

كلية التربية
قسم علم النفس

دافعيه الانجاز والضعوط النفسية كمنبئات بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية

بحث مشتق من رسالة مقدمه استكمالاً للحصول على درجة الماجستير في التربية
"تخصص صحة نفسية"

إعداد الباحثة

رحاب محمد توفيق

إشراف

د/ رحاب سمير طاحون
مدرس بقسم علم النفس
كلية التربية - جامعة مدينة السادات

د.د/ عادل السعيد البنا
أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة دمنهور

٥١٤٤٤ - ٢٠٢٣ م

مستخلص الدراسة

هدف البحث إلى التنبؤ بقلق المستقبل من خلال دافعية الإنجاز والضغط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتمثلت العينة من (٣٠٠) طالباً وطالبة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بمدرسة المعادي الرسمية - القاهرة، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٦:١٨)، بمتوسط عمري (١٧,٦٢)، وانحراف معياري قدره (٠,٧٨)، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس دافعية الإنجاز، ومقياس الضغوط النفسية، ومقياس قلق المستقبل، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أنه: معاناة طلاب المرحلة الثانوية " في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٢,٧١)، وانحراف معياري قليل (١,١٩)، وبمستوى تقدير متوسط، كما بلغ المتوسط الحسابي لمقياس قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية (٢,٦٢)، وانحراف معياري (١,٢٤)، وبمستوى تقدير متوسط. " ولا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب في مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية". وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين بين درجات الطلاب في مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث بلغت قيمة (ر) معامل الارتباط (- ٠,٧٥٢) وهو ارتباط عكسي قوي، أي أنه كلما كان زاد قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية كلما أثر ذلك بالسلب على مستوى الدافعية للإنجاز لديهم والعكس صحيح، لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب في مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين بين درجات الطلاب في مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية: دافعية الإنجاز - الضغوط النفسية - قلق المستقبل.

Abstract

The aim of the research is to predict future anxiety through achievement motivation and psychological stress among secondary school students. The sample consisted of (300) male and female secondary school students at Maadi Public School – Cairo (17.62), and a standard deviation of (0.78), and the study tools were the achievement motivation scale, the psychological stress scale, and the future anxiety scale. 71), and a small standard deviation (1.19), with an average level of appreciation, and the arithmetic mean of the measure of future anxiety among secondary school students was (2.62), and a standard deviation

of (1.24), and with a medium level of appreciation. There is a statistically significant correlation between students' scores in the future anxiety scale and the achievement motivation scale among secondary school students. There is a statistically significant inverse (negative) correlation at the level (0.01) between students' scores in the future anxiety scale and the achievement motivation scale among secondary school students. Where the value of (r) correlation coefficient was (-0.752), which is a strong inverse correlation, that is, the greater the future anxiety of secondary school students, the more negatively this affects their level of achievement motivation, and vice versa. There is no statistically significant correlation between students' grades. In the achievement motivation scale and the psychological stress scale for secondary school students, there is an inverse (negative) correlation relationship statistically significant at the level (0.01) between students' scores in the achievement motivation scale and the psychological stress scale for secondary school students.

Keywords: Motivation For Achievement, Psychological stress in predicting future anxiety.

مقدمة

تعد المرحلة الثانوية من أهم المراحل المحورية الهامة في حياة الطالب، فهي أساس بناء شخصيته، حيث تراكم الخبرات اما زياده المعرفة هي لديه مما يساعد على تطور المستوى الفكري والثقافي ، ويعتبر التعليم الأداة الأساسية لازدهار أي مجتمع، والتعليم الثانوي بصفة خاصة يعتبر قاعدة للتعليم وأساساً لبناء الوحدة الوطنية وتنمية القدرات والمويل الذاتية، ويتطلب وضع الأهداف ورسم السياسات في ضوء الواقع، حيث أن التعليم هو المدخل الحقيقي لدخول عصر الإنتاج كثيف المعرفة، وامتلاك رؤية استراتيجية لبناء إنسان جديد، قادر على التواصل.

يمثل طلاب المرحلة الثانوية أحد شرائح المجتمع المهمة، وقد يتعرضوا للضعوط النفسية المتمثلة في الضغوط الدراسية، الأسرية، الاقتصادية، والاجتماعية وغيرها التي تعيق تكيفهم مع الحياة المدرسية ومن ثم تؤثر سلباً على تحصيلهم الدراسي، مما يتعرضوا للإصابة ببعض مظاهر القلق والإحباط وتظهر عليهم بعض عدم القدرة على التركيز والسرحان. (دخان؛ والحجار، ٢٠١١، ٣٧١)

يتعرض طلاب المرحلة الثانوية لضغوط نفسية متفاوتة داخل وخارج البيئة المدرسية قد تترك آثاراً نفسية كبيرة على شخصياتهم وتوافقهم مع المجتمع المحيط، كل ذلك ينعكس سلباً أو إيجابياً على سلوكهم. دراسة (شحات، ٢٠٠٨) تمثلت أهميتها في غياب الدراسات المقارنة الدولية في مجال الضغوط النفسية التي يعاني منها الطلبة، حيث هدفت هذه الدراسة التعرف على مصادر الضغوط النفسية الأكاديمية والسريرية بين الطلاب فترة الدراسة الجامعية، وإجراء مقارنة في مستويات الضغوط النفسية لدى الطلبة من خمسة بلدان مختلفة هي: ألبانيا، وبرزناي، وجمهورية التشيك، ومالطا، وويلز، بهدف إجراء مقارنة بين الثقافات المختلفة في محاولة لفهم أفضل للضغوط النفسية لدى الطلبة. استخدمت الدراسة المنهج الكمي الوصفي باستخدام استبيان الضغوط النفسية الأكاديمية، وتكونت عينة الدراسة من (١٧٠٧) طلاب من الدول الخمس. كشفت النتائج أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان متوسطاً، وأن طلبة ويلز حصلوا على أدنى درجة على مقياس الضغوط النفسية، وطلبة بروناي على أعلى درجة.

دراسة (الطواب، ٢٠٠٤) هدفت إلى بحث العلاقة بهدف التعرف على الدور الذي تلعبه العوامل مثل: النوع، التعليم، ونوع المدرسة، والصف الدراسي لطلاب المرحلة الثانوية، في تدعيم استخدام إدارة الوقت لمواجهة أساليب الضغوط النفسية وزيادة دافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، وذلك باستخدام استبيان إدارة الوقت من إعداد الباحثة، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط إعداد ومقياس الدافعية والإنجاز إعداد (فاروق عبد الفتاح) وذلك على عينة بلغت (١٠٨٠) طالب طالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٤) عاماً، وكشفت النتائج الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية على درجات أساليب مواجهة الضغوط بين مجموعات طلاب المدارس المختلفة، كما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الطلاب.

إن مرحلة التعليم الثانوي من أهم مراحل التعليم الهامة في حياة الطلاب، ونظراً لما يمكن أن يلاقه شباب هذه المرحلة من ضغوط نفسية ناتجة عن فقدان القيمة والمعنى للحياة أو وجود هدف حقيقي لحياتهم مما يمثل عائقاً دون الاستمتاع بالحياة أو الإنجاز، والطلبة في المرحلة الثانوية بحاجة ماسة إلى تحسين حياتهم للأفضل (موسي، ٢٠١٣)، وذلك من خلال العمل على زيادة شعورهم بالسعادة والطمأنينة وبث روح التفاؤل والأمل في حياتهم المستقبلية، فعند شعورهم بجودة الحياة تتبع لديهم روح العزيمة والإصرار على مواصلة مشوارهم التعليمي لكي تتبع لديهم أهداف وطموحات في حياتهم يسعون إلى تحقيقها وتزيد قدراتهم على مواجهة الضغوط لكونهم التي يجب أن تحظى باهتمام كبير في جميع مجالات حياتهم الصحية والنفسية والأسرية الاجتماعية كونها مرحلة التعليم قبل الجامعي، فإذا زادت أساليب مواجهة الضغوط قد تزيد من مستوى التحصيل الدراسي. (الكحيمي؛ حمام؛ مصطفى، ٢٠١٠، ٢١)

يعد التعامل مع قلق المستقبل في مرحلة الثانوية العامة من أخطر الضغوط النفسية التي تؤثر على الذات، لأن الطلاب في هذه المرحلة يحتاجون الى دافعية الإنجاز.

دراسة (الطخيس، ٢٠١٤) هدفت دراسة إلي معرفة طبيعة العلاقة بين قلق الاختبار والدافعية للإنجاز والمستوى الاجتماعي والاقتصادي لدى طالبات كلية التربية لإعداد معلمات المرحلة، وقد تحددت الدراسة الحالية بالعينة المستخدمة وعددها (٦٧) طالبة للعينة الاستطلاعية (٢٧٠) طالبة للعينة الأساسية (١٥١) من قسمي العلوم والرياضيات كي يمثل التخصص العلمي وقسم القرآن الكريم والدراسات الإسلامية كي يمثل التخصص الأدبي ومن أدوات الدراسة ومقياس قلق الاختبار ومقياس الدافعية للإنجاز واستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي.

دراسة (دهمش، ٢٠٠٨) وقامت بدراسة التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بضغط العمل والرضا عن العمل لدى عينة من الموظفين والموظفات الكويتيين، وتكونت عينة الدراسة من ٣١٢ من الموظفين والموظفات الذين تتراوح أعمارهم بين ١٨ - ٦٠ سنة، وتركزت نسبة ٨٢٪ من أفراد العينة في الفئة العمرية من ٢٠ إلى ٣٩ سنة، وقد استخدمت الباحثة مقياسا للتفاؤل والتشاؤم ومقياسا آخر للضغط العمل، وثالث للرضا عن العمل، ومن أهم النتائج ارتباط التفاؤل سلبيا مع ضغط العمل، بينما لم يظهر ارتباطا دالا بين التشاؤم وضغوط العمل.

وايضا من خلال رؤيتنا لمشكلة قلق المستقبل وزيادة الضغوط النفسية عليهم بعد جائحة فيروس كورونا الذي أدى إلى إعاقة مسار نموهم وتحصيلهم الدراسي، وبعد الاطلاع على التقارير من إحدى مديريات التربية والتعليم الذي أكدت تلك المشكلة.

الإحساس بمشكلة البحث

يتعرض طلاب المرحلة الثانوية لضغوط نفسية متفاوتة داخل وخارج البيئة المدرسية قد تترك آثاراً نفسية كبيرة على شخصياتهم وتوافقهم مع المجتمع المحيط، كل ذلك ينعكس سلباً أو إيجابياً على سلوكهم. إن مرحلة التعليم الثانوي من أهم مراحل التعليم الهامة في حياة الطلاب، ونظراً لما يمكن أن يلاقه شباب هذه المرحلة من ضغوط نفسية ناتجة عن فقدان القيمة والمعني للحياة أو وجود هدف حقيقي لحياتهم مما يمثل عائقاً دون الاستمتاع بالحياة أو الإنجاز، والطلبة في المرحلة الثانوية بحاجة ماسة إلى تحسين حياتهم للأفضل، وذلك من خلال العمل على زيادة شعورهم بالسعادة والطمأنينة وبث روح التفاؤل والأمل في حياتهم المستقبلية، فعند شعورهم بجودة الحياة تنفجر لديهم روح العزيمة والإصرار على مواصلة مشوارهم التعليمي لتحقيق أهدافهم وطموحاتهم في الحياة فهم يسعون إلى تحقيقها وتزيد قدراتهم على مواجهة الضغوط التي يجب أن تحظى باهتمام كبير في جميع مجالات حياتهم الصحية والنفسية والأسرية الاجتماعية كونها مرحلة التعليم قبل الجامعي، فاذا زادت أساليب مواجهة الضغوط قد تزيد من مستوى التحصيل الدراسي وأكد ذلك

دراسات كل من (حسانين، ٢٠٠٠) و (Beate, S. & Neubauer, A. C. 2000) و (Hernandez, P. 2003) و (الأنصاري، ٢٠٠٤) و (أحمد، ٢٠٠٤) و (أبو خليفة، ٢٠١٤) و (سعود؛ والكشكي؛ والحلبي، ٢٠١٤) و (بوزيان، ٢٠١٥).

- يُعد التعامل مع قلق المستقبل في مرحلة الثانوية العامة من أخطر الضغوط النفسية التي تؤثر على الذات، لأن الطلاب في هذه المرحلة يحتاجون الى دافعية الإنجاز.
مشكلة البحث وأسئلته

تمثلت مشكلة البحث في قلق المستقبل وزيادة الضغوط النفسية عليهم خاصة بعد جائحة فيروس كورونا الذى أدى إلى إعاقة مسار نموهم وتحصيلهم الدراسي، وبعد الاطلاع على التقارير من إحدى مديريات التربية والتعليم الذى أكدت تلك المشكلة.

السؤال الرئيس:

ما مدى الضغوط النفسية التي يسببها قلق المستقبل خلال المرحلة الثانوية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لديهم؟
١- ما مدى معاناة طلاب المرحلة الثانوية من قلق المستقبل؟
٢- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين قلق المستقبل ودافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟
٣- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين دافعية الإنجاز والضغوط النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

٤- ما أساليب التعامل مع الضغوط النفسية التي يعاني منها طلاب المرحلة الثانوية؟
٥- ما مصادر الضغوط النفسية التي يعاني منها طلاب المرحلة الثانوية؟

أهداف البحث

تهدف البحث الحالية الى تحقيق ما يلي:

التعرف على أهم نقاط القوة والضعف المرتبطة بدافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية.
التعرف على أهم الجوانب الخاصة بكيفية استخدام دافع الإنجاز.
التعرف على مصادر الضغوط النفسية التي يعاني منها طلاب المرحلة الثانوية.
الكشف عن اسئلة التعامل مع الضغوط النفسية التي يعاني منها طلاب المرحلة الثانوية.
التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل ومستوي التحصيل الدراسي.
الكشف على عوامل دافعية الإنجاز والضغوط النفسية في ضوء التنبؤ بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.
الكشف على التأثيرات التفاعلية بين كل من (الضغوط النفسية، وقلق المستقبل) لدى طلاب المرحلة الثانوية.

أهمية البحث

تتمثل أهمية البحث الحالية في:

- 1- أهمية المرحلة التعليمية التي يتناولها حيث إنها تركز على مرحلة التعليم الثانوي حيث يكون الطلاب في هذه المرحلة العمرية قد نضجت شخصيتهم وتشكلت أهم ملامحهم في الحياة.
- 2- الاهتمام بشريحة مهمة وحيوية من شرائح المجتمع ألا وهي شريحة طلاب المرحلة الثانوية الذين يمرون بمرحلة مهمة ألا وهي مرحلة المراهقة لما لها من أهمية بالغة في معرفة مستوي تفكيرهم.
- 3- تنمية الإجراءات الإيجابية لدى الطلاب في فهم الضغط النفسي.
- 4- فتح باب لدراسات أخرى واستثمار نتائج البحث بالنسبة لواضعي المناهج الدراسية وأولياء الأمور والمعلمين أثناء تعاملهم مع طلاب المرحلة الثانوية

مصطلحات البحث

دافعية الإنجاز Achievement motive

احتل مفهوم الدافعية مكانة عالية لدى الكثير من علماء النفس، لما له من أهمية كبيرة في نجاح العملية التعليمية لدى المتعلم، وفي تحقيق الأهداف المنشودة، كما أن البحث عن القوى الدافعية التي تظهر سلوك المتعلم وتوجيهه، أمر بالغ الأهمية بالنسبة لعملية التعلم والتعليم، فالدافعية شرط أساسي يتوقف عليه تحقيق الأهداف التعليمية في مجالات التعلم المتعددة، (جبل، فوزي محمد ، ٢٠٠٠).

سواء في تحصيل الأهداف التعليمية في مجالات التعلم المتعددة، سواء في تحصيل المعلومات والمعارف (الجانب المعرفي) أو تكوين الاتجاهات والقيم (الجانب الوجداني)، أو في تكوين المهارات المختلفة التي تخضع لعوامل التدريب والممارسة (الجانب الحركي). (حسين، وحسين، ٢٠٠٦).

الضغط النفسية Psychological Stress

ذهب (أحمد، ٢٠١٢، ٨٦) إلى أن الضغط ما هي إلا سلسلة من الأحداث الخارجية التي يواجهها الفرد نتيجة تعامله مع البيئة المحيطة به، والتي تفرض عليه سرعة التوافق في مجابهته لهذه الأحداث لتجنب الآثار النفسية والاجتماعية السلبية، والوصول إلى تحقيق التوافق.

ان الضغط هو إجهاد نفسي وبدني أو توتر نتيجة أحداث فيزيائية، انفعالية اجتماعية، اقتصادية ووظيفية، أو هي تلك الظروف والخبرات التي يجد الفرد صعوبة في مواجهتها أو الانسحاب منها. (Akbas, A., & Adnan, K. A. N. , 2007)

ويعرف إجرائياً بأنه أن الضغط حالة تحدث عندما يواجه الأفراد أحداثاً يدركونها على أنها تهدد وجودهم الجسمي والنفسي، ويكونون غير متأكدين من قدرتهم على التعامل مع هذه الأحداث، وتشمل الضغط

الأحداث البيئية التي تدرك على أنها مهددة (مثيرات الضغوط) واستجابات الأفراد لها (استجابات الضغوط) ثم إجرائيًا الدرجة التي يحصل عليها طلاب الثانوية على مقياس الضغوط النفسية.

قلق المستقبل Future Anxiety

ويعرف (يوسف، ٢٠٠١) بأنه " هو خوف أو مزيج من الرعب والأمل بالنسبة إلى المستقبل والاكنتاب والأفكار الوسواسية واليأس بصورة غير معروفة.

ويعرف إجرائيًا بأنه خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخم للسلبيات ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس، ثم إجرائيًا الدرجة التي يحصل عليها طلاب الثانوية على مقياس قلق المستقبل.

محددات الدراسة

تحددت الدراسة الحالية بالمحددات التالية:

أولاً: المحددات المكانية: تم إجراء هذه الدراسة في مدرسة المعادي الثانوية.

ثانياً: المحددات الزمنية: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني (٢٠٢٢-٢٠٢٣).

ثالثاً: المحددات المنهجية:

واشتملت على:

١- المحددات البشرية: اقتصرت هذه الدراسة على عينة من طلاب وطالبات السنة الثالثة بمدرسة المعادي الثانوية، والتي تكونت من (٣٠٠) طالباً وطالبة بمتوسط حسابي عمري قدرة (١٦:١٨) (١٧,٦٢)، وانحراف معياري قدره (٠,٧٨)

٢- الأدوات: وتمثلت في:

مقياس دافعية الإنجاز (كمال مصطفى حزين عثمان).

مقياس الضغوط النفسية (سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي).

مقياس قلق المستقبل (زينب شقير).

٣- المنهج:

المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، حيث يتم الكشف عن الارتباط بين دافعية الإنجاز والضغط النفسية وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما تبحث في مدى إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء كل من دافعية الإنجاز والضغط النفسية لهذا السبب فهو من أنسب المناهج لهذه الدراسة.

الإطار النظري والدراسات السابقة الدافعية للإنجاز:

تلعب دافعية الإنجاز دوراً مهماً في رفع مستوى أداء الفرد وإنتاجيته في مختلف المجالات والأنشطة التي يواجهها، وقد ماكيلاند أن مستوى دافعية الإنجاز الموجودة في أي مجتمع هي حسيطة الطريقة التي ينشأ بها الأطفال في هذا المجتمع وهكذا فان الدافعية للإنجاز لها أهمية بالنسبة للفرد وتحصيله الدراسي، وبالنسبة للمجتمع الذي يعيش فيه.

مكونات الدافعية للإنجاز:

يتكون الدافعية للإنجاز من مجموعة من المكونات هي:

الحافز المعرفي: الذي يشير الى محاولة الفرد إشباع حاجاته لأنه يعرف ويفهم وأن المعرفة الجيدة تساعد الفرد على أداء المهام المكلف بها بكفاءة أكبر وذلك بعد مكافأة له.

توجيه الذات: وتتمثل في رغبة الفرد في المزيد من تحقيقه للأهداف التي يجرزها عن طريق أدائه المميز والملتزم في الوقت نفسه بالتقاليد الأكاديمية المعترف بها بما يؤدي إلى شعوره بكفاءته واحترامه لذاته.

دافع الانتماء: ويقصد بها رغبة الفرد في الحصول على تقبل الآخرين، وتحقيق الإشباع من هذا التقبل من خلال أن الفرد يستخدم نجاحه الأكاديمي بوصفه أداة للحصول على الاعتراز والتقدير من جانب أولئك الذين يعتمد عليهم في تأكيد ثقته بنفسه.

أنواع الدوافع:

تصنف الدوافع والحاجات إلى نوعين حسب مصادرها (المشيخي، ٢٠٠٩).

أولاً (الدوافع الداخلية): - وهي التي تنشأ من داخل الفرد وتمثل الدافعية الداخلية مجموع القوي التي تدفعنا للقيام بالأنشطة بمحض إرادتنا ونقرضها اللذة والإشباع اللذان نشعر بهما حيث أن الطالب يعمل في بعض الأحيان تحت تأثير الدافعية الداخلي، ويعمل على إخراج طاقته وتوجيهها برغبته الذاتية في المشاركة في أداء النشاط، فهو يعز نفسه بنفسه ويكون قيام الفرد بالنشاط نابعاً من داخله وذلك لتحقيق ذاته وليس مدفوع للحصول على أي تقدير خارجي، فالمتعلم ذوي الدافعية الداخلي يتحدد نشاطه النفسي من خلال

ذاته، حيث يقبل على التعلم بمبادرة ودافع داخلي منه وتشمل: الدوافع الفطرية. وهى الحاجات والغرائز البيولوجية التي تولد مع الكائن الحي ولا تحتاج لتعلم فهي موجودة عند جميع أفراد الجنس الواحد وتسمى دوافع البقاء لأنها تحافظ على بقاء واستمرار وحياة الكائنات الحية والسلوك المرتبط بتلك الدوافع الفطرية ومن الممكن تطويره وتشمل دوافعه الجوع والعطش والنوم وتجنب الألم.

ثانيا: (الدوافع الخارجية الاجتماعية):

وتسمى الدوافع الثانوية أو المكتسبة فهي متعلمة من خلال التفاعل مع البيئة المادية والاجتماعية وفقا لعمليات التعزيز والعقاب السائدة في المجتمع وهى الحاجات النفسية والاجتماعية مثل الحاجة إلى الانتماء والتفوق والتقبل الاجتماعي، تتطور هذه الدوافع من خلال عملية التنشئة الاجتماعية والتقليد والمحاكاة في كل منظمات المجتمع. (الصيخان، ٢٠١٠)

العلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز:

هناك علاقة متبادلة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز. فالضغوط الحياتية تنشأ لدى الأفراد نتيجة المشكلات الدراسية والمتعلقة بظروف الدراسة مثل صعوبة التعامل مع الزملاء والمعلم، وصعوبة التحصيل الدراسي، وضعف القدرة على التركيز، وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية، والفشل في الامتحانات، باختصار تتعلق بدافعية الإنجاز وسعي الفرد تجاه تحقيق ذاته.

النظريات المعرفية المفسرة لدافعية الإنجاز:

١- نظرية ماكيلان: ينظر ماكيلاند الى دافعية الإنجاز على أنها "تكوين فرضي يعني الشعور أو الوجدان المرتبط بالأداء، حيث المنافسة لبلوغ معايير الامتياز، ويعكس هذا الشعور شقين رئيسيين هما الأمل في النجاح والخوف من الفشل" (حسن، ٢٠٠٠).

فالدافعية عند ماكيلاند ما هي إلا رابطة قوية على مدي توقعنا لاستجاباتنا عند التعامل مع أهداف معينة، فإما أن نتوقع ما يحقق السرور لنا في التعامل مع الهدف، فيتولد لدينا سلوك الاقتراب، أو نتوقع شعوراً بالضيق، فيتولد لدينا سلوك الإحجام (إبراهيم، ٢٠١٩).

أنواع الضغوط النفسية:

يري أبو عليان (٢٠٠٩) أن هناك نوعين أساسيين من الضغوط النفسية هي:

-الضغوط النفسية: Acute Stress

يحصل هذا النوع من الضغوط عادة يواجه الفرد خطر ما، أو عندما يكون تحت الضغط لإتمام التزام ما، عندما فإن دماغ الفرد يطلق العديد من المواد الكيميائية لزيادة معدل ضخ القلب، وهذا يزيد من ضغط الدم ويجعل الفرد أكثر نشاطاً لمحاربة الخطر أو الهروب منه، والعديد من المواد الكيميائية لزيادة معدل

ضخ القلب، وهذا يزيد من ضغط الدم ويجعل الفرد أكثر نشاطاً لمحاربة الخطر أو الهروب منه، والعديد من الأفراد يمكنهم التجاوب والتكيف مع هذه الضغوط القصيرة.

-الضغوط النفسية المزمنة:Chronic Stress

يحصل هذا النوع من الضغوط بسبب حالة ثابتة أو العديد من الحوادث المجتهدة التي تحدث للفرد بشكل متتالي، فإذا كان الفرد يعتني بشخص ما مصاب بمرض مزمن بشكل مستمر، أو يواجه مشاكل مع رئيس العمل، أو إذا فقد عمله أو خسر شركته، فإن الجسم يستجيب سلبيًا لمثل هذه الحالات، ويؤدي التعرض المستمر للمشاعر السلبية إلى إصابة الفرد بالعديد من الأمراض مثل السكري أو الربو، أو مشاكل النظام العصبي أو نظام المناعة وذكر (أبو حطب، ٢٠٠٦) نوعين من الضغوط هما الضغوط الدائمة والضغوط المؤقتة:

-الضغوط المؤقتة: هذا النوع من الضغوط يحيط بالفرد لمدة وجيزة، ثم يزول، وعادة ما يكون مرتبط بموقف مفاجئ لا يدوم أثره طويلاً، ولهذه الضغوط أثر محدود على الفرد، إلا إذا كانت قدرة تحمله أضعف من الموقف الضاغط.

-الضغوط الدائمة: هذا النوع من الضغوط يحيط بالفرد لمدة طويلة نسبياً، مثال ذلك تعرض الفرد لمرض مزمن.

أسباب الضغوط النفسية:

هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى شعور الفرد بالضغوط النفسية القلق والتوتر، والتي ترتبط بأحداث أو الظروف مختلفة، وقد ساور Sawyer أن أهم مسببات الضغوط النفسية هي:

- ظروف الحياة الطبيعية مثل الظروف الصحية والظروف الانفعالية، وظروف العمل، والأصدقاء والأسرة، الشعور بالوحدة، والمرض.

- أحداث معينة مثل الخلافات، ووفاة أحد أفراد الأسرة أو أحد الأصدقاء، وفقدان المال.

- المراحل التطورية مثل الزواج، أو فقدان القدرة البدنية أو العقلية.

- المال - العادات السيئة - تغيير مكان السكن - تغيير العمل.

- فقدان الصداقة، وفقدان مكان الراحة المفضل، وفقدان الدعم العاطفي.

- زواج الأبناء، وفقدان المكانة الخاصة في العمل. (البيلاوي؛ عبد الحميد، ٢٠٠٥).

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

لقد اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط النفسية التي تعد من الظواهر المعقدة التي تفسر على أسس بدنية بيولوجية عقلية معرفية سيكولوجية وأخرى اجتماعية وقدمت في مجالها كثير من القواعد

والمبادئ النظرية التي كشفت عن بعض من طبيعتها وديناميكياتها والنتائج التي تنتج عن آثارها وسوف يتم تناول ثلاث من وجهات النظر التي تمثل من الأنساق الفكرية التي اهتمت بتفسير الضغوط النفسية وهي:

١-النسق النظري لهانز سيلبي:SelyeH

يعتبر "هانز سيلبي" بحكم تخصصه كطبيب متأثراً بتفسير الضغط تفسيراً فيزيولوجياً وتنطلق نظرية "سيلبي" من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لحامل الضغط (Stressor) يميز الشخص وصنعه على أساس استجابة للبيئة الضاغطة وإن هناك استجابة أو أنماط من الاستجابات يمكن الاستدلال منها أن الشخص يقع تحت تأثير بيئي مزعج ويعتبر "هانز سيلبي" إن أعراض الاستجابة وهدفها المحافظة على الكيان.

ولقد حدد "سيلبي" ثلاث مراحل لدفع الضغط وأن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام وهي:

- ١-الفرع: وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط (Stressor) ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقارنة الجسم وقد تحدث الوفاة عندما تتهاور مقاومة الجسم ويكون الضاغطة شديداً.
- ٢-المقاومة: وتحدث عندما يطول التعرض للضاغط متلازماً مع التكيف فتختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف.
- ٣-الإجهاد: مرحلة تعقب المقارنة ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفدت وإذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة لفترة طويلة فقد ينتج عنها أمراض التكيف (علاوة، ٢٠٠٤).

العلاقة بين قلق المستقبل والضغط النفسية: تناول الكثير من الباحثين الضغوط النفسية باعتبارها سببا للقلق، ومن بينهم: كرترايت وكوبر Cooper & Cartwright (١٩٩٨)، بينما عدها آخرون نتاجاً للقلق Otrar et al (٢٠٠٢)، (الكريديس، ٢٠٠٠).

إلا أن الدراسة الحالية ترى أن العلاقة بين قلق المستقبل والضغط النفسية أقرب ما تكون إلى العلاقة التفاعلية، أو أنهما ينشأن من ذات المنشأ أو المصدر، حيث يتضح من الإطار النظري أن المكون المعرفي يكاد يكون هو المسئول عن حدوث كل من قلق المستقبل والضغط النفسية، ومن وجهة نظر آثر فريمان، مارك رينيك Reinecke & Freeman (١٩٩٥ : ١٩١ - ٢٠٩)، زاليسكي Zaleski (١٩٩٦ : ١٧٠ - ١٧٤) فإن المكون المعرفي هو المكون الأساسي الذي يكمن وراء الشعور بقلق المستقبل، وهو استجابة توارثية لبيئة الفرد، تتحدد بإدراك التهديد في موقف معين أو محدد، حيث يضيف الفرد معنى على الموقف من خلال مخططاته ومعتقداته حول موضوع التهديد وتقدير مدى وخطورة التهديد، حيث يعيدان القلق نتاجاً للتشوه المعرفي. (Genoa, F & et.al.,.2006)

ولذا فقد أعطت الأدبيات النفسية في تفسير الضغوط النفسية أهمية كبيرة للعملية العقلية المعرفية، حيث إن إدراك الفرد للأحداث وتأويله لها هو الذي يضيف عليها المعنى ويصنفها إلى ضاغطة أو غير ضاغطة، كما يحدد قوة أو شدة الضغط Rutter, Cohen (1977: 17- 22) & Lazarus (1983: 36- 33). وقد سار زاليسكي Zaleski (1996: 165- 170) في تفسيره لقلق المستقبل في الاتجاه المعرفي نفسه، وذلك استناداً إلى عدة مفاهيم: التنافر المعرفي عند فستنجر Festinger ونموذج العجز المكتسب لسيلجمان Seligman، والتشوه المعرفي واليأس لبيك Beck، ونظرية أيزنك Eyzenck المعرفية.

وقد حاول (Lavasani, M. G., Weisani, M., & Ejei, J. 2011) صياغة تصور لطبيعة العلاقة بين القلق من المستقبل وضغوط الحياة، حيث يرى أن الأعباء التي تواجه الأفراد في الحياة ستجعلهم أكثر تشاؤماً وتوجساً من المستقبل، وتزيد من إحساسهم بالضغوط، ويحدد بعض المؤشرات المؤدية لتصوره عن ضغوط الحياة ومن أبرزها أزمات السكن، ارتفاع الأسعار مع ثبات أو تدني الدخل، غياب العدالة التوزيعية، وما يرتبط بها من مشكلات اجتماعية واقتصادية، قلة فرص العمل، وما يرتبط بها من البطالة ومشكلاتها.

أعراض قلق المستقبل:

حدد أعراض قلق المستقبل في التالي:

الأعراض النفسية: الخوف الشديد، وعدم القدرة على الانتباه والتركيز، وتوقع المصائب، والإحساس الدائم بالهزيمة، والاكتئاب، وعدم الثقة بالنفس، والشعور بالعجز، وفقدان الطمأنينة والأمن والاستقرار، والانسحاب من المواجهة، والخوف من الإصابة بالأمراض. (Liman, J.A. 2006)

الأعراض الجسمية: شحوب الوجه، واتساع حدقة العين وتعابير الخوف على الوجه، وبرودة الأطراف، وسرعة ضربات القلب، وارتفاع ضغط الدم، وسرعة التنفس والشعور بالاختناق، وجفاف الحلق، وصعوبة البلع، وعسر الهضم، وآلام المعدة والأمعاء وخاصة الأمعاء الغليظة، والشعور بالانتفاخ، وكثرة الغازات، وصعوبة التبول، بالإضافة إلى الضعف العام، ونقص الطاقة الحيوية والنشاط والمثابرة، وتوتر العضلات.

الأعراض الاجتماعية: بطء اتخاذ القرارات، والميل الشديد لنقد الذات، واضطراب التوافق مع الآخرين، والميل للعزلة والبعد عن التفاعلات الاجتماعية، وعدم القدرة على إحداث تكيف مع المواقف الاجتماعية.

أسباب قلق المستقبل:

أرجعت قلق المستقبل إلى نقص القدرة على التكهن بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لبناء الأفكار عن المستقبل، والشك في قدرة المحيطين والقائمين على رعايته على حل مشكلاته، والشعور بعدم الانتماء والاستقرار داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع بصفة عامة، واستعداد الفرد الشخصي للتفاعل مع الخوف، وكذلك الخبرات الشخصية المتراكمة، والعوامل الأسرية المفككة، وعدم الإحساس بالأمن، والعوامل

الاجتماعية والاقتصادية والثقافية، وتدني مستوي القيم الروحية والأخلاقية، والضغط النفسية، وعدم القدرة على التكيف مع المشكلات. بينما أرجعته إلى أساليب التفكير التي تؤدي إلى تفسيرات سلبية تجعل الفرد عرضة لكثير من المشكلات، والإحساس بالعجز، وضغوط الحياة بسبب متطلباتها المتزايدة، وخاصة في عصرنا الحاضر السريع بتحولاته الاجتماعية والاقتصادية، وعدم امتلاك الخبرة الكافية التي تمكنه من الإدارة لأزماته بشكلٍ مرّن. كما أرجعه إلى ضغوط الحياة، والشعور بالتوتر والتشاؤم والضيق من المستقبل، وعدم القدرة على التكيف مع المشكلات التي يعاني منها الفرد، والشعور بعدم الأمان، والخوف، والشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة.

النظريات المفسرة للقلق

تعددت النظريات التي حاولت أن تُقدم تفسيراً للقلق، وسوف يستعرض الباحث: نظرية التحليل النفسي، النظرية السلوكية، النظرية الإنسانية، النظرية المعرفية، النظرية الفسيولوجية، الحالة والسمة.

١- نظرية التحليل النفسي:

القلق من منظور فرويد هو لب العصاب ومحوره، ويميز فرويد بين نوعين من القلق:

- أ- قلق موضوعي: وهو رد فعل طبيعي لخطر خارجي معروف في مواقف تتسم بالخطر والتهديد والقلق.
 - ب- قلق عُصابي: وهو خوف غامض وغير مفهوم، أنه رد فعل لخطر غريزي داخلي.
- ومشاعر القلق التي يشعر بها الفرد تعني أن دوافع (الهُو) والتي عملت (الأنا) بالتعاون مع (الأنا الأعلى) على كبتها، تجاهد لتظهر وتقترب من منطقة الشعور والوعي مرة أخرى، وعليه فإن مشاعر القلق تقوم بوظيفة الإنذار للأنا والأنا الأعلى لمنع هذه المكبوتات من النجاح في الإفلات إلى منطقة الوعي والشعور (Shimazu,A&.et.al, 2006).

الدراسات السابقة لكل من دافعية الإنجاز وقلق المستقبل والضغط النفسية:

المحور الأول: الدراسات التي تناولت متغير دافعية الإنجاز:

تعددت الدراسات التي تناولت دافعية الإنجاز والضغط النفسية وقلق المستقبل ومشكلات المراهقين والتي يعانون منها. كما توجد العديد من الدراسات التي تناولت أساليب مواجهة الضغوط النفسية لطلاب المرحلة الثانوية، والعديد من الدراسات التي تناولت أثر البرامج الإرشادية في تخفيف الضغوط النفسية للطلاب.

يتناول هذا الفصل عرضاً للبحوث والدراسات السابقة التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالبحث الحالي (عوامل دافعية الإنجاز والضغط النفسية في التنبؤ بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية)، وبعد عرضها يتم التعقيب عليها من حيث الموضوعات وأهم النتائج، ويختم الفصل بعرض فروض الدراسة الحالية.

هدفت دراسة الكريديس، (٢٠٠٠) الدافعية للإنجاز وعلاقته بالقلق والانبساط على عينة مكونة من "٢٥٠" بواقع "١٢٥" ذكور و"١٢٥" إناث من طلاب المدارس الثانوية، وتوصلت الدراسة إلي:
- أن الإناث أكثر قلقاً من الذكور.

- عدم وجود فروق جوهرية في كل من الدافعية للإنجاز والانبساط بين الجنسية.

وقد توصلت الدراسة إلي نتائج منها وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين قلق الاختبار والدافعية للإنجاز لدى طالبات التخصص العملي، بينما لم توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق الاختبار والدافعية للإنجاز لدى طالبات التخصص الأدبي وعدم وجود فروق دالة إحصائية في قلق الاختبار لدى طالبات كلية التربية لإعداد معلمات المرحلة الابتدائية منخفضة الدافعية ومرتفعي الدافعية وعدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات كل من قلق الاختبار، الدافعية للإنجاز لدى طالبات كلية التربية لإعداد معلمات المرحلة الابتدائية منخفضة المستوى الاجتماعي والاقتصادي ومرتفعي المستوى الاجتماعي والاقتصادي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للإنجاز لدى طالبات التخصص العلمي وطالبات التخصص الأدبي لصالح طالبات التخصص العلمي، بينما لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدافعية للإنجاز لدى طالبات التخصص العلمي، وطالبات التخصص الأدبي لصالح الطالبات للتخصص العلمي بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق الاختبار لدى طالبات التخصص العلمي وطالبات التخصص الأدبي في كلية التربية لإعداد معلمات المرحلة الابتدائية.

- وجود ارتباط سالب بين الدافعية للإنجاز والقلق لدى الجنسين.

- وجود ارتباط جوهري موجب بين كل من الدافعية للإنجاز والانبساط وسالب بين القلق والانبساط لدى الذكور فقط.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت متغير الضغوط النفسية:

- قام الطواب (٢٠٠٤) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مصادر الضغط النفسي لدى طلاب الثانوية العامة، وتكونت عينة الدراسة من ٢٢٨ من طلاب الثانوية العامة من الذكور والإناث، وأسفرت النتائج عن وجود مصادر للضغط النفسي تنحصر في الخوف من المستقبل وما يحمله من تهديد وما يبعثه من قلق.

قام شتات (٢٠٠٨) هدفت إلى بحث العلاقة بين مصادر ومظاهر الضغوط وبين التحصيل الدراسي والجنس والصف الدراسي، وذلك على عينة من طلاب المدارس المتوسطة اللاتينية، وقد بلغ عددهم ١١١ طالباً، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائياً وبين التحصيل الدراسي والجنس والعنف الدراسي وبين مصادر الضغوط المتمثلة في مفهوم الذات الدراسي، وتفاعل المدرس.

المحور الثالث: الدراسات التي تناولت قلق المستقبل:

-دراسات خاصة بقلق المستقبل في علاقته بالضغط:

واهتم **Beate, S. & Neubauer, A. C. (2000)** بدراسة لمصادر الضغوط والمواجهة والرفاهية النفسية، وتعرف العلاقة بين قلق المستقبل والضغط النفسية والاقتصادية والاضطرابات النفسية، وذلك على عينة قوامها ٢٣٢ طالبا وطالبة عملية وأخرى نظرية، تتراوح أعمارهم الزمنية بين ١٧ - ٣٦ سنة، واستخدم الباحثون عدة أدوات من بينها مقياس لقلق المستقبل، وآخر للضغط النفسية، وقد ظهر من النتائج أن قلق المستقبل والمشكلات الاقتصادية من أهم أسباب الضغوط النفسية.

فروض الدراسة

- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب في مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب في مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- يُسهم مستوى قلق المستقبل في التنبؤ بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- تُسهم مستويات الضغوط النفسية في التنبؤ بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية.

إجراءات البحث

منهج الدراسة:

المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وهو المنهج الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها.

مجتمع الدراسة.

اقتصرت هذه الدراسة على طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بإدارة المعادي التعليمية بمحافظة القاهرة ، وقد تم التطبيق على طلاب وطالبات الصف الثالث الثانوي على عينة قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية.

عينة الدراسة

وقد انقسمت العينة إلى: أ-عينة الخصائص السيكومترية: المستخدمة في حساب معامل الصدق، والثبات، والاتساق الداخلي، وذلك لكل أداة على حدة، والتي تكونت من (٣٠٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة

الثالثة بمدرسة المعادي الرسمية لغات من الذكور والاناث وتتراوح أعمارهم بين (١٦:١٨) عاماً، بمتوسط عمري قدره (١٧,٦٢)، وانحراف معياري قدره (٠,٧٨).
رابعاً: أدوات الدراسة.

تم استخدام عدة أدوات للحصول على البيانات والمعلومات اللازمة للدراسة، وقد اشتملت على:

١- مقياس الدافعية للإنجاز (إعداد: كمال مصطفى حزين عثمان ٢٠١٤).

٢- مقياس الضغوط النفسية (إعداد: سهير إبراهيم محمد إبراهيم الشافعي ٢٠١٢).

٣- مقياس قلق المستقبل (إعداد: زينب شقير ٢٠١٥).

- الخصائص السيكومترية للمقياس دافعية الإنجاز:

- صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency

استخدمت الباحثة حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس حيث تمّ حساب

معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١) معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الدافعية للإنجاز (ن=١٢٤)

الفقرة	الارتباط	الدلالة	الفقرة	الارتباط	الدلالة	الفقرة	الارتباط	الدلالة
١	*.٦٣٩	...	٢	*.٨٢٩	...	٣	*.٦٩٢	...
٤	*.٧٣٨	...	٥	*.٦٨٢	...	٦	*.٧٩٨	...
٧	*.٤٢٧	...	٨	*.٤٩٠	...	٩	*.١٧٥	٢
١٠	*.١٤٢	٣	١١	*.٧٧٩	...	١٢	*.٦٨٣	...
١٣	*.٦٣٣	...	١٤	*.٥٤١	...	١٥	*.٧١١	...
١٦	*.٧٦٥	...	١٧	*.٧٢٢	...	١٨	*.٥٨٠	...
١٩	*.٨٠٦	...	٢٠	*.١٣٨	٤	٢١	*.٧٢٩	...
٢٢	*.٤٦٣	...	٢٣	*.٨١٢	...	٢٤	*.٧٨٢	...

* دال عند (٠,٠٥) ** دال عند (٠,٠١)

- معاملات الثبات: Reliability Coefficient

لقياس مدى ثبات مقياس الدافعية للإنجاز استخدمت الباحثة معادلة الفا كرونباخ والتجزئة النصفية حيث طبقت المعادلة على العينة الاستطلاعية المسحوبة والتي تكونت من (١٢٤) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية، والجدول التالي يظهر النتائج:

جدول (٢) معامل ألفا والتجزئة النصفية لثبات مقياس الدافعية للإنجاز

المقياس	عدد البنود	قيمة ألفا	التجزئة النصفية
الدافعية للإنجاز	٢٤	٠.٨١٤	٠.٧٩٨

- الخصائص السيكومترية للمقياس الضغوط النفسية:

- صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency

استخدمت الباحثة حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية (ن=١٢٤)

الفقرة	الارتباط	الدلالة	الفقرة	الارتباط	الدلالة	الفقرة	الارتباط	الدلالة
١	٠.٤١٩**	٠.٠٠١	٢	٠.٧٢٨*	٠.٠٠١	٣	٠.٥٨٣*	٠.٠٠١
٤	٠.٦٢١**	٠.٠٠١	٥	٠.٧١٤*	٠.٠٠١	٦	٠.٤٩٨*	٠.٠٠١
٧	٠.٣١٧**	٠.٠٠١	٨	٠.٥٩٣*	٠.٠٠١	٩	٠.٤٧٢*	٠.٠٠١
١٠	٠.٥٢٢**	٠.٠٠١	١١	٠.٦١٨*	٠.٠٠١	١٢	٠.٥١٢*	٠.٠٠١
١٣	٠.٦٨٤**	٠.٠٠١	١٤	٠.٦٠٧*	٠.٠٠١	١٥	٠.٦٩٢*	٠.٠٠١
١٦	٠.٦٦٨**	٠.٠٠١	١٧	٠.٥٣٦*	٠.٠٠١	١٨	٠.٦٨٩*	٠.٠٠١
١٩	٠.٦٢١**	٠.٠٠١	٢٠	٠.٤٢٦*	٠.٠٠١	٢١	٠.٨٤٢*	٠.٠٠١
٢٢	٠.١٨٩*	٠.٠٠٢	٢٣	٠.٤٣٨*	٠.٠٠١	٢٤	٠.٥٠٢*	٠.٠٠١
٢٥	٠.٧٣٨**	٠.٠٠١	٢٦	٠.١١٥*	٠.٠٠٤	٢٧	٠.١٧٧*	٠.٠٠٣
٢٨	٠.٦٠٣**	٠.٠٠١	٢٩	٠.٥٦٤*	٠.٠٠١	٣٠	٠.٤٢٢*	٠.٠٠١
٣١	٠.١٣١*	٠.٠٠٤	٣٢	٠.٧٦٣*	٠.٠٠١	٣٣	٠.٣٢٩*	٠.٠٠١
٣٤	٠.٦١٧**	٠.٠٠١	٣٥	٠.٦٢٤*	٠.٠٠١	٣٦	٠.٤٥٩*	٠.٠٠١
٣٧	٠.٦٦٢**	٠.٠٠١	٣٨	٠.٧٧٢*	٠.٠٠١	٣٩	٠.٦٨٢*	٠.٠٠١
٤٠	٠.٨٣٧**	٠.٠٠١	٤١	٠.٦٩٥*	٠.٠٠١	٤٢	٠.١٤١*	٠.٠٠٢
٤٣	٠.٥٤٢**	٠.٠٠١	٤٤	٠.٧٢٩*	٠.٠٠١	٤٥	٠.١٦٣*	٠.٠٠٣
٤٦	٠.٤٨٨**	٠.٠٠١	٤٧	٠.٥٣٧*	٠.٠٠١	٤٨	٠.٦٧٢*	٠.٠٠١
٤٩	٠.٣٩٢**	٠.٠٠١	٥٠	٠.٦٨٣*	٠.٠٠١	٥١	٠.٥٠١*	٠.٠٠١
٥٢	٠.٦٤٨**	٠.٠٠١						

* دال عند (٠,٠٥) ** دال عند (٠,٠١)

- معاملات الثبات: Reliability Coefficient

لقياس مدى ثبات مقياس الضغوط النفسية استخدمت الباحثة معادلة الفا كرونباخ والتجزئة النصفية حيث طبقت المعادلة على العينة الاستطلاعية المسحوبة والتي تكونت من (١٢٤) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية، والجدول التالي يظهر النتائج:

جدول (٤) معامل ألفا والتجزئة النصفية لثبات مقياس الضغوط النفسية

المقياس	عدد البنود	قيمة ألفا	التجزئة النصفية
الضغوط النفسية	٥٢	٠.٧٨٢	٠.٧٥٥

- الخصائص السيكومترية للمقياس قلق المستقبل:

- صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency

استخدمت الباحثة حساب معامل الارتباط بيرسون لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل (ن=١٢٤)

الفقرة	الارتباط	الدلالة	الفقرة	الارتباط	الدلالة	الفقرة	الارتباط	الدلالة
١	٠.٧٧٢**	٠.٠٠٠	٢	٠.١٧١*	٠.٠٠٤	٣	٠.٦٦٩*	٠.٠٠٠
٤	٠.٤٢٨**	٠.٠٠٠	٥	٠.٦٢٩*	٠.٠٠٠	٦	٠.٥٤٦*	٠.٠٠٠
٧	٠.٥١٤**	٠.٠٠٠	٨	٠.٤٧٢*	٠.٠٠٠	٩	٠.٧٨٣*	٠.٠٠٠
١٠	٠.٨٢٥**	٠.٠٠٠	١١	٠.٥٢٣*	٠.٠٠٠	١٢	٠.٦٩٢*	٠.٠٠٠
١٣	٠.١٢٦*	٠.٠٠٢	١٤	٠.٥٨٨*	٠.٠٠٠	١٥	٠.٧٢٩*	٠.٠٠٠
١٦	٠.٦٨٣**	٠.٠٠٠	١٧	٠.٧٨٢*	٠.٠٠٠	١٨	٠.٦٠٣*	٠.٠٠٠
١٩	٠.٥٥٩**	٠.٠٠٠	٢٠	٠.٧٩٨*	٠.٠٠٠	٢١	٠.٦٤٢*	٠.٠٠٠
٢٢	٠.٧١٧**	٠.٠٠٠	٢٣	٠.٥٢٧*	٠.٠٠٠	٢٤	٠.٥٣٨*	٠.٠٠٠
٢٥	٠.٦٣٨**	٠.٠٠٠	٢٦	٠.٦٣٣*	٠.٠٠٠	٢٧	٠.٧٢٢*	٠.٠٠٠
٢٨	٠.٤٧٩**	٠.٠٠٠						

* دال عند (٠,٠٥) ** دال عند (٠,٠١)

- معاملات الثبات: Reliability Coefficient

لقياس مدى ثبات مقياس قلق المستقبل استخدمت الباحثة معادلة الفا كرونباخ والتجزئة النصفية حيث طبقت المعادلة على العينة الاستطلاعية المسحوبة والتي تكونت من (١٢٤) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية، والجدول التالي يظهر النتائج:

جدول (٦) معامل ألفا والتجزئة النصفية لثبات مقياس قلق المستقبل

المقياس	عدد البنود	قيمة ألفا	التجزئة النصفية
قلق المستقبل	٢٨	٠.٨٠٢	٠.٧٩٢

- الأساليب الإحصائية:

تنوعت الأساليب الإحصائية التي استخدمتها الباحثة وفقاً لنوع المعالجة وطبيعة البيانات ومن هذه الأساليب:

- حساب معامل صدق الاتساق الداخلي باستخدام معادلة بيرسون لحساب درجة صدق أدوات الدراسة (مقياس الضغوط النفسية - مقياس قلق المستقبل - مقياس الدافعية للإنجاز).
- حساب معامل ألفا كرونباخ لحساب درجة ثبات أدوات الدراسة.
- حساب التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان - براون لأدوات الدراسة.
- حساب التكرارات والنسب المئوية (Frequency - Percent)، والمتوسطات الحسابية (Means)، والانحرافات المعيارية (Std.Deviation) لكل متغيرات الدراسة.
- حساب مصفوفة معاملات الارتباط بيرسون (Correlation) لإيجاد العلاقات بين متغيرات الدراسة، وتحديد اتجاه العلاقات (عكسي أم طردي / سالب أم موجب) بين المتغيرات وبعضها.
- حساب معامل الانحدار الأحادي بين متغير الدافعية للإنجاز وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، وبين متغير الدافعية للإنجاز والضغط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

نتائج الدراسة وتفسيرها.

النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال:

والذي نص على: " هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين قلق المستقبل ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

ويتعلق ذلك باختبار صحة الفرض الآتي " لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب في مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية ". وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون وكانت النتائج كالتالي:

جدول (١) معامل الارتباط بين مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية

العدد	قيمة معامل الارتباط	الدالة الإحصائية	الدلالة الوصفية
٣٠٠	- ٠,٧٥٢	دالة عند مستوى (٠,٠١)	عكسي قوي

ومما سبق تشير النتائج إلى ما يلي:

وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الطلاب في مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث بلغت قيمة (ر) معامل الارتباط (- ٠,٧٥٢) وهو ارتباط عكسي قوي، أي أنه كلما كان زاد قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية كلما أثر ذلك بالسلب على مستوى الدافعية للإنجاز لديهم والعكس صحيح، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين من طلاب الجامعة (ذكور - إناث) في الدافعية للإنجاز.

١. يوجد فروق دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث (منخفضي الدافعية للإنجاز، متوسطي (٢٦,٠٥, ١٤,٢٠) وهي دالة عند مستوي ٠,٠٥ - في اتجاه منخفضي الدافعية للإنجاز. مما يدل على أنه كلما انخفضت الدافعية للإنجاز ارتفع تبعاً لذلك مستوى القلق من المستقبل وتتفق ذلك من نتائج دراسة كل من.

٢. يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث متوسطي الدافعية للإنجاز مرتفعي الدافعية للإنجاز في مقياس القلق من المستقبل (ككل) حيث بلغت الفروق بين المتوسطات (١١,٨٤) وهي دالة عند مستوى ٠,٠٥ - لصالح متوسطي الدافعية للإنجاز. مما يدل على كل ما انخفضت الدافعية للإنجاز بالنفس ارتفع تبعاً لذلك مستوى القلق من المستقبل وتتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من.

ويتضح من ذلك أن هناك علاقة عكسية بين دافعية الفرد للإنجاز والنجاح والتفوق والقلق من المستقبل، حيث أن الدافعية للإنجاز هي التي تدفع الفرد بأن يقوم بسلوك ما من أجل إشباع وتحقيق حاجاته فهي تخلق نوعاً من النشاط والفاعلية، حيث يسعى الفرد نحو تحقيق أهدافه والتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تواجهه، ومن أكبر هذه المشكلات القلق من المستقبل حيث يعوقه عن تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته والتخطيط للمستقبل، فعندما يكون الفرد من ذوي دافعية الإنجاز المرتفعة يكون لديه طموح وتحمل وكفاءة واستقلالية مرتفعة وانخفاض في القلق من المستقبل، وعندما يكون الفرد من ذوي دافعية الإنجاز المنخفضة يكون أقل طموحاً وأكثر تبعية وأكثر يأساً من المستقبل وأكثر ارتفاعاً في مستوي في قلق المستقبل.

وترى الباحثة أن هناك عوامل كثيرة تؤثر على الدافعية للإنجاز للطلبات منها: أزمة البطالة، قلة الدخل، غلاء الاسعار، طغيان الجانب المادي على الجانب الأخلاقي في جميع مجالات الحياة، الضغوط النفسية، عدم القدرة على التكيف مع المشكلات، وذلك كله يزيد من قلق المستقبل لديهم.

ويمكن ترتيب المجموعات وفقاً للمتوسطات في مستوي القلق المرتفع كما يلي:

١-منخفضو الدافعية للإنجاز.

وتتفسر الباحثة ذلك بأن الثقة بالنفس يتوقف على الدافعية للإنجاز، وأثر الدافعية للإنجاز يتوقف على الثقة بالنفس في تأثيرهما على قلق المستقبل، حيث أن الطلبة والطالبات الذين يفتقدن الدافعية للإنجاز والثقة بالنفس والنجاح يعانون من الخوف من الفشل في المستقبل، حيث يعتقدون أن النجاح يعتمد على الحظ أو على عوامل خارجية وأنهم غير قادرين على التحكم في مستقبلهم، حيث أن الثقة بالنفس والدافعية للإنجاز من أهم السمات الانفعالية الهامة التي يكتسبها الفرد من البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها ويتفاعل معها، لكي يتحقق التوافق النفسي ويستطيع قهر الصعاب والكفاح ومواجهة الضغوط وبلوغ أهدافه في المستقبل.

ويتفق البحث الحالي في نتائجه مع الدراسة

النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال: والذي نص على: " هل توجد علاقة ارتباطية

دالة احصائية بين دافعية الإنجاز والضغط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

ويتعلق ذلك باختبار صحة الفرض الآتي " لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات الطلاب في مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية ". وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون وكانت النتائج كالتالي:

جدول (٢) معامل الارتباط بين مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية

العدد	قيمة معامل الارتباط	الدالة الاحصائية	الدلالة الوصفية
٣٠٠	- ٠,٨٠٦	دالة عند مستوى (٠,٠١)	عكسي قوي

ومما سبق تشير النتائج إلى ما يلي:

وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين درجات الطلاب في مقياس الدافعية للإنجاز ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث بلغت قيمة (ر) معامل الارتباط (- ٠,٨٠٦) وهو ارتباط عكسي قوي، أي أنه كلما كان زادت الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية كلما أثر ذلك بالسلب على مستوى الضغوط النفسية لديهم والعكس صحيح، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن وجود مصادر الضغط النفسي وفشل المهارات التوافق للتعامل مع الصعوبات التي يتعرض لها الطالب من شأنه أن يفسح المجال لانخفاض الدافعية للإنجاز والتحصيل الدراسي، لأن الضغوط المستمرة أو المزمنة تكون مصدراً لكثير من المشكلات التي تؤدي عند تراكمها واستمرارها إلى زيادة الضغط

النفسية وتناقص القدرة على المواجهة والمقاومة، فضلاً من التوتر والتعب وفقدان النوم وعدم القدرة على حل المشكلات. وقد تقع المشكلات والصعوبات ضمن خبرات الحياة اليومية، كالانتظار لفترة طويلة أو ازدحام وتوقف المرور، والأعباء الأسرية، والأعباء الدراسية، بالإضافة إلى الضغوط الاجتماعية والاقتصادية. أي أن الصعوبات اليومية التي يتعرض لها الطلبة قد يكون لها تأثير حاسم على صحتهم النفسية ويجعلهم يشعرون بالضغط النفسي وبالتالي انخفاض قدرتهم ودافعهم للإنجاز. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من بينما تختلف مع دراسة كل من:

وترى الباحثة أنه مهما تنوعت الضغوط، وتعددت أسبابها فإنها تعتمد على البنية النفسية، والاستعداد لدى الطالب وشدة الموقف الضاغط، فكلما تفاعل الطلاب مع أحداث الحياة الضاغطة بشكل سلبي أثر ذلك على مسار حياته سلباً، وقد تؤدي تلك الضغوط إلى الأمراض بأنواعها والعكس صحيح.

النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال: **والذي نص على: " ما مدى إمكانية التنبؤ بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء كل من قلق المستقبل والضغط النفسية؟"**

(أ) دراسة إمكانية التنبؤ بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء قلق المستقبل: وللإجابة على السؤال السابق، ينبغي التحقق من صحة الفرض التالي: " يُسهم مستوى قلق المستقبل في التنبؤ بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية".

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الانحدار الأحادي على نتائج الطلاب في مقياس قلق المستقبل ومقياس الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، والذي يوضح نتائج الجدول الآتي:

جدول (٣) نتائج اختبار معامل الانحدار الأحادي لقلق المستقبل والدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية

المعالم	قيمة معامل الانحدار	الخطأ المعياري	قيمة Beta	قيم اختبار (ت)	قيم الإحصائية	الدلالة
الجزء الثابت	٦١,٤	٣,٥٩		١١,٧	دال عند مستوى ٠,٠١	
قلق المستقبل	١,٣٣	٠,١٧	- ٠,٧٥٢	٦,١١	دال عند مستوى ٠,٠١	
معامل الارتباط (ر) = - ٠,٧٥٢ معامل التحديد (ر ^٢) = ٠,٥٧ الخطأ المعياري = ٨,٣٠						

قيمة اختبار (ف) = ٢٥,٢ مستوى الدلالة = ٠,٠٠ دالة عند ٠,٠١

يوضح الجدول السابق أن قيمة معامل الارتباط بين متغيري الدافعية للإنجاز وقلق المستقبل هي (-) ٠,٧٥٢ وهو ارتباط عكسي دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، كما أن قيمة معامل التحديد (٠,٥٧)، وقيمة الخطأ المعياري في التقدير (٨,٣٠)، وهذا يعني أن المتغير المستقل (قلق المستقبل) يفسر حوالي (٥٧ %) من التغيرات الحادثة بالسلب في المتغير التابع (الدافعية للإنجاز)، حيث بلغت قيمة (ف) = ٢٥,٢ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبالتالي يمكن كتابة معادلة التنبؤ علي الشكل الآتي:

الدافعية للإنجاز = ٦١,٤ - (١,٣٣) × قلق المستقبل (أي أن بزيادة مستوى قلق المستقبل بمقدار وحدة واحدة يقل مستوى الدافعية للإنجاز بمقدار (١,٣٣))

وتشير هذه النتائج إلى أن هناك إسهاماً نسبياً دالاً للمتغير المستقل (قلق المستقبل) في التنبؤ بدرجات الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، حيث كان الإسهام النسبي الأعلى لقلق المستقبل بلغ معامل تنبئه بالنقصان بمقدار (١,٣٣) مما يشير إلى وجوب قلة امتلاك عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية لهذا المتغير لتحسين ورفع مستوى الدافعية للإنجاز لديهم.

إن مستوى قلق المستقبل لدى الطلاب قد يؤثر على مستوى الدافعية للإنجاز لديهم في المرحلة الثانوية. فعندما يشعر الطلاب بالقلق من المستقبل، فإنه قد يؤثر ذلك على تركيزهم واهتمامهم بالأهداف الدراسية الراهنة.

ومن الممكن أن يؤدي القلق من المستقبل إلى تقليل مستوى الدافعية للإنجاز لدى الطلاب، حيث إنهم قد يفقدون الإيمان بأنهم سيحققون نجاحاً في المستقبل، وبالتالي يمكن أن تنخفض حماسهم وحافزهم لتحقيق الإنجازات الحالية.

ولكن، يمكن للطلاب تحقيق التوازن بين القلق من المستقبل والدافعية للإنجاز عن طريق التركيز على الأهداف الصغيرة والمنجزات اليومية، والتي من الممكن أن تساعد على الشعور بالإنجاز والرضا عن الذات. كذلك، يمكن للطلاب استشارة المرشدين الدراسيين والأهل والأصدقاء للحصول على الدعم العاطفي والاجتماعي اللازم، والذي يمكن أن يساعدهم على تحقيق التوازن بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز. بالإضافة إلى ذلك، يمكن للطلاب تحقيق التوازن بين القلق من المستقبل والدافعية للإنجاز عن طريق تحقيق توازن صحي بين العمل الدراسي والنشاطات الترفيهية والاهتمام بالصحة العقلية والجسدية. وبالتركيز على هذه الجوانب المختلفة للحياة، يمكن للطلاب تحقيق التوازن بين الضغوط النفسية والدافعية للإنجاز.

من الممكن أن يكون من الصعب التنبؤ بدقة بمدى الدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، نظراً لأن العوامل المؤثرة على هذه الدافعية متعددة ومتشابهة.

فمثلاً، يمكن أن يكون لدى الطلاب قلق شديد بشأن المستقبل، ولكنهم في الوقت نفسه يتعاملون بدافعية عالية للإنجاز في مساراتهم الدراسية والمهنية. وعلى العكس، يمكن أن يكون لدى الطلاب قلق ضعيف بشأن المستقبل، ولكنهم يفتقرون إلى الدافعية اللازمة للإنجاز.

بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤثر الضغوط النفسية المختلفة لدى الطلاب بطرق مختلفة. فمثلاً، قد يؤدي الضغط الشديد على الأداء الأكاديمي إلى تقليل مستوى الدافعية لبعض الطلاب، بينما قد يحفز ذلك بعض الطلاب على العمل بجدية أكبر لتحقيق النجاح.

ومع ذلك، فإن الدعم الاجتماعي والعاطفي الذي يتلقاه الطلاب من أفراد الأسرة والأصدقاء والمدرسة والمجتمع بشكل عام، يمكن أن يساعد على تعزيز مستوى الدافعية للإنجاز لدى الطلاب، وتحسين مستوى التحصيل الأكاديمي والإنجازات الشخصية.

هناك علاقة متبادلة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز. فالضغوط الحياتية تنشأ لدى الأفراد نتيجة المشكلات الدراسية والمتعلقة بظروف الدراسة مثل صعوبة التعامل مع الزملاء والمعلم، وصعوبة التحصيل الدراسي، وضعف القدرة على التركيز، وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية، والفشل في الامتحانات، باختصار تتعلق بدافعية الإنجاز وسعي الفرد تجاه تحقيق ذاته. إلا أن الدراسة الحالية تري أن العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية أقرب ما تكون إلى العلاقة التفاعلية، أو أنهما ينشآن من ذات المنشأ أو المصدر، حيث يتضح أن المكون المعرفي يكاد يكون هو المسئول عن حدوث كل من قلق المستقبل والضغوط النفسية، فإن المكون المعرفي هو المكون الأساسي الذي يكمن وراء الشعور بقلق المستقبل، وهو استجابة توافقية لبيئة الفرد، تتحدد بإدراك التهديد في موقف معين أو محدد، حيث يضيف الفرد معنى على الموقف من خلال مخططاته ومعتقداته حول موضوع التهديد وتقدير مدى وخطورة التهديد، حيث يعدان القلق نتاجاً للتشوه المعرفي.

وقد حاول صياغة تصور لطبيعة العلاقة بين القلق من المستقبل وضغوط الحياة، حيث يرى أن الأعباء التي تواجه الأفراد في الحياة ستجعلهم أكثر تشاؤماً وتوجساً من المستقبل، وتزيد من إحساسهم بالضغوط، ويحدد بعض المؤشرات المؤدية لتصوره عن ضغوط الحياة ومن أبرزها أزمات السكن، ارتفاع الأسعار مع ثبات أو تدني الدخل، غياب العدالة التوزيعية، وما يرتبط بها من مشكلات اجتماعية واقتصادية، قلة فرص العمل، وما يرتبط بها من البطالة ومشكلاتها.

ومن ثم تتشكل العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية من الحساسية الانتقائية في إدراك الأحداث وتفسيرها، وخاصة في ظروف مجتمعية تستثير القلق تجاه المستقبل ليس على المستوى الشخصي أو

الأسري، بل يمتد الأمر ليشمل العالم بأسره، مما يجعل من الأحداث مصدر ضغط على الفرد مما يستنفد الطاقة النفسية للفرد في محاولة التواءم مع التغيرات المتسارعة. كما أوضح أن زيادة الضغوط تستدعي حاجة الطالب لاستخدام وسائل واستراتيجيات لمواجهة تلك الضغوط. وفي هذا السياق إلى أن الضغوط الاجتماعية والتي تنشأ من علاقة الفرد بالمجتمع، وما يجده من مساندة اجتماعية أو العكس، بالإضافة إلى مفرحة من شأنه أن يخفف من حدة التوتر ويشعر الطالب براحة نفسية تجعله يبدأ التفكير بعدها بشكل أفضل.

التوصيات

- ضرورة الالتفات الإيجابي كمدخل حديث من مداخل التعليم وضرورة الاهتمام بأسس علم النفس الإيجابي وكيفية توظيفها في عملية التعلم على مختلف المستويات الدراسية في سبيل اعداد متعلم يتسم بالإيجابية وذو نظرة متفائلة وتقدير لمعطيات الحياة والشعور بجودتها ولديه دافعية للإنجاز تتبع من داخله مرتفعة وقابلية للتفاعل مع الآخرين ومع ذاته.
- عمل برنامج ارشادي لتدريب الطلاب على مهارات التخطيط للمستقبل على أسس صحيحة.
- الاهتمام بأعداد الرامج الارشادية التي تساعد على تقوية وتعزيز الثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- اجراء بحوث علمية لدراسة ظاهرة قلق المستقبل في كافة الجوانب خاصة آثاره النفسية والاجتماعية على الشباب.
- دراسة الضغوط النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- توعية الطلاب للتطلع للمستقبل بصورة أفضل من خلال التعرف على قدراتهم وإمكانياتهم واستثمارها في مواجهة الضغوط المستقبلية.

البحوث المقترحة:

- فاعلية برنامج تربيي قائم على حل المشكلات المستقبلية في تحسين الضغوط النفسية، وقلق المستقبل لدي طلاب المرحلة الثانوية.
- عوامل تأثير بيئة التعلم وأساليب التدريس على مستوى الدافعية للإنجاز لدي الطلاب وقلق المستقبل.
- عوامل تأثير بيئة التعلم وأساليب التدريس على مستوى الدافعية للإنجاز لدي الطلاب والضغوط النفسية.

المراجع

المراجع العربية

١. إبراهيم، أشرف محمد حج. (٢٠١٩). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكرم، رسالة ماجستير (منشورة)، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
٢. أبو حطب، صالح (٢٠٠٦): الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية في محافظة غزة، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة.
٣. أبو خليفة، ابتسام (٢٠١٤). أثر التعلم المبرمج بمساعدة الحاسوب في تدريس الإحصاء على التحصيل ودافعية الإنجاز لدى طلبة كلية العلوم التربوية والآداب/ الونروا، مجلة التراث، جامعة زيان عاشور بالجلفة - مخبر جمع دراسة وتحقيق مخطوطات المنطقة وغيرها، الجزائر، ١٤٤، ص ٧٧-٩٣.
٤. أبو عليان، جنان فخري (٢٠٠٩): مستوى القلق والكفاية الذاتية المدركة والتحصيل الدراسي لدى المراهقين من أبناء المطلقين ونظرائهم في الأسر العادية في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات التربوية والنفسية العليا، جامعة عمان للدراسات العليا.
٥. أحمد، إيمان محمود خليل (٢٠٠٤): أثر الخصائص لأسرية وعلاقة الطالب بمعلميه على التحصيل الدراسي للطالب، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
٦. أحمد، حامد سليمان (٢٠١٢). علم النفس الرياضي، دار العرب ودار نون للدراسات والنشر والترجمة، دمشق.
٧. الأنصاري، بدر محمد (٢٠٠٤): الفروق في القلق بين طلاب وطالبات الجامعة-دراسة مقارنة في ستة عشر بلداً عربياً. المؤتمر السنوي الحادي عشر لمركز الإرشاد النفسي، من ٣-٥ ديسمبر، جامعة عين شمس، ٦٧-٩٦.
٨. البيلوي، إيهاب؛ عبد الحميد، أشرف (٢٠٠٥): الإرشاد النفسي المدرسي، القاهرة، دار الكتاب الحديث.
٩. بوزيان، سارة. (٢٠١٥). قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز لدى الطالب الجامعي المقبل على التخرج دراسة ميدانية على عينة من طلبة السنة الثانية ماستر بكلية العلوم والتكنولوجيا جامعة بسكرة. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر (بسكرة)، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
١٠. جبل، فوزي محمد (٢٠٠٠): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، الأزاريطة- الإسكندرية، المكتبة الجامعية.

١١. حسانين، أحمد (٢٠٠٠). قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة المنيا.
١٢. حسن، هدي جعفر (٢٠٠٠): التناؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغط العمل والرضا عن العمل، مجلة دراسات نفسية، مج ١٦، ع ١، يناير، ٨٣-١١١.
١٣. حسين، طه عبد العظيم وحسين، سلامة العظيم (٢٠٠٦): استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، (ط.١) عمان: الأردن، دار الفكر للنشر والتوزيع.
١٤. دخان، نبيل؛ والحجار، بشير (٢٠١١): الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني، فلسطين، ٣٦٩-٣٩٨.
١٥. دهمش، بسام صالح سعد على (٢٠٠٨): ضغوط العمل وعلاقتها بالالتزام التنظيمي لدى مديري المدارس الثانوية بمملكة البحرين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة القديس يوسف، بيروت.
١٦. سعود، ناهد شريف؛ والكشكي، مجدة السيد علي؛ والحلي، حنان خليل. (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل والتشاؤم لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة القصيم. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، (٣٨)، ٢٣٩-٢٨.
١٧. شتات، ابتسام محمود على (٢٠٠٨): العلاقة بين إدارة الوقت وأساليب مواجهة الضغوط ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين شمس.
١٨. الصيخان، إبراهيم (٢٠١٠): الاضطرابات النفسية والعقلية والأسباب والعلاج، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
١٩. الطخيس، إبراهيم سعد على. (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، برنامج الدراسات العليا التربوية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية.
٢٠. الطواب، سيد محمود (٢٠٠٤): أثر تفاعل مستوى دافعية الإنجاز والذكاء والجنس على التحصيل الدراسي لدي طلاب وطالبات جامعة الإمارات العربية المتحدة، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات، ع ٤، ٥-٧٢.
٢١. علاونة، شفيق (٢٠٠٤). الدافعية وعلم النفس العام، تحرير محمد الريماوي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.

٢٢. الكحيمي، وجدان؛ حمام، فادية؛ مصطفى، علي (٢٠١٠): الصحة النفسية للطفل والمراهق، الرياض، مكتبة الرشد للنشر والتوزيع.
٢٣. الكريديس، ريم بنت سالم (٢٠٠٠): قلق الاختبار وعلاقته بالدافعية للإنجاز وبعض المتغيرات لدى طالبات كلية التربية لإعداد معلمات المرحلة الابتدائية بالرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة آل سعود، الرياض.
٢٤. المشيخي، غالب محمد (٢٠٠٩): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
٢٥. موسي، فاروق عبد الفتاح (٢٠١٣). اختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين (إعداد هرمانز)، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
٢٦. يوسف، جمعة السيد (٢٠٠١): النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية، ط١، دار الغريب للطباعة

المراجع الأجنبية

- 27.Akbas, A., & Adnan, K. A. N. (2007). Affective factors that influence chemistry achievement (motivation and anxiety) and the power of these factors to predict chemistry achievement-II. **Journal of Turkish Science**, 2(15), pp 66-83.
- 28.Beate, S. & Neubauer, A. C. (2000). Achievement, underachievement and cortical activation: a comparative EEG study of adolescents of average and above average intelligence. **High Ability Studies**, 17(1), pp. 3-16.
- 29.Genoa, F & et.al.,(2006): Hierarchical dimensions of coping styles: A study conducted with Turkish university students. **Social behavior and personality**, 34(5), pp 525-534.
- 30.Hernandez, P. (2003).Achievement and Mexicou migrant and Mexica American college aged students: psychological perspective. **Distraction Abstract. International,A**, 65(9), pp 839-845.
- 31.Lavasani, M. G., Weisani, M., & Ejei, J. (2011). The role of achievement goals, academic motivation, and learning strategies in statistics anxiety: Testing a causal model. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, 15, 1881-1886.
- 32.Liman,J.A. (2006): The cope inventory: Dimensionality and relationships with approach-and avoidance-motives and positive and negative traits. **Personality and Individual Differences**, 4 (2), pp :273-284.



- 33.Shimazu,A&.et.al(2006): Effects of brief worksite stress management program on coping skills, psychology caldi stress and physical complaints: **controlled trial. Inc Archoceup Environ Health**, 4(80), pp:60-69.