وذلك للتحقق من قدرة المقياس على التمييز بين الفئات الطرفية (الربيع الأدنى، والربيع الأعلى) والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول (5): الصدق التمييزي لمقياس مصادر الضغوط النفسية

المقياس	الفئات	ن (N)	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	Sig	الدلالة
مصادر الضغوط النفسية	الربيع الأدنى 32	54	33.5	3.2	14.06	0.000	دال
	الربيع الأعلى 24		78.5	17.7			

نلاحظ من الجدول السابق أن الفرق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى كان دالاً عند مستوى (0,01)؛ وهذا يعني أن المقياس لدية القدرة على التمييز بين الفئات الطرفية.

ثانياً ثبات المقياس: لحساب ثبات مقياس مصادر الضغوط النفسية، تم تطبيقه على عينة مكونة من (101) طالباً وطالبة من المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية في مدارس مدينة دمشق (من خارج عينة البحث الأساسية)، وقد جرى استخراج معاملات الثبات لهذا المقياس، عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ، ومعامل التجزئة النصفية.

الجدول (6): معاملات ثبات مقياس مصادر الضغوط النفسية

المقياس	قيمة معامل ألفا كرونباخ	قيمة معامل التجزئة النصفية	
		Spearman	Guttman
مصادر الضغوط النفسية	0.97	0.90	0.90

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيم معامل الثبات للمقياس هي على درجة جيدة من الثبات؛ وبالتالي يُمكن الاطمئنان اليها، والوثوق بها، واستخدام المقياس على عينة البحث.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

1. الانحراف المعياري، والمتوسط الحسابي.
2. معامل ارتباط بيرسون.
3. اختبار (T TEST) واختبار (Anova) للفروق بين المتوسطات.

عرض النتائج ومناقشتها:

السؤال الأول: ما مدى انتشار الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث من الجنسين؟

الجدول (7): مدى انتشار الضغوط النفسية

الربيعيات	الربيع الأول	الربيع الثاني	الربيع الثالث	الربيع الرابع	المتوسط
حدود الفئات	36-0	39 -36.01	41 -39.01	75-41.01	39.7

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية، بعد تقسيم درجاتهم إلى ربيعيات على النحو الآتي: الربيع الأول وتتراوح فيه الدرجة بين (0-36) وتكون فيه الضغوط النفسية منتشرة بشكل منخفض، الربيع الثاني وتتراوح فيه الدرجة بين (36.01-39) وتكون فيه الضغوط النفسية منشرة بشكل متوسط، الربيع الثالث وتتراوح فيه الدرجة بين (39.01-41) وتكون فيه الضغوط النفسية منتشرة بشكل مرتفع، الربيع الرابع وتتراوح فيه الدرجة بين (41.01-75) وتكون فيه الضغوط النفسية منتشرة بشكل مرتفع جداً، في حين بلغ متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية

(39.7)، وهذا يعني أنَّ الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث تقع ضمن المستوى المرتفع (ضمن الربيع الثالث)، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من (بن ويس،2018 ؛ الراشدي، 2019؛ Belozerova et al., 2018 Wickramasinghe et al., 2018;) والتي توصلت إلى أن الإنهاك النفسي، والضغوط النفسية منتشرة بشكلٍ كبير بين الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية؛ وتعزى هذه النتيجة إلى ما أشار له كل من (الشهري،2020، 200؛ Azim Et al.,2016,25) واللذين أكدا على أن امتحان الثانوية العامة، يعد امتحان مصيري لكل طالب، وبالتالي يكون الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية دائمي التعرض للضغوط الأسرية، والمطالبات الدائمة بالكثير من المسؤوليات والواجبات، لتحقيق النجاح والتفوق، كما أن خوف الطلبة من الفشل والانتقاد، يجعلهم عرضةً للضغوط التي تستنزف طاقاتهم، فبدايةً يكون لديهم مخزون عاطفي كبير من القدرة على الاحتمال، لكن لا يلبث هذا المخزون أن يبدأ بالتلاشي تدريجياً، وتأخذ الحالة النفسية والجسدية بالتدهور، حتى ينضب معها هذا المخزون إلى الدرجة التي يصل فيها الفرد إلى عدم القدرة على الاستمرار والمقاومة، وبالتالي يفقد معها الشعور بالمتعة، ويصل إلى الانعزال الكامل (العدوي وآخرون،2018، 289)، أضف لذلك أن العبء الدراسي، والتوقعات المبالغ فيها من قبل الأسرة، والمدرسين، والتلاميذ أنفسهم، يجعل الطالب المقبل على امتحان شهادة الدراسة الثانوية أكثر توتراً، وعرضةً للضغوط النفسية والاجتماعية (النجار وأبو الفضل،2021، 229).

السؤال الثاني: ما أكثر مصادر الضغوط النفسية شيوعاً لدى أفراد عينة البحث؟

الجدول (8): مصادر الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث

مصدر الضغط	المتوسط	النسبة المئوية	مصدر الضغط	المتوسط	النسبة المئوية
التفكير بالامتحان النهائي	3.52	%94	تهديد ووعيد الوالدين	3.43	%88.9
القلق من عدم الحصول على معدل جيد	3.50	%92.8	المقارنة بالأخوة والأقارب	3.35	%82.9
القلق من عدم دخول الفرع الجامعي المرغوب	3.47	%90.9	منافسة الأقارب والجيران	3.33	%81.1

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي لإجابات أفراد عينة البحث على كل بند من بنود مقياس مصادر الضغوط النفسية، وتم التوصل إلى أن أكثر مصادر الضغوط النفسية لدى أفراد عينة البحث كانت: التفكير بالامتحان النهائي بمتوسط (3.52)، ونسبة مئوية قدرها (94%)، يليها القلق من عدم الحصول على معدل جيد بمتوسط (3.50)، ونسبة مئوية وقدرها (92.8%)، يليها القلق من عدم دخول الفرع الجامعي المرغوب بمتوسط (3.47)، ونسبة مئوية وقدرها (90.9%)، يليها تهديد ووعيد الوالدين بمتوسط (3.43) ونسبة مئوية وقدرها (88.9%)، يليها مقارنة الآباء بالأخوة والأقارب بمتوسط (3.35)، ونسبة مئوية قدرها (82.9%)، وأخيراً منافسة الأقارب والجيران بمتوسط (3.33)، ونسبة مئوية قدرها (81.1%). وعلى ما سبق يمكن القول أكثر مصادر الضغوط النفسية لدى الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية هي المصادر المتعلقة بالامتحان، اضافةً للأساليب الوالدية في التعامل مع طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية، وتتفق هذه النتيجة مه ما توصلت له دراسة (شقير وعبد الهادي،2014)، والتي توصلت إلى أن أكثر مصاد الضغوط لدى طلبة التوجيهي هي القلق من عدم الحصول على معدل مرتفع، والقلق من عدم دخول الفرع الجامعي المرغوب، إضافةً لمصادر تتعلق بأساليب التعامل الوالدي، ويمكن تفسير هذه النتيجة على النحو الآتي: بالنسبة لكون امتحان شهادة الدراسة الثانوية يُعد مصدراً للضغوط النفسية، فإن ذلك يُعزى إلى ما أشار له (إسماعيل،2022، 1) والذي يرى أن امتحانات الشهادة الثانوية في الجمهورية العربية السورية تعتبر كابوساً مرعبا" للعائلات

السورية، والطلاب، وحتى الجهات القائمة عليها، كونها تعد من أقسى الاختبارات في المنطقة، نتيجةً لمجموعة من الأسباب، منها ربط نتائج كافة سني الدراسة باختبار واحد، وإهمال بقية الاختبارات التي أجراها الطالب خلال حياته الدراسية؛ بحيث أن تميز الطالب على مدى عشرة أعوام قد تدمره أزمة نقل بسيطة، أو موقف طارئ قد يتعرض له، يُضاف لذلك إن نظام القبول الجامعي في الجمهورية العربية السورية، يعتمد على نتائج امتحان الشهادة الثانوية بشكل كامل؛ حيث يكمل الطالب دراسته الجامعية بناءً على المجموع الذي يحصل عليه في امتحان الثانوية، ما يجعلها سنة مفصلية في حياة أي طالب، خاصة إذا كان يطمح لدراسة اختصاص محدد كالطب، والصيدلة، ما يعرضه لضغط كبير، وخوف من عدم تحقيق حلمة؛ يُضاف لذلك ما أشارت له (خرباش وطوبال،2016، 15) من أن ضغط الامتحانات، يُشعر الطالب بالضيق والتهديد، وذلك لعدم التنوع بأساليبها، وتركيزها على الامتحان بحد ذاته، إضافةً لخوف الطالب من نظام المراقبة، وعمليات التصحيح، والاحساس بأنها وسيلة للتهديد والرهبة.

وبالنسبة لكون أساليب التعامل الأسرية تعتبر من مصادر الضغوط النفسية لدى طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية؛ فإن ذلك يعزى إلى ما أشار له (العدوي وآخرون،2018، 290) والذي يرى أن مرحلة الدراسة الثانوية باعتبارها تختتم بامتحان يؤهل للحصول على شهادة التعليم الثانوي، التي لا ينتظرها الطلاب فحسب، وإنما يتعدى ذلك إلى الآباء والمعلمون، ما يفرض نمطاً معيناً من التفكير يتمثل في الطريقة التي يتعامل بها الآباء والمعلمون مع الممتحن، فقد يلجأ بعض الآباء إلى زرع روح الثقة في أبنائهم، ومساعدتهم على تخطي هذه الامتحانات في جو يسوده السلام والطمأنينة، في حين يلجأ البعض الآخر من الآباء إلى أسلوب الضغط، والتهديد، والوعيد، ظناً منهم أنها أسلم طريقة لتحقيق نجاح الأبناء، ما يحول فترة الامتحانات في حياة بعض البيوت إلى جحيم من حيث الضغط على الأبناء، والذي يتمثل في شدة الحرص على دراستهم؛ فيبادر الآباء طيلة فترة الامتحان إلى مراقبة الابن لكي لا يخرج أو يشاهد التلفاز، وكأن الامتحان شبح مخيف يحول الحياة داخل المنزل إلى حالة من الفزع، والخوف الذي لا ينتهي إلا بظهور النتائج، وهو الشيء الذي يجعل الطالب مرتكباً، ولا يستطيع التركيز؛ فمهما كان الأبناء مستعدين للامتحان؛ فإن تحذيرات أباءهم المستمرة تفقدهم الثقة بأنفسهم، في الوقت الذي يحتاجون فيه إلى العناية، والتفهم لتخفيف حدة الخوف الذي ينتابهم بمجرد التفكير في الامتحان، ولعل ما يزيد الأمور سوءاً على حد تعبير (الراشدي،2019، 343) هو اعتماد الآباء أسلوب المقارنات بين الابن وغيره من الأقارب والزملاء، إضافةً لتركيز الآباء على الدرجات العالية، والتفوق دون مراعاة لموضوع الفرق الفردية بين الأبناء، وتنوع قدراتهم، وبالتالي تكون أساليب المعاملة الوالدية هذه مصدراً للضغوط النفسية لدى طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية.

ثانياً: فرضيات البحث:

نتائج الفرضية الأولى ونصها: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية، تعزى إلى متغير الجنس".

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم اعتماد اختبار (T Test) والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول (9): الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس

أبعاد المقياس	الجنس	ن	درجات الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت) المحسوبة	Sig	النتيجة
الانهاك النفسي	ذكور	137	235	13.5	1.8	0.8	0.40	غير دال
	اناث	100		13.7	1.9			
التخوف الدراسي	ذكور	137	235	12.9	2.0	0.9	0.36	غير دال
	اناث	100		12.7	2.2			
الفعالية الأكاديمية	ذكور	137	235	12.2	1.7	0.5	0.60	غير دال
	اناث	100		12.1	1.6			
الدرجة الكلية	ذكور	137	235	38.7	3.2	0.4	0.67	غير دال
	اناث	100		38.6	2.8			

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) بين أفراد عينة البحث تعزى لمُتغير الجنس على مقياس الضغوط النفسية، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت له دراسة كل من (شقير وعبد الهادي،2014؛ بن ويس، 2018؛ الراشدي،2019) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس الضغوط النفسية، وتعزى هذه النتيجة إلى ما أشار له كل من (شقير وعبد الهادي،2014، 681؛ الشهري،2020، 201) واللذين أشاروا إلى أن الطلبة المقبلون على امتحان شهادة الدراسة الثانوية، يتعاملون مع ذات الإدارة، والمعلمين، ويتلقون مناهج التدريس ذاتها.

كما أشار كل من (إسماعيل،2022، 2؛ الراشدي،2019، 350) إلى أن طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية الذكور والإناث يجيبون على ذات الأسئلة، ويخضعون لذات الصرامة في عمليات التصحيح، إضافةً لكون امتحان شهادة التعليم الثانوي يلعب دوراً بارزاً في اختيار الفرع الجامعي الذي سيدرسه الطالب، وبالتالي مستقبلة المهني فيما بعد، مما يقارب في الضغوط الدراسية، والامتحانية، والأسرية، والاجتماعية التي يتعرضون لها، إضافةً إلى أن ظروف الدراسة، والتوقعات المرتقبة من الأهل والأصدقاء، والتي تعتبر من أسباب ضغوط الطلبة النفسية، تتشابه أمام الطلبة المقبلين على امتحان شهادة الدراسة الثانوية؛ ما يجعلهم يواجهون ظروفاً خارجة عن إرادتهم، تفرض عليهم ضغوطاً إضافية من خلال المطالبة بتحقيق إنجازات أكبر؛ وبالتالي يكون الطالب المقبل على امتحان شهادة الدراسة الثانوية عرضة للضغوط النفسية بمختلف أنواعها، بصرف النظر عن الجنس الذي ينتمي إليه.

.(Palos; Maricutoiu& Costea,2019,202; Belozerova et al.,2018,3)

نتائج الفرضية الثانية ونصها: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تعزى الى متغير المستوى التعليمي للوالدين.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم اعتماد اختبار (Anova) والجداول الآتية توضح ذلك:

الجدول (10): وصف احصائي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للوالدين

أبعاد المقياس	المستوى التعليمي	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري
الإنهاك النفسي	غير متعلم	52	12.5000	1.68616
	ثانوي	65	13.3077	1.81076
	إجازة جامعية	53	13.7547	1.84918
	دراسات عليا	67	14.8657	1.39148
التخوف الدراسي	غير متعلم	52	11.2500	2.06630
	ثانوي	65	12.5385	1.92903
	إجازة جامعية	53	13.0189	1.82389
	دراسات عليا	67	14.2537	1.58920
الفاعلية الأكاديمية	غير متعلم	52	11.7885	1.94368
	ثانوي	65	11.6418	1.70689
	إجازة جامعية	53	12.1321	1.54469
	دراسات عليا	67	13.1538	1.31081
الدرجة الكلية	غير متعلم	52	35.5385	2.55498
	ثانوي	65	39.0000	2.53106
	إجازة جامعية	53	38.9057	2.57401
	دراسات عليا	67	40.7612	2.29683

الجدول (11): الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للوالدين

أبعاد المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	القيمة الاحتمالية (sig)	مستوى الدلالة	القرار
الإنهاك النفسي	بين المجموعات	175.8	3	58.6	20.6	0.00	0.05	دال لصالح الطلبة ذوي الآباء من مستوى تعليمي (دراسات عليا)
	داخل المجموعات	660.4	233	2.8				
	الكلي	836.3	236					
التخوف الدراسي	بين المجموعات	272.9	3	90.9	26.6	0.00	0.05	دال لصالح الطلبة ذوي الآباء من مستوى تعليمي (دراسات عليا)
	داخل المجموعات	795.5	233	3.4				
	الكلي	1068.5	236					
الفاعلية الأكاديمية	بين المجموعات	89.0	3	29.6	11.2	0.00	0.05	دال لصالح الطلبة ذوي الآباء من مستوى تعليمي (دراسات عليا)
	داخل المجموعات	616.6	233	2.6				
	الكلي	705.6	236					
الدرجة الكلية	بين المجموعات	812.4	3	270.8	43.9	0.00	0.05	دال لصالح الطلبة ذوي الآباء من مستوى تعليمي (دراسات عليا)
	داخل المجموعات	1435.6	233	6.1				
	الكلي	2248.0	236					

الجدول (12): اختبار شيفيه لتحديد اتجاه الفرق بين أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للوالدين

أبعاد المقياس	المستوى التعليمي (I)	المستوى التعليمي (J)	متوسط الفروق (I-J)	الخطأ المعياري	Sig
الإنهاك النفسي	غير متعلم	ثانوي	-.80769-	.31324	.087
		إجازة جامعية	-1.25472-*	.32862	.003
		دراسات عليا	-2.36567-*	.31115	.000
	ثانوي	غير متعلم	.80769	.31324	.087
		إجازة جامعية	-.44702-	.31159	.561
		دراسات عليا	-1.55798-*	.29311	.000
	إجازة جامعية	غير متعلم	1.25472*	.32862	.003
		ثانوي	.44702	.31159	.561
		دراسات عليا	-1.11095-*	.30950	.006
	دراسات عليا	غير متعلم	2.36567*	.31115	.000
		ثانوي	1.55798*	.29311	.000
		اجازة	1.11095*	.30950	.006
التخوف الدراسي	غير متعلم	ثانوي	-1.28846-*	.34379	.003
		إجازة جامعية	-1.76887-*	.36068	.000
		دراسات عليا	-3.00373-*	.34150	.000
	ثانوي	غير متعلم	1.28846*	.34379	.003
		إجازة جامعية	-.48041-	.34199	.579
		دراسات عليا	-1.71527-*	.32170	.000
	إجازة جامعية	غير متعلم	1.76887*	.36068	.000
		ثانوي	.48041	.34199	.579
		دراسات عليا	-1.23486-*	.33969	.005
	دراسات عليا	غير متعلم	3.00373*	.34150	.000
		ثانوي	1.71527*	.32170	.000
		اجازة	1.23486*	.33969	.005

الفعالية الأكاديمية	غير متعلم	ثانوي	-1.36538-*	.30267	.000
		إجازة جامعية	-.34361-	.31753	.760
		دراسات عليا	.14667	.30065	.971
	ثانوي	غير متعلم	1.36538*	.30267	.000
		إجازة جامعية	1.02177*	.30108	.010
		دراسات عليا	1.51206*	.28322	.000
	إجازة جامعية	غير متعلم	.34361	.31753	.760
		ثانوي	-1.02177-*	.30108	.010
		دراسات عليا	.49028	.29905	.444
	دراسات عليا	غير متعلم	-.14667-	.30065	.971
		ثانوي	-1.51206-*	.28322	.000
		اجازة	-.49028-	.29905	.444
الدرجة الكلية	غير متعلم	ثانوي	-3.46154-*	.46183	.000
		إجازة جامعية	-3.36720-*	.48451	.000
		دراسات عليا	-5.22273-*	.45875	.000
	ثانوي	غير متعلم	3.46154*	.46183	.000
		إجازة جامعية	.09434	.45940	.998
		دراسات عليا	-1.76119-*	.43215	.001
	إجازة جامعية	غير متعلم	3.36720*	.48451	.000
		ثانوي	-.09434-	.45940	.998
		دراسات عليا	-1.85553-*	.45631	.001
	دراسات عليا	غير متعلم	5.22273*	.45875	.000
		ثانوي	1.76119*	.43215	.001
		اجازة	1.85553*	.45631	.001

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية وأبعاده الفرعية، تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للوالدين، ولتحديد اتجاه الفرق تم اجراء اختبار شيفيه، فتبين أن الفروق في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس الضغوط النفسية، كانت لصالح الطلبة ذوي الآباء من مستوى تعليمي (دراسات عليا)، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت له (السطيحة،2010) والتي ترى أن الطلبة المنحدرين من أسر ذات مستوى تعليمي مرتفع غالباً ما يكونون أكثر عرضةً للضغوط النفسية، وتعزى هذه النتيجة إلى ما أشار إليه (Naeini,2014, 155) ، والذي يرى أن ثقافة الوالدين تنعكس على الأبناء؛ فمستوى ثقافة الأسرة، والتحصيل العلمي للوالدين، يؤثر على الأبناء في تحصيلهم الدراسي، وحياتهم

الشخصية، والاجتماعية، وسلوكياتهم العامة؛ فقد يكون الآباء من مستوى تعليمي مرتفع، ويرغبان بأن يصل الابن لمثل هذا المستوى، إضافة إلى الرغبة في الحفاظ على المكانة الاجتماعية للأسرة، والخوف من النقد الاجتماعي إذا لم يحقق الابن المستوى المرغوب؛ فيبدأ الآباء بفرض قيود ومتطلبات تشمل أساليب الدراسة، وأوقاتها، والعلاقات الاجتماعية، والمشاركة بالمناسبات، مما يولد المزيد من الضغوط النفسية لدى الطلبة، يُضاف إلى ذلك ما أشارت له (بن ويس،2018، 35)، والتي ترى أن المستوى التعليمي المرتفع للآباء، يدفع بهم إلى حث أبناءهم على التحصيل المتميز، وعدم الاكتفاء بالتحصيل العادي أو المتوسط؛ فالاهتمام بالتحصيل العلمي للأبناء يزداد بزيادة المستوى التعليمي للوالدين، وهذا ما أكده كل من (Salmela& Tynkkynen,2012,930)، ما يفرض على الأبناء بذل الكثير من الجهود الفردية، والمثابرة لتحقيق المزيد من النجاحات في الحياة، وبالتالي يُثقل كاهل الطالب بمزيد من الأعباء، ولا سيما أن مطالب ورغبات الأهل قد لا تتفق في بعض الأحيان مع قدرات، وإمكانيات الطالب، ما يزيد من الضغوط التي يتعرض لها.

نتائج الفرضية الثالثة ونصها: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية، تعزى إلى متغير التخصص الدراسي".

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم اعتماد اختبار (T Test)، والجدول الآتي يوضح ذلك:

الجدول (13): الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير التخصص الدراسي

المقياس	التخصص	ن	درجات الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت) المحسوبة	Sig	النتيجة
الإنهاك النفسي	أدبي	109	235	13.3	1.6	2.7	0.00	دال لصالح التخصص العلمي
	علمي	128		13.9	2.04			
التخوف الدراسي	أدبي	109	235	12.2	2.17	3.8	0.00	دال لصالح التخصص العلمي
	علمي	128		13.3	1.97			
الفعالية الأكاديمية	أدبي	109	235	11.9	1.77	2.3	0.01	دال لصالح التخصص العلمي
	علمي	128		12.4	1.65			
الدرجة الكلية	أدبي	109	235	38.0	3.21	2.9	0.00	دال لصالح التخصص العلمي
	علمي	128		39.2	2.87			

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) بين أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية، تعزى لمُتغير التخصص الدراسي، وكانت الفروق لصالح طلبة التخصص العلمي، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت له دراسة (الهواري،2021) والتي أشارت إلى أن طلبة المرحلة الثانوية من التخصصات العلمية أكثر معاناةً من الضغوط النفسية، وتعزى هذه النتيجة إلى ما أشار له (الهواري،2021، 103) والذي يرى أن ارتفاع الضغوط النفسية لدى طلبة القسم العلمي، يعود إلى أن معظم المواد التي يدرسونها، تتطلب بذل جهودٍ كبيرة لتحقيق ما يرغبون به، مما ينعكس سلباً عليهم، يضاف إلى ذلك ما أشار له كل من (شقير وعبد الهادي،202،2014؛ Soltani et al.,2016,160) والذي يرى أن التخصصات العلمية غالباً ما تسبب

ضغوطاً نفسية وإنهاكاً أكبر مقارنةً بالتخصصات الأدبية، وذلك للأسباب الآتية: 1. الجهد المبذول: فالطالب في التخصص الأدبي يعتمد على التلخيص والحفظ الصم، عكس التخصصات العلمية، التي تتطلب من الطالب كفاءة علمية عالية تشمل: الموازنة، وحل المسائل، والاعتماد على الرسوم، والأشكال البيانية، وتنفيذ التجارب في ظل ندرة الوسائل أو انعدامها. 2. إضافةً لكون نسب النجاح ترتفع في التخصصات الأدبية مقارنة بالتخصصات العلمية، وهو ما ينعكس على مستوى الانجاز الشخصي للطلبة، مقارنة بالجهد المبذول من طرفهم. 3. كما أن المعدل المطلوب للتخصصات الجامعية يكون أقل للتخصص الأدبي مقارنةً بالتخصص العلمي. 4. كما أن طبيعة الأسئلة الامتحانية في التخصصات العلمية تعتمد على حل المسائل الرياضية والهندسية، واكمال المعادلات الفيزيائية والكيميائية، وتسمية الرموز، ما يُثقل كاهل طلبة التخصص العلمي، ويجعلهم عرضةً لضغوط نفسية ودراسية أكبر مقارنةً بطلبة التخصص الأدبي.

مقترحات البحث:

- اجراء دراسات لتعرف مدى انتشار الضغوط النفسية، ومصادرها لدى أسر طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية.
- توعية الآباء بسلبيات الضغوط التي تتم ممارسها على الأبناء لتحقيق درجات مرتفعة في الامتحانات.
- توعية الآباء بضرورة مراعاة الفروق الفردية بين الأبناء، وتجنب المقارنة مع الأقارب والأصدقاء.
- اعداد برامج إرشادية لخفض مستوى الضغوط النفسية والمدرسية، لدى طلبة امتحان شهادة الدراسة الثانوية العامة.

التمويل:
هذا البحث ممول من جامعة دمشق وفق رقم التمويل (501100020595).

Funding:

this research is funded by Damascus university – funder No. (501100020595).

المراجع:

1. أخرس، نائل. (2017). الاحتراق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة في الأردن وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية. مجلة كلية التربية، 9 (10)،209-264.
2. إسماعيل، عدنان. (2022). امتحانات الشهادة الثانوية كابوس الأسرة السورية. استرجع من http://almashhadonline.com/article/0 بتاريخ 22/1/2023
3. بن ويس، فتحية. (2018). الضغوط النفسية المدرسية لدى عينة من تلاميذ التعليم الثانوي المقبلين على امتحان البكالوريا. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الطاهر موالي سعيدة، الجزائر.
4. خرباش، هدى وطوبال، فطيمة. (2016). بناء مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين بالثانوية. مجلة تنمية الموارد البشرية، 7(2)، 1-24.
5. درويش، محمود. (2018). مناهج البحث في العلوم الإنسانية. القاهرة: مؤسسة الأمة العربية للنشر والتوزيع.
6. الراشدي، نوال. (2019). الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة القنفذه. المجلة العلمية، 35 (8)، 314-356.
7. السطيحة، ابتسام. (2010). الانهاك النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات. مصر: منشورات كلية التربية.
8. السيد، هند. (2021). الضغوط النفسية عند طلبة المرحلة الثانوية من العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة العلوم التربوية، 4 (2)، 215-235.
9. شقير، سمير إسماعيل وعبد الهادي، نبيل أحمد. (2014). الضغوط النفسية لدى عينة من طلبة التوجيهي في القدس. مجلة كلية التربية، 38 (3)، 662-686.
10. الشهري، علي. (2020). الاحتراق الأكاديمي وعلاقته بالهناء الذاتي الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، 4 (17)، 179-204.
11. العدوي، دعاء وأحمد، جمال وحسين، محمود. (2018). الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية. مجلة العلوم البيئية، 43 (1)، 269-295.
12. العريبيات، أحمد عبد العليم. (2005). فعالية برنامج ارشادي يستند الى استراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية لدى طالب المرحلة الثانوية. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية،17 (2)، 44-92.
13. العنزي، مطيران وصوالحة، محمد. (2020). أثر برنامج تدريبي مستند للفعالية الذاتية على تحمل الضغوط النفسية لدى طلبة الثانوية العامة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات النفسية والتربوية، 28 (6)، 702-724.

14. النجار، خالد عبد الرزاق وأبو الفضل، محفوظ عبد الستار. (2021). الضغوط النفسية عند طالب المرحلة الثانوية من العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة العلوم التربوية، 4(2)، 215-235.
15. الهريمي، غدير والحلبية، فدوى. (2022). المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس. مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية، 3(5)، 354-374.
16. الهواري، نوري. (2021). الضغوط النفسية التي تواجه طلبة الشهادة الثانوية. مجلة جامعة صبراتة العلمية، 5 (1)، 81-107.
17. (دائرة الإحصاء بمديرية التربية بدمشق، 2022).
18. Arslan, G., & Renshaw, T. (2018). 2Student Subjective Wellbeing as a Predictor of Adolescent Problem Behaviors: a Comparison of First-Order and Second-Order Factor Effects. Child Indicators Research, 11, 507-521.
19. Azimi, H., Shams, J., Sohrabi, M., & Malih, N. (2016). The Frequency of Academic Burnout and Related Factors among Secondary Students, Social Determinants, 2(1), 21-28.
20. Belozerova, L., Zakharova, L., Silakova, M., & Semikasheva, I. (2018). Studying the Phenomenon of Early Burnout of Pedagogical University Students. Psychology and Psychotherapy: Research Study, 1(1), 1-7.
21. Hu, q & schaufeli, w. (2009). Factorial validity of the maslach burnout inventory–student survey in china. Psychological reports, 105. 394-408.
22. Modabber, M., Rahmanian, E., Hosseini, Y., & Haghbeen, M. (2017). Relationship between Educational Justice and Academic Burnout. International Journal of Scientific Study, 5(4), 393-397.
23. Naeini, A. (2014). The Examination of the Relationship between Perfectionism and Psychological Burnout as well as Academic Achievement of College Students. Inter disciplinary journal of contemporary research in business, 6(1), 148-164.
24. Palos, R., Maricuţoiu, L., & Costea, I. (2019). Relations between academic performance, student engagement and student burnout: A cross-lagged analysis of a two-wave study. Studies in Educational Evaluation, 60, 199-204.
25. Robins, T., Roberts, R., & Sarris, A. (2018). The role of student burnout in predicting future burnout: exploring. Higher Education Research & Development, 37 (1), 115-130.
26. Salmela, K., & Tynkkynen, L. (2012). Gendered pathways in school burnout. Journal of Adolescence, 35(4), 929-939.
27. Soltani Z, Mahboob S, Jobaneh, R, & Yoosefi, N. (2016). Role of psychological capital in academic burnout of Students. Education Strategies in Medical Sciences, 9 (2), 156-162.
28. Virtanen, T., Lerkkanen, M., Poikkeus, A., & Kuorelahti, M. (2018). School Burnout in Finnish Lower-Secondary Schools. Scandinavian Journal of Educational Research, 62(4), 519- 537.
29. Wickramasinghe, N., Dissanayake, D., & Abeywardena, G. Holand,C. (2018). Prevalence of Psychological burnout among collegiate and secondary students in Sri Lanka. Child Adolescent Psychiatry Mental Health, 1, 12-26.